

# ZJEVENÍ SVĚTLA

Cesta sebeuzdravování



BARBARA ANN BRENNAN (1993)

přeložila Eleonora Kutnarová (2001)

z anglického originálu *Light emerging*

*Ilustrace* Thomas J. Schneider a Joan Tartaglia

(a)

## ZADNÍ STRANA OBÁLKY

Bestseller Barbary Brennan Ruce světla ukázal autorku jako jednu z nejnadanějších léčitelek a učitelek léčení ve světovém měřítku.

Ve své dlouho očekávané další práci pokračuje ve svém průkopnickém zkoumání lidského energetického pole neboli aury, jako zdroje prožitku zdraví nebo nemoci. Přibližuje nám mnohé nové poznatky svého učení a ukazuje, jakou sílu dodává pacientům i léčitelům pochopení práce s tím nejzákladnějším - léčivou mocí světla vynořujícího se z jádra každé lidské bytosti.

Jedinečný postoj autorky ke spolupráci mezi léčitelem, pacientem a ostatními odborníky na péči o lidské zdraví je příslibem do budoucnosti. V knize také vysvětluje, co léčitelé vnímají vnitřním zrakem, sluchem a kinesteticky a jak se každý z nás může aktivně účastnit na jednotlivých stadiích procesu léčení.

Fascinující rozsah autorčiných poznatků, počínaje novým paradigmatem založeným na holografii a konče nahlédnutím do hara úrovně a úrovně hvězdy jádra, staví knihu na přední místo v oblasti léčitelské praxe dnešních dnů.

Objevíte v ní: Jak každý z nás může čerpat sílu k léčení sebe i ostatních ze svého vnitřního zdroje. Průvodce pacienta pro práci s léčitelem: jak se jeho techniky a cíle liší od těch, které používají lékaři a terapeuti a jak mohou tito odborníci při léčení spolupracovat. Sedm úrovní procesu léčení: jak uspokojit své potřeby na každé úrovni, jak vytvořit podrobný plán pro své léčení. Nové informace o energetických interakcích ve vztazích: jak rozvázat negativní kontrakty založené na negativních vzorcích chování a jak je změnit na pozitivní. Základní spojení mezi léčením, kreativitou a transcendencí a ještě mnoho dalšího.

Doplněno o studie případů, cvičení, černobílé i barevné ilustrace.

Zjevení světla nabízí novou cestu k uzdravování, celistvosti a rozšířenému vědomí.

(b)

## POZNÁMKA

*Kniha Zjevení světla odráží osobní zkušenosti autorky a mnoha ostatních osob, se kterými pracovala. Nelze ji považovat za samostatný návod k léčení. Informace zde uvedené mají sloužit pouze pro doplnění, nikoliv nahrazení doporučení vašeho lékaře nebo jiných odborníků z oblasti péče o lidské zdraví vztahující se k vaší léčbě. Jakoukoliv změnu, týkající se symptomů, užívání léků, jiného způsobu léčení, cvičení a diety, je potřeba s nimi vždy konzultovat.*

(c)

## OHLASY NA KNIHU ZJEVENÍ SVĚTLA

*Barbara Brennan přesně pochopila, že vše, co potřebujeme k léčení, je světlo a láska. Naše znalosti o dané oblasti se po přečtení této knihy velmi prohloubí. Vřele ji doporučuji !*

*LUISE HAY, autorka knihy „You can heal your life“*

*V hledání styčných bodů mezi vědou a léčitelským uměním patří Barbara Brennan k průkopníkům. Kniha Zjevení světla je naplněna moudrostí a hlubokými znalostmi pramenícími jak z přímého prožitku tak ze zkušeností, které autorka získala při léčebné praxi. Je přímo předurčena k tomu, aby se stala klasickým dílem.*

*KYRIACOS C. MARKIDES, autor knihy „Vire in the heart: Healers, Sages and Mystics“*

*V osobnosti Barbary Brennan se vzácně snoubí vědec, léčitel a učitel. Její kniha je jedinečnou pomůckou pro každého, kdo hledá ve svém životě optimální pohodu.*

*BARBARA MARX HUBBARD, autorka knihy „The Revelation“*

*Na základě osobní zkušenosti s léčitelským uměním Barbary Brennan mohu čtenářům vřele tuto knihu doporučit. Naleznete zde kombinaci výzkumných metod vyplývajících z jejího rozsáhlého vědeckého vzdělání s její intuicí a moudrostí. Toto spojení dává moderní „medicíně“ hlubší a lidštější rozměr.*

*PHDR. ROLLO MAY, autor knih „Love and Will“ a „Cry for Myth“*

## OHLASY NA KNIHU RUCE SVĚTLA

*Tato kniha je nezbytností pro všechny začínající léčitele a ty, kteří se zabývají péčí o lidské zdraví, a je inspirací pro všechny, kdo chtějí porozumět pravdivé podstatě lidského bytí.*

*ELISABETH KUBLER-ROSS*

*Práce Barbary Brennan je objektivní, její pojetí role nemoci a způsobu, jak dosáhnout zdraví, zcela korespondují s mou vlastní zkušeností.*

*MUDR. BERNIE S. SIEGEL, autor knihy „Love, Medicine and Miracles“*

(d)

## VĚNOVÁNÍ

*Tato kniha je věnovaná všem poutníkům  
jdoucím po Cestě ke svému Domovu  
- k Pravdě a Božskému já.*

(e)

## OBSAH

(a)	<i>Zadní strana obálky</i>		2
(b)	<i>Poznámka</i>		3
(c)	<i>Ohlasy na knihu</i>		3
(d)	<i>Věnování</i>		4
(e)	<i>Obsah</i>		5
(f)	<i>Seznam obrázků a tabulek</i>		6
(g)	<i>Předmluva k českému vydání</i>		9
(h)	Předmluva	<b>Nové paradigma: Léčení a tvůrčí proces</b>	9
(i)	Poděkování		11
(1)	<b>ČÁST I.</b>	<b>LÉČENÍ DNES - PŘEHLED</b>	
(1/1)	První kapitola	<b>Dar léčit</b>	12
(1/2)	Druhá kapitola	<b>Čtyři dimenze tvůrčích energií</b>	27
(1/3)	Třetí kapitola	<b>Nový pohled na léčení - holografická zkušenost</b>	47
(1/4)	Čtvrtá kapitola	<b>Respektujme svůj balanční systém</b>	64
(2)	<b>ČÁST II.</b>	<b>SOUČASNÉ TECHNIKY LÉČENÍ</b>	
(2/1)	Úvod	<b>Moje osobní perspektiva z pohledu léčitele</b>	73
(2/2)	Pátá kapitola	<b>Co mohou dělat léčitelé a nemohou lékaři a terapeuti</b>	77
(2/3)	Šestá kapitola	<b>Týmová práce - léčitel a lékař</b>	91
(3)	<b>ČÁST III.</b>	<b>OSOBNÍ PROŽITEK Z LÉČENÍ</b>	
(3/1)	Úvod	<b>Čas začít o sebe pečovat</b>	106
(3/2)	Sedmá kapitola	<b>Sedm stupňů léčení</b>	107
(3/3)	Osmá kapitola	<b>Sedm úrovní procesu léčení</b>	118
(4)	<b>ČÁST IV.</b>	<b>VYTVOŘENÍ PLÁNU LÉČENÍ</b>	
(4/1)	Úvod	<b>Vytvoření osobního plánu pro léčení</b>	131
(4/2)	Devátá kapitola	<b>Zemské energie jako základ života</b>	132
(4/3)	Desátá kapitola	<b>Fyzické tělo jako naše spirituální obydlí</b>	153
(4/4)	Jedenáctá kapitola	<b>Sebeuzdravování pomocí lásky znamená skoncovat s perfekcionismem</b>	168
(4/5)	Dvanáctá kapitola	<b>Léčení prostřednictvím sebeuvědomění</b>	187
(5)	<b>ČÁST V.</b>	<b>LÉČENÍ A VZTAHY</b>	
(5/1)	Úvod	<b>Význam vztahů pro naše zdraví</b>	203
	Zjevení světla		

(5/2)	Třináctá kapitola	<b>Vytváření zdravých vztahů</b>	204
(5/3)	Čtrnáctá kapitola	<b>Tři typy interakcí aurického pole ve vztazích</b>	225
(5/4)	Patnáctá kapitola	<b>Pozorování aurických interakcí během vztahu</b>	260
(6)	<b>ČÁST VI.</b>	<b>LÉČENÍ PROSTŘEDNICTVÍM VYŠŠÍCH SPIRITUÁLNÍCH REALIT</b>	
(6/1)	Úvod	<b>Integrace vyšších spirituálních aspektů a hlubších dimenzí do plánu léčení</b>	318
(6/2)	Šestnáctá kapitola	<b>Proces vedení ve vašem životě</b>	319
(6/3)	Sedmnáctá kapitola	<b>Náš záměr a dimenze hara</b>	352
(6/4)	Osmnáctá kapitola	<b>Božské jádro v nás</b>	378
(7)	Závěr		392
(7/1)	<i>Dodatek A</i>	<b>Léčebné sezení s Richardem W.</b>	393
(7/2)	<i>Dodatek B</i>	<b>Odborníci, kteří se zabývají péčí o lidské zdraví</b>	399
(7/3)	<i>O autorce</i>		402
(7/4)	<i>Poznámka překladatele</i>		402
(7/5)	<i>Bibliografie</i>		403

(f)

## SEZNAM OBRÁZKŮ A TABULEK

### Druhá kapitola

- 2-1 Čtyři dimenze lidských bytostí
- 2-2 Přehled zmínek o univerzálním energetickém poli v období naší historie – tabulka
- 2-3 Přehled osob zabývajících se lidským energetickým polem ve dvacátém století – tabulka
- 2-4 Sedm úrovní aurického pole
- 2-5 Umístění sedmi hlavních čaker

### Třetí kapitola

- 3-1 Jak vzniká hologram jablka
- 3-2 Zobrazení hologramu jablka

### Osmá kapitola

- 8-1 Lidské potřeby na jednotlivých úrovních aurického pole – tabulka

### Devátá kapitola

- 9-1 Tóny čaker – tabulka
- 9-2 Účinek barev – tabulka

## **Jedenáctá kapitola**

- 11-1 Barvy čaker na druhé úrovni aurického pole a oblasti těla, které vyživují – tabulka

## **Dvanáctá kapitola**

- 12-1 Nalezení strachu, který leží pod důvody „proč ne“ – tabulka
- 12-2 Pročišťování negativních mínění a jejich následků – tabulka

## **Třináctá kapitola**

- 13-1 Garyho negativní kontrakt – tabulka
- 13-2 Pozitivní důsledky, které přinášejí odstoupení Garyho od negativního kontraktu – tabulka
- 13-3 Tabulka pro vyjasnění vlastních negativních kontraktů
- 13-4 Pozitivní důsledky, které přinášejí odstoupení od vlastního negativního kontraktu – tabulka

## **Čtrnáctá kapitola**

- 14-1 Aurické pole dvojice zamilovaných

## **Patnáctá kapitola**

- 15-1 Obranné aspekty charakterových struktur – tabulka
- 15-2 Aurická obrana schizoidního charakteru
- 15-3 Schizoidní obrana a reakce tlačáním energie
- 15-4 Schizoidní obrana a reakce taháním energie
- 15-5 Schizoidní obrana a reakce zastavením proudění energie
- 15-6 Schizoidní obrana a reakce typu „Vím, co se děje, ale popírám to“
- 15-7 Schizoidní obrana a reakce stažením se
- 15-8 Pozitivní léčivý způsob odpovědi na schizoidní obranu
- 15-9 Aurická obrana orálního charakteru
- 15-10 Orální obrana a reakce tlačáním energie
- 15-11 Orální obrana a reakce taháním energie
- 15-12 Orální obrana a reakce zastavením proudění energie
- 15-13 Orální obrana a reakce typu „Vím, co se děje, ale popírám to“
- 15-14 Orální obrana a reakce stažením se
- 15-15 Pozitivní léčivý způsob odpovědi na orální obranu
- 15-16 Aurická obrana psychopatického charakteru
- 15-17 Psychopatická obrana a reakce tlačáním energie
- 15-18 Psychopatická obrana a reakce taháním energie
- 15-19 Psychopatická obrana a reakce zastavením proudění energie
- 15-20 Psychopatická obrana a reakce typu „Vím, co se děje, ale popírám to“
- 15-21 Psychopatická obrana a reakce stažením se
- 15-22 Pozitivní léčivý způsob odpovědi na psychopatickou obranu
- 15-23 Aurická obrana masochistického charakteru

- 15-24 Masochistická obrana a reakce tlačení energie
- 15-25 Masochistická obrana a reakce tahání energie
- 15-26 Masochistická obrana a reakce zastavením proudění energie
- 15-27 Masochistická obrana a reakce typu „Vím, co se děje, ale popírám to“
- 15-28 Masochistická obrana a reakce stažením se
- 15-29 Pozitivní léčivý způsob odpovědi na masochistickou obranu
- 15-30 Aurická obrana rigidního charakteru
- 15-31 Rigidní obrana a reakce tlačení energie
- 15-32 Rigidní obrana a reakce tahání energie
- 15-33 Rigidní obrana a reakce zastavením proudění energie
- 15-34 Rigidní obrana a reakce typu „Vím, co se děje, ale popírám to“
- 15-35 Rigidní obrana a reakce stažením se
- 15-36 Pozitivní léčivý způsob odpovědi na rigidní obranu
- 15-37 Aurické pole dvojice - používání obranných systémů
- 15-38 Aurické pole dvojice - stupňování obrany
- 15-39 Aurické pole dvojice v synchronizovaném společenství

### **Sedmnáctá kapitola**

- 17-1 Hara linie zdravé osoby
- 17-2 Dysfunkce bodu tan tien
- 17-3 Zakrytí sídla duše
- 17-4 Zablokovaný bod individualizace
- 17-5 Zdeformování linie hara
- 17-6 Základní postoj při hara cvičení
- 17-7 Špičky prstů obou rukou směřují do tan tienu
- 17-8 Trojúhelník směrem dolů
- 17-9 Špičky prstů pravé ruky směřují do tan tienu, levá ruka je nad tímto bodem, prsty směřují dolů
- 17-10 Špičky prstů pravé ruky směřují do sídla duše, levá ruka je nad tan tienem, prsty směřují dolů
- 17-11 Pravá ruka směřuje do bodu individualizace, levá ruka je nad tan tienem, prsty směřují dolů
- 17-12 Pravá ruka je nad sídlem duše, prsty směřují nahoru, levá ruka je nad tan tienem, prsty směřují dolů
- 17-13 Skupinová linie hara

### **Osmnáctá kapitola**

- 18-1 Hvězda jádra
- 18-2 Úroveň hvězdy jádra skupiny lidí



(g)

## Předmluva k českému vydání

*Po několik let jsem hledala odpovědi na otázky týkající se energetických polí lidského těla. Kniha Ruce světla od Barbary Ann Brennan mi svojí obsažností a jednoduchostí pomohla porozumět vznešenosti těchto polí a tomu, jak jsou ovlivňována při nemocích, stresech a léčebných procesech.*

*Autorka zde uvádí jednoduchá a účinná cvičení na prohloubení vnímavosti. Je zde vše, co potřebujete vědět, abyste mohli účinněji pracovat na sobě a ostatních.*

*Barbara Ann Brennan má vědeckou průpravu, která se výborně snoubí s jejím darem pochopení a srozumitelnosti. Její kniha nás krok za krokem vede na cestě k porozumění sebe i ostatních.*

*Jsem potěšena, že Vám knihu Zjevení světla mohu vřele doporučit. Prokažte si službu a přečtěte si ji. Poskytne Vám cenné informace pro život.*

*THDR. MARI HALL, mistryně Reiki*

*Zakladatelka a ředitelka International Association of Reiki, spol. s r. o., Autorka knih: Praktická Reiki, Reiki pro běžná onemocnění, Moudrost Velké Matky a Reiki for the Soul.*

(h)

## PŘEDMLUVA

### **NOVÉ PARADIGMA: LÉČENÍ A TVŮRČÍ PROCES**

Po vydání mé první knihy „Ruce světla“ jsem pokračovala ve studiu vztahu životních energií ke zdraví, nemoci a léčení. Čím dál víc jsem se zabývala otázkou: Proč onemocníme? Skrývá se za onemocněním hlubší význam či lekce? Jak to, že „normální život“ v naší kultuře vede k tomu, že „dostaneme nemoc“? Užasla jsem při zjištění, jaké životní rytmy jsou pro nás nevhodnější, a tudíž hodné následování. Ptala jsem se dál: Jak naše každodenní rozhodnutí a činy ovlivňují naše zdraví? Jak ho v každém okamžiku ovlivňují posuny našeho vědomí? Uvažovala jsem, zda nemoc může mít souvislost s naší tvořivostí a evolučním procesem a jakým způsobem se to projevuje.

Abych měla více času pro založení a vedení „Školy léčení Barbary Ann Brennan“ přestala jsem se věnovat léčitelské praxi. V pozorování energetického fenoménu jsem pokračovala v učebnách při skupinové práci i při individuálních sezeních. Postupem času jsem při učení a vedení seminářů začala objevovat velmi pozoruhodné souvislosti. Na začátku roku mi mé spirituální vedení sdělilo, že bych mohla vyučovat

kreativitu. Když jsem měla několik lekcí napsaných, vytištěných a uspořádaných, objevila jsem zcela nové spojitosti mezi evolučním plánem na zemi, naším životním úkolem, tvůrčím procesem, zdravím a žitím v tom, co Heyoan, můj spirituální průvodce, nazývá „zjeveným okamžikem“.

Pro pochopení této nové látky je nutné přijmout nové paradigma. Websterův výkladový slovník definuje výraz paradigma jako „vzor, příklad, model“. Je to tedy způsob, jakým vnímáme svět. Paradigma je sdílený soubor premis (předpokladů), které nám vysvětlují svět a pomáhají předvídat jeho chování. Uznáváme je, přijímáme jako základní realitu a dále o nich nepřemýšlíme. Myslíte, že si například ryba všimá vody ?

„Většina našich názorů o světě pochází ze souboru předpokladů, které uznáváme, v převážné většině případů je už dál nezkoumáme a neklademe si o nich žádné otázky,“ zjistil Werner Erhard. „Považujeme je za dané. Tyto premisy jsou v nás tak pevně zabudované, že je pro nás těžké oddělit se od nich natolik, abychom byli vůbec schopni o nich mluvit. Nepřemýšlíme o nich - naše myšlení z nich vychází. “

Paradigma medicíny určuje, jak smýšlíme o svém těle. Západní medicína se v průběhu let postupně ztotožňovala s názory, že nemoc způsobují zlí duchové, duševní rozpoložení, choroboplodné zárodky či viry a z toho vycházelo i léčení. Současný prudký rozvoj přístrojové techniky používané v medicíně a přijetí úzké vazby mezi fyzickým tělem a myslí, znamená posun původního paradigmatu. Nové paradigma přináší nové možnosti.

Aurické pole ve spojení se zdravím a léčením bylo v minulosti známo spíše z jakéhosi „ezoterického“ hlediska. Znalosti o tomto poli byly konglomerátem reálných pozorování, domněnek a fantazií. V současnosti je pojem lidského energetického pole přímo spojeného s naším zdravím v rámci paradigmatu západní medicíny čím dál víc akceptován. Došlo k tomu díky novým poznatkům o bioenergii, které byly získány na základě vědeckého výzkumu v laboratořích i na klinikách.

Tato kniha přináší nový pohled na zdraví, léčení a nemoc. Část I vysvětluje, jak a proč funguje léčení pomocí „vkládání rukou“, zabývá se energetickými poli a holografickými teoriemi. V části II popisují, co léčitel pro pacienta může a co nemůže udělat a jak mohou léčitelé a lékaři spolupracovat. Dále uvádím základní schéma léčebného sezení. Druhá část knihy přináší pojem „systém udržování vnitřní rovnováhy“. Takto nazývám systém, který nás automaticky - obvykle bez účasti vědomí - udržuje ve špičkové kondici, pokud dokážeme přijímat jeho zprávy a řídit se podle nich. Dozvíte se také, co se stane, když zprávám zmíněného systému nevěnujeme pozornost, a jak si tímto způsobem dokážeme ve svém životě i těle „vytvořit nemoc“. Prostřednictvím řady rozhovorů s mými klienty se v části III seznámíte s jednotlivými etapami jejich osobních zkušeností. Zamýšlím se také nad tím, co všechno, včetně vytvoření plánu léčení, se může pacient ve spolupráci s lékařem a léčitelem v průběhu léčení naučit. Studie případů jednotlivých pacientů pomáhají přenést léčebný proces do terminologie běžného života. Část IV přináší detailní popisy léčebných plánů a také meditace a vizualizace, které mohou být užitečné i pro vaše léčení.

V části V se seznámíte s tím, jak vzájemné vztahy ovlivňují zdraví, a to jak v pozitivním, tak negativním smyslu. Jsou zde popsány způsoby vytváření dobrých, zdravých vztahů. Dozvíte se, co se při tom děje v energetickém poli a jak na sebe pole vzájemně působí. Dále si ukážeme, jakým způsobem lze v aurickém poli znovu dosáhnout fungování zdravých energetických výměn a spojení.

Vyššími spirituálními realitami a hlubšími dimenzemi tvůrčích energií se zabývá část VI. Pojednává také o vztahu zdraví, nemoci a léčení k tvůrčímu procesu. Dodatek A přináší podrobný popis léčebného sezení, v dodatku B je uveden seznam různých druhů zdravotní péče, čím se jednotlivé profese zabývají a organizace, prostřednictvím kterých je ve Spojených státech můžete nalézt. Dodatek C je věnován Škole léčení Barbary Brennan. Tato škola organizuje kurzy pro začínající léčitele a léčitelky. Naleznete zde také seznam graduovaných absolventů těchto kurzů. Bibliografie vám pomůže nalézt zdroje pro další studium.

(i)

## PODĚKOVÁNÍ

Jsem ze srdce vděčná svému manželu Eli Wilnerovi za jeho láskyplnou podporu. Dodával mi odvahu a povzbuzoval mne k rozvoji mé osobnosti.

Hlubokou vděčnost pociťuji také k učitelům Školy léčení Barbary Brennan, kteří se mnou společně vytvářeli materiál, ze kterého vzešla tato kniha. Ráda bych také poděkovala Roseanně Farano za její oddané přátelství, pozorné naslouchání i jasné rady a administrativním pracovníkům školy za přípravu rukopisu.

(1)

## ČÁST I

# LÉČENÍ DNES

## PŘEHLED

Nová myšlenka je nejprve prohlášena za směšnou, potom odmítnuta jako nedůležitá, až se nakonec stane něčím, co je všeobecně známé.

WILLIAM JAMES

(1/1)

## PRVNÍ KAPITOLA

# DAR LÉČIT

Dar léčit je vlastní každému z nás. Není vyhrazen pouze vybraným osobám. Je to právo, s nímž se člověk rodí. Každému se může dostat léčení a každý se může léčení naučit a může uzdravovat sebe i ostatní.

I když to tak nenazýváte, sami sebe léčíte už dávno. Co uděláte první, když se poraníte? Obvykle se dotknete zraněné části těla. Dokonce můžete na to místo ruku přitlačit, abyste pomohli zastavit bolest. Tímto instinktivním jednáním vysíláte do zraněného místa léčivou energii. Když se uvolníte a na poraněném místě držíte ruce déle, účinky jsou ještě hlubší. Jakmile dítě přiběhne za maminkou s tím, že ho něco bolí, každá reaguje stejně: vezme ho do náruče, dotýká se ho, hladí ho, líbá a utěšuje. Nejinak se chová i k ostatním blízkým. Pokud začnete tyto jednoduché reakce zkoumat, zjistíte, že když se člověk dotýká někoho, koho miluje, účinky jsou

mnohem silnější, než když se dotýká někoho, koho nezná. S největší pravděpodobností při dotyku předáváme jakousi zvláštní esenci - esenci lásky, kterou cítíme k člověku, kterého se dotýkáme. Tak vidíte, že umíte léčit, jenom jste si to až doposud neuvědomovali.

Když jste šťastní, plní radosti a energie nebo jenom máte dobrou náladu, váš dotek je pro ostatní příjemnější, než by byl, pokud by vaše myšlenky byly černé. Lze říci, že energie při špatné náladě je jiná než při dobré - vyjadřuje přesně stav, v jakém se v daném okamžiku nacházíte. Jakmile se naučíte své nálady a tedy i povahu energie a energetického proudění usměrňovat, budete moci její pomocí začít léčit. To je přesně to, co dělají léčitelé - umí pouze vnímat a usměrňovat energii tak, aby ji mohli využívat pro léčení.

Jsem přesvědčena, že tyto zkušenosti provázející nás od doby, kdy jsme obývali jeskyně, jsou základem léčebného postupu, který se nazývá vkládání rukou. Od počátku své historie si lidé byli vědomi léčivé síly proudící z jejich rukou. Každá kultura zkoumala a využívala tuto sílu v rámci svých znalostí a tradic. John White v knize „Věda budoucnosti“ uvádí devadesát sedm různých kultur ze všech koutů světa, u kterých se tento fenomén objevil, z nichž každá měla pro životní energii, lidské energetické pole a léčení vlastní pojmenování. Existence životní energie byla známá v Indii a Číně již před více než 5000 léty.

Životní energii, která obklopuje a prostupuje vše, nazývám univerzálním energetickým polem. Životní energii náležící lidským bytostem označuji jako lidské energetické pole. Více používaný výraz pro lidské energetické pole je lidská aura.

## **Vnímání a usměrňování lidského energetického pole**

Mnoho lidí lidské energetické pole umí vnímat. Naučit se tomu může každý. Ve skutečnosti to už děláme - možná podvědomě, možná tomu nevěnujeme pozornost nebo to nazýváme nějak jinak. Určitě jste už zažili některou z těchto situací: vidíte někoho poprvé v životě, máte ho okamžitě rádi a víte, že spolu budete dobře vycházet; cítíte, že na vás někdo upřeně hledí, ačkoliv se vůbec nedíváte tím směrem; máte neurčitý pocit, že se něco dobrého či zlého stane, a potom k tomu opravdu dojde. Co se to dělo? Vnímali jste lidské energetické pole pomocí vyššího smyslového vnímání - takto nazývám způsob vnímání pomocí smyslů v rozsahu větším, než je běžné. Někdy se tomu také říká šestý smysl nebo jasnovidectví. Tímto způsobem můžeme vidět věci, které ostatní nevidí, slyšet zvuky, které ostatní neslyší, a také ty věci ochutnávat a dotýkat se jich.

Zabývám se pozorováním, rozvíjením a studiem vyššího smyslového vnímání po mnoho let. Rozlišuji více druhů vyššího smyslového vnímání: nejen pět známých smyslů - zrak, sluch, hmat, chuť a čich, ale také něco víc. Jedním z těchto dalších smyslů je intuice. Je to ten neurčitý, již zmíněný pocit, že se něco dobrého stane, ale přesně nevíte, co to bude. Nebo víte, že vám někdo bude volat, můžete dokonce vědět, kdo to bude, ale není vám jasné, o co se bude jednat.

Dalším „smyslem navíc“ je přímý přístup k údajům a zprávám. Nazvala jsem ho *přímým věděním*. Tento smysl nám předává přesnou a úplnou přímou informaci. Například víme, která konkrétní osoba se nám chystá volat, kdy to bude a co nám

bude říkat. Nebo jsme dotázáni na něco, o čem nevíme vůbec nic, a najednou se nám vybaví celá odpověď. Obvykle nevíme, jak jsme tuto informaci získali. Prostě tady je.

Jiný vyšší smysl je schopnost vnímat vlastní i cizí emoce. Poznáme, co navzájem cítíme, a dokonce s tím druhým nemusíme ani mluvit, pouze zachytíme energii plynoucí z jeho pocitů.

Rozlišuji mezi schopností vnímat emoce a schopností vnímat lásku. Tuto schopnost považuji za samostatný vyšší smysl - zahrnuje v sobě mnohem hlubší spojení s ostatními, než při vnímání emocí. Je to zvláštní kategorie.

Lze říci, že kromě známých pěti smyslů (zraku, sluchu, hmatu, čichu a chuti) máme navíc intuici, přímé vědění, schopnost vnímat emoce a schopnost vnímat lásku. Fungují-li všechny tyto smysly dobře, jsme schopni být plně „ted' a tady“. Smysly slouží vědomí, které nás do přítomnosti zavede. K dosažení prožitku stavu bytí v přítomnosti pomáhají meditace - očistí a projasní mysl. Tento stav bytí umožňuje překročit omezující hranice času a prostoru.

Vyšší smyslové vnímání zůstává v pásmu velmi tichých informací, které mozek obvykle odfiltruje jako nedůležité. Vysvětlím to na analogii s nasloucháním hudbě. Zvolíme-li maximální hlasitost pro poslech - hrajeme „na plné pecky“, těžko uslyšíme slabší tóny. Jemnější nuance začnou mít význam, až když snížíme hlasitost - potom začneme slyšet rytmy uvnitř rytmů. Stejně je tomu tak s vyšším smyslovým vnímáním a lidským energetickým polem. Pokud se naučíme ztišit ve své hlavě vnitřní hluk, můžeme věnovat pozornost tišším rytmům a jemnějším odstínům života. Po čase se ukáže, že základem plného prožívání každého okamžiku života jako takového, jsou právě tyto jemné rytmy spojené s mocnou životní energií umožňující naši existenci.

Až se příště uhodí vaše dítě do kolena, položte mu na ně ruku. Prociťujte celou svou lásku k němu. Vaše ruka bude najednou horká. Proč? Protože léčivá energie vašeho energetického pole proudí rukou a pomáhá koleno léčit. Léčivou energii můžete vnímat jako teplo, pulzování či elektrizující šimrání. Způsob tohoto druhu vnímání lidského energetického pole se nazývá kinestetický, tj. prostřednictvím dotyku.

Jakmile vnímáte lidské energetické pole, můžete se začít učit, jak ho záměrně ovlivňovat a usměrňovat. Pomocí následujících cvičení zkusíte energetické proudění v těle měnit. Můžete to také využít, až se budete příště cítit unaveni nebo budete plní napětí.

Lehněte si na zem a představte si uvnitř svého těla krásné a příjemné slunce umístěné v solárním plexu (oblast žaludku). Za chvíli vám bude krásně. Žaludek zaplaví teplo. Pravděpodobně se dokonce zpomalí rytmus vašeho dechu - začnete relaxovat hlouběji. Pokud chcete rozšířit relaxaci i na duši, rozpomeňte se na své náboženské nebo duchovní prožitky - možná se vrátíte až do dětství. Připomeňte si ten zvláštní čas úžasu, kdy jste poznali, aniž byste o tom museli zvlášť přemýšlet, že Bůh (cokoliv to pro vás osobně znamenalo) existuje a že ta nejposvátnější a nejpřirozenější zkušenost je žít. Zkusíte se tam vrátit a plni míru znovu spočinout v náruči Stvořitele. Tímto způsobem lze měnit proudění energie a dostat se do stavu léčení sebe sama. Líbilo se vám to?

Popsaný stav uvolnění a léčení koresponduje se stavem vašeho energetického pole, které se stává méně koherentním. Vyvolává také zpomalení frekvence mozkových vln

měřitelné pomocí elektrických impulzů přístrojem zvaným elektroencefalograf (EEG). Pravděpodobně by se ukázalo, že váš mozek je v hladině Alfa, s frekvencí okolo 8 Hz za sekundu. Citlivým detektorem SQUID (přístroj pro měření supervodivé kvantové interference) dokážeme měřit i elektromagnetická pole kolem těla. Vaše pole by v tomto případě pulzovalo asi mezi 7, 8 Hz až 8 Hz, což je pro každého velmi přirozený energetický stav.

Děti se přirozeně a bez vědomého plánu do všeho vrhají naplno. Nám dospělým se to již stává pouze v těch vzácných okamžicích tvůrčího zaujetí, kdy energie mohutně proudí z našeho vnitřního zdroje. Barvy se zdají jasnější, vzduch voňavější, všechno sladce chutná a okolní zvuky vytváří velkolepou symfonii. Myslím, že ten pocit zažil bez výjimky každý z nás.

Nejlepší myšlenky přicházejí obvykle ve chvíli, kdy o řešení problému, kterým se právě zabýváme, vůbec nepřemýšlíme. Procházíme se jen tak po lese nebo obdivujeme nádherný západ slunce a najednou to máme. Odněkud z hlubin se vynořilo řešení. Nebo se zahledíme do očí malého dítěte a stane se zázrak - s úžasem prožíváme posvátné mystérium života. Všechny tyto pocity pocházejí z hlubokého vnitřního zdroje, který nazývám centrální jádro našeho Bytí. Odtud pochází to vynořující se Světlo. Je to naše vnitřní Božská jiskra.

## **Napojení se na vnitřní léčivé energie**

Čerpat ze svého vnitřního zdroje je schopen naučit se každý z nás. Vyžaduje to ovšem nácvik uvolňování tvůrčí energie. Jedná se vlastně o odstraňování vnitřních překážek - bloků. Když se je podaří uvolnit, vytryskne z hloubky gejzír tvořivosti. Spisovatelům a ostatním umělcům je tato situace dobře známá, vědí, kolik sil je někdy stojí dostat se dál - zbavit se bloku. Schopnost psát či malovat se jim však vrátí teprve, až když se to podaří. Nejinak je tomu i s vědci řešícími vědecké problémy. Jak to probíhá? Všechny vstupní údaje jsou uloženy do naší racionální mysli, která se marně snaží najít odpověď na položené otázky. Když už to vzdáme a usoudíme, že je lepší se zabývat něčím jiným, třeba se prospat či věnovat nějaké činnosti řízené pravou mozkovou hemisférou - najednou se řešení vynoří. Tím, že jsme problém pustili z hlavy, vnitřní tvůrčí síly se uvolnily a energie mohla začít proudit. Někdy se objeví odpovědi na otázky i ve snu.

Tvůrčí síla se uvolňuje také v době krize a dává nám odvahu k hrdinským činům. Určitě jste slyšeli o neuvěřitelných výkonech, které lidé dokážou podat, např. když po autonehodě muž nadvzdne auto, pod kterým leží někdo z jeho blízkých. Nebo matka poslechne naléhavé nutkání - cítí jasně, že jejímu dítěti hrozí nebezpečí - doběhne domů včas a zachrání ho.

Uvolnění tvůrčí síly nás vždy přivede k dokonalému zvládnutí oblasti, kterou se zabýváme. Proces léčení je tedy procesem uvolňování tvůrčí síly, která slouží k dosažení vynikajících výsledků v oblasti lidského zdraví a žití v dobré pohodě. Většina onemocnění, jak budu dokumentovat i v této knize, pramení podle mého názoru právě ze zablokování přirozeného proudění individuální tvůrčí energie.

## Proč tvůrčí energii blokujeme

Některé životní prožitky jsou plné bolesti. Již od dětství automaticky reagujeme tak, že se jim pokoušíme vyhnout. Od fyzické bolesti se oddělíme tím, že stáhneme vědomí z části těla, ve které ji pociťujeme. Od mučivé mentální či emocionální hrůzy a úzkosti se odřízneme tím, že napneme svaly a potlačíme pocity. Emoce zatlačené do podvědomí (někdy také pouze těsně pod hranici vědomí) se tam snažíme držet. Aby se to dařilo, odvádíme pozornost jinam a věnujeme se všem možným rozptýlením. Můžeme se neustále zabývat prací nebo naopak trávit veškerý čas ležením na gauči. Spousta z nás se stává závislými na drogách, cigaretách, čokoládě nebo alkoholu. Potřeba „být vždy perfektní“, nebo „nejlepší“ či „nejhorší“ je rovněž závislost. Projektujeme své problémy směrem k někomu jinému, a raději se obáváme o něj, než abychom se je pokusili vyřešit. Většinu energie buď přesměrujeme, nebo jí nedovolíme naplno proudit. To vše proto, abychom se nesečkávali s bolestí a s tím, co v daném okamžiku cítíme a kdo jsme. Myslíme si, že to funguje. Doufáme, že se nám podaří utéct od bolesti a od toho, kdo jsme, ale to není možné. Cena, kterou za to platíme, je obrovská. Tou cenou je náš život.

Domníváme se, že jediný způsob, jak zastavit bolest, je zastavit energetické proudění bolest obsahující. Toky energie opravdu přinášejí fyzickou, emocionální či mentální bolest. Jenomže přinášejí také mnoho jiného. Když zablokujeme negativní prožitky bolesti, hněvu nebo strachu z nějaké nepříjemné situace, zastavíme také ve všech aspektech (fyzických, emocionálních a mentálních) prožitky pozitivní.

Zmíněný postup si ani nemusíme uvědomovat -v dospělosti ho už používáme ze zvyku. Kolem negativní části našich prožitků jsme vystavěli hradbu a touto zdí se oddělili sami od sebe, od svého vyššího Já, od svého středu neboli jádra Bytí. Jelikož kreativní proces vzniká právě v tvůrčím jádru, oddělili jsme se také od něj. Hradba doslovně odděluje naše vyšší Já od našeho vědomí a vnějšího života.

## Ztuhlé psychické časové konglomeráty

Potlačování bolesti začíná již v raném dětství, někdy dokonce před narozením nebo už v děloze. Pokaždé, když jsme v určité pro nás bolestné situaci proudění energie zastavili, znehybnili jsme ji, zůstala „zamrzlá“ v energii a čase. Ve svém aurickém poli jsme vytvořili blok. Jelikož aurické pole je tvořeno energetickým vědomím, blok je ztuhlý nebo zmražený energetické vědomí. Část naší duše spojená se vzniklou situací v okamžiku, kdy jsme bolest zastavili, zamrzla také a zůstane tak až do chvíle, kdy jí umožníme roztát. Nedožívá s námi. Jestliže nám byl tenkrát jeden rok, tato část naší duše zůstane stále na této úrovni. Když ji vyvoláme k životu, bude podle toho jednat. Dokud ji nevyválčíme tím, že do bloku pošleme dostatečné množství energie, aby roztál, a tím mohl být spuštěn proces dospívání, nemůže dozrát.

Jsme plní těchto bloků. Kdy vůbec začne naše jednání vycházet z našeho dospělého Já ? Nebude to trvat až tak dlouho.

Při vzájemných interakcích vycházíme rovněž z různých ztuhlých psychických časových bloků. Při intenzivní interakci můžeme jednu minutu prožívat realitu vnitřního dospělého, abychom se v další oba přeladili do nějakého aspektu zraněného



dítěte určitého věku. Toto nepřetržité přeskakování od jednoho aspektu vnitřního vědomí k druhému velmi ztěžuje komunikaci.

Síla ztuhlých psychických časových bloků je v tom, že bloky s podobnou energií se sdružují dohromady a vytvářejí konglomeráty. Pro lepší pochopení si uvedeme tento příklad. Energie by se například mohla týkat opuštění. Budeme to dokumentovat na případu muže středního věku jménem Joe. (Je to fiktivní osoba, jeho příběh shrnuje příběhy mnoha lidí, se kterými jsem pracovala. Může to být kdokoliv z nás.)

Joe byl od matky oddělen ihned po narození -jednalo se o těžký porod, a tak byla v celkové anestezii. K dalšímu odloučení došlo, když mu byl jeden rok. Matka musela do nemocnice, aby porodila další dítě. Z těchto dvou zkušeností si dítě milující matku vyvodilo, že od toho, koho nejvíc milujeme, můžeme očekávat, že nás opustí. Kdykoliv byl Joe později v životě někým v různé míře opouštěn, zakoušel stejnou ničivou hrůzu jako poprvé.

Z tak hlubokého traumatu vyvodíme pro sebe závěr. *Podoba závěru* je založena na zkušenosti - v tomto případě prožitku opuštění. Vychází z dětské logiky, která oznamuje: „jestliže miluji, budu opuštěn“. Tento závěr podbarvuje všechny další podobné zkušenosti, které prožíváme později. Je zřejmé, že roční dítě si ho neformuluje vědomě. Místo toho ho bude podvědomě držet ve svém systému přesvědčení a ponese si ho s sebou. Z tohoto pohledu situace z raného dětství, o kterých jsem psala, mají přímou souvislost se situací následující: Joe je desetiletý a matka odjíždí na dovolenou. Při každé další podobné události v životě bude jeho reakce vycházet spíše z podoby dětského závěru než z okamžité situace, což bude způsobovat, že všechny emocionální reakce budou vzhledem k momentálnímu stavu věci značně přehnané.

Jak si ukážeme v příštích kapitolách, podoba závěru spouští naše osobní chování, takže máme tendenci znovu vytvářet traumata podobná tomu původnímu. Joe se tedy bude značně podílet na vytváření situací, při kterých bude opuštěn například manželkou nebo přítelkyní. Jeho jednání, založené na podvědomých negativních očekáváních, napomáhá celou situaci připravit. Očekává-li podvědomě, že bude opuštěn, bude jednat se svou manželkou či přítelkyní jako s někým, kdo by ho opustit mohl. Může požadovat přehnané důkazy lásky, nebo ji dokonce obvinít, že se ho opustit chystá. Tímto podvědomým jednáním ji bude tak dlouho provokovat, až doopravdy práskne dveřmi. Skutečný problém na hlubší úrovni je ten, že kdo se sebou zachází jako s někým, kdo si být opuštěn zaslouží - vlastně se sám sebe doopravdy vzdává.

Není radno podceňovat sílu podoby závěru. Nalezení vlastních podob závěrů je klíčem k transformačnímu procesu, klíčem k našemu zdraví a štěstí. Každý z nás jich vlastní celou řadu včetně kolem nich nahromaděných ztuhlých psychických časových konglomerátů. Vyčistit je obnáší hodně práce.

Ztuhlé psychické časové bloky se shlukují kolem energie stejného druhu, jako je energie tvořící podobu závěru. Může se nám to jevit jako poněkud matoucí, protože to neodpovídá naší představě, že prožitky by měly být odděleny emocionálně tak, jako jsou oddělené v čase. Tak tomu není. Konglomerát se skládá z menších segmentů, z nichž každý je tvořen energetickým vědomím, které zamrzlo během určitého minulého prožitku. Podobné prožitky jsou však přímo spojené bez ohledu na to, kolik času mezi nimi uběhlo. Jakmile se při léčení podaří uvolnit jeden ze segmentů ztuhlých časových bloků, vzroste tok energie proudící do aurického pole.

Jelikož se jedná o energii podobnou, začne tato na oplátku automaticky uvolňovat další malé díly časových konglomerátů.

Teď k našemu příběhu: Joe bude pokaždé, když se nějaký blok uvolní, prožívat událost, jako by se stala právě teď. Tudiž nejdřív bude muset projít bolestí, kterou prožil, když mu bylo třicet let. Když se tato bolest uvolní, stane se desetiletým dítětem plným trápení a potom přejde k tomu, co prožíval ve stáří jednoho roku.

Podaří-li se tyto části naší duše, které nemohly dozrát se zbytkem naší osobnosti, uvolnit, začnou velmi rychle dospívat. Proces dozrávání může trvat pár minut nebo pár let - záleží to na tom, o jak silné ztuhlé energetické vědomí se jednalo a v jaké hloubce bylo uloženo. Uvolněné energie se integrují do lidského energetického pole a vrací se zpátky do kreativního procesu individuálního života. Ihned dojde k výrazné změně. Život Joea se pomocí nalezených částí vědomí, které jsou v tvůrčím procesu velmi aktivní, změní. Již se nevzdává sám sebe v podvědomém úsilí dostat od někoho lásku a péči. Zůstává si věrný, protože teď zná svou cenu a ví, že je schopen společný vztah vytvořit. Jelikož na vztahu k sobě pracuje a rozvíjí ho, bude přitahovat partnerky, které nepřinášejí energii opuštění a tedy (v tomto směru) nový vztah bude pevný. Přirozeně, nemusí najít tu pravou hned na první pokus.

## Bolest, která má původ v minulých životech

Ke zkoumání „minulých životů“ a získávání informací o nich se používá většinou metoda regrese v hypnóze. Výzkumy ukazují, že původ převážné části chronických psychologických bolestí lze vystopovat v minulých životech. Roger Woolger se této otázce rozsáhle věnuje ve své knize „Other Lives, Other Selves“ (Jiné životy, jiná Já). Při praktikování své terapeutické metody regrese do minulých životů zjistil, že když se klientovi podařilo bolest z prožitku v minulém životě uvolnit, byl schopen uvolnit a pročistit podobné zkušenosti i v tomto životě. Žádná jiná známá terapie se přitom nedokázala těchto prožitků dotknout. Také minulé životy zůstávají v našich ztuhlých psychických časových konglomerátech a rovněž se přitahují a spojují na základě podobných energií. Nejsou odděleny v čase, to znamená, že jsou přímo spojené s událostmi jak v tomto životě, tak i v ostatních. Uvolnit „zamrzlou“ událost z minulého života vyžaduje více energie, protože událost je tam uložena po delší dobu a je zakryta různými odpady. Zvládnout to ale lze. Je-li osoba k tomu připravena, dochází k tomu automaticky.

Pozorování lidských energetických polí během mnoha léčebných sezení mne přivedlo k poznání, že traumata z minulých životů jsou vždy uložena pod chronickými, obtížně řešitelnými současnými těžkostmi. Když se je podaří pomocí metody vkládání rukou ze současného života vyčistit, na povrch se dostane trauma z minulého života, které bylo pohřbeno pod nimi a se kterým je potřeba následně pracovat také. Tento způsob léčitelské práce se jeví jak pro transformaci života klienta, tak i pro zlepšení jeho fyzického stavu, jako velmi efektivní. „Rozpouštění“ traumat z minulých životů při léčení vkládáním rukou přináší do života pacienta vždy velké změny. Důležité je jasně pochopit spojení mezi traumatem z minulého života a současnou životní situací - jen tak může být uvolněn celý konglomerát.

## Původ bolesti - prvotní zranění

Z mého pohledu se jeví původ bolesti hlubší, než pouhé zablokování energie při osobní bolesti nebo při fenoménu tzv. minulých životů. Bolest pochází z přesvědčení, že každý z nás je izolovaný; oddělený od kohokoliv dalšího a oddělený od Boha. Většina z nás věří, že k tomu, abychom se stali individualitou, je oddělení nutné. Toto negativní přesvědčení je příčinou naší separace od všeho, včetně našich vlastních rodin, přátel, skupin, národů a země. Separace je prožívána jako strach, a jak už víme, ze strachu se rodí další negativní emoce. Jakmile je vytvoříme, oddělíme se od nich. Proces oddělování vytváří další bolest a iluzi až do okamžiku, kdy se kolo negativní zpětné vazby zastaví a v důsledku osobní práce se začne otáčet opačně. Právě tomu, jak se z tohoto začarovaného kruhu dostat tak, abychom se naučili přinášet do svých životů více radosti a jasu, je věnována tato kniha. Klíčem je láska a pocit sounáležitosti se vším, co je kolem nás.

„Být jedno s Bohem a se vším ostatním“ - to je prožitek pravé lásky. Bůh všude a ve všem, Bůh nad námi, pod námi, okolo nás a v každém z nás jedinečná Boží jiskra. Tuto individuální manifestaci Boha prožíváme jako nalezení vnitřního zdroje a jádra Bytí. Čím více jsme spojeni s Bohem mimo nás, tím blíže jsme k individualitě Boha uvnitř nás. Jen v takovémto spojení se cítíme v bezpečí a jsme absolutně svobodni.

## Vytváření masky k zakrytí prvotní bolesti

Po narození jsme skrze své jádro s nekonečnou spirituální moudrostí a silou stále ještě ve spojení.

Díky tomu pociťujeme úžas nad zázrakem života a cítíme se v bezpečí. Jak dospíváme, spojení postupně mizí a je nahrazeno rodičovskými hlasy, které se nás snaží ochránit. Mluví k nám o tom, co je správné a co nesprávné, co dobré a co špatné, jak se rozhodovat a jak konat nebo reagovat na danou situaci. Spojení s jádrem se vytratilo. Naše duše se zoufale pokouší nahradit původní přirozenou moudrost fungujícím egem. Vnitřním rodičovským hlasům se bohužel podaří pouze jedno - vytvořit masku.

Vytvoření masky je prvním pokusem, jak se stát „tím správným“. Její pomocí se pokoušíme pozitivním způsobem, který by byl také přijatelný pro svět, jehož odmítnutí se obáváme, vyjádřit, kdo jsme. Maskou se, v souladu se svými přesvědčeními o tom, co si myslíme, že je podle světa správné, navenek prezentujeme tak, aby nás mohl přijímat, a my se cítili v bezpečí. Maska se snaží ze všech sil o spojení s ostatními, proto koná tak, jak je to „správné“. Jelikož pravdivou povahu osobnosti popírá, nemůže hlubšího spojení nikdy dosáhnout. Navíc zapírá také strach a ostatní negativní pocity.

Do vytváření masky dáváme ze sebe to nejlepší. Přesto nemůže fungovat. Nikdy se jí nemůže podařit dát nám pocit vnitřního bezpečí, po kterém tolik toužíme. Jelikož se snažíme neustále dokazovat, jak jsme vždy hodní (což prostě není možné), začneme se cítit jako podvodníci. Připadáme si jako lháři a naše obavy jsou větší a větší. Své úsilí znásobíme. Podáváme další důkazy o tom, že opravdu hodní jsme

(opět podle internalizovaných rodičovských hlasů). Výsledkem je ještě víc strachu, drtivější pocity podvádění a lhaní. Tak to pokračuje stále dokola.

*Smyslem masky je ochránit nás od světa, o kterém předpokládáme, že je nepřátelský. Jediná cesta, kterou známe, je pomocí předstírání a odmítání neustále dokazovat, že jsme hodní. Účelem je zakrývání bolesti a strachu — neboť maska popírá, že bolest a hněv uvnitř osobnosti existují. Záměrem masky je chránit naše Já před převzetím odpovědnosti za všechny své negativní akce, myšlenky a činy.*

Z pohledu masky bolest a hněv existují pouze mimo naši osobnost - žádnou odpovědnost za ně neneseme. Cokoliv negativního je způsobeno chybou někoho jiného. Obviňujeme ho. To ne my, ale ten druhý. To on musí být plný hněvu a bolesti.

Abychom tuto maškarádu udrželi, nezbyvá nám nic jiného, než znovu a znovu dokazovat, že hodní jsme my. Neustálý tlak, který takto sami na sebe vyvíjíme, nás deptá. Snažíme se stanovená pravidla dodržovat. Nejde-li to, alespoň se ujišťujeme, že druzí jsou špatní. Žít podle pravidel někoho jiného dá ovšem strašnou práci. Máme k tomu čím dál větší odpor. Jsme unavení, naštvaní, nemáme o nic zájem, hrnou se z nás jenom stížnosti a obviňování. Zraňujeme ostatní. Energie, kterou v sobě zadržujeme, navzdory našemu úsilí maskou proniká - kroutí se, tlačí se ven, a když se jí to podaří, udeří prudce na kohokoli. I to přirozeně popřeme. Je to stále stejná písnička - abychom se uchovali v bezpečí, musíme přece trvat na tom, že hodní jsme samozřejmě my.

Někde uvnitř se z „vypuštění ventilu“ radujeme. Nechat energii odejít je úleva, i když víme, že v tom okamžiku nejednáme zodpovědně. Určitá část naší osobnosti je velmi potěšena tím, že může vychrstnout vlastní negativitu na někoho jiného. Tento způsob reakce nazýváme negativní radostí. Negativní radost pochází z našeho nižšího Já.

## Negativní radost a nižší Já

Myslím, že každý z nás už někdy pocítil při nějakém svém negativním činu radost. S radostí přijímáme pozitivní i negativní energetický pohyb. Při každém z nich dochází k uvolnění energie stěsnané uvnitř. I když ve chvíli, kdy se energie dává do pohybu, pocítujeme bolest, vždy následuje radost, jelikož uvolnění bolesti znamená také uvolnění kreativní síly. Tvořivou sílu nelze prožívat jinak, než jako radost.

Negativní radost pochází z našeho nižšího Já - té naší části, která zapomněla, kdo jsme. Je to část naší duše, která věří ve svět oddělený a negativní, a podle toho jedná. Nižší Já negativitu nepopírá, nižší Já se z ní raduje. Jeho záměrem je negativní radosti dosáhnout. V tomto ohledu je nižší Já mnohem čestnější než maska. Ve svém negativním záměru je pravdivé - nic nepředstírá z důvodu, aby před někým vypadalo hezky. Nepotřebuje tak vypadat. Bez obalu klade na první místo sebe. Říká: „Starám se o sebe, ne o vás.“ Nemůže pečovat o sebe a zároveň o ostatní -jeho svět je světem separace. Prožívání negativní radosti ho blaží a chce jí mít víc. Ví o bolesti uvnitř osobnosti, ale nemá v úmyslu ji prožívat.

*Záměrem nižšího Já je separaci udržet, dělat si všechno, co chce, a necítit bolest.*

## Vyšší Já

Během procesu dozrávání není přirozeně od jádra oddělená celá duše. Lásku a čistotu nosíme v sobě, aniž bychom o ni museli zápasit. Část naší duše, plná moudrosti, lásky a odvahy, je přímo spojená s naší vnitřní Božskou podstatou. Napomáhá všemu dobrému, co v životě vytvoříme. Je to ta naše část, která nezapomněla, kdo jsme.

Mír, radost a naplnění v kterékoliv oblasti našeho života nám přináší vyšší Já, vyjadřující se prostřednictvím tvůrčího principu. Jestli si lámete hlavu tím, co je míněno slovy „kdo doopravdy jste“ a „pravdivé Já“, podívejte se na zmíněné oblasti - tam naleznete odpověď. Vyjádřením toho, kdo opravdu jste, nemohou být nikdy negativní oblasti vašeho života. Vždy jsou vyjádřením toho, kým nejste - jsou příklady zablokování vašeho pravdivého Já.

*Záměrem vyššího Já je žít v pravdě, úctě, sebeuvědomění, jednotě s Tvůrcem, být individualitou ve společenství.*

## Význam záměru

*Hlavní rozdíl mezi vyšším Já, nižším Já a maskou naleznete jednak v záměru (je uložen pod nimi), na kterém je každé z nich vybudováno, a jednak v kvalitě energie - jak se jeví ve všech interakcích - vycházející z těchto záměrů.*

Velmi matoucí je, že interakce se mohou různit podle záměru, který se za nimi ukrývá. Pronášená slova mohou pocházet z místa našeho vyššího Já, nižšího Já i masky. Mohou sice určitý pojem vyjadřovat, ale skrývat se za nimi může něco úplně jiného. Uvedu jako příklad větu: „Jsme přátelé.“ Vyšší Já to myslí tak, jak to říká. Pro masku to znamená: „Jsme přátelé, ale jen tak dlouho, pokud já budu ten hodný a ty přijmeš tuto iluzi.“ Nižší Já má tuto verzi: „Jsme přátelé, ale jen do té míry, kterou já připustím. Pak si dávej pozor! Využijí tě, abych dostal, co chci, a vyhnul se bolesti. Jakmile se ke mně nebo mé bolesti dostaneš příliš blízko nebo se mne pokusíš zastavit, když něco chci dostat, zbavím se tě.“ (Výraz „zbavím se tě“ může v tomto případě znamenat cokoli, co toho druhého zastaví - od „nemluví s tebou“ přes vítězství v hádce až k fyzické likvidaci.)

## **Bránění se prvotnímu zranění nebo jeho popírání vytváří víc bolesti**

Čím více činů vyrůstajících z jádra naší bytosti je pokřiveno maskou, tím více se musíme před sebou ospravedlňovat tím, že obviňujeme někoho jiného. Čím mocněji popíráme existenci nižšího Já, tím bezmocnějšími se stáváme. Popírání nedovolí, aby se projevila síla vnitřního zdroje. Tímto způsobem se vytváří koloběh stále narůstající bolesti a bezmocnosti. Jak se tento začarovaný kruh zvětšuje, jako by se zvětšovala i prvotní bolest a zranění. Imaginární síla této iluzorní bolesti je tak obrovská a my se jí podvědomě tolik obáváme, že se nezastavíme před ničím, jen abychom jejímu prožití zabránili. V našich představách se rovná mučení a úplnému zničení.

Jakmile svůj útěk od bolesti omlouváme a neléčíme ho, prvotní zranění zatlačujeme hlouběji.

## Náš navyklý obranný systém

*Zkušenosti z mé léčitelské a učitelské praxe mne dovedly k závěru, že odmítáním prvotního zranění prostřednictvím navyklých obranných vzorců si vytváříme daleko víc bolesti a onemocnění v těle i v životě, než by nám ono samé přineslo.*

Deformace lidského energetického pole, které mají původ v nepřetržitém používání navyklých obranných systémů, jsou příčinou nemocí. Při popisu lidského energetického pole v dalších kapitolách této knihy uvidíte, kolik poruch takto v energetickém poli vzniká a jak tyto poruchy následně vytvářejí onemocnění v lidském těle. Navyklé obranné vzorce můžeme pozorovat v energetickém poli jako tzv. energetický obranný systém.

Energetický obranný systém je ze zvyku používaný vzorec deformace (pokřivení) energetického pole, ke kterému se opakovaně vracíme. Souvisí s naší maskou. Čím lépe se nám daří pomocí obranného systému zadržovat v sobě bolest a hněv, tím více zadržujeme i pozitivní pocity. Život neprobíhá tak, jak jsme očekávali - je nudný, nemá vyšší rozměr. Eros umírá. Stáváme se lhostejnými. Tento stav má dopad i na naše tělo. Začínáme ztrácet víru v život.

Abychom se od bolesti oddělili, stavíme tak, jak jsme si navykli, další hradby, které nás však zároveň víc a víc oddělují od našeho hlubšího jádra. Na svou podstatu, na svou esenci zapomínáme. Ztrácíme kontakt s esenciálními energiemi, které život vytvářejí. Očekáváme, že si vytvoříme život, jaký chceme, ale nemáme jasnou představu o tom, kdo jsme - kdo je ten, co to chce.

## Cesta nazpátek k prvotnímu zranění

Jediný způsob, jak se rozpomenout, kdo vlastně jsme, vytvářet svůj život podle sebe, být zdravý a cítit se v bezpečí, je navrátit se k plnému spojení se svým jádrem. Existuje pouze jedna cesta, jak toho dosáhnout - nalézt a sledovat jakou podobu mají naše závěry a rozpouštět zamrzlé psychické časové konglomeráty, které jsou k nim přidružené tak, abychom se dostali až k prameni všech těchto podob závěrů - k prvotnímu zranění. Musíme tuto ránu odkrýt. Znamená to prozkoumat svůj obranný systém a vyčistit negativní pocity i všechny vrstvy bolesti okolo rány, ze které vše pochází. Jakmile se k ní dostaneme, náš život se změní. Tento postup léčení sebe a svých životů nazýváme procesem transformace.

Pro nalezení cesty nazpátek k prvotnímu zranění bylo vypracováno mnoho technik. Uvedu zde regresi pomocí autosugesce a regresi pomocí „body posturing“ (pozice těla), kterým se vyučuje i v kurzech Školy léčení Barbary Brennan. Tyto techniky umožňují učitelům pracovat společně se studenty.

V jednom cvičení prováděném ve skupině studenti uvolňují své obranné systémy tím, že zaujmou pozici, která má vyjádřit jejich představu o vlastním prvotním zranění.

Potřebují pouze přenést pozornost na hlavní emocionální problémy a bolest, které se v té době v jejich životech vyskytují, a nechat tělo, aby na ně reagovalo. Tato technika funguje na základě toho, že bolest je spojená s podobnou energií, uloženou ve ztuhlých psychických konglomerátech.

Jak se reakce těla zintenzivňuje - podmínkou je udržet pozornost zaměřenou dovnitř - bolest je jakoby vytahována a stává se jasnější. Místnost je náhle plná zraněných lidí a jejich bolesti. Pokroucená těla ji vyjadřují. Někdy lidé stojí na jedné noze s druhou nohou zdviženou a pažemi otočenými před sebe. Mnozí mají skloněné hlavy a někteří leží na podlaze stočení do klubíčka, jak to dělávají malé děti.

Při tomto cvičení můžeme jasně vidět, že bolest pocházející z problémů v tomto životě je skutečně stejné povahy, jako bolest prožívaná v minulých životech. Jak odchází současná bolest, začne se uvolňovat bolest starší. Aby k tomu mohlo dojít, pokračují studenti s pozorností zaměřenou dovnitř ve vyjadřování bolesti pomocí pozic a vracejí se zpátky v čase až k prvotnímu zranění. K regresi dochází automaticky - studenti se vrstvou po vrstvě vracejí až bolesti původní. I když je tato bolest silná a děsivá, je založena na klamně představené držení ve vyvozeném závěru, a tudíž je iluzorní. Abych vysvětlila pojem iluzorní bolesti, vrátím se k příkladu desetiletého Joea. Když jeho matka odjíždí na týdenní prázdniny, je z toho úplně vyřízený. Co ho doopravdy ničí, není vlastní situace, ale způsob, jakým to prožívá.

Studenti pokračují v sestupu skrz nashromážděnou iluzorní bolest, až se dostanou k prvotní ráně. Když se do ní ponoří, k jejich překvapení bolest klesá. Po chvíli je požádáme, aby se při zachování své pozice přiblížili k jiné osobě. Tak dojde ke kontaktu s jinou zraněnou lidskou bytostí. V místnosti vždy zavládne ovzduší vzájemné úcty. Každý je zraněn. Všichni jsou si rovni. Vzájemné kontakty mezi lidmi přinášejí naplnění prostoru láskou.

Po dokončení cvičení je čas být chvíli spolu, sdílet své pocity. Dochází k zajímavým objevům. Studenti jsou obvykle překvapeni tím, že zranění není vůbec to, co mysleli. Zjišťují, že nejvíc bolesti nepochází z vlastního prvotního zranění, ale z obranných systémů. Již velmi brzo se začínáme bránit tomu, co očekáváme - v souladu s velmi ranou podobou závěru -, že nám život přinese. Pokaždé, když se situace zopakuje, přidáme svým psychickým zatuhlým konglomerátům další energii. Jakmile k tomu dojde, iluze bolesti vzroste. Nakonec už ani nevíme, z čeho pocházela. Zbývá jen neznámá, hrozná bolest, kterou nejsme schopni snést.

Poznat, kolik času a energie promarníme během života bráněním se prvotní ráně, je podle studentů tou nejzávažnější částí tohoto cvičení. Nejhlubší bolest cítíme, když zrazujeme sami sebe. Při provádění cvičení studenti mohou procítnout své dávné rozhodnutí nekonat v souladu s tím, kdo jsme, ne-

uznat to a nežít podle toho. Mohou vidět, že tak činili při cestě životem znovu a znovu, až se toto jednání stalo podvědomým návykem a součástí jejich obranného systému. Prožitky zakoušené při cvičení jim přinášejí obrovskou svobodu a úplně jiný pohled na život. Ten se stává neustálou výzvou žít v pravdě a nezrazovat sám sebe - zůstat ve spojení s jádrem své bytosti bez ohledu na životní okolnosti, ve kterých se nacházíme.

Zmíněnou bolestí netrpí jenom pár lidí - existuje v různém stupni v celém lidstvu. Někteří lidé si ji uvědomují více než jiní.

## Stav člověka: Žití v dualitě

V každém dnu svého žití vyjadřujeme do určité míry své jádro. Stupeň vyjádření je přímo úměrný tomu, jak pevně jsme s ním spojeni a jak dovolíme esenci, aby proudila. Oblasti našeho života plynoucí hladce, bez obtíží, ve kterých se cítíme plně uspokojeni, ukazují, kde k tomuto přímému spojení dochází. Velká lidská díla i velké lidské životy jsou vytvářeny právě energiemi, které přicházejí přímo z jádra a proudí volně bez omezování. Nejinak je tomu i se zdravím. Tyto energie patří našemu vyššímu Já, které spojení s jádrem nikdy neztratilo.

Ke svému vyššímu Já se obvykle ostýcháme přihlásit. Většinou nedáváme najevo, jak velkou máme potřebu se o někoho starat, jak hodně milujeme, jak moc po něčem v životě toužíme. Ukryjeme to uvnitř, označíme nějakou nálepkou a v souladu s internalizovanými rodičovskými hlasy rozmělníme na „přijatelnou míru“. Spokojíme se s něčím menším. Tak by přece mělo vypadat „rozumné“ a „vhodné“ chování - alespoň si to myslíme. Někdy ovšem nejsme dost ostražití a ke slovu se přihlásí síla tvoření. Laskavý čin, vyznání lásky či přátelství - pokud k nim došlo bez přemýšlení - to je esence centra našeho Bytí. Stačí okamžik přímého spojení. Láska se dostane na svobodu.

Pak se ovšem, jelikož nejsme schopni akceptovat lásku a světlo, zastydíme a stáhneme. Vynoří se neurčitý strach: „Asi jsem udělal nebo udělala něco špatného.“ To v nás promluvil rodičovský hlas nahrazující jádro. Pod ním leží naše obrana, která nás varuje: „Jestliže toto proudění energie nezastavíš, budeš pravděpodobně cítit všechno včetně bolesti, kterou jsem já pohřbila, aby ses ty nemusel trápit.“ Poslechneme a proud životní síly zkrátíme a utlumíme. Vrátime se k „normální“ úrovni „bezpečí“, kde se nemůžeme dostat do žádné riskantní situace - na našem moři nehrozí převrnutí žádné lodce, a nejmíň ze všeho té naší.

Takový je stav člověka. Nezávisle na tom, jaké máme životní podmínky, žijeme v dualitě volby. Každou minutu volíme mezi „ano“ které nám přináší rovnováhu, sílu a bezpečí bez používání obranných systémů ústící do naplno prožívaného života, anebo „ne“. Naším „ne“ se tomuto plnému prožitku života i uvědomění si pravdy bráníme. Většina z nás ji znát netouží. Proč? Protože podvědomě víme, že uvolnit životní sílu by mohlo znamenat uvolnit i starou bolest. Toho se obáváme. Nevíme, jak to zvládnout. Stáhneme se do obrany a vrátíme ke známé, zdánlivě správné definici masky, určující kdo jsme. Její internalizované rodičovské hlasy se stanou silnějšími: „Kdo sis myslel, že jsi? Bůh?“ „Opravdu si myslíš, že můžeš věci změnit?“ „Prosím tě, uvažuj realisticky. Lidé se nemění! Spokoj se s tím, co máš.“ „Jsi nenasytý.“ „Nevážíš si toho, co máš.“ Nebo „Kdyby tě jenom tví rodiče vedli lépe...“ „Kdyby to tvůj manžel neudělal...“ „Kdyby ses jenom bývala narodila hezčí...“ A tak dál! Masky zná milion způsobů, jak vás udržet tam, kde vás chce mít. V určitém rozsahu vás od pocitu bolesti odděluje. Ale dlouhodobě jí vytváří více a nakonec vás dovede do nemoci.

Onemocnění si přivodíme tím, že část nás není spojena s centrem Bytí. Zapomínáme, kdo doopravdy jsme, a žijeme svůj život podle pokynů masky, nižšího Já a obranného systému. Léčení spočívá v rozpomínání se a opětovném spojení těch oblastí duše, od kterých jsme se oddělili.



Stejnou měrou, do jaké potlačujeme pozitivní energie, potlačujeme svou kreativitu a schopnost své zdraví udržovat či sám sebe léčit. Úkolem každého z nás je proto spojení s jádrem Bytí znovu najít a takto pracovat na sebeuzdravování.

## **Spirituální smysl prvotního zranění**

Mohli bychom si položit otázku: Co je příčinou či smyslem prvotního zranění? Prvotní zranění vzniká, když slábne spojení mezi novorozeným dítětem a hlubší spirituální moudrostí jeho jádra. Proč, z hlediska evoluce lidského druhu, k němu dochází? Odpověď nalezneme v rozdílu mezi spojením s jádrem v raném věku a spojením získaným prostřednictvím životní zkušenosti. První spojení je nevědomé. Spojení, ke kterému dochází v průběhu dalšího života, je vědomé. Spojení dospělých lidí s jejich jádrem, získané životními zkušenostmi, přináší vědomé poznání jejich vnitřní božské podstaty. Vědí, že jsou jiskrou Božího světla ve vesmíru a zkoncentrovaným Božstvím. Následkem evolučního procesu je mezi námi stále víc a víc jedinců, kteří k tomuto poznání už došli. Objevujeme, že jsme spoluvůrci vesmíru. To je právě smyslem inkarnace - získání vědomí sebe sama jako božského spoluvůrce vesmíru.

## **Následování vlastní touhy vede k životnímu úkolu**

Touha pochopit a vyjádřit sebe sama je ukryta v každém z nás. Ona je vnitřním světlem, které nás vede na evoluční cestě. Znamená to, že opětovné spojení s jádrem Bytí představuje náš osobní životní úkol, pro který jsme se narodili. Aby mohlo dojít k jeho naplnění, musí být uvolněny bloky mezi vědomím a centrem Bytí. Jakmile se to podaří, expanze tvůrčích energií přinese své ovoce. Dostane se nám mnoha darů, které nejdříve poslouží nám a pak je budeme sdílet se světem. Dary, které dáváme světu, jsou završením našeho životního úkolu. Můžeme je ovšem rozvinout pouze tehdy, jak už bylo řečeno, pokud uvolníme tvůrčí energie z centra svého Bytí. K uskutečnění toho, co si přejeme, tudíž vede pouze jedna cesta - věnovat pozornost svému osobnímu transformačnímu procesu.

## **Každý z nás je léčitelem i zraněným**

Každý z nás je zároveň léčitelem i tím, kdo je zraněn a léčení potřebuje. Zdráháme se zůstat bez obrany, bez závoje a ukázat, co skrýváme uvnitř - ať už je to pozitivní nebo negativní. Ostýcháme se dát najevo bolest, s hanbou ukrýváme rány, které v sobě nosíme. Myslíme si, že jsme jediní, kdo jimi trpí, nebo že naše bolest je obzvláště nechutná a zavrženíhodná. Je strašně namáhavé se takto chovat, ale máme pocit, že jsme v bezpečí. Na tyto podmínky jsme zvyklí, takto žijeme. Každému trvá nějakou dobu, než se takový stav rozhodne změnit. Vyžaduje to odvalu a lásku. Dejme proto jeden druhému hodně prostoru, času a láskyplného povzbuzování. Prostřednictvím bolesti a zranění se totiž všichni učíme milovat. Ta hluboká vnitřní rána je naším nejlepším učitelem. Prozkoumejme, kdo v nitru doopravdy jsme. Poznejme, že navzdory vrstvám bolesti a hněvu, které nás zahalují, jsme nádhernou

esencí Bytí. Každý z nás je jedinečnou bytostí, a že tomu tak je, je závratné. Pomáhejme jeden druhému sdílet tuto pravdu.

Vlídny, život podporující vesmír plný hojnosti, který je posvátný, se nachází všude kolem nás. Jsme bezpečně uloženi v jeho pažích a obklopeni univerzálním polem zdraví. Stačí natáhnout ruku a spojit se s ním. Vesmír nás vždy nasytí. Božské mystérium života je v nás i ve všem okolo nás.

## Jste svým léčitелеm

Uzdravit sebe sama můžete jedině vy sami. Máte k tomu všechny schopnosti. Proces léčení onemocnění síly přináší, ne ubírá. Je to osobní cesta, rituál projití stezky - jedna z neúčinnějších učebních pomůcek, jaké jsou k dispozici. Je zřejmé, že cesta uzdravování bude věnovat pozornost jak všem dostupným prostředkům, které nabízí klasická medicína tak i nástrojům holistického způsobu léčení.

Z hlubšího pohledu je onemocnění zapříčiněno nenaplněnou touhou. Čím silnější touha, tím těžší onemocnění. Je to zpráva o tom, že jsme nějak a někde zapomněli, kdo jsme a co je naším cílem. Zapomněli jsme a oddělili se od záměru, který nese naše tvůrčí energie z jádra. Onemocnění je toho dokladem. Nemoc vždy představuje nenaplněnou touhu. Využijte nemoci na prvním místě k tomu, abyste svobodně začali dělat to, po čem jste vždy tužili, stali se tím, kým jste vždy toužili být, manifestovali a vyjádřili to, čím již jste z pohledu své nejhlubší, nejširší a nejvyšší reality.

Jste-li nemocní, připravte se na to, že ve vašem životě dojde ke změnám. Můžete s jistotou očekávat, že vaše nejhlubší touha se dostane na povrch a přinese své ovoce. Nastal čas zastavit se a pohlédnout do tváře svému vnitřnímu tygrovi - ať pro vás představuje cokoliv. Za nejlepší způsob, jak začít hledat význam své nemoci, považuji položit si otázku: „Po čem toužím a co se mi ještě nepodařilo v životě vytvořit?“ Předpokládám, že mezi svou nenaplněnou touhou a onemocněním naleznete přímé spojení.

Uvnitř výše zmíněného základního rámce léčení musíte znovu hledat své zdraví. Nemluvím pouze o zdraví fyzickém, které je vlastně druhotné, ale i o zdraví ducha. Uvnitř tohoto rámce nebo metafory reality mohou být řešeny všechny životní i zdravotní problémy. Život ve fyzickém světě by měl být prožit v lásce. Rozvíjení vyšších kvalit a jednota s Božskou podstatou v nás k němu neodmyslitelně patří. Život je přesně o tomto - bez ohledu na to, jaké jsou právě teď jeho okolnosti. Nevadí, že obsahuje bolest, problémy nebo nemoc - jsou to nejlepší učitelé. Učitelé lásky, učitelé připomínající vám vaši Božskou podstatu. Je to cesta vynořování se vašeho světla.

## DRUHÁ KAPITOLA

**ČTYŘI DIMENZE TVŮRČÍCH ENERGIÍ**

Pochopení podstaty tvůrčích energií - co dělají a jak fungují - napomůže jejich uvolnění pro zdraví, umožní jejich využití pro léčení a vytvoření něčeho nového v životě. Důležité je také porozumět vztahu mezi kreativními energiemi a přirozenou proměnlivostí i prouděním univerzálního tvůrčího procesu v našem nitru. Pole životní energie, prostřednictvím kterých jsou vytvářeny životní situace, události a prožitky, stejně jako materiální svět, jsou jeho nástroji.

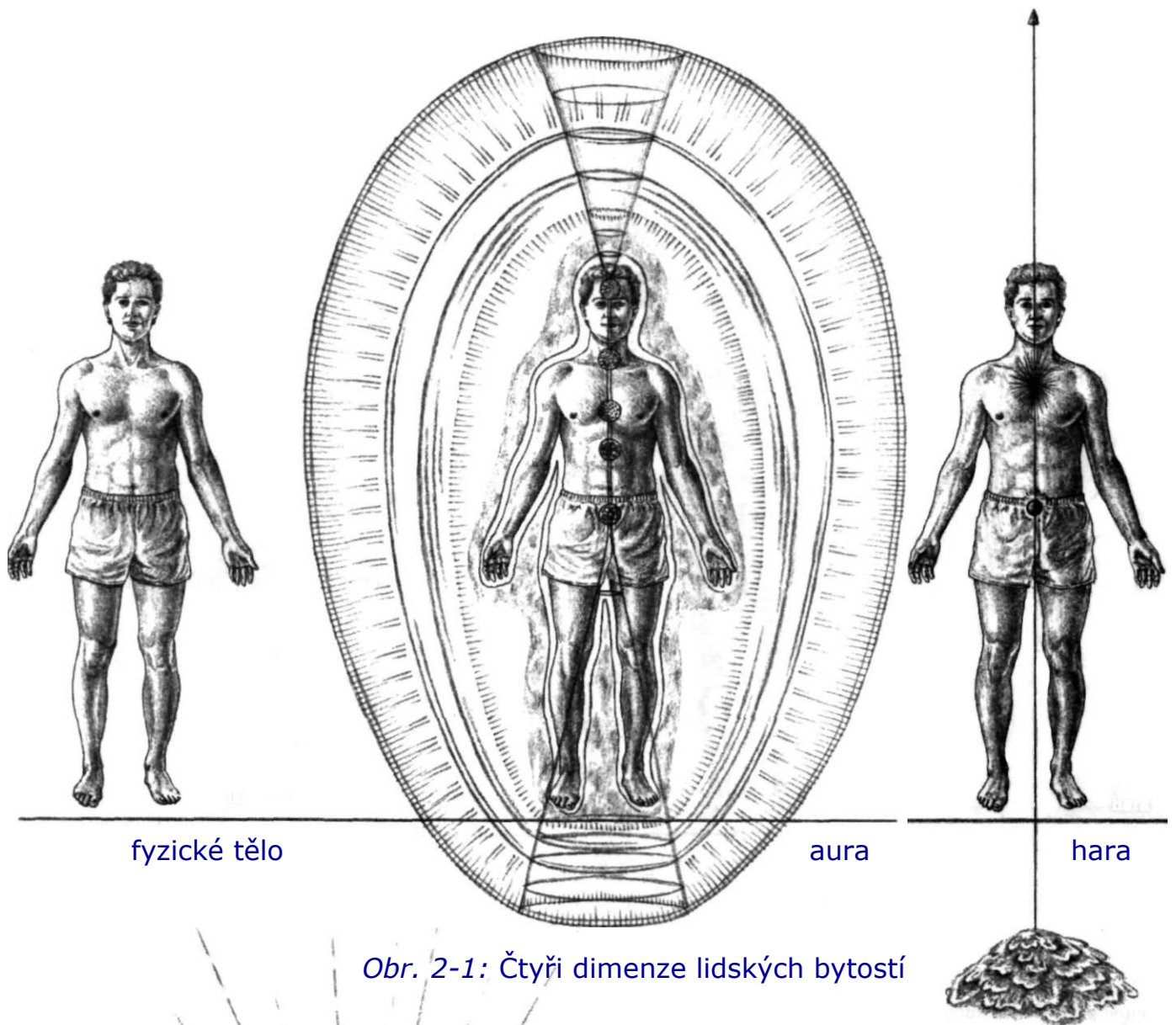
Tvořivé síly mají několik dimenzí. Výrazové prostředky naší řeči jsou příliš omezené, než aby se jim podařilo adekvátně popsat rozdíly v těchto dimenzích, které osobně zažíváme, když procházíme tvůrčím procesem. Z nedostatku lepších výrazů používám termíny *energie* a *dimenze*, ovšem jiným způsobem, než jakým se jich užívá ve vědě. Jsem si jistá, že s tím, jak narůstá počet jednotlivců, kteří tyto tvůrčí zážitky vědomě prožívají, budou nalezena také nová slova potřebná pro jejich přesnější vyjádření.

Z mého pohledu existují uvnitř každé lidské bytosti nejméně čtyři dimenze tvůrčích energií. Každou z těchto úrovní lze sledovat pomocí vyššího smyslového vnímání a léčitel s praxí v ní může při léčení přímo pracovat. Obrázek 2-1 zachycuje tyto naše čtyři úrovně: fyzickou úroveň, úroveň aury, hara úroveň a úroveň hvězdy jádra neboli centra Bytí.

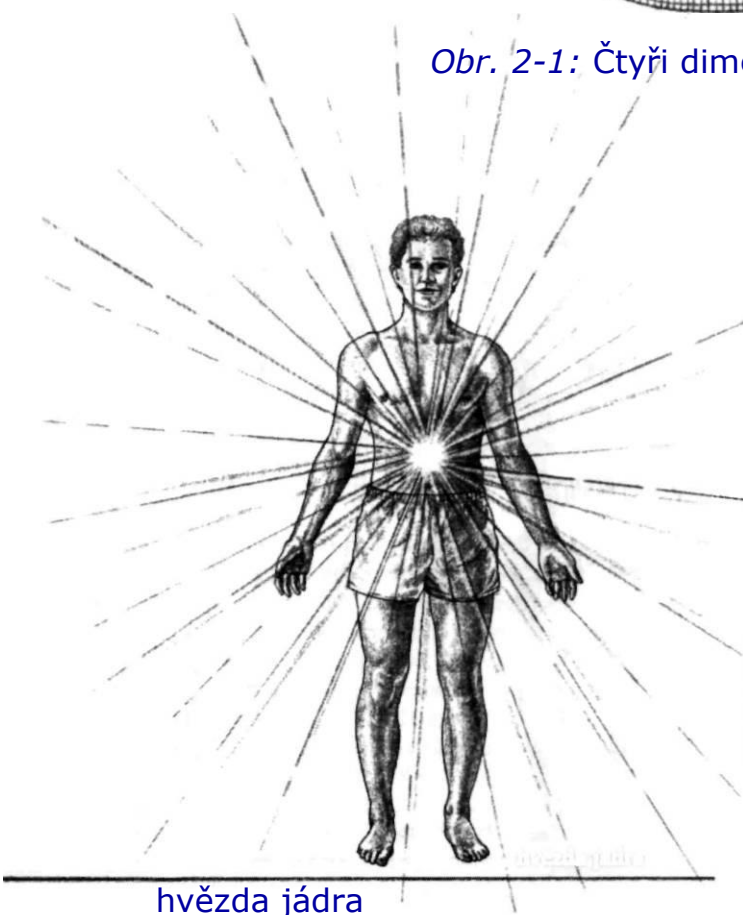
První úroveň tvoří nám dobře známý fyzický svět. Základem pro náš fyzický svět je svět energie a vědomí. Přímo pod fyzickým světem je dimenze univerzálních neboli životních polí, ve které existuje *aura* nazývaná též *lidským energetickým polem*. Tato úroveň je rámcem neboli síťovou strukturou, na které fyzický svět spočívá. Vše, co existuje ve fyzickém světě, musí nejprve existovat nebo být vytvořeno ve světě energie. Každá existující struktura musí být nejdříve zformována ve strukturovaných úrovních energetických polí. K této dimenzi patří také energie našich osobností. Každý pocit, který máme, existuje v úrovni polí životní energie. Ve fluidních úrovních pole nalezneme úsměvy lásky, zlé pohledy při odmítnutí, způsob, jak chodíme, sedíme, stojíme a podobně - to vše potom fyzické tělo vyjadřuje.

Pod lidským energetickým polem leží harická úroveň, ve které jsou drženy naše záměry. V tvůrčím procesu hrají nesmírně důležitou roli. Pokud máme záměry podvědomé, nejasné nebo protichůdné, bojujeme sami proti sobě a proces narušujeme. Když se naučíme naše záměry nejenom v sobě, ale i ve skupině, ve které právě pracujeme, sladit, a záměry této skupiny sladit se záměry větší skupiny, a tak dále je také dostávat do souladu, uvolníme obrovské tvůrčí schopnosti.

Pod úrovní hara je dimenze centrálního jádra našeho Bytí. Nazývám ji také hvězdou středu. To je úroveň našeho vnitřního zdroje nebo Božské podstaty v nás. Odtud pochází všechna naše kreativita.



Obr. 2-1: Čtyři dimenze lidských bytostí



Úplný přirozený tvůrčí proces vyžaduje, aby se energie a vědomí z hvězdy jádra neboli středu našeho Bytí vynořily a postupovaly vzhůru všemi čtyřmi dimenzemi. Trvalá změna v jedné dimenzi vyžaduje změnu v jejím základu ležícím v nejbližší dimenzi pod ní. Z pohledu léčení to znamená, že pokud si přejeme změnit stav nemoci těla nebo jeho určité součásti (orgánu) na stav zdraví, musíme pracovat s energiemi, které slouží jako základ pro tělo. Je nutné pracovat s každou z uvedených čtyř dimenzí. Pojdme je nejdříve prozkoumat. Začneme aurickou úrovní - lidským energetickým polem.

V průběhu historie lidstva bylo životní

energetické pole zkoumáno a využíváno pro různé účely. Jeho výzkum, který pokračuje dodnes, začal dlouho předtím, než jsme se naučili používat vědecké metody. V tabulce 2-2 je uveden přehled zmínek o univerzálním energetickém poli po dobu naší historie. První zmínky o něm nalezneme již 5000 let před Kristem. V tabulce 2-3 naleznete přehled osob zabývajících se zkoumáním lidského energetického pole ve dvacátém století.

Jsou zde uvedeny názvy, která se pro tato pole používají, vlastnosti, které se jim připisují, a způsob, jakým jsou využívána. Současní vědci nazývají měřitelná energetická pole přidružená k biologickým systémům „bioenergetickými poli“. Na druhou stranu pro popis těžce energie používají léčitelé termíny *aura* a *lidské energetické pole*. Je potřeba to rozlišovat, protože bioenergetická pole jsou měřitelná v laboratořích, zatímco informace o auře a lidském energetickém poli získáváme od lidí s vyšším smyslovým vnímáním. V prvním případě je měřená informace omezena kvalitou zařízení, ve druhém jasností a kvalitou vyššího smyslového vnímání pozorovatele. Podle mých zkušeností jsou měření bioenergetického pole v korelaci s tím, co pozorují osoby pomocí vyššího smyslového vnímání. Bylo provedeno několik pokusů, které to jasně prokázaly. Také zde se o nich ještě zmíníme.

## Fyzický svět a jeho bioenergetické pole

Energetické pole spojené s lidským tělem můžeme měřit pomocí přístrojů, jako jsou elektroencefalograf (EEG), elektrokardiograf (EKG) a přístroj pro měření supervodivé kvantové interference (SQUID) - jedná se o vysoce citlivý magnetometr. Mnoho studií prokázalo, že dysfunkce nebo abnormalita v bioenergetickém poli souvisí s infekcí v lidském těle. Například dr. Harold Burr z Yale zjistil, že měřením energetického pole semínka (nazval ho životním polem) získá informace, podle nichž je schopen říci, jak zdravá rostlina ze semínka vyrostle. Zesláblé pole živé bytosti signalizovalo možnost onemocnění.

Jiný vědec, dr. Robert Becker, ortoped z New Yorku měřil komplex elektrického pole lidského těla. Prokázal, že bioenergetické pole přímo souvisí s jeho fungováním. Dále zjistil, že síla a tvar pole se mění v závislosti na fyzických a psychických změnách.

Dr. Hiroshi Motoyama z Tokia, zakladatel Asociace pro náboženství a parapsychologii, prováděl měření stavu akupunkturních meridiánů. Výsledky využil pro léčení metodou akupunktury. Dr. Viktor Injušin z Kazašské univerzity je jedním z mnoha vědců zabývajících se po mnoho let měřením energetického pole pomocí přístrojů, které používají materiály citlivé na světlo. Dr. Injušin je schopen zachytit stav akupunkturních bodů pomocí speciální fotografické techniky Tato technika pracuje s vysokými frekvencemi, vysokým napětím a proudem o nízké intenzitě vedeným tělem subjektu.

**TABULKA 2-2 PŘEHLED ZMÍNEK O UNIVERZÁLNÍM ENERGETICKÉM POLI V OBDOBÍ NAŠÍ HISTORIE**

období	jméno/místo	název energie	charakteristika energie
5 000 let př. Kr.	Indie	prána	základní zdroj života
3 000 let př. Kr.	Čína	čchi jin a jang	přítomná ve vší hmotě složená ze 2 polárních sil; rovnováha rovná se zdraví

**TABULKA 2-2 PŘEHLED ZMÍNEK O UNIVERZÁLNÍM ENERGETICKÉM POLI V OBDOBÍ NAŠÍ HISTORIE**

<b>období</b>	<b>jméno/místo</b>	<b>název energie</b>	<b>charakteristika energie</b>
500 let př. Kr.	Řecko Pythagoras	životní energie	vnímaná jako zářivé tělo, které je schopno léčit
15. století	Evropa Paracelsus	iliaster	životní síla a živá hmota; léčení; spirituální práce
16. století	Godfried Wilhelm von Leibnitz	monády	centra síly s vlastním zdrojem pohybu
17. století	Franz Anton Mesmer	magnetické fluidum	naplňuje živé i neživé předměty; hypnóza; ovlivňování na dálku
18. století	Wilhelm von Reichenbach	odická síla	přirovnávána k elektromagnetickému poli

**TABULKA 2-3 PŘEHLED OSOB ZABÝVAJÍCÍCH SE LIDSKÝM ENERGETICKÝM POLEM VE DVACÁTÉM STOLETÍ**

<b>období</b>	<b>osoba</b>	<b>předmět zkoumání</b>	<b>závěry/využití</b>
1911	Walter Kilner	aura	použití barevných clon a filtrů umožňuje vidět 3 vrstvy aury; aurická konfigurace koreluje s onemocněním
1940	George De La War	emanace	radionika - vyvinuty spec. přístroje; prokázáno vyzařování ze živých tkání, používáno při stanovování diagnózy a léčení na dálku
1930-1950	Wilhelm Reich	orgonická energie	psychoterapeutická metoda využívající org. energii v lidském těle; studium této energie v přírodě; zkonstruování spec. přístrojů pro její zjišťování a akumulování
1930-1960	Harold Burr a F. S. C. Northrup	životní pole	uspořádání organismu je řízeno životním polem; pojem denní rytmy
1950-1960	L. J. Ravic	myšlenkové pole	interferencí životního pole s myšlenkovým se vytvářejí psychosomatické symptomy
1970-1989	Robert Becker	elektromagnetické pole	mapování elektrického pole na lidském těle - korelace výsledků se zdravím a nemocí; metoda stimulování růstu kostí pomocí elektrického proudu
1970-1980	John Pierrakos, Richard Dobrin a Barbara Brennan	lidské energetické pole	měření pole při klinických pozorováních vykazuje korelaci s emocionální odpovědí; měření světla v tmavé místnosti je v korelaci s přítomností lidí
1970	David Frost, Barbara	lidské energetické pole	ovlivnění laserového paprsku lidským energetickým polem

**TABULKA 2-3 PŘEHLED OSOB ZABÝVAJÍCÍCH SE LIDSKÝM ENERGETICKÝM POLEM VE DVACÁTÉM STOLETÍ**

období	osoba	předmět zkoumání	závěry/využití
	Brennan, Karen Gestla		
1970-1990	Hiroshi Motoyama	čchi	měření akupunkturních meridiánů pomocí elektrického proudu - využití pro stanovení diagnózy léčení
1970-1990	Viktor Injušin	bioplazma	lidské energetické pole má bioplazmu skládající se z volných iontů; pátý stav hmoty; rovnováha mezi kladnými a zápornými ionty znamená zdraví
1970-1990	Valerie Hunt	biopole	měření frekvence a rozmístění biopole na lidském těle - výsledky v korelaci se čtením aury osobou s rozvinutým vyšším smyslovým vnímáním
1960-1990	Andria Puharich	život povzbuzující pole	změření těchto magnetických polí (8 Hz) na rukách léčitele; zjištění, že vyšší nebo nižší hodnoty životu neprospívají
1980-1990	Robert Beck	Schumannovy vlny	korelace pulzací léčitele s pulzacemi pole země - Schumannovy vlny
1980-1990	John Zimmerman	mozkové vlny	prokázáno, že mozek léčitele se dostává do pravo/levé synchronizace v hladině alfa; stejně je tomu i u pacientů

Dále existuje několik pokusů, které poukazují na korelace mezi měřeným „biopolem“ a „lidským energetickým polem“. Za nejlepší považují práce dr. Valerie Hunt v UCLA a dr. Andrii Puharich prováděné v jeho soukromé laboratoři. Výsledky pokusů prováděných dr. Valerií Hunt prokázaly přímou korelaci mezi frekvencí i vlnami střídavého elektrického proudu měřenými na povrchu těla a barvami v auře tak, jak je pozorovala osoba s vyšším smyslovým vnímáním. Dr. Hunt opakovala „čtení aury“ s dvanácti různými osobami a v každém případě byly odpovídající vlny a jejich frekvence v úplném souladu s barvami popisovanými jasnovidci. Dr. Puharich zase měřila magnetický impuls pocházející z rukou léčitele - naměřená hodnota činila 8 Hz (8 cyklů za minutu). Dále zjistila, že většího léčebného efektu dosáhli léčitelé, kteří vysílali intenzivnější signál.

Nukleární fyzik dr. Robert Beck cestoval po světě a měřil frekvence mozkových vln různých léčitelů. Zjistil, že pro všechny léčitele platil v čase, kdy léčili - nezávisle na způsobu léčení -, stejný model frekvence mozkových vln o hodnotě 7, 8-8 Hz. Dr. Beck testoval charismatické křesťanské „léčitele vírou“, havajské „kahunas“, léčitele používající metody wicca, santerie, radestezie a radioniky, dále také léčitele využívající pro léčení vyšší smyslové vnímání nebo citlivost pro okultní a parapsychologické jevy (médiá). Výsledky byly překvapivě shodné.

Položil si otázku: „Proč tomu tak je? Co udává tento rytmus?“ Zjistil, že odpověď je ukryta v kolísání magnetického pole země, které se pohybuje mezi 7, 8-8 Hz. Jedná se o tzv. Schumannovy vlny. Na základě dalšího výzkumu prováděného v době léčení došel k závěru, že mozkové vlny léčitelů byly v okamžiku léčení synchronizované

se Schumannovými vlnami, a to jak co se týká frekvence tak i fáze. To znamená, tyto mozkové vlny pulzují nejen ve stejné frekvenci, ale i ve stejném čase jako Schumannovy vlny země. Lze předpokládat, že léčitelé jsou schopni k léčení pacientů čerpat energii z magnetického pole země. Tento postup se nazývá sdružování polí.

Dr. John Zimmerman, zakladatel a prezident Bio-Elektro-Magnetics Institutu v Renu v Nevadě, prostudoval velké množství prací zabývajících se sdružováním polí a korelací se zkušenostmi léčitelů.

Jasně z toho vyplynulo, že to, co léčitelé nazývají „uzemněním“ (spojením se zemí), je napojením se na energetické pole Země, a to jak ve frekvenci tak i čase. Dr. Zimmerman zjistil, že pokud je léčitel ve spojení se Schumannovými vlnami, dostává se pravá a levá hemisféra do rovnováhy a vykazuje tzv. alfa hladinu, tj. hodnotu 7, 8-8 Hz. Když jsou léčitelé při léčení pomocí vkládání rukou ve spojení s pacientem, také jeho mozkové vlny se dostanou do hladiny alfa, jsou synchronizované s léčitelem a pravá a levá hemisféra jsou v rovnováze. Prostřednictvím léčitele je pacient spojen se zemským magnetickým polem a má možnost při léčení čerpat z tohoto obrovského zdroje energie.

## **Lidské energetické pole: nástroj, který nese vaši energii**

Pozorování lidského energetického pole jsem se jako léčitelka, která využívá pro svou práci vyšší smyslové vnímání, věnovala po mnoho let. Studium energetického pole rostlin, zvířat a lidí jsem došla k závěru, že energetické modely struktur, na kterých rostou buňky, poskytuje lidské energetické pole. Chci tím říci, že prvotní je energetické pole, fyzické tělo vzniká následně.

Tuto myšlenku podporuje i fenomén neexistující končetiny. Dochází k němu, když lidé po amputaci vnímají končetinu, jako kdyby k jejímu odstranění nebylo bývalo došlo. Přetrvávající pocity jsou obvykle vysvětlovány drážděním přerušovaných nervových zakončení. Osoba s rozvinutým vyšším smyslovým vnímáním však může vidět, že tyto pocity v aurickém poli pacienta skutečně zůstávají.

Můj přítel dr. Pierrakos, zakladatel a ředitel Institutu pro metodu energie jádra v New Yorku, autor knihy „Core Energetics“ pracoval s pacientkou, která měla s efektem neexistující končetiny problémy. Trpěla pocitem, že lýtko amputované nohy má přivázané ke stehnu a že pokaždé, když se posadí, na něj dosedne. Dr. Pierrakos viděl v jejím aurickém poli odpovídající situaci -pole s modelem končetiny bylo zkrouceno do stejné pozice, jakou popisovala. Pracoval s polem tak, aby energii narovnal a končetina se dostala do normální polohy. Poté příznaky odezněly. Později to konzultoval s chirurgem, který amputaci prováděl, a vyšlo najevo, že tomu tak skutečně bylo, protože se pozice jevila pro operaci jako nejvhodnější. Jsem přesvědčena, že pacientka vnímala své energetické pole.

Znamená to, že i když končetina byla odoperována, její základní energetická struktura tam stále zůstává. Potvrzuje to zmíněný fakt, že pole vždy existuje před fyzickým tělem. To je ovšem názor, který se úplně liší od názoru mnoha vědců, kteří tvrdí, že pole je tělem vyzařováno, a ne že pole tělo vytváří. Existuje-li prokazatelně pole před fyzickým tělem, máme naději, že jednou bychom mohli umět nechat své chybějící končetiny znovu narůst, podobně jak se tomu děje například u salamandrů.



Speciální fotografická technika nabízí další důkaz na podporu mé hypotézy o primárnosti energetického pole. Je to tak zvaný efekt chybějícího listu. Pomocí této techniky můžeme sledovat zajímavý jev: Když uřízneme část listu rostliny těsně předtím, než pořídíme fotografii, objeví se na fotografické desce celý list (včetně uříznuté části) zachycen ostře a v zářivých barvách. Lze tedy dojít k závěru, že obraz chybějící část listu na fotografii pochází z energetického pole, ve kterém zůstává celý list dokonce i v případě, že ve fyzickém aspektu část listu schází. Z toho plyne, že energetické pole by nemohlo vzniknout z hmotného těla, ale hmotné tělo vzniká z energie.

Tento závěr naznačuje, že energetické pole je pro zdraví a růst mnohem důležitější, než jsme tušili. Příčinou onemocnění fyzického těla je tedy nerovnováha nebo deformace pole, a tudíž odstranění deformací energetického pole přivodí vyléčení nemoci v těle fyzickém. Léčit pacienty znamená naučit se pracovat s jejich energetickým polem - umět ho vyrovnávat, opravovat poruchy jeho struktury a nabíjet ho.

Jak bylo ukázáno i v mé knize „Ruce světla“, to, co se děje v aurickém poli, je prvotní a vždy předchází události ve fyzickém světě. Každé onemocnění se předtím, než se promítne do fyzického těla, projeví v poli energetickém a již tam může být léčeno.

Aurické tělo nám umožňuje proniknout do podstatně větších hlubin osobnosti než tělo fyzické - je to úroveň, ve které probíhají naše psychické procesy. Nositelem všech našich psychosomatických reakcí (z pohledu léčitele je každé onemocnění psychosomatické) je aura. Vyrovnané fungování našeho aurického pole je pro udržení našeho zdraví nezbytné. Ale ani aurické pole není zdrojem události. Zprostředkovává pouze cestu tvůrčímu vědomí z jádra Bytí do fyzického světa. Moje učení i způsob, kterým léčím, jsou založeny na znalosti struktury a fungování lidského energetického pole a konfigurací ležících pod ním, které nazývám hlubšími dimenzemi. S lidským energetickým polem, jeho anatomii, fyziologií, jeho úlohou při onemocnění a v procesu léčení a také s metodami léčení založenými na této bázi jste se mohli důkladně seznámit v knize Ruce světla. Teď bych ráda stručně tyto informace zopakovala a rozvedla je v oblastech, o kterých byla v knize pouze zmínka.

## Sedm úrovní lidského energetického pole

Lidské energetické pole se skládá ze sedmi úrovní (viz obrázek 2-4). Mnoho lidí má mylnou představu, že jednotlivé vrstvy pole jsou oddělené podobně, jako tomu bývá u slupek cibule. Je to však jinak. Vrstvy následují jedna za druhou a navzájem se obklopují a pronikají. Každá následující úroveň má vyšší frekvenci, vyšší kmitočet a rozšiřuje se do trochu větší vzdálenosti od povrchu těla než úroveň předcházející. Liché úrovně pole jsou strukturované, tvořené stojatými vlnami zářících paprsků. První, třetí, pátá a sedmá úroveň pole mají svůj tvar. Vrstvy ležící mezi nimi - druhou, čtvrtou a šestou tvoří bez tvaru substance/energie. Substance druhé vrstvy je podobná plynu, čtvrté vrstvy tekutině a u šesté se podobá rozptýlenému světlu, které můžeme vidět například kolem plamene svíčky. Nestrukturovanou úroveň energetického pole budeme nazývat *bioplazma*. Musíme si uvědomit, že nejde o vědecky potvrzený pojem, jelikož o jakou látku se jedná, nebylo zatím experimentálně prokázáno. Vzhledem k tomu, že nemáme k dispozici výraz lepší, budeme používat tento termín. Bioplazma je ve všech třech nestrukturovaných

vrstvách pole různě barevná, má určitou hustotu a intenzitu. Proudí podél strukturovaných úrovní. Souvisí přímo s našimi emocemi. Kombinace stojatých světelných struktur s protékající bioplazmou umožňuje udržet pevnou formu fyzického těla a zásobovat ho energií. Slouží také jako komunikační a integrační systém zajišťující fungování těla jako jednoho organismu.

Všechny tyto úrovně lidského energetického pole pracují holograficky, to znamená, že se navzájem ovlivňují. Někdy se také nazývají energetickými těly a nelze je považovat za méně skutečná, než naše těla fyzická. Pokud jsou všechna těla silná, nabitá energií a zdravá, prožíváme život plně ve všech jeho podobách. Jestliže je energetické pole na některé úrovni oslabeno, přináší nám to těžkosti v oblastech k ní přidružených a náš život je o něco ochuzen. Čím víc úrovní nebo těl je plně rozvinuto, tím plnější jsou naše životní zkušenosti a bohatší naše prožitky.

Máme tendenci předpokládat, že všechny zážitky budou stejné jako to, co prožíváme v dimenzi fyzické. Není tomu tak. Spíše lze říci, že život existuje na mnoha vibračních úrovních. Každá úroveň je jiná - záleží na povaze energetického vědomí, které se v ní nachází. Přináší nám to širokou škálu životních zkušeností, ze kterých se můžeme učit. Sedm úrovní aurického pole koresponduje se sedmi různými úrovněmi životních prožitků a zkušeností. Každá úroveň má jiný frekvenční rozsah vibrací, jinou intenzitu a složení bioplazmy. To znamená, že reaguje jen na ty podněty, které odpovídají jejímu charakteru.

Vzpomínám si, jak podnětné a vzrušující bylo odvozovat v aplikované matematice rovnice pohybu tekutin (kapalných a plyných látek) v závislosti na odlišných podmínkách. Překvapilo mne, že stejné rovnice platí pro vzduch i pro vodu. Rozdíl byl v tom, že jakmile se médium měnilo, určité faktory v rovnicích měly větší vliv než ostatní. Platilo to i pro rovnice, které popisovaly pohyb vzduchu blízko zemského povrchu a také pro jeho pohyb vzhůru. Pohyb vzduchu těsně nad zemí byl více ovlivňován třením (stromy, křoví) než tomu bylo ve větší výšce. Při dalším pohybu vzhůru, v rovnici popisující pohyb vzduchu, zákonitě klesal koeficient tření. Výsledky ukazovaly, že dochází ve směru proudění vzduchu k posunu. Tento posun směru se nazývá větrný smyk. Určitě jste si všimli, že mraky v určité úrovni se pohybují směrem, který je rozdílný od směru pohybu mraků, které jsou nad nimi ve větší výšce. Mikrometeorologie se zabývá popisem pohybů vzduchu na krátkou vzdálenost v místních podmínkách, které se velmi liší od jeho makropohybů přes oceán, kde vstupuje do hry pohyb země prostřednictvím Coriolisovy síly. Samozřejmě i tady platí stejné rovnice. Jednotlivé části rovnic jsou podle odlišných podmínek ovlivňovány různými součiniteli.

Když jsem se pokoušela vyluštit smysl interakcí aurického pole, aplikovala jsem stejné myšlenky a obecné principy. Energetické vědomí aurického pole proudí odlišně a je na různých úrovních ovlivňováno různými faktory. To znamená, že každá úroveň pole má jedinečné složení energetického vědomí, které se odlišuje od kterékoliv další úrovně. Jinak řečeno, bioplazma každé úrovně pole má pravděpodobně vlastní frekvenční okruh, intenzitu a složení. Můj způsob nazírání na aurické pole ovlivnily i další zajímavé metody pozorování, používané jak v astrologii tak i v jiných oborech; například práce s přístroji, které odfiltrují okrajové vlnové délky a potom využívají pro pozorování jenom úzké vlnové pásmo (běžná vědecká metoda). Pozorováním Slunce tímto způsobem získáváme fotografie sluneční atmosféry v různých výškách. Takto zachytíme obrazy slunečních skvrn a slunečních erupcí, které se velmi od sebe liší, např. snímání vrchní vnější vrstvy (korony) a snímání energie hlouběji uvnitř Slunce. Při sledování aurického pole mohou být stejné postupy velmi užitečné. Pozorování

jednotlivých úrovní vibrací v auře pomocí vyššího smyslového vnímání nám umožní jasněji definovat jednotlivé úrovně aurického pole. Jakmile jsou jasně definované, můžeme přímo s nimi pracovat.

Následující popis konfigurace úrovní aurického pole a životních prožitků, které jsou s nimi spojené, vzešel z mých pozorování, studií a zkušeností, které jsem získala v průběhu dvaceti let vyučování a třinácti let léčitelské praxe. Na obrázku 2-4 je znázorněno sedm úrovní lidského energetického pole.

## První úroveň lidského energetického pole

Uvnitř této úrovně prožíváme všechny fyzické pocity - bolestné i příjemné. Nalezneme zde přímé korelace mezi energetickým prouděním, pulzací pole, jeho tvarem na první úrovni lidského energetického pole, a tím co pociťujeme ve svém těle fyzickém. Bolest pociťovaná v kterémkoliv místě našeho fyzického těla je v přímém vztahu k poruše funkce uvnitř první vrstvy aurického pole.

Experimenty prováděné MUDr. Robertem Beckerem prokázaly, že lokální anestetikum podané pacientovi například pro znecitlivění prstu před zažíváním rány zastavilo tok subatomických částic proudících podél senzorů (čidel) nervů v prstu. Když tok pokračoval, pacient byl schopen cítit opět bolest. Pozoruji stejný jev v aurickém poli. Při znecitlivění neproudí energie podél linií první úrovně pole. Jakmile léčitel začne pracovat na obnově energetického toku v těch místech, pocity se opět dostaví.

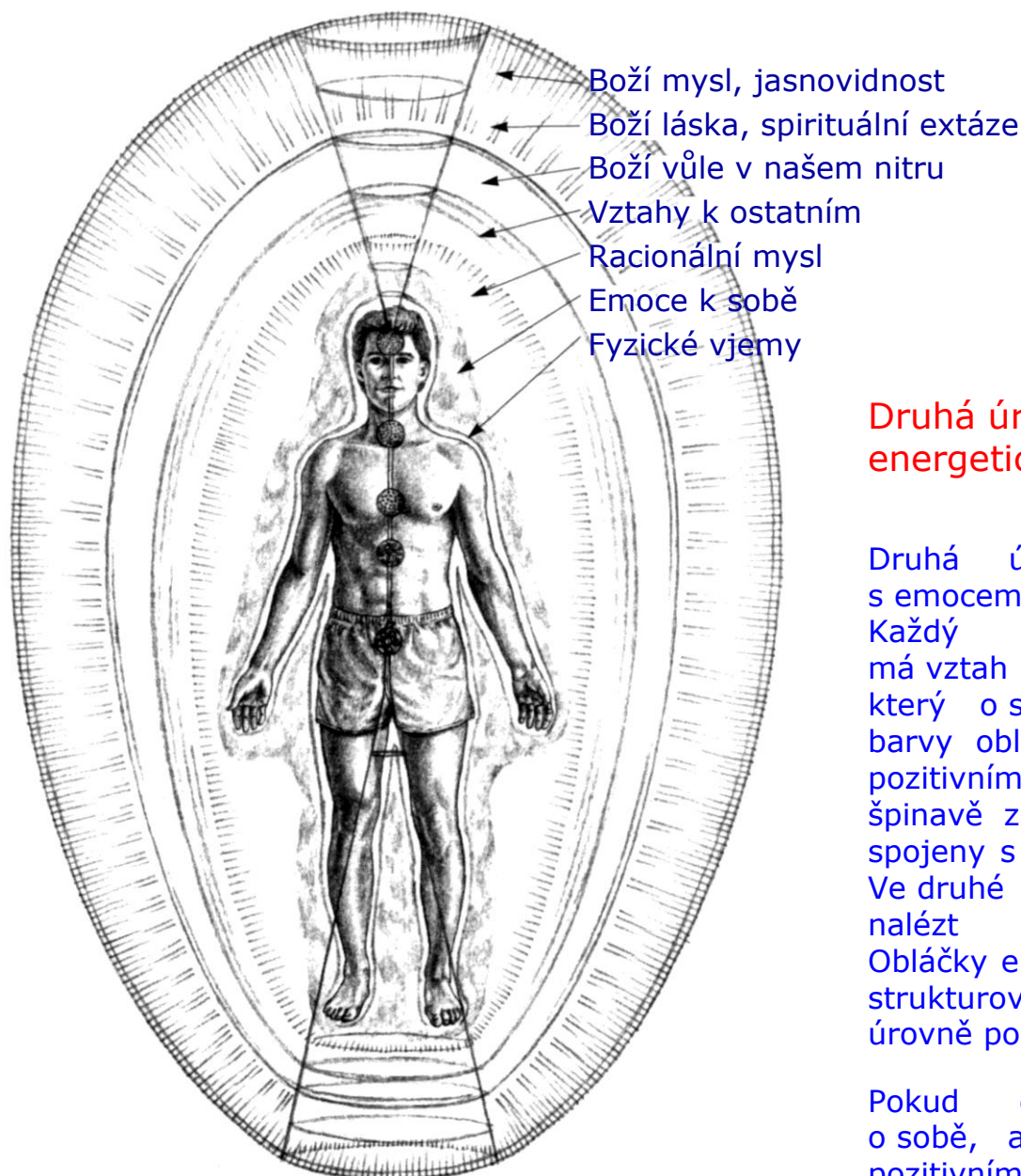
První úroveň pole bývá u tichých, citlivých osob většinou jemná, slabá a má barvu vody - je jasně modrá. U silných, robustních lidí bývá hrubozrnná, silná a má tmavší modrošedou barvu. Čím více jste spojeni se svým tělem, pečujete o něj, cvičíte, tím silnější a rozvinutější bude vaše první úroveň pole. Atleti a tanečníci mívají první vrstvu velmi rozvinutou - mohou vidět více energetických linek, jsou silnější, pružnější, více nabitě a mají zářivě modrou barvu.

Jestliže je vaše první vrstva silná, je velmi silné a zdravé i vaše fyzické tělo a vy se radujete ze všech příjemných pocitů, které to přináší - vitality, fyzické aktivity, fyzického kontaktu, sexu a spaní. Týká se to také smyslového potěšení. Ochutnávat jídlo, přivonět k něčemu, naslouchat či dívat se vám bude působit radost. Znamená to, že s největší pravděpodobností užíváte všechny funkce vaší první úrovně a takto ji udržujete nabitou a zdravou, neboť právě častým používáním dochází k jejímu opětovnému nabíjení.

Pokud však o své tělo nepečujete, zůstane vaše první vrstva slabá s přerušovanými, spletenými nebo nedostatečně nabitými linkami. V těch částech těla, o které pečujete nejméně, jsou linky slabší ještě více a velmi řídké.

Jestliže je vaše první úroveň slabá, vnímáte jako slabé i své fyzické tělo a spojení se všemi radostmi, které k němu patří, vám žádný požitek nepřináší. Protože nevyužíváte všechny jeho možnosti, zůstane slabé i nadále. Budete pravděpodobně ve spojení pouze s některými linkami. Ani toto vám nemusí vždy přinášet žádné potěšení, spíše to vnímáte jako něco, co je nutno snášet, s čím se musíte vyrovnat. Takto se můžete stavět například k fyzickým aktivitám jakéhokoliv druhu. Jiné možné kombinace: jídlo patří k vašim oblíbeným činnostem, ale nesnášíte fyzický dotek.

Nebo rádi nasloucháte hudbě, ale vadí vám, že musíte jíst, abyste své tělo udrželi v chodu.



Obr. 2-4: Sedm úrovní aurického pole

## Druhá úroveň lidského energetického pole

Druhá úroveň je spojena s emocemi a pocity o sobě. Každý pohyb energie má vztah k určitému pocitu, který o sobě máte. Jasné barvy obláčků energie patří pozitivním pocitům. Tmavší, špinavě zbarvené stíny jsou spojeny s pocity negativními. Ve druhé úrovni můžeme nalézt všechny barvy. Obláčky energie proudí podél strukturovaných linií první úrovně pole.

Pokud dovolíte pocitům o sobě, ať negativním nebo pozitivním, aby volně proudily, zůstane aura v rovnováze. Vaše negativní

pocity a k nim přidružené negativní energie budou uvolněny a transformovány. Jestliže si nepřipustíte, že takové pocity o sobě máte a zastavíte je, zastavíte také proudění energie ve druhé úrovni - tam, kde s těmito pocity koresponduje. Vaše druhá úroveň začne stagnovat a vytvoří se tmavé, špinavě zbarvené, nedostatečně nabitě obláčky energie patřící těmto neprožitým pocitům ve vašem nitru.

MUDr. Wilhelm Reich nazval bioenergii energií orgonickou. Energii nedostatečně nabitou, která se nachází na nestrukturalizovaných úrovních energetického pole, pojmenoval „mrtvou orgonickou energií“. Tato energie se chová stejně jako stagnující energie v kterékoliv části těla. Ucpává systém a narušuje jeho zdravé fungování. Navíc může ještě způsobit stagnaci v úrovních pole, které k němu přiléhají, tj. v první a třetí úrovni. Pro většinu z nás je těžké dovolit všem pocitům o sobě, aby volně proudily. Důsledkem je stagnující energie ve druhé úrovni, která s sebou nese poškození našeho zdraví.

Pokud je druhá vrstva silná a nabitá, emocionální vztah k sobě přináší radost. Znamená to, že máte spoustu dobrých pocitů týkajících se vaší osoby. Máte k sobě dobrý vztah a líbíte se sami sobě. Jste rádi sami se sebou a je vám to příjemné. Jestliže jsou nabitě obě úrovně - první i druhá, nejenže se budete milovat, ale budou vás také těšit všechny fyzické požítky, které vám vaše tělo poskytuje.

Když je vaše druhá úroveň slabá a nedostatečně nabitá, potom buď o sobě nemáte mnoho pocitů anebo si jich nejste vědomi. V případě, že je nabitá, ale tmavá a bez pohybu, nasvědčuje to tomu, že sám sebe nemáte rád, ba možná se dokonce nenávidíte. Zadržování negativních pocitů o sobě může vést k depresím.

## Třetí úroveň lidského energetického pole

Třetí úroveň je spojena s mentálním nebo racionálním světem. Linky struktury jsou velmi jemné a vypadají jako ten nejtenčí a nejprůhlednější závoj. Citrónově žluté světlo - energetické linky - pulzuje vysokou rychlostí. Zářivost, plnost a energetické proudění podle stojatých linií světla koresponduje s našimi mentálními procesy a se stavy mysli. Jestliže je tato úroveň vyvážená a zdravá, racionální a intuitivní mysl pracují harmonicky jako jeden celek, který vnímáme jako jasnost, rovnováha a smysl pro přiměřenost jednání. Pokud jsou první tři úrovně pole synchronizované, akceptujeme sami sebe, cítíme se bezpečně, na svém místě a máme pocit osobní moci.

Bude-li vaše třetí úroveň silná a nabitá, bude vaše myšlení jasné a mysl vám bude dobře sloužit. Váš mentální život bude aktivní a budete mít zájem o učení.

V opačném případě - třetí vrstva je slabá a nedostatečně nabitá - vám bude scházet schopnost jasného myšlení a pravděpodobně se nebudete zajímat o teorie ani intelektuální výboje. Když máte negativní myšlenky, pulzace pole jsou pomalejší, linky tmavší a zdeformované. Tyto „negativní myšlenkové formy“ korespondují s našimi navyklými myšlenkovými procesy; změnit je je velmi těžké, protože osobě, která je prožívá, se jeví jako logické.

Jestliže je vaše první a druhá vrstva slabá, a třetí silná a plná energie, budete žít spíše rozumem než citem či tělem. Při řešení problémů se budete snažit spíše věci zdůvodňovat, než zvažovat své pocity. To ovšem automaticky znamená omezování životních prožitků a zkušeností.

Negativní myšlenkové formy mohou být také uvedeny do činnosti stagnujícími (nehybnými) emocemi ze sousedících - druhé a čtvrté - úrovně. Jinak řečeno, když se pokoušíme necítit negativní emoce o své osobě (druhá úroveň) nebo o někom jiném (čtvrtá úroveň), zastavíme energetické proudění ve druhé a čtvrté úrovni. Energetický tok ve třetí úrovni se tímto „zmáčknutím“ zdeformuje.

Abychom tomu lépe porozuměli, připomeneme si, že pro energii je přirozeným stavem konstantní pohyb. Když dojde na druhé a čtvrté úrovni ve snaze o zadržení negativních emocí k jeho zastavení, část pohybuující se energie těchto úrovní se přemístí do úrovně třetí. To vyvolá mentální činnost, která je ovšem zdeformovaná, protože se nemůže přirozeně a volně pohybovat a je vmáčknutá mezi energie, které proudí těsně nad ní a pod ní.

Používání negativních myšlenkových forem je podle mého názoru zvyk, který je naší kulturou podporován. Co se týče negativních myšlenek, akceptujeme v naší společnosti spíše pomlouvání za zády, než vyjádření výhrad tváří v tvář adresátovi. Pro tento druh chování jsme si nevytvořili žádný model. Důležité je podívat se do svého nitra a najít negativní emoce, které máme vůči sobě. Negativní pocity vůči někomu jinému totiž obvykle máme, protože interakce s ním vyvolává negativní pocity stejného druhu, které cítíme vůči sobě.

## Čtvrtá úroveň lidského energetického pole

Čtvrtá úroveň pole nese celý svět našich vztahů. Z této úrovně na sebe vzájemně působíme s ostatními lidmi, zvířaty, rostlinami, neživými předměty, zemí, sluncem, hvězdami a celým vesmírem. Je to úroveň vztahu „já-ty“. Tady jsou uloženy všechny naše pocity o ostatních. Energie čtvrté vrstvy se zdá být hustší, než je tomu u druhé, i když se jedná o vyšší vibrace. Na rozdíl od energie druhé vrstvy, která vypadá jako barevné obláčky, je energie čtvrté spíše jako tekutina určité barvy. Obsaženy jsou zde také všechny barvy.

Pokud čtvrtá úroveň nemá energii dostatečně nabitou - léčitelé ji nazývají energií nízkých vibrací -, vnímáme ji jako tmavou, hustou tekutinu. Používám pro ni název aurický sliz. Tento sliz je stejný jako ten, který se nashromáždí v těle při nastydnutí. Aurický sliz má na lidské tělo velmi negativní dopad - způsobuje bolest, přináší pocit nepohodlí, tíhy, vyčerpání a vede k onemocnění.

Energie čtvrté úrovně se od vás rozšiřuje k jiným osobám. Kdykoli je mezi dvěma lidmi nějaký vzájemný vztah, buď zjevný, nebo skrytý, celé proudy barevné, tekutině podobné bioplazmy vycházejí z pole jedno z nich a dosahují až do energetického pole toho druhého. Povaha vztahu koresponduje s povahou energetického vědomí proudění. Například, když je ve vztahu hodně lásky, můžeme vidět spoustu sladké růžové energie, která proudí v pomalých vlnách. Pokud se jedná o žárlivost, je energie tmavá, šedozelená, hlenovitá a lepkavá. Vášeň přidává k růžové barvě lásky hodně oranžové. Má povzbuzující účinek - vlny jsou rychlejší a s vyššími vrcholy. Jestliže je tam hněv, energie je „naježená“ s ostrými, špičatými hroty a má tmavě červenou barvu.

Ve čtvrté úrovni energie je obsažena všechna naše láska a radost, ale i boje a bolest spojené se vztahy. Čím více se s někým stýkáme, tím více energetických spojení mezi sebou vytváříme.

Silná, zdravá a nabitá čtvrtá úroveň znamená, že máte mnoho silných, dobrých vztahů s ostatními. Ve vašem životě hrají velmi významnou úlohu přátelé a rodina. Jste mezi lidmi rádi a uplatníte se například ve službách. Láska a srdce jsou pro vás v životě tím nejdůležitějším.

Slabá a nedostatečně nabitá čtvrtá úroveň může znamenat, že pro vás vztahy k ostatním nejsou tak podstatné. Možná jste samotář. Nemáte mnoho důvěrných přátel a pokud ano, máte s nimi problémy a zdá se vám, že tyto vztahy jsou pro vás spíše zátěží než přínosem. Můžete mít dokonce pocit, že se v nich topíte. Jestliže má mnoho lidí kolem vás silnější čtvrtou vrstvu než vy, vaše energetické pole může být opravdu udoláváno jejich energií.

Podobně jako pupeční šňůra spojuje dítě s matkou, existují provázky spojující nás s oběma rodiči, které lze vidět v aurickém poli již při narození. Jak procházíme v dětství jednotlivými stadii vývoje (viz kniha Ruce světla, osmá kapitola) vyvíjejí se i provázky a stejně tak aura. Reprezentují náš vztah s matkou a vztah s otcem. Představují model, podle kterého budeme dál ve svém životě vytvářet vztahy jednak k mužům a jednak k ženám. Každý nový vztah přidá další provázky (viz kapitola 14 této knihy „Tři typy interakcí aurického pole ve vztazích“ - kde naleznete podrobnější popis).

První tři úrovně aury představují fyzický, emocionální a mentální prožitek světa ve fyzickém těle. Čtvrtá úroveň vztahů tvoří most mezi fyzickým a spirituálním světem. Tři další vyšší úrovně představují fyzické, emocionální a mentální prožívání spirituálního světa. Jsou předlohami pro tři nižší úrovně - sedmá úroveň je předlohou pro třetí, šestá pro čtvrtou a pátá pro první. Každá vyšší úroveň slouží jako model pro odpovídající nižší úroveň.

## Pátá úroveň lidského energetického pole

Pátá úroveň se nazývá úrovní Boží vůle. Když pozorujeme tuto úroveň, jsme ze začátku trochu zmateni, protože na páté úrovni vypadá všechno obráceně - jako „blueprint“ (modrotisková kopie) nebo negativ fotografie. Co normálně vnímáme jako prázdný prostor, je zde vyplněno kobaltově modrým světlem, a co vnímáme jako pevné předměty, se zdá být složeno z jasných průhledných energetických linek. Jak jsme již dříve uvedli, tvoří tato úroveň předlohovou formu pro první úroveň pole a pro každou modrou linku světla z první úrovně je v ní vytvořena odpovídající prázdná štěrbina nebo rýha. Její prostor je prázdný - vyplněný nediferencovaným životem. Aby život mohl mít určité formy, je nutné vytvořit nejdříve tento prázdný prostor, kam by se mohly umístit. Pátá úroveň obsahuje nejen formy lidského těla, ale i formy všeho ostatního života - obsahuje evoluční vzorec/model života, který se projevuje ve formě. Boží vůle je Božím záměrem manifestovaným do tvarů a forem.

Osobní prožitek této úrovně lze velmi těžko vysvětlit, protože v našem slovníku slova potřebná pro popis scházejí. Boží vůle existuje uvnitř nás a všude kolem. Je na nás, zda se s ní ztotožníme či ne. Boží vůle je modelem/vzorcem pro velký evoluční plán lidstva a vesmíru. Tato předloha je živoucí, pulzující a trvale rozvinutá. Má silnou, téměř neúprosnou vůli a záměr. Vnímám ji jako prožitek dokonalého řádu. Je to svět preciznosti a úroveň přesných tónů. Je to zároveň úroveň symbolů.

Pokud jste sladění s Boží vůlí, bude vaše pátá úroveň silná, plná energie. Její vzorec bude odpovídat univerzálnímu vzorci Boží vůle, kterou rovněž lze pomocí vyššího smyslového vnímání na této úrovni najít. Z ní pociťujete úžasnou sílu a sounáležitost se vším, co se kolem vás nachází, protože jste na svém místě a sladění se svým záměrem a zároveň jste synchronizováni s každým místem a každým záměrem. Pokud bude váš vnitřní zrak na této úrovni otevřen, uvidíte, že ve skutečnosti jste spolutvůrci této živoucí, pulzující předlohy, která stanovuje řád světa. Vaše místo v univerzálním schématu je určeno a vytvořeno na hlubší úrovni uvnitř vás - na úrovni hara. Budeme se o tom v této kapitole ještě detailněji zmiňovat.

Jestliže je vaše pátá úroveň silná, patříte k lidem, kteří ctí a udržují ve svém životě pořádek. „Místo pro všechno a všechno na svém místě.“ Váš dům je čistý, chodíte

všude včas, děláte dobře svou práci až do nejmenších detailů. Vaše vůle funguje velmi dobře. Je sladěna s Boží vůlí, ať už jste o něčem takovém slyšeli nebo ne. Rád pro vás znamená univerzální princip. Můžete být ve spojení s vyšším záměrem a vzorcem ve vašem životě.

Když ovšem s Boží vůlí nejste sladěni, bude model aurického pole na páté úrovni pole zdeformován. S univerzálním vzorcem v souladu nebude a vy se také nebude cítit ve spojení se vším, co je okolo vás. Nebudete znát ani své místo v univerzálním schématu věcí ani svůj záměr. Myšlenka, že by něco takového mohlo existovat, vám bude cizí. Budete mít pocit, že místo pro vás určil někdo jiný.

Když se na to díváte takto, vaše místo se vám líbit nebude a ani s ním nebudete spokojeni. Pravděpodobně budete mít strach z čisté vůle a preciznosti. Buď důležitost čistoty, pořádku a místa popřete, nebo se proti tomu postavíte. Jestliže pochybujete o vlastní ceně, mohli byste prožívat tuto úroveň jako neosobní a bez lásky, protože zde je nejdůležitější záměr, ne vaše pocity. Pokud máte o sobě negativní pocity, můžete se na této úrovni vidět jenom jako nějaké ozubené kolečko ve velkém stroji života. Všechny vyjmenované prožitky jsou právě následkem zdeformované a nesladěné páté vrstvy aurického pole.

Slabá pátá vrstva znamená nepořádnost. Nebudete se starat o to, aby vše včetně vás bylo úhledné a čisté. Zvládnout svou nepořádnost by mohlo být pro vás skutečně těžké. Pořádek se vám může jevit jako omezování vaší svobody. Můžete dokonce odsuzovat ty, kteří pořádek udržují, a tvrdit, že to blokuje jejich kreativitu. Pravděpodobně k Boží vůli a vyššímu záměru v životě nemáte vztah. Možná máte těžkosti s pochopením komplikovaných systémů a univerzálního modelu věcí.

Jestliže je vaše druhá a čtvrtá úroveň slabá a první, třetí a pátá silná, pak byste mohli lehce udolávat svou tvůrčí svobodu diktátorským prosazováním pořádku. V tom případě nastal čas věnovat více času svému emocionálnímu životu.

Když však dovolíte svým negativním pocitům, aby odezněly, přenesete se přes odmítání univerzálního modelu světa a uvážíte možnost, že jste jeho spolutvůrcem. Tím uděláte první krok k nalezení svého místa a záměru v životě a všechno se může změnit. Začnete se jako součást vyššího Božího plánu cítit v bezpečí. Stanete se jasnou jiskrou uvnitř té úžasné, živoucí, pulzující sítě světla, kterou spoluvytváříte. Jestliže vyšší smyslové vnímání otevřete na této své úrovni, můžete vidět a pochopit Plán. Sama sebe v něm vnímáte jako jasné světlo, téměř jako prázdný prostor na kobaltově modrém podkladu.

Kontemplace a meditace na vyšší evoluční Plán velmi pomáhají sladit život s jeho záměrem a ulehčují další vývoj. Znamená to přijmout sama sebe, toho, kdo doopravdy jste, a nepodlehout tomu, co se zdá být správné podle sociálních norem. Nejste bezvýznamné kolečko velkého stroje. Jste jedinečný zdroj kreativity a v celém vesmíru neexistuje žádný další, který by byl úplně stejný.

## Šestá úroveň lidského energetického pole

Šestou úroveň pole tvoří překrásné proudy světla vyzařující na všechny strany, které se rozšiřují do vzdálenosti asi 75 cm od povrchu těla. Nalezneme zde všechny barvy v opalizujících tónech. Tato úroveň je nestrukturalizovaná a o velmi vysoké frekvenci.



Zdravá úroveň je jasná a nabitá. Paprsky energie proudí směrem od těla jako překrásné světlo. Čím je zářivější a více nabitá, tím více si uvědomujeme své vědomé prožitky Boží lásky v nás. Když se usadíme v této úrovni pocitů ze světa naší duše, má to velký vliv na zklidnění těla, což je potřebné pro léčení. Zažíváme spirituální lásku, radost a blaženost. Uklidnění hlučící mysli dosáhneme prostřednictvím meditace, hudby, zpěvu nebo monotónního recitování či snění. Naslouchejme svému nitru. Zde nalezneme prostor, ve kterém vnímáme společenství všech bytostí, sounáležitost různých spirituálních světů, stejně jako všeho lidstva, rostlin a zvířat - dětí naší Země. Jako bychom byli součástí světelného kruhu kolem hořící svíčky - jsme perleťově zářící světelné paprsky vycházející z centrálního Světla. Když je šestá úroveň slabá a nemá dost energie, pak spirituálních a inspirujících zážitků nebudete mít mnoho. Dokonce ani nemusíte chápat, o co se jedná, když o nich lidé mluví. Můžete mít neurčitý pocit, že Bůh „není zcela v pořádku“ nebo že spiritualita vůbec neexistuje. Z toho pro vás vyplývá, že ti, kteří spirituální zážitky prožívají, asi žijí ve svých fantaziích, ve vlastním světě, který si vytvořili.

Pokud je tato úroveň nezdravá, je tmavá, tenká, nedostatečně nabitá a paprsky světla jsou „splihlé“. Je to obvykle následek nedostatečného spirituálního nasycení. Tento nedostatek může být zapříčiněn mnoha věcmi, například tím, že jste vyrostli v prostředí, které v sobě spiritualitu nezahrnovalo, a tak jste došli k závěru, že neexistuje. Nebo jste prožili trauma související s náboženstvím, které vyústilo v obecné odmítnutí náboženství i spirituality. Také jste mohli prožít trauma osobního charakteru, které rovněž vedlo k odmítnutí Boha a náboženství.

V prvním případě je úroveň jenom nedostatečně nabitá a osoba vůbec netuší, že spirituální nasycení je zapotřebí. V těch ostatních případech je úroveň nejenže nedostatečně nabitá, ale je i od ostatních úrovní pole oddělená. Ten, kdo pracuje s vyšším smyslovým vnímáním, může zřetelně vidět mezi nimi mezeru. Také obvyklé komunikační kanály mezi úrovněmi jsou uzavřeny.

Jestliže je vaše šestá úroveň mnohem silnější než všechny ostatní, můžete využívat spirituálních zkušeností k tomu, abyste odmítali život ve fyzickém světě. Dětinsky začnete očekávat, že život se o vás postará sám, když žijete jenom ve „vyšších sférách“. Můžete se považovat za mimořádnou osobnost - máte přece spirituální prožitky - a můžete začít věřit, že jste něco lepšího než ostatní. Je to však pouze vaše obrana proti strachu z toho, že musíte žít ve fyzickém světě. Nevydrží dlouho a probuzení bývá tvrdé, dobře vám ovšem poslouží. Iluze se rozplynou a vy se vrátíte zpět do života. Pochopíte, že fyzický svět neexistuje mimo svět spirituální, ale nachází se v něm. Klíčem k prožívání spirituálního světa je nabitá šestá vrstva pole. Stačí jednoduchá meditace - posadit se potichu na pět až deset minut dvakrát denně a zaměřit pozornost třeba na růži nebo plamen svíčky či západ slunce. Můžeme také opakovat mantru (jeden či několik zvuků s pozitivní energií).

## Sedmá úroveň lidského energetického pole

Když je sedmá úroveň lidského energetického pole zdravá je tvořena překrásnými extrémně pevnými jiskřivými zlatými linkami energie, které kmitají velmi vysokou frekvencí a rozšiřují se do vzdálenosti od 90 do 105 cm od povrchu těla. Má tvar zlatého vajíčka, které obklopuje a chrání všechno, co je uvnitř. Vnější obal vajíčka má - podobně jako vaječná skořápka - větší tloušťku a je pevnější. Sedmá úroveň slouží

k udržení celého pole pohromadě a reguluje správný tok energie z celé aury do vnitřního prostoru. Zabraňuje únikům energie z pole stejně jako pronikání nezdravé energie dovnitř. Obsahuje zlatou mřížkovou strukturu fyzického těla. Při pozorování této úrovně jsem vždy znovu a znovu překvapená její obrovskou odolností a houževnatostí. Zlaté jehličky světla oplétají síť a drží pohromadě všechno - buňky orgánů, naše tělo, skupiny lidí i celý svět.

Sedmá úroveň je úrovní Boží mysli. Pokud je zdravá a povzneseme k ní své vědomí, prožíváme Boží mysl uvnitř sebe a vstupujeme do světa univerzálního pole Boží mysli. Odtud přichází poznání, že jsme součástí velkého vzorce života. Pochopení této vesmírné pravdy nám dává pocit bezpečí. Zde poznáváme dokonalost v naší nedokonalosti, Boží sílu v naší slabosti.

Pomocí vyššího smyslového vnímání můžeme vidět na této úrovni uspořádání zlaté sítě pravdy ve vesmíru. Tady se budeme učit komunikovat jejím prostřednictvím a vyměňovat si navzájem myšlenky. Není daleko chvíle, kdy se používání vyššího smyslového vnímání bude jevit jako něco naprosto obvyklého. Už teď získáváme od univerzální mysli informace, které jdou nad rozsah toho, co lze obvykle vnímat našimi „normálními“ smysly.

Silná, zdravá a nabitá sedmá vrstva vám přinese schopnost jasného pochopení širších konceptů naší existence, světa a jeho podstaty. Dokážete formulovat nové myšlenky a pochopíte, jak zapadají do univerzálního modelu idejí. Porozumíte Bohu a poznáte, kde je vaše místo. Můžete se stát teologem, vědcem nebo vynálezcem. Vaše schopnost jasného, integrovaného myšlení vás možná přivede k učitelské profesi.

Pokud sedmá úroveň není rozvinuta, asi tvůrčími myšlenkami oplývat nebudete a nebudete vnímat ani vyšší model života. Jelikož nebudete mít ani tušení, že něco takového existuje, nebudete vědět, jak do něj zapadáte vy. Vesmír se vám potom může jevit jako chaotický prostor postavený na náhodě, kde žádné vzájemné souvislosti neexistují.

Jestliže není tato úroveň našeho pole zdravá, zlaté linky jsou nevýrazné a slabé, neudrží formu a v některých místech jsou tenčí. Obal může být dokonce někde roztržený, takže dochází k úniku energie ze systému. V tomto případě chybí zkušenost s Boží myslí a spojení s pravdou, která je uložena v univerzálním myšlenkovém poli. Není možné porozumět konceptu dokonalosti v nedokonalosti. Je těžké smířovat se s vlastními nedostatky. Může to vést i k jejich odmítání, snaze být absolutně perfektní, což je v lidském světě nemožné. Za těchto okolností nebudeme mít přístup k univerzálnímu Božímu myšlenkovému poli - naše myšlení bude izolované a nepříliš tvořivé.

Pokud je sedmá úroveň mnohem silnější než všechny ostatní, nebude se možná dařit uvádět tvůrčí teorie do praxe.

Nejlepší způsob, jak sedmou úroveň pole posílit, je bez ustání hledat ve svém životě vyšší pravdu a žít podle ní. Nejúčinnější meditací pro tuto úroveň je opakovat mantru „Jsem v klidu a vím, že jsem Bůh“. Opakování mantry přináší do sedmé vrstvy energii a nakonec vám daruje poznání, že vy jste Boží mysl, že vy jste Bůh.

Realizovat tvůrčí myšlenky ve fyzickém plánu vyžaduje dobré fungování všech těl. Platí to také o zdraví. Pokud chcete být zdraví a žít plným životem, pak je nezbytné všechna aurická těla a tudíž všechny oblasti lidské zkušenosti čistit, nabíjet a udržovat

v rovnováze. To znamená, že jakýkoliv proces léčení se musí zaměřit právě tímto směrem.

## Čakry

Čakry jsou částmi struktury energetického pole -prostřednictvím kterých léčitel pracuje. Slovo „čakra“ znamená v sanskrtu kolo. Mně se spíše jeví, když je pozoruji pomocí vyššího smyslového vnímání, jako energetické víry nebo trychtýře. Existují na každé ze sedmi úrovní lidského energetického pole. Na obrázku 2-5 je můžeme vidět. Čakry označujeme čísly a písmeny. (Písmeno A slouží pro označení čakry umístěné na přední straně těla, písmeno B pro umístění na jeho zadní části.) Druhá až šestá čakra je tvořena částmi A a B.

Čakry slouží jako vstupní orgány pro energii z univerzálního energetického pole rozprostírajícího se všude kolem nás, které bychom mohli nazvat také univerzálním polem zdraví. Přijímaná energie je jejich prostřednictvím rozdělována a předávána do částí těla umístěných v oblasti nejbližší velké nervové pleteně. Tato energie je pro zdravé fungování aurického pole a fyzického těla nesmírně důležitá. Ve východní tradici je nazývána prána nebo čchi. Pokud čakra přestane správně fungovat, naruší se přijímání energie - to znamená, že tělesné orgány „obsluhované“ touto čakrou nedostanou, co potřebují. Když stav trvá déle, dochází v příslušné části těla k poruše činností. Postižené orgány postupně slábnou, jejich imunita se snižuje, až nakonec onemocní.

Máme sedm hlavních čaker. Otevřený konec normální čakry má asi 15 cm v průměru a je od těla vzdálen asi 2, 5 cm. Na vnitřní straně čakra ústí do hlavního vertikálního silového proudu, který probíhá středem těla. Tam předávají energii, kterou přijímají z univerzálního energetického pole -pole zdraví, které se nachází všude kolem nás, všechny čakry. Energie pulzuje kanálem nahoru a dolů. Jednotlivé barvy jsou propleteny, vypadá to jako provaz překrásného pulzujícího mnohobarevného světla. U většiny lidí má tento vertikální proud šířku asi 2, 5 cm v průměru. Ovšem u léčitelů, kteří se, aby mohli léčit, dokážou povznést do vyšších alternativních (změněných) stavů vědomí, je jeho šířka až 15 cm v průměru.

Sedm hlavních čaker je umístěno vždy blízko velkého nervového plexu (pleteně). První čakra se nachází mezi nohama. Její užší konec (špička) míří přesně do místa spojení kostrče a křížové kosti. K čakře jsou přidruženy tyto orgány vnímání: kinestetický (vnímání polohy těla), proprioceptivní (vnímání pohybu těla) a hmat. Souvisí s ní naše vůle žít a fyzická vitalita. Zásobuje energií páteř, nadledvinky a ledviny.

Druhá čakra se nachází těsně nad stydkou kostí na přední a na zadní straně těla. Její špička míří přímo do středu sakrální oblasti, prostřednictvím které prožíváme emoce. Přísluší k ní naše smyslovost a sexualita. Energií nasycuje naše pohlavní orgány a imunitní systém.

Třetí čakra je umístěna v oblasti solárního plexu na přední i zadní straně těla. Špička směřuje přímo do bráničního kladkového kloubu, mezi dvanáctý hrudní obratel /H-12/ a první bederní obratel /B-I/. Zásobuje energií orgány nacházející se v této části těla - žaludek, játra, žlučník, slinivku, slezinu a nervový systém. Patří k ní naše intuice. Tato

čakra souvisí s naší péčí o sebe, s pochopením kdo jsme a jak jsme spojeni s ostatními.

Čtvrtá čakra, která je v oblasti srdce, se týká lásky (přední aspekt) a vůle (zadní aspekt). Jejím prostřednictvím milujeme. Může správně fungovat pouze tehdy, když je mezi vůlí a láskou nastolena rovnováha. Špička směřuje do pátého hradičního obratle /H-5/. Čtvrtá čakra přináší energii srdci, oběhovému systému, brzlíku, bludnému nervu a vrchní části zad.

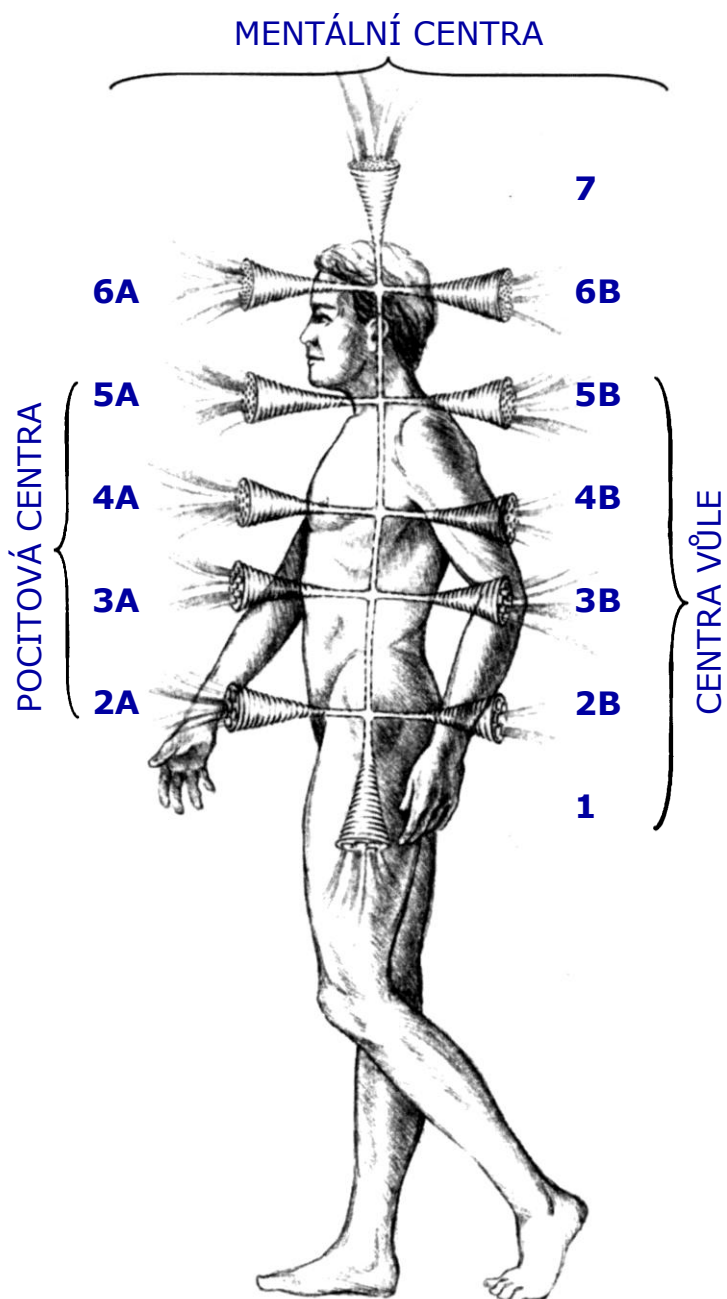
Pátá čakra se nachází v přední a zadní části hrdla. K ní přidružené smysly jsou sluch, chuť a čich. Užší konec čakry míří do třetího krčního obratle /K-3/. Energií zásobuje štítnou žlázu, průdušky, plíce a zažívací trubici. Pátá čakra souvisí s vyslovováním své pravdy a s dáváním a přijímáním.

Šestá čakra je umístěna vpředu na čele a vzadu v horní části hlavy. Špička směřuje do pomyslného středu hlavy. Tato čakra vyživuje energií hypofýzu, spodní část mozku, levé oko, uši, nos a nervový systém. Ze smyslových orgánů je k ní přidružen zrak. S přední částí čakry souvisí konceptuální myšlení, se zadní schopnost realizovat krok za krokem své nápady.

Sedmá čakra se nachází těsně nad vrcholem hlavy. Energií zásobuje horní část mozku a pravé oko. Je k ní přidružen přímý přístup k informacím. Tato čakra souvisí s integrací celé osobnosti se životem a spirituálními aspekty lidstva.

Obecně lze říci, že přední aspekty čakry souvisí s našimi emocemi (pocitová centra), zadní s naší vůlí (centra vůle) a čakry v hlavě s funkcí našeho rozumu (mentální centra). Zdraví přináší pouze rovnováha mezi všemi složkami. Jak hodně a v kterém aspektu čakry užíváme, můžeme poznat podle toho, jaké množství energie jimi proudí. Abychom ve svých životech vytvořili rovnováhu mezi rozumem, vůlí a pocity, musí být funkce čaker vyrovnané a synchronizované ve všech výše uvedených aspektech.

V této knize se dozvíte, jak s lidským energetickým polem v průběhu léčebného sezení pracují léčitelé a jak se svým polem při sebeuzdravování můžete pracovat i vy. Později se seznámíme s individuálním procesem léčení na každé ze sedmi úrovní osobních životních prožitků a zkušeností uložených uvnitř všech těchto úrovní pole.



Obr. 2-5: Umístění sedmi hlavních čaker

Sebeuzdravování je završeno uspokojením osobních potřeb, které souvisí s každým typem životní zkušenosti na jednotlivých úrovních. Více informací o auře a čakrách můžete nalézt v knize Ruce světla, v části II a III.

## Harická úroveň: Úroveň záměru a cíle

Harická úroveň je o jednu dimenzi hlubší než aura. Tato úroveň je základem, na kterém aura spočívá. Název harická jsem zvolila, protože se nachází v místě, kde se hara - centrum síly uvnitř spodní části břicha - jak to definovali Japonci, opravdu nachází. Jestliže aura souvisí s osobností, úroveň hara souvisí se záměry korespondujícími se životním úkolem nebo hlubším spirituálním cílem. Je to úroveň vyššího záměru inkarnace a cíle v určitém okamžiku. V této úrovni držíme své záměry.

Úroveň hara je mnohem jednodušší než aurické pole, které má velmi složitou strukturu. (Viz obrázek 2-1.) Obsahuje tři body umístěné na přímce jdoucí středem těla. Tato centrální linie je široká asi 0,8 cm, začíná v bodě zhruba 1 m nad hlavou, prochází tělem a směřuje hluboko do zemského jádra. Bod nad hlavou vypadá jako obrácený trychtýř/nálevka. Širší konec (0,8 cm) směřuje dolů. Představuje naši první individualizaci - bod, ve kterém jsme se rozlišili od Boha za účelem inkarnace. Obsahuje také intelektuální složku - jsou v něm uloženy důvody naší inkarnace. Prostřednictvím tohoto místa, které nazývám „bod individualizace“ jsme ve spojení s naší vyšší spirituální realitou.

Když sledujeme centrální linii, která se podobá laserovému paprsku, dál do oblasti vrchní části hrudníku, nalezneme druhý bod - překrásné rozptýlené světlo, které odpovídá našim emocím. Zde je místo posvátné spirituální touhy, která nás vede životem a která s sebou nese vášnivé zaujetí pro velké úkoly života. Tato touha je spjata s uskutečňováním našeho životního úkolu - něčeho, co nás v životě nejvíc baví a co si přejeme dělat. Každý ji nosíme ve svém srdci - umožňuje nám poznat, proč jsme přišli na svět. Toto místo touhy jsem nazvala „sídlo duše“.

Dalším bodem je *tan tien*, centrum pro všechna bojová umění. Název pochází z čínštiny. Síla, která umožňuje bojovníkům rozbít beton, vychází z tohoto místa, které vypadá jako kulička o průměru kolem 4 cm. Nazýváme ho také centrem bytí a je umístěno 4 až 6 cm pod pupkem. Kolem sebe má silnou blánu, takže se trochu podobá gumovému míčku. Může mít zlatou barvu. Je to centrum vůle - vůle žít ve fyzickém světě. Obsahuje jeden tón, který udržuje fyzické tělo ve fyzické manifestaci.

Vaše fyzické tělo vyčleněné z těla matky země vytvořila vaše vůle a ten tón. Z tohoto místa mohou léčitelé čerpat energii pro regeneraci svého organismu i pro léčení ostatních tím způsobem, že svou hara linii „uzemní“ - spojí ji se žhavým jádrem země. Jakmile se jejich harická linie spojí se zemským jádrem, mohou nashromáždit velkou sílu. Když se *tan tien* používá při léčení, změní obvykle barvu na jasně červenou, začne být horký a léčitel cítí intenzivní teplo v celém těle.

Pokud máte ve svých záměrech na harické úrovni jasno, vaše činnost na úrovni aurické a fyzické vám bude přinášet radost. V dalších kapitolách budeme ještě hodně hovořit o poruchách funkce úrovně hara, které se promítají do zdraví. Onemocnění

může být způsobeno například zmatenými či protichůdnými záměry a tím, že nejsme se svým životním úkolem ve spojení. Mnoho lidí zejména v moderní industrializované společnosti prochází životem plným spirituální bolesti, protože nenacházejí jeho smysl a nechápou jeho účel. Nevědí, proč tolik trpí. Netuší, že na tuto velkou bolest existuje lék. Toto oddělení se od hlubšího smyslu života je viditelné právě na harické úrovni a z ní také může být léčeno.

## **Úroveň hvězdy středu: úroveň božské esence – zdroj tvůrčí energie**

Tato úroveň je zase o řád hlubší v poznávání toho, kdo vlastně jsme, než úroveň harická a patří naší božské esenci. Když pro její pozorování použijí vyšší smyslové vnímání, vypadá každý člověk jako krásná hvězda. Každá hvězda je jiná. Každá v sobě nese vnitřní zdroj života. V tomto místě vnímáme, že jsme středem vesmíru. Zde je uložena božská individualita každého z nás. Jádro našeho Bytí je umístěno 4 cm nad pupkem na středové linii těla (viz obrázek 2-1). Když své vnitřní vidění zaměříte na tuto úroveň a pozorujete skupinu lidí, každý skutečně vypadá jako velká hvězda vyzařující bez ustání světlo, které se mísí se světly ostatních.

Toto jádro je nejniternější podstatou našeho Bytí a je pro každého z nás naprosto jedinečné. Bylo v nás už před začátkem světa a zůstává navždy. Překračuje omezení času, prostoru a víry. Je individuálním aspektem Boha. Z něj se odvíjí náš život. V něm jsme moudří, milující a plní odvahy.

Naše vnitřní esence se nemění. Žádné negativní zkušenosti ji nemohou poskvřnit. Naše reakce na negativní prožitky ji mohou překrýt nebo zahalit, nikdy ji však nemohou doopravdy změnit. Je to naše nejpřirozenější povaha, nejhlubší dobro v nás. Ukazuje, kdo jsme doopravdy. Je věčným zdrojem, ze kterého pochází naše kreativita.

## **Tvůrčí proces a naše zdraví**

Když jsem psala tuto knihu, mým záměrem bylo v první řadě pomoci čtenářům s pochopením kreativního procesu, který vzniká v jádře, a jeho důležitosti, zejména pro zdraví a léčení. Proces tvoření vždy začíná stejně: pozitivním neboli Božím záměrem a pozitivní radostí.

*Všechno, co jsme kdy ve svém životě dokázali udělat, nezačínalo pouze dobrým úmyslem, ale vždy také i radostí.*

Každý tvůrčí akt začíná uvnitř vědomí jádra a proudí ostatními úrovněmi naší bytosti až do té fyzické. Všechny kreativní činy v našem životě mají stejný směr a stejnou cestu: projevují se nejdříve jako vědomí v jádře, potom jako záměr na úrovni hara, dále jako životní energie v aurické úrovni a odtud stoupají do fyzického světa.

Jestliže tyto energie proudí přes harickou úroveň životního úkolu, aurickou úroveň naší osobnosti a fyzické tělo *přímo*, v našich životech je plno radosti a jsme zdraví.

Moje kniha je postavena na této myšlence. Prostřednictvím světla stoupajícího z našeho jádra vytváříme své životní prožitky na všech úrovních bytí.

Když tvůrčí energie *zablokujeme*, přineseme do svých životů bolest. Práce, která potom leží před námi, spočívá v odhalení jádra, sejmutí všech závojů, které ho zahalují tak, aby se světlo a tvořivost mohly znovu vynořit a projevit radostí a pohodou. Toto je způsob, jak vytvořit svět harmonie, míru a společenství.

(1/3)

## TŘETÍ KAPITOLA

# **NOVÝ POHLED NA LÉČENÍ - HOLOGRAFICKÁ ZKUŠENOST**

Abychom mohli prožít holografickou zkušenost a pochopit ji, musíme se nejdříve podívat na náš současný způsob chápání, který holografický není.

### **Metafyzika ukrytá pod našimi vědeckými modely**

Stejně jako tradiční systémy přesvědčení „primitivních kultur“ je i naše kultura formována určitými, do systému zabudovanými předpoklady. Co považujeme za základní realitu, závisí na metafyzice, na které věda spočívá. Dr. Willis Harman uvádí ve své knize „Global mind change“ tři základní východiska - M-1, M-2 a M-3 - používaná v průběhu historie lidské evoluce. Definuje je takto takto:

#### **M-1. Materialistický monizmus (z hmoty povstává mysl)**

Podle této metafyziky je základní látkou vesmíru hmota-energie. Realitu poznáváme studiem změřitelného světa.....Ať je vědomí cokoliv, vynořuje se z hmoty (tj. z mozku), jestliže evoluční proces dostatečně pokročí. Jakékoliv poznatky o vědomí musí v podstatě souhlasit se závěry získanými studiem fyzického mozku, neboť vědomí mimo živoucí fyzický organizmus je nejen neznámé, ale přímo nemožné.

#### **M-2. Dualizmus (hmota + mysl)**

Tato metafyzika je dualistická. Podle ní existují ve vesmíru dva zásadně odlišné druhy základní látky: hmota-energie a mysl-duch. Hmotu-energii lze studovat pomocí

nástrojů současné vědy; mysl-duch musí být zkoumána jiným, vhodnějším způsobem (např. vnitřním subjektivním bádáním). Rozvíjejí se tedy dva komplementární druhy poznání; pravděpodobně existují oblasti, které se mohou v určitých místech překrývat (např. pole psychického fenoménu).

### M-3. Transcedentální monizmus (z myslí povstává hmota)

Podle této metafyziky je základní látkou ve vesmíru vědomí. Mysl nebo vědomí je primární a hmota-energie vzniká v určitém smyslu mimo mysl. Fyzický svět se má k vyššímu vědomí jako snová představa k individuální myslí. V podstatě jsme s realitou nad světem jevů ve spojení, ale ne pomocí fyzických smyslů, nýbrž prostřednictvím intuice. Vědomí není konečným produktem materiální evoluce; vědomí tu bylo dříve !

Převážná většina našich zabudovaných předpokladů a kulturního dědictví je založena na modelu M-1, který podepírá mechanistické pojetí vědy. Naší budoucností je však model M-3, který vede k holografickému pojetí vědy.

### Starý mechanistický model péče o zdraví

Abychom se mohli zabývat holografickým pojetím péče o zdraví, musíme nejprve prozkoumat staré názory na zdraví, léčení a medicínu a zjistit, jakým způsobem nás omezují. Víme, že vycházejí ze starého mechanistického vědeckého modelu, který určuje naše kulturní zázemí. Tento model, formovaný metafyzikou M-1, obsahuje soubor nevyřčených premis současné vědy. Dr. Harman uvádí tyto:

1. Jediný možný způsob, jak získávat poznatky, je prostřednictvím našich fyzických smyslů a případně určitým druhem informačního přenosu přes geny. Pomáhá nám empirická věda - zkoumá měřitelný svět vědeckými přístroji a zařízeními, která fungují jako „prodloužená ruka“ našich smyslů.

2. Každá kvalitativní vlastnost je v zásadě odvoditelná z vlastnosti kvantitativní (např. barva je odvoditelná z vlnové délky).

3. Mezi objektivním světem, který může kdokoliv z nás pozorovat, a subjektivní zkušeností individua existuje jasně vymezená hranice. Vědecké poznatky jsou na prvním místě. Subjektivní zkušenost může být důležitá pro jednotlivce, ale tento druh výzkumu nikdy nepovede k obecně prokazatelným závěrům.

4. Koncept svobodné vůle je předvědecký pokus vysvětlit chování, které, jak vědecká analýza ukazuje, je kombinací sil působících na jednotlivce z vnějšku s tlaky a napětím uvnitř osobnosti.

5. To, co nazýváme vědomím, neboli uvědomování si vlastních myšlenek a pocitů, je sekundární jev pocházející z fyzických a biochemických procesů v mozku.

6. To, co nazýváme pamětí, je výhradně záležitost dat, která jsou uložena v centrálním nervovém systému.



7. Neexistuje jiný způsob vysvětlení znalostí o budoucích událostech než racionální - předpovídáme je na základě předchozích podobných případů a vyskytujících se jevů.
8. Jelikož mentální aktivita je záležitostí dynamicky proměnlivých stavů ve fyzickém organismu (mozku), je absolutně nemožné, že by mohla mít jakýkoliv účinek přímo na fyzický svět mimo vlastní organismus.
9. Pouze fyzické příčiny vedou k evoluci vesmíru a člověka. Nemáme proto žádné oprávnění pro koncepci univerzálního záměru nebo rozvoje vědomí či úsilí jednotlivce.
10. Individuální vědomí nepřežívá smrt organismu; pokud by mělo individuální vědomí přetrvávat po smrti fyzického těla, neexistuje pro to žádné smysluplné vysvětlení - nelze to v tomto životě ani pochopit, ani o tom získat jakýmkoliv způsobem poznatky.

Toto jsou předpoklady, na kterých je založena naše industrializovaná společnost a dnešní péče o zdraví. V některých případech to funguje výborně. Někdy to ovšem nefunguje vůbec. V určitých oblastech našeho života, jako možnosti nakupovat konzumní produkty, to platí pouze pro některé z nás. Pro ty, kteří jsou uvězněni v chudobě, to neplatí. Abychom našli efektivnější přístup k sociálním problémům a onemocněním, které jsou morem dvacátého století, musíme se podívat důkladněji na naše předpoklady o realitě.

Filozofie naší kultury je postavena na starém mechanistickém modelu fyziky, pro který je základem metafyzický model M-I. Z toho vyplývá, že svět se skládá ze základních stavebních jednotek hmoty, např. elektronů a protonů. Všechno, co existuje, je vytvořeno z těchto drobných „věcí“ nebo částí. Takže kdybychom rozdělili svět na tyto částičky a studovali je, mohli bychom mu porozumět. Učíme se žít podle racionální mysli a důvěřovat jí. Náš sociální systém, školství a medicína zdůrazňují důležitost racionálního řešení problémů. Abychom pochopili, jakým způsobem všechno funguje, a potom našli příčinu problémů, musíme všechno rozdělit na jednotlivé části a studovat je. Bohužel v posledních zhruba čtyřiceti letech jsme právě na toto kladli stále větší důraz - studovali jsme jednotlivé části, jako by byly izolované. Jenomže výzkumy prokazují, že izolovanost neexistuje. Více než dvacet let vědeckých výzkumů ve fyzice a biologii ukazuje, že všechno je vzájemně propojené. Nelze oddělit osobu, která experiment provádí, od vlastního pokusu. Je nemožné oddělit individuální od celku. Starý způsob myšlení přetrvává i v našem každodenním životě. Stále si myslíme, že věci můžeme rozebrat a potom jim porozumíme.

## Proč starý způsob nefunguje

Pokud je náš způsob myšlení mechanistický, pronášíme výroky tohoto typu:

Kdy už s tím (*oni*) něco udělají ?

*Oni* ničí planetu.

Byli bychom na tom lépe, kdyby zaměstnavatelé (nebo zaměstnanci) nebyli tak chamtiví.

Tyto věty nás oddělují od ostatních tím, že vytvářejí fiktivní osoby. „Tamti“, nesou odpovědnost za problém či situaci, tak proč bychom se měli snažit udělat to, co je v našich silách, aby došlo ke změně. Co na tom, že jsme spolutvůrci každé situace, ve které se nacházíme.

Když se jedná o naše vlastní zdraví či nemoc, postupujeme stejně. Oddělujeme od sebe jednotlivé orgány, jako kdyby nepracovaly společně ve stejném těle. Oddělujeme od sebe také svou nemoc. Oddělujeme části těla od emocí, které s nimi souvisejí, jako kdyby to nemělo žádné následky. Používáme věty:

„Chytil jsem od tebe kašel. „

„Dostal jsem ischias, bolí mne záda. „

„Můj žaludek mne zase trápí. „

„Nesnáším své boky - jsou příliš velké, vůbec se ke mně nehodí. " "

Zaměřujeme se spíše na symptomy než na příčinu onemocnění. To je ovšem velmi nebezpečná hra. Prohlašujeme:

„Pane doktore, chtěl bych se zbavit toho problému s kolenem jednou provždy.“ „Třeští mi hlava. Potřebuji nějaký prášek, aby bolest přestala.“ „Zbavím se žlučníku, takže mě už nebude zlobit. " "

Často se díváme na svou nemoc jako na něco, co má svůj původ v napadení „vnějším nepřítelem“ (např. mikroorganismy), nebo něco (např. tumor), co je třeba odstranit. Způsob, jak se onemocnění zbavit, je vzít si lék nebo se podrobit lékařskému zákroku. Tento druh léčení - předepsání správného léku, abychom odstranili bolest nebo zničili to, co nás napadlo - je založen na premise světa složeného z oddělených částí. Nevěnuje pozornost příčině onemocnění. Zázraky moderní medicíny jsou úžasné, ale zdá se, že jsme čím dál méně schopni sami si své zdraví udržovat. Když se konečně podaří dát do pořádku jednu nemoc, začne zlobit něco jiného. Vedlejší účinky léčení mohou také vést k dalším zdravotním problémům, které obvykle považujeme za nové nemoci. Svět je pro nás rozdělen do tolika částí, že jsme z toho zmatení a začneme si myslet, že za naše zdraví odpovídá lékař.

Podle mé osobní zkušenosti převážná část bolesti vzniká právě na základě tohoto způsobu myšlení, podle kterého je lidská bytost jakousi hromadou jednotlivostí a ne celistvou integrovanou bytostí. Znamená to také zbavování se osobní zodpovědnosti za své zdraví. Věříme, že doktor může opravit části našeho těla stejně, jako mechanik opravuje části auta. Toto „rozškatlukování“ člověka přináší spoustu zmatků. Mnoho pacientů, kteří procházejí mou ordinací, má za sebou léčení u různých specialistů - lékařů, terapeutů všeho druhu, léčitelů, psychiatrů, odborníků na akupunkturu, dietu a léčení bylinkami. Výsledky léčení nejsou valné, především kvůli navzájem si odporujícím a matoucím analýzám jejich stavu. Pacient potom neví, co má dělat a komu věřit.

Jelikož to odpovídá zvyklostem v naší kultuře, vyžadujeme u fyzického onemocnění stanovení diagnózy. Je to stejné, jako dožadovat se základních stavebních částic hmoty, které ve skutečnosti neexistují. My ovšem na svém požadavku trváme ! A tak diagnózu dostaneme. Konkrétní „fakta“ onemocnění, vytržená z kontextu vzájemných vztahů celé naší bytosti, omezují naši schopnost vidět jasně širší souvislosti. (Příčina naší nemoci zahrnuje mnoho úrovní funkcí a prožitků.) Považujeme diagnózu

za úplnou odpověď, díky které se můžeme cítit v bezpečí. Vyvineme tlak na svého lékaře: ať se stará o naše zdraví! Má diagnózu a léčebné prostředky. Věříme, že když známe jméno své nemoci, můžeme ji kontrolovat a řídit. Nebo ještě lépe, může to dělat náš doktor.

A ono to vsutku pro řadu onemocnění dobře funguje. Zbavíme se fyzických symptomů, které jsme nazvali nemocí. To bohužel ale neřeší vnitřní příčinu onemocnění spojenou s hlubší realitou v nás. Praxe stanovování diagnóz a léčení fyzických symptomů nás v delším časovém úseku pravděpodobně ještě víc oddělí od sebe samých a naší hlubší pravdy. Považuji používání diagnózy tímto způsobem za nesprávné. Za problém nepovažuji systém diagnóz. Problémem je, že se zastavíme u diagnózy a následného léčení a nepostoupíme dál. Nevyužijeme ji tak, jak bychom mohli - jako dílčí informaci, jeden kousek velké skládačky, která po složení všech informací vede k sebepochopení a k osobnímu růstu. Pokud přistupujeme k nemoci pouze z pohledu symptomů, přisuzujeme diagnostickému systému příliš velkou moc, a to vede - kromě jeho nepružnosti - k dalším, mnohem závažnějším chybám.

## Mechanistický model vytváří diagnózy smrtelných onemocnění

Bolest se stává čím dál horší a pacienti ještě zmatenější. Znají diagnózy, doporučené způsoby léčení, ke kterým často patří varování typu: „Jestliže se nebudete léčit tímto námi předepsaným způsobem, váš stav se zhorší a můžete dokonce i umřít.“ Jistěže by lékaři měli dávat informace o prognóze pacienta v případě, že se nebude léčit, ale neměli by tvrdit, že jejich cesta je jediná správná. Možná existují další způsoby, o kterých nevědí. Jinými slovy, léčebné techniky standardní medicíny mají své hranice a dveře k ostatním možnostem léčení by měly zůstat otevřené, ať už lékař o těchto možnostech něco ví či ne. Pro lékaře je důležité si ujasnit, že označit pacienta za smrtelně nemocného znamená pouze to, že jeho onemocnění není schopna vyléčit standardní západní medicína.

Vidět, čím procházejí pacienti s rakovinou, když jim je oznámena diagnóza smrtelného onemocnění, bylo jednou z nejhorších věcí, které jsem prožila. Jistěže statistiky o průběhu určitého onemocnění ukazují pravděpodobný vývoj onemocnění, ale to přece neznamená, že to platí pro každého pacienta. Naneštěstí ten, který „uteče“ těmto statistikám, je hodnocen jako „pacient s chybnou diagnózou“, nebo u něj došlo ke „spontánnímu vymizení příznaků nemoci“, či dokonce k „zázraku“. Takto je diskreditována metoda, která pacientovi opravdu pomohla.

Označení nemoci, kterou neumí léčit západní medicína, nálepkou „neléčitelné“ přináší pacientovi další problémy. Dává mu zprávu, že se nemůže uzdravit, čemuž pacient uvěří, podle tohoto vnitřního přesvědčení jedná, a tím se jeho stav zhoršuje. Musí tedy nejen bojovat s nemocí, ale přemoci i tu část sebe, která nevěří v uzdravení. Diagnóza způsobí, že pacient v souladu s přesvědčením medicíny, že mu nemůže pomoci, protože na jeho nemoc neexistuje lék, přijme tento patologický náhled za svůj. Jinými slovy medicína říká: „Věř tomu, čemu věřím já, přijmi mou metaforu reality, podle které je toto onemocnění (tak jak jsme ho diagnostikovali) pravdivou a jedinou realitou (jak to vidíme my) a je neléčitelné.“

Skrytý význam prohlášení nás vrací k původnímu problému: role modelu reality vede v našem životě a v našich představách k tomu, že jde o jedinou možnou realitu. Neuvědomujeme si, jak hluboký účinek to má.

## Otázka modelů nebo metafor reality

Hrbatá hrdinka úspěšné hry „Hledání inteligentního života ve vesmíru“ autorky Lily Tomlin, která byla uváděna na Broadway, říká: „Realita je kolektivní hrb.“

Většina z nás má sklon považovat model reality, který akceptuje, za *realitu*. Dostáváme se do potíží v tom okamžiku, kdy tomu to, co je, neodpovídá. Obviňujeme sebe a tvrdíme, že je vyloučené, aby se věci takto měly, protože to neodpovídá našemu modelu. Nechceme vidět, že model je omezený. Všechny modely mají své hranice. Je potřeba si to pamatovat. Pokud se tím budeme řídit, pak je pravděpodobně v pořádku akceptovat určitou metaforu reality - např. mechanistické pojetí, že hmota je základní realitou v nepředpojaté podobě. Když se ovšem jedná o nevyléčitelné onemocnění, není už tato metafora reality pro nás vhodná. Je čas najít funkčnější metaforu, v rámci které je naše vyléčení možné. Pro pacienta to znamená spíše nalézt jiný systém léčení, než podstoupit bolestivé, násilně zasahující léčení, které nepomáhá. Nejenže nevede k vyléčení, ale dokonce léčení jiným způsobem, např. ajurvédickou medicínou, homeopatií, akupunkturou, makrobiotikou či něčím podobným ztěžuje.

*Diagnóza „nevyléčitelná nemoc“ je prohlášením o medicínském systému, ne o stavu pacienta.* Pokud je to podáváno jako zpráva o jeho stavu, staví pacienta do pozice značně nevýhodné pro další léčení. Ponechává jen velmi malý nebo žádný prostor pro tvůrčí proces léčení, který vychází od pacienta. Nenechává žádný prostor pro alternativní léčebné systémy. Je daleko lepší, když lékař řekne: „Udělal jsem pro vás všechno, co bylo v mých silách. Nevím, jaký další způsob léčby bych vám mohl v tomto okamžiku nabídnout. Jestli si přejete, budu se o vás dál starat a udržovat vás v co nejlepším stavu. Možná, že někdo jiný ví o dalších možnostech léčení.“

Pouze toto je jeho díl zodpovědnosti. Lékař není zodpovědný za životy pacientů a jejich zdraví - nemůže si hrát na Boha. Tato tíha by měla být z něj sňata. Jistěže lékaři mají Božské světlo v každé buňce těla. Ale to má i pacient. Pravděpodobně mají větší přístup k léčivé síle než daný pacient v daném okamžiku. Ale pacienti mají také schopnost naučit se čerpat z této síly. Zodpovědnost, kterou klademe na bedra lékařů a kterou nesou, jim nepřísluší. Není to od nás férové jednání. Není to reálné a vychází to z mechanistického modelu: jestliže se předpokládá, že lékař nám dá tabletky nebo provede chirurgický zákrok, aby nás zbavil něčeho od nás odděleného, co nás obtěžuje, potom je on tou osobou, která odpovídá za naše zdraví - my s tím nemáme co dělat.

## Směřování k holografickému modelu

Zodpovědnost za léčení se musí vrátit k nám - pacientům. Požádejme lékaře, aby nám v tom pomohli. Potřebujeme nastolit přátelský vztah mezi pacientem, léčitelem a lékařem, abychom pro své sebeléčení využili to nejlepší, co nám mohou nabídnout.

Způsobem, jak docílit tuto dobrou spolupráci, je vědomě se přesunout do nové M-3 metafyziky, která byla popsána na začátku této kapitoly. Potřebujeme začít považovat mysl - nikoliv hmotu - za základní realitu. Tento pohled nás dovede k holizmu.

Práce prezentovaná v této knize je postavena na metafyzice M-3: Z mysli povstává hmota, takže mysl a vědomí jsou základní realitou. Termíny *mysl* a *vědomí* jsou omezující, nevystihují lidskou zkušenost, která je mnohem širší. Pro vyjádření základní podstaty lidského bytí dávám přednost termínu *esence*. Esence je jemnější a je méně omezená než to, co nazýváme vědomím - je uložena pod ním. Vědomí je zase jemnější a méně omezené než to, co nazýváme myslí. Z toho vyplývá, že z esence povstává vědomí, z vědomí mysl a z mysli hmota.

Esence se nachází uvnitř hvězdy centra bytí každé živé bytosti. Nalézá se ve všem a všude. Vše je proniknuto esencí, vědomím a myslí. M-3 metafyzika nás přivádí k holizmu, k vzájemnému propojení všech věcí a k prožitku stavu, ve kterém je možno se léčit tou nejpřirozenější cestou. Přijetím metafyziky M-3 vstoupíme přímo do vědy budoucnosti - holografie, která nám dá nové odpovědi na naše staré otázky o sobě, o léčení a tvůrčích procesech.

Zkusme se přeorientovat na holizmus. Co to obnáší? Jak se to liší od zabudovaných předpokladů, které jsme používali až do této chvíle? Co by to znamenalo žít uvnitř holografického modelu reality? Jaké by to bylo myslet a žít holograficky? Jak by se náš život změnil?

Mnozí z nás zažili pocit celistvosti - jednoty se vším při meditaci nebo při pohledu na západ slunce či při snění. Je to velmi silný prožitek. Velmi bychom si přáli, aby se opakoval častěji. Zdá se nám však, že mezi touto spontánní zkušeností a naším každodenním životem leží propast. Tu se v této knize pokusíme, krok za krokem, překlenout mostem. Na jednom konci mostu je fyzický svět a naše fyzické tělo. Na druhém je rozšiřující se prožitek holizmu. Otázka, kterou si položíme, bude znít takto: Jak se stát holistickými?

## Prožitek univerzálního hologramu

Abych prozkoumala, jaký by byl život uvnitř holografického modelu na osobní úrovni, položila jsem několika svým studentům z třetího ročníku následující otázku: „Představte si sami sebe jako hologram. Jak to změní vaše sebevymezení?“

**MARJORIE V:** V hologramu jsme obojím - pozorovatelem i tvůrcem. Nejsme pouze částí modelu, jsme modelem samým. Hologram existuje mimo lineární čas a trojrozměrný prostor. Je místem propojenosti všeho, v něm jsme bez omezení. Znamená to úplné odevzdání se všem prožitkům - pocit opravdové jednoty se všemi a se vším, s vesmírem. Je to přítomnost, minulost a budoucnost v jednom okamžiku.

**IRA G.:** Při představě sebe jako hologramu se vnímám bez jakýchkoliv omezení, umožňuje mi to prožít a pochopit vesmír prostřednictvím každé buňky těla, každé zkušenosti života. Každá částička se stává vstupní branou univerzálního porozumění.

**SYLVIA M.:** Jsem-li hologramem, nemám žádná omezení. Mohu vstoupit do času a prostoru, do věčnosti a zase zpět. Jsem stromem, zvířetem, bezdomovcem. Možná že odtud pocházejí dávná slova: „Vše v jednom a jedno ve všem.“

**CAROL H.:** Představa sebe jako hologramu pro mne znamená zmizení všech omezení, uvědomuji si propojenost se vším stvořeným. Jsem zrcadlením Božího ducha. Také vím, že všechny své myšlenky, slova a skutky prožívám z úrovně celku -to je ohromující myšlenka ! Prožívám celý svět jako příjemce a zároveň přijímač.

**BETTE B.:** Kdybych byla hologramem, řekněme alkoholizmu, nebyla bych pouze společníkem alkoholika, ale i jeho manželem nebo manželkou, dcerou, synem a zároveň tím alkoholikem. Mohla bych prožívat alkohol vstupující do těla a v témže okamžiku vidět a poznat, co ostatní, kterých se to týká, cítí, vidí a prožívají mentálně, emocionálně, fyzicky a spirituálně. Nebylo by možné postavit se na něčí stranu, protože bych byla to všechno najednou a věděla, že to všechno je částí Boha a vesmíru.

**PAM C:** Věřím, že jsem hologram, ale je těžké vyjádřit, co to znamená. Nejsou pro mne žádná omezení, protože:

1. Nejsem oddělená, jsem částí celku. Jsem vždy ve spojení s celkem. Vlastně jsem celkem.

2. Mohu mít jakoukoliv formu, jakou potřebuji v daném okamžiku. Ve skutečnosti jsem všemi formami po celý čas.

3. Jsem stále v synchronicitě se vším, co existuje.

4. Nejsem omezena na své tělo. Mám přístup ke všem informacím ve vesmíru, k ostatním, k minulosti, přítomnosti, budoucnosti a dimenzím. Mohu být kdykoliv kdekoliv. Mohu být na několika místech najednou. Zkrátka jsem velká a se vším propojená. Jsem celkem stejně tak jako částí.

**ROSSEANNE B.:** Když jsem hologram, nejsem jen část celku, jsem *celek*. Nejsem ničím omezena, takže nejenže jsem spojena se všemi věcmi, já jsem každá z těch věcí a tudíž můj potenciál pochopení, vědění, vidění, učení se, bytí a konání je bez hranic. Myšlenka „Já jsem celek“ jako hologram znamená, že jsem zároveň ve všem a všechno, a tak je mé neohraňované já v rovnováze se všemi ostatními věcmi a bytostmi.

**JOHN M.:** To je vědecká metafora sdělení Ježíše Krista „Já a Otec jsme Jedno“. Pro mne to znamená, že nejsem „outsider“, který je postaven na stejnou úroveň jako marnotratný syn, ale že v sobě nesu plnost vesmíru, nebo přesněji řečeno tato plnost proudí skrze mne. Ta myšlenka mi připomíná pocit míru, který leží pod mými nejhroznějšími okamžiky. Představuji si, že ten nezměrný celek se obrací a dívá na mne něčím, co se podobá lidské tváři. Myšlenka, že jsem hologram, mi dodává odvalu a naději.

**MARGE M.:** Tímto způsobem mohu vidět sebe jako všechno, co vůbec existuje. Mohu mít přístup k těm aspektům sebe, ke kterým si přeji. Když jsem hologram, je všechno možné, všechny znalosti jsou mi přístupné, a co dovolím, to se stane.

**LAURIE K.:** Dává mi to křídla, na kterých mohu letět kamkoliv a v jakém chci čase. Také přináší tvůrčí zodpovědnost v poznání, kdo opravdu jsem v tomto měnícím se světě. Zajišťuje mi to neomezený přístup ke všemu vědění a jeho pochopení, vysvobozuje mne z pout dualistické disharmonie a vede do světa světla, jednoty a poznání. Jsem se vším neoddělitelně spojena.

**SUE B.:** Je to pro mne těžké, protože moje mysl říká: „Ne, já nejsem hologram.“ Místo toho si představuji samu sebe jako část vše spojující sítě -to už je lehčí. Čas a prostor tam neexistují, protože „Já jsem“ všude a v každém okamžiku.

**JASON S.:** Představa sebe jako hologramu mi přináší pocit, že existuji v rozsahu, v jakém si přeji, bez omezení. Některé momenty mne trochu děsí. Například se mi zdá, že jsem víc oddělen od své osobnosti a spirituální cesty a vidím to spíše jako řadu interakčních modelů. Sebe sama vnímám ze širšího pohledu. Na druhou stranu - na mikroúrovni - mohu vidět každý aspekt svého každodenního života jak plně vyjadřuje, kdo jsem. Mohu vidět, jak jsem „Jason-ing“ („Jasonující“, to, co Jason dělá, kdo je - pozn. překl.) svým životem, se svými vlohami, perspektivami, nebo jejich nedostatkem, svými problémy a silou - vše plně formované v každém aspektu. Pociťuji někdy svou separaci (obzvláště nemám rád, když se pocit oddělení stane příliš silným), tak si myslím, že holografický pohled na svět bude pro mne znamenat zkušenost „Já jsem celek“.

Když se já jako léčitelka dívám na pacienty tímto způsobem, cítím možnost být v úplném kontaktu s jejich minulostí, přítomností a možnou budoucností - tím léčení přesahuje přítomný okamžik.

Abychom zažili holografickou zkušenost, potřebujeme být ve stavu rozšířeného vědomí. Dosažení tohoto stavu vyžaduje velkou vnímavost pro to, co se děje v nás, ale i v ostatních. Jak si ukážeme dál, rozšíření vědomí lze rozvíjet postupně, krok za krokem.

Každý okamžik léčení je holografickým prožitkem. Když přesáhneme výše popsanými způsoby lineární čas a trojrozměrný prostor, dochází automaticky k léčení. Taková je skutečná podstata vesmíru.

Jsem si jistá, že máte zkušenosti tohoto typu. Zatím jste se ještě nenaučili, jak je vyvolat, když to potřebujete, a jak je integrovat do normálního života. Skutečnou výzvou pro nás je začít je v životě prakticky uplatňovat. Abychom to dokázali, musíme lépe porozumět holizmu. Pojdme se na holografii podívat zblízka.

## Původ holizmu a holografie

V roce 1929 známý matematik a filozof Alfred North Whitehead, popsal přírodu jako obrovskou rozšiřující se řadu událostí, které jsou propojené. „Tyto události“, řekl „nejsou vyčerpány smyslovým vnímáním.“ Dualismus typu mysl/hmota je chybný. Realita je vše zahrnující a vzájemně propojená. Whitehead mínil, že všechno je ve vzájemném vztahu, včetně našich smyslů. Používáme své smysly, abychom získali informaci o dané situaci. Naše smysly působí na situaci, kterou pozorujeme. Situace působí na smysly, kterými ji pozorujeme. V témže roce Karl Lashley publikoval výsledky své studie o lidském mozku, ve které došel k závěru, že specifická paměť není lokalizovaná do jednoho místa v mozku. Zjistil, že poškození určité části mozku nepoškodilo paměť, která tam je umístěna. Paměť tedy nemůže být lokalizována do konkrétních mozkových buněk. Spíše se zdá být rovnoměrně rozmístěna po celém mozku, pravděpodobně jako energetické pole.

V roce 1947 Dennis Gabor odvodil rovnice popisující možnou trojrozměrnou fotografii, kterou nazval holografii. První hologram zhotovil Emmette Leith a Juris Upatinicks

v roce 1965 pomocí laseru. V roce 1969 dr. Karl Pribram ze Stanfordské univerzity, proslulý vědec zabývající se výzkumem mozku, uvedl, že hologram funguje jako velmi dobrý model pro mozkové procesy. V roce 1971 dr. David Bohm, fyzik, který pracoval s Einsteinem, přišel s tím, že uspořádání vesmíru je pravděpodobně holografické. Když Pribram slyšel o Bohmově práci, byl velmi potěšen. Podporovala jeho myšlenku o tom, že lidský mozek pracuje jako hologram, který přijímá a interpretuje z holografického vesmíru.

## Co je to hologram ?

Co to vlastně říkali výše uvedení muži a jejich výzkum ? Abychom mohli porozumět jejich myšlenkám, vyzkoušíme si, jak hologram funguje. Bezpochyby jste hologram už viděli. Vytváří trojrozměrnou představu. Jak se kolem něj pohybujete, vidíte různé strany.

Vytvořit trojrozměrný obraz - hologram vyžaduje dvoustupňový proces. Na obrázku 3-1 můžeme vidět první krok. Laserový paprsek je rozdělen pomocí zařízení, které se nazývá „beam splitter“ na půl. Jedna polovina paprsku je zaměřena přes čočku na objekt, např. na jablko, a potom odražena pomocí zrcadla na fotografickou desku. Druhá polovina paprsku míří do zrcadla a potom přes čočku na stejnou fotografickou desku. Mezi oběma polovinami laserového paprsku se vytvoří určitá fáze vztahu. Výsledkem je fotografie interferenčního modelu, který je vytvářen dvěma paprsky, jež se spolu vrátí na fotografickou desku. Vypadá to jako nepostřehnutelné klikaté čárky.

Druhý krok - viz obrázek 3-2 - spočívá pouze v přemístění jablka, beam splitteru, druhého zrcadla a druhé čočky. Když teď vezmete laser a zamíříte ho přes čočku na fotografickou desku, naleznete trojrozměrný obraz jablka zavěšeného v prostoru ! Ještě víc překvapující je to, že když fotografickou desku rozpůlíte a vůbec nic jiného nezměníte, stejně získáte obraz jablka visícího v prostoru, jen bude trochu zamlženější. Když oddělíte další část desky, zase získáte obraz celého jablka. Pokračuje to stejně - i z malých kousků fotografické desky získáte celé jablko, jen víc a víc zamlžené !

## Holografický model a sedm premis o podstatě reality

Jakmile vstoupíme do holografického věku, musíme se připravit na mnoho změn. Tato epocha spočívá na sedmi základních premisách o podstatě reality, které vycházejí přímo z holografické práce a na kterých je holografický model postaven.

### Premisa č. 1: Vědomí je základní realitou

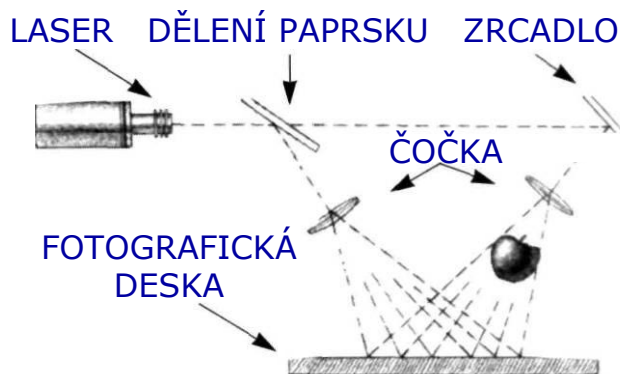
Abychom se dostali k této premise, budeme sledovat analýzu dr. Pribrama. Dr. Pribram říká, že základní realitou je energetický znak, který mozek zachycuje prostřednictvím smyslů. Náš mozek potom převádí energetický znak do tvaru a barvy jablka. Skutečná realita je jako energie v laserovém paprsku, která nese informaci. To, na co se my díváme jako na realitu, je více podobné promítnutému



trojrozměrnému obrazu jablka v hologramu. Pravdivou realitu můžeme spíše nalézt v energii, kterou zachycují naše smysly, než v objektech, které definujeme jako reálné.

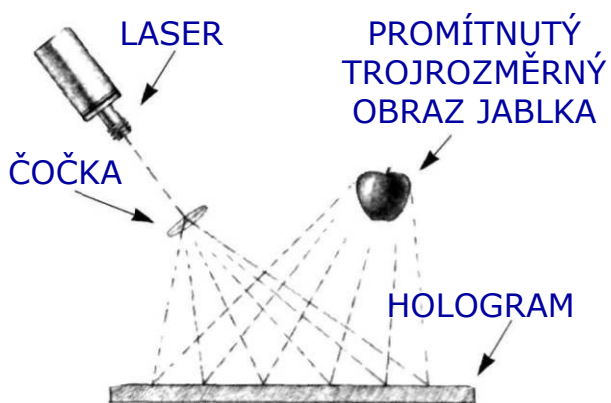
Pribram konstatuje, že náš mozek pracuje jako hologram, který projektuje pravdivou realitu energetického paprsku do iluzorního jablka. Mozek, využívající našich pěti smyslů, vybírá energetické pole čehokoliv, čemu v určitém okamžiku věnujeme pozornost, a převádí toto energetické pole na objekt. To znamená, že objekt, který pozorujeme, představuje sekundární realitu. Projekce objektu pochází ale ze znaku hlubší reality (energetických paprsků).

Naše smysly pracují společně na vytváření iluze světa okolo nás, říká dr. Pribram, podobně jako stereo reproduktory vytvářejí dojem, že zvuk přichází ze středu místnosti, a sluchátka, že hudba se nese ze středu hlavy. Zatím existují hologramy, které využívají pouze zrak (světlo z laserových paprsků). Pravděpodobně budou jednoho dne hologramy využívat také ostatní smyslové orgány - kinestetický, auditivní, olfaktorický (čichový) i chuťový.



Obr.3-1: Jak vzniká hologram jablka

Vědecký výzkum dr. Pribrama souvisí s modelem lidského energetického pole. Základní realitou na úrovni aury je energie. Jestliže jdeme hlouběji, nalezneme záměr pocházející z našeho vědomí, které je základem pro energetický tok. A dokonce ještě hlouběji se nachází úroveň naší esence a hvězdy středu bytí - základ celé reality. Dostali jsme se až k metafyzice M-3.



Obr.3-2: Zobrazení hologramu jablka

### **Důsledky premisy č. 1 na naše zdraví a systém zdravotní péče:**

1. Pravděpodobně nejhlubší dopad na naše zdraví má fakt, že jak naše vědomí, vyjádřené jako záměr, tak energie v aurickém poli pocházející z toho záměru, jsou nejpodstatnějšími faktory, které zdraví a nemoc ovlivňují. To znamená, že naše záměry, jak vědomé tak podvědomé, a to, jak se promítají do myšlení, pocitů a činů, jsou primární faktory, které ovlivňují stav našeho zdraví. Jakýkoliv fyzický problém je pouze fyzickým projevem opravdového onemocnění, které se nachází uvnitř - ve vědomí. Vědomí takto vyslalo zmaterializované prohlášení o tomto stavu. 2. Jakákoliv věda a jakýkoliv systém zdravotní péče postavený pouze na fyzické realitě je založený na druhotných, ne na primárních příčinách.

### **Premisa č. 2: Všechno je spojeno se vším**

Toto propojení nezávisí na vzdálenosti v prostoru ani čase. Určitá událost na jednom místě působí okamžitě, bez časového zpoždění potřebného pro přenesení informace

(což znamená, že je rychlejší než světlo a nad Einsteinovou teorií relativity) na všechno ostatní.

Protože nedochází k časovému zpoždění, probíhá to, co nazýváme příčinou, a to, co nazýváme následkem, ve stejném čase. Naše teorie příčiny a následku, která je tak užitečná v materiálním světě, tedy v primární realitě neplatí a nelze ji aplikovat.

### **Důsledky premisy č. 2 na naše zdraví a systém zdravotní péče:**

1. Holografický pohled nám neumožňuje vidět lidi, události, věci, „ne-věci“ nebo sebe sama odděleně. Přenášení událostí nefunguje pouze v jejich vlastních specifických oblastech vlivu, ale velmi hluboce zasahuje i zdánlivě nezávislé či nesouvisející oblasti života. Naše každodenní zkušenosti, věda, psychologie, politika, všechno míří k realitě, kde nic neexistuje odděleně. Žádnou událost - politickou, psychologickou, atomickou nebo subatomickou nelze brát jako izolovanou, neovlivňující bezprostřední okolí. Věda i politika jasně prokazují, že cokoliv se uděje, má okamžitý dopad všude. Ukázal to vývoj nukleárních zbraní i práce environmentalistů.

2. Všechno co děláme, čemu věříme a co si myslíme o zdraví a nemoci okamžitě zasáhne všechny ostatní.

3. Sebeléčením léčíme ostatní. Když pomáháme léčit ostatní, léčíme také sebe.

### **Premisa č. 3: Každý kousek obsahuje celek**

Když použijeme model hologramu, náš pohled na podstatu reality se bude velmi lišit od způsobu, jakým ji západní kultura popisovala v minulosti. Tím, že se stále vytváří trojdimenzionální obraz jablka nezávisle na tom, jak malý kousek fotografické desky necháme, hologram jasně demonstruje, že každá část fotografické desky obsahuje celek (jablko).

### **Důsledky premisy č. 3 na naše zdraví a systém zdravotní péče:**

1. Každá naše část obsahuje celý model - nás jako celek. Ve fyzickém světě to může být vyjádřeno v genech. Tam každá buňka obsahuje celé naše genetické vybavení. Vlastně by bylo možné klonovat někoho z jedné jediné buňky.

2. Na úrovni energetické platí, že energetický model každé buňky v aurickém poli obsahuje celý model zdraví. Stačí se jenom napojit na tento model zdraví, abychom ho znovu získali. Potřebujeme pouze jednu zdravou buňku, aby to bylo možné udělat.

3. Všechno, co je v nás, je i ve vesmíru. Nebo jinak: Všechno, co je tam, je i uvnitř nás. Prozkoumáváním své vnitřní krajiny prozkoumáváme také vesmír.

4. Když léčíme sebe, pomáháme léčit také Zemi a vesmír. (Další informace převzaté od mého duchovního průvodce Heyoana viz kniha *Co mohu udělat já osobně pro světový mír ?*, kapitola 13.)

## Premisa č. 4: Čas je také holografický

Každý aspekt existuje všude, po celou dobu a vždy. Každý okamžik je celistvý, úplný a živý, koexistující ve vědomém vztahu s ostatními okamžiky. Každý okamžik si je vědom sebe a má vlastní inteligenci a také přístup ke všem ostatním okamžikům.

### ***Důsledky premisy č. 4 na naše zdraví a systém zdravotní péče:***

1. Teď už víme, že určitá událost z minulosti může být rozsáhle zapletena do goblénu tvářnosti našeho současného světa. To, co děláme, působí na široký okruh lidí, možná mnohem širší, než teď pokládáme za možné. Naše činy zasahují nejen ty, kteří jsou okolo nás, ale také ty vzdálené, protože jejich účinky nejsou omezeny časem ani prostorem. Jsou holografické a tudíž nejsou závislé na čase a prostoru. Jsou mimo tato omezení, protože v primární realitě čas a prostor neexistují.

2. Na osobní úrovni má každý z nás teď přístup i ke všem ostatním okamžikům. Aneb: jsme všude, po celý čas a vždy.

3. Každý z nás je ve spojení s „Já“, které bylo před onemocněním zdravé a zase bude, až se zotaví. Máme přístup ke zkušenosti zdraví a teď si ji přinášíme, abychom léčení pomohli.

4. Každý z nás může naopak zůstat ve spojení s lekce, kterým jsme se naučili v průběhu jakékoliv nemoci, abychom si tuto moudrost uchovali.

5. Když vstoupíme do úplné celistvosti, můžeme okamžitě začít se sebeuzdravováním.

## Premisa č. 5: Individualizace a energie jsou základem vesmíru

Každý aspekt je individuální a není totožný se žádným jiným aspektem.

Experimentálně bylo prokázáno, že světlo má charakter částic a zároveň energetického vlnění. Další pokus potvrdil, že částice se nechovají jako „věci“. Spíše se chovají jako „jednotlivé události interakcí“, takže jsou v podstatě energií. Tedy: každý aspekt vesmíru je buď vlnou energie, nebo individuální částicí energie.

### ***Důsledky premisy č. 5 na naše zdraví a systém zdravotní péče:***

1. Každý z nás je vytvořen z energií. Když nahradíme zakořeněné předpoklady a myšlenky, podle kterých se skládáme z pevné hmoty, myšlenkou, že jsme světlo, je daleko jednodušší náhled změnit: Máme těla, která jsou vytvořena ze světla. Naše těla se neustále mění. V každé vteřině je naše tělo jiné.

2. Nikdo z nás není stejný jako kdokoliv jiný. To, co prožíváme, co se nám stává, je jedinečné a nemůže to být postaveno pouze na minulých statistikách bez toho, aby vzat do úvahy tvůrčí faktor, jak uvidíte v premise č. 7.

## Premisa č. 6: Celek je větší než součet částí

Když proces obrátíme a části fotografické desky jednu po druhé sesbíráme a složíme dohromady, dostaneme výrazně jasnější a podrobnější obraz celého jablka. Hlavní body, které vyplývají z premisy č. 6, jsou tyto:

1. Každý aspekt existuje uvnitř systému, který je větší než on samotný, a tak to postupuje dál.
2. Každý aspekt a systém má informace o všech ostatních systémech.
3. Spojením a integrováním menších částí do celku získáme lepší a jasnější pochopení celku.

### **Důsledky premisy č. 6 na naše zdraví a systém zdravotní péče:**

1. Když spojíme své „části“ nebo části našeho „Já“ dohromady, dostaneme jasnější obraz našeho vyššího, celého Já.
2. Jakákoliv skupina lidí dohromady tvoří větší celek, který má víc síly, lásky a tvůrčích schopností, než každý z členů skupiny individuálně a než je součet úsilí každého z nich.
3. Každý jednatel uvnitř skupiny může čerpat z její síly. Každá skupina uvnitř větší skupiny má přístup k síle a energii větší skupiny a tak dál. Toto platí jak pro léčení tak i pro tvůrčí aktivity.
4. Každý z nás, ať jako jednatel či ve skupině, má přístup ke všem vědomostem o léčení a k léčivé síle, která je, byla a dokonce i k té, která bude ve vesmíru.

## Premisa č. 7: Vědomí vytváří realitu a svůj vlastní prožitek reality

Sedmá premisa je založena na modelu holografického mozku, který vytvořil Karl Pribram. *Pribram konstatoval, že mozek zpracovává data ve shodě s tím, jak byl zvyklý z minulosti.* To znamená, že vaše poznání bude odpovídat vašim očekáváním, založeným na vašich přesvědčeních a na vámi přijaté tradici. Protože realita je tvořena vědomím, vytváří vědomí jako její součást také svůj vlastní prožitek reality.

### **Důsledky premisy č. 7 na naše zdraví a systém zdravotní péče:**

Když pracujeme s pacientem, říkáme mu: „Nejenom že si sami vytváříme svou vlastní realitu a vlastní nemoc, my také vytváříme svůj vlastní prožitek této reality včetně vlastní zkušenosti se zdravím a nemocí. “

Toto prohlášení je však velmi kontroverzní. Výklad se musí provádět opatrně, protože by se mohl stát živnou půdou pro jeho nepochopení a zneužití. Být zodpovědný za danou situaci neznamena obviňovat se z toho. Nedá se z toho vyvodit, že jsme onemocněli, protože jsme špatní. Když na druhé straně přijmeme myšlenku, že si sami vytváříme svůj vlastní prožitek reality, dostaneme do rukou účinný nástroj - můžeme zjistit, jakým způsobem jsme tuto situaci vytvořili, můžeme ji změnit a vytvořit jinou, která je vhodnější. Má to dva háčky. První - z jaké úrovně bytí toto

tvůrčí úsilí pochází ? Z úrovně Božské esence, úrovně vědomí a záměru nebo osobní úrovně mysli a pocitů ?

Druhý - kdo je to „my“, kdo že to situaci tvoří ? Z holografického pohledu jsme všichni propojení, jsme všichni ve spojení s vyšší tvůrčí silou vesmíru a všechno na sebe navzájem působí, vždy a všude.

Lidé, kteří se neustále dostávají do stresujících situací, budou zřejmě mít „zásluhy“ na vzniku svého infarktu na osobní úrovni energetického pole odpovídající jejich myšlenkám a pocitům. Je to do značné míry jejich osobní volba a týká se to individuální tvůrčí energie. Oni jsou ovšem také produktem své kultury, ve které díky stresu, stravovacím zvyklostem a citovým problémům, které v jejím rámci vznikají, tímto onemocněním trpí mnoho lidí.

Na druhé straně u malého dítěte, které se narodilo s AIDS, určitě nešlo o podobný typ volby na úrovni osobnosti jako u zmíněných pacientů. Na onemocnění novorozence AIDS můžeme nahlížet z holografického hlediska - tento jedinec povstává z kolektivního celku společnosti, ve které se narodil. To „my“ které tuto nemoc vytvořilo, jsme v tomto případě my všichni. Společně vytváříme situaci, ze které mohl vzniknout předpoklad pro AIDS, jež se potom projeví u určitého jednotlivce ve fyzické formě. Předpoklad pro AIDS se projevuje určitým způsobem v každém z nás. Může se projevit v našem vztahu k AIDS, v našem strachu, tím, že odmítáme, že nemoc je v naší společnosti přítomna, nebo před ní utíkáme či popíráme možnost, že i my bychom mohli onemocnět. Může být také vyjádřen vztahem k těm, kdo tuto nemoc mají ve fyzické podobě. Hlavní vyjádření předpokladu pro AIDS, který se týká nás všech, je výzva, abychom zvolili buď lásku, nebo strach. Každý okamžik, ve kterém se postavíme tváří v tvář předpokladu pro AIDS, který všichni vytváříme, stojíme před rozhodnutím, zda zvolit lásku nebo strach.

Teď se můžeme v rámci této metafory dostat do hlubšího spirituálního světa na úrovni esence a záměru uvnitř této metafory a uvažovat o tom, že jedinec by si před narozením mohl zvolit, že se narodí s AIDS jako dar lidstvu. Tento dar nás vyzývá, abychom si vybrali lásku, ne strach. Máme se toho o ní mnoho co učit.

Pokud se správně použijí mohla by být všechna tato prohlášení pravdivá a nápomocná při léčení. Pro celostní léčení je potřeba prozkoumat realitu pacienta na všech úrovních.

## Přehled holistického pohledu na zdravotní péči

Základní realitou vesmíru je esence. Univerzální esence zahrnuje naši osobní esenci spojenou s esencí všeho ostatního. Všechno pochází z této esence: naše vědomí, mysl, pocity a hmota včetně našich fyzických těl. Naše zdraví je výsledkem stoupání naší pravdivé jedinečné esence skrz vědomí, mysl, pocity a fyzické tělo. Prostřednictvím tohoto procesu sami vytváříme své zdraví i své nemoci. Je to na nás.

Onemocnění je výsledkem deformace ve vědomí (záměr), která blokuje vyjádření esence, jež nemůže procházet přes všechny úrovně do fyzického světa. Nemoc je vyjádřením toho, jak se pokoušíme separovat od našeho hlubšího bytí - naší esence.

To, co vytváříme, povstává holograficky jak z naší osobní individuality tak i z nás kolektivně - na úrovni skupin, ke kterým patříme, a to od těch nejsoukromějších až k univerzálním. Takže to, co uděláme, není pouze naším osobním dílem, ale silně na to působí a umocňují to (holograficky) také lidé, se kterými jsme nejvíc spojeni. Působení lidí, se kterými nejsme úzce spojeni, je menší.

Příčina určitého onemocnění může být tak mnohotvárná, že by bylo téměř nemožné vytvořit nějaký seznam. Zním případy, kde skupinový vliv byl vskutku silný. Mnoho příčin, které se teď projevují - jako novorozeňata s AIDS - vyrůstá z větší skupiny lidstva. Je to známka toho, že časy se mění. Je to projev uvědomění si spojitosti všech věcí. AIDS je onemocnění, které rozpouští hranice států a ukazuje lidským bytostem, že odpovědí je láska.

V tomto procesu zdraví a nemoci nemůžeme vydělit své vnitřní já a separovat se od všech ostatních. Všichni jsme propojeni. Cokoliv si myslíme, cítíme a činíme, působí na všechny ostatní. Když léčíme sebe, uzdravujeme také ostatní. Když vyjádříme svou esenci, svou jedinečnost, přispějeme ke zdraví ostatních tím, že jim umožníme, aby i oni svou podstatu vyjádřili.

Každá naše část obsahuje vzor celku. V každé buňce našeho těla je celé naše tělo. Nosíme v sobě také vzor lidstva. Pro léčení můžeme čerpat z vyššího modelu zdraví a světla. Je zde, reálný a živoucí.

My sami jsme tím modelem. Tento vzor je v našem aurickém poli. Jsme energií a můžeme se velmi rychle měnit. Žijeme v neustále se proměňujícím „rosolovitém“ těle, které je schopno obrovských změn.

Čas je holografický. Můžeme se za účelem léčení pohybovat v čase a shromažďovat informace o minulosti a pravděpodobné budoucnosti. Můžeme pro něj čerpat z moudrosti všech časů. Jsme touto moudrostí; je v nás, stejně jako všude kolem nás.

Teď se budeme zabývat výměnou prohlášení typu MI za holografické.

Namísto věty: „Chytil jsem od tebe kašel,“ bychom mohli říci: „Mé nastydnutí je signálem, že se potřebuji dostat do rovnováhy. Mám oslabený imunitní systém, takže viry do něj mohou proniknout. Pravděpodobně jsem nevěnoval pozornost něčemu, co bylo pro mne důležité. Potřebuji o sebe víc pečovat. Co potřebuji, abych se znovu dostal do rovnováhy? Ty jsi také nastydlý. Asi o sebe potřebuješ také lépe pečovat. „

„Dostal jsem ischias, bolí mě záda“, by mohlo znít takto: „Bolest v zádech mi říká, že se zase k sobě obracím zády. Je čas udělat si jasno ve svých záměrech a řídit se podle nich. Z nich potom vyplyne nový vztah k mým bolestivým zádům včetně způsobu, jak se o ně postarat a vzít je jako „hodná“ záda. Čím víc jsem k sobě pravdivý já, tím pravdivější jsou k sobě i ostatní.

Větu: „Můj žaludek mě zase zlobí,“ bychom mohli změnit na: „Zase jsem na sebe tvrdý, všechno napětí ukládám do žaludku. Je čas se trochu rozmazlovat, věnovat si něžnou, milující péči. “

Namísto: „Nesnáším své boky, jsou příliš velké, vůbec se ke mně nehodí,“ bychom mohli říci: „Všechnu svou nenávist k nim jsem do nich umístila a tak narostly větší, aby se to tam všechno vešlo. “

Tento nový způsob nazírání na nemoc neznamena, že bychom se neměli léčit u odborníků. Zdůrazňuje pouze, jak se v tomto smyslu léčit a co musí být transformováno, abychom si své zdraví udrželi. Otvírá také další možnosti, s jejichž pomocí zdraví dosáhneme. Pokud jednou ukončíme používání starých zvyklostí, které udržují nemoc, a změníme své postoje, automaticky začneme přemýšlet jinak, zvláště o nemoci. Přestaneme se cítit osamocenu, od všech oddělenou obětí, a pochopíme, že s tím musíme začít něco dělat. Naše nová svoboda nám ukáže nové cesty, které jsme předtím neznali. Když budeme takto postupovat, pomůžeme také druhým otevřít se vlastním cestám a takto dál pomáhat i ostatním.

## **Holistický způsob vidění jako výzva**

Úkol ležící před námi - pacienti a léčiteli, je akceptovat příležitosti, které holografický model dává, porozumět mu a naučit se ho využívat. Naše primární realita je realitou vědomí a energie. Každá věda zaměřená na sekundární čili materiální realitu fyzického světa je iluzí a i tato realita je tedy iluzorní. Jestliže tomu tak je - a existují důkazy, které tuto teorii podporují - potom je náš svět velmi odlišný od toho, jak jsme si jej podle třídímenzionálních definic představovali.

Za prvé se my sami osobně musíme změnit, abychom byli schopni přijmout holografický náhled. Je to úžasná výzva pro vědomí identity a potřebné sebezodpovědnosti. Vyžaduje to převzít zodpovědnost za vše, co děláme sami sobě i ostatním. V oblasti zdraví se to týká naší odpovědnosti za vlastní zdraví. Zároveň dostáváme pro léčení neomezené zdroje. Na tomto stupni vývoje je pro nás nemožné představit si obrovskou potencionální sílu, vědění a energii, kterou máme k dispozici uvnitř této primární reality.

## **Změna pohledu na staré diagnózy z holografického hlediska**

Odpovědi na to, co lékaři nazvali „spontánním vymizením příznaků nemoci“ a „zázrakem“ leží v holografickém modelu. Podle něj nemoc odpovídá jablku zavěšenému v prostoru, které tam doopravdy není. Je to znak něčeho jiného. Je to znak nerovnovážných energií, které jsou uloženy pod tím a které nemoc vytvářejí. To, co tradiční medicína nazývá nemocí, je znak skutečné nerovnováhy, která se nachází hlouběji v lidské duši. Z hlediska léčitele bychom mohli říci, že onemocnění je fyzickým projevem hlubší poruchy.

Podle holografického modelu je všechno propojeno, takže někdy nalézáme spojení mezi nefunkčností slinivky a naší neschopností vstřebávat sladkost života v jeho ostatních oblastech. Slinivka břišní nesouvisí pouze s trávením sladkostí, ale také s naší schopností udržovat sladkou chuť života, svých vztahů a osobního nasycení. Může se vám to ze začátku jevit jako trochu násilné spojení. Ozřejmí se to ale při pozorování lidského energetického pole. U osoby se zdravým pankreatem můžeme pozorovat přímé vzájemné energetické vztahy mezi energetickým polem slinivky a schopností pozorované osoby být ve spojení s energetickým polem odpovídajícím vesmírné sladkosti.

Jestliže myslíme holograficky, považujeme symptomy za své přátele. Skutečná úloha symptomů je informovat nás, že něco uvnitř není v rovnováze. Můžeme je přirovnat ke konci příze, vykukující zpod babiččina gauče. Když následujeme nit, dovede nás k celému klubku, které tam nechala kořata při hraní. Uvnitř klubíčka je příčina naší nemoci.

Obzvláště v případech „nevyléčitelných“ onemocnění musí být pacienti směřováni k tomu, aby upnuli pozornost na hlubší vnitřní realitu a vlastní tvůrčí léčivé energie spíše než na diagnózu. Z holografického hlediska je pro každého z nás ten nejpřirozenější stav zdraví nebo návrat k tomuto stavu. Nazývám tento přirozený proces tíhnutí ke zdraví *balančním (vyrovnávacím) systémem*. Má ho v sobě každý z nás. Většinou jsou tyto systémy velmi silné, ale můžeme je ignorovat a překážet jim. Neseme individuální zodpovědnost za to, zda nasloucháme informacím a upozorněním našeho vyrovnávacího systému a reagujeme na ně.

(1/4)

## ČTVRTÁ KAPITOLA

# RESPEKTUJME SVŮJ BALANČNÍ SYSTÉM

Úžasný řídicí a kontrolní systém, který máte v sobě zabudován, je vytvořen tak, aby vás, vaše aurické pole a fyzické tělo udržoval v perfektním chodu. Váš osobní model celistvosti je držen tímto balančním systémem. Kdykoliv se něco v energetických tělech nebo ve fyzickém těle vychýlí z rovnováhy, systém se automaticky snaží dostat se zpět do rovnováhy. Většinou funguje pod úrovní vědomí. Moudrost, kterou v sobě nese je pravděpodobně mnohem větší, než si uvědomujeme. Jak toho dosahovat vědomě se teprve začínáme učit.

V minulosti jsme o vyrovnávacím systému mnoho nepřemýšleli, protože přímo odporuje pojetí entropie vycházející z metafyziky M-1. Podle druhého zákona termodynamiky se systémy nepřetržitě hroutí a upadají. Z ničeho nemůžeme dostat více energie, než jsme tam dodali, naopak jí vždy dostaneme o trochu méně. Když necháme kousek železa na dešti, zrezaví. Dřevo ztrouchniví, listy zetlí. My zestárneme a zemřeme. Energie se vždy ze systému ztrácí. Perpetum mobile dosud nikdo nezkonstruoval. V rámci metafyziky M-1 je základním předpokladem, že všechno upadá.

Kdybychom tento zákon aplikovali na celý svět, mohlo by to znamenat zvrácení evoluce, což ale, jak můžeme vidět, když se podíváme kolem sebe, skutečnosti neodpovídá. Biologické formy se stále vyvíjejí - vznikají vysoce rozvinuté, inteligentní a specializované systémy.

Rupert Sheldrak, známý biochemik a autor knih „A New Science of Life“ (Nová věda života), „The Presence of Past“ (Přítomnost minulosti) a „The Rebirth of Nature“ (Znovuzrození přírody) studoval biologické systémy a rozvinul koncept



morfofenetických polí a teorii morfické rezonance. Jeho práce ukazují, že biologické formy se neustále rozvíjejí prostřednictvím inteligentního jednotného životního pole, které se nazývá pole morfofenetické. Toto životní pole automaticky zdraví udržuje nebo k němu hledá návrat. Pole je nejenom živoucí a neustále rozvinuté, ale morficky rezonuje s ostatními životními poli. To znamená, že je v kontaktu a komunikuje s ostatními životními formami. Co se stane jednomu stvoření, je pomocí morfické rezonance sděleno ostatním. Co se jedna bytost naučí, je okamžitě přeneseno na ty druhé.

Váš vyrovnávací systém je morfofenetickým polem, založeným na univerzálním životním principu řádu, který vychází z metafyziky M-3 a z holografického modelu. Evoluce nepřetržitě buduje složitější a vysoce rozvinuté formy života s větší inteligencí a schopnostmi, což vyžaduje jejich dokonalejší uspořádání a rovnováhu. Každý živý systém přirozeně tíhne k rovnováze a řádu. U energetických polí to znamená směřování k jejich rovnováze a koherenci (spojitosti). Aurické pole navíc přirozeně směřuje k synchronicitě se všemi ostatními životními energetickými poli. Být v synchronicitě se vším životem patří k základní podstatě lidského druhu.

Na úrovni fyzické pracuje systém vyrovnávání automaticky. Jestliže váš žaludek potřebuje víc kyseliny, neobtěžuje vás tím - jednoduše jí vyprodukuje víc. Když potřebujete víc kyslíku, vaše tělo začne rychleji a hlouběji dýchat.

Ale na druhou stranu, když tělo potřebuje něco, co samo získat nemůže, funguje systém prostřednictvím vašich smyslů, které vám umožní, abyste poznali, čemu musíte věnovat péči. Na první úrovni pole prožíváme všechno prostřednictvím tělesných pocitů. Když máte žízeň, dostanete tuto zprávu pomocí první úrovně pole. Protože v energetickém poli lze vše definovat pomocí frekvencí, můžeme říci, že frekvence vašeho aurického pole na první úrovni je nízká. Jinými slovy pocit žízně je vyvolán nedostačující frekvencí vody na první úrovni energetického pole.

Když má první úroveň pole nízkou energii, třeba po větším fyzickém vypětí, normální pulzace se sníží a linky pole se stanou matnými a bezvýraznými. Tuto změnu aurického pole budete vnímat jako únavu. První úroveň pole vás tímto způsobem neustále navádí, jak o své tělo pečovat. Řekne vám, kdy potřebujete cvičit, spát, jíst, obléct si teplejší oděv, kdy potřebujete změnit polohu, vyčistit si nos, jít do koupelny a tak dál. Pocit pohody, zdraví a energie znamená mít nabitou, do rovnováhy uvedenou a koherentní první vrstvu aury.

Když jsem se ponořila do těchto procesů se svými pacienty, ukázalo se, že přímé zprávy, které jim říkaly, čemu mají věnovat pozornost, se týkaly všech aspektů jejich života. Balanční systém vám pomáhá pečovat o sebe lépe na všech úrovních. Když děláte něco, co pro vás není zdravé, nebo o tom přemýšlíte, váš vyrovnávací systém vám pošle zprávu a snaží se vás přesvědčit o tom, že vaše chování by mělo být zdravější ve všech aspektech života včetně osobních vztahů, profese, prostředí a spirituality. Tyto zprávy z ostatních úrovní aurického pole přicházejí opět formou pocitů nepohodlí. Druh nepohodlí bude odpovídat typu životních zkušeností/prožitků přidružených ke každé úrovni pole, jak jsme o tom mluvili ve druhé kapitole. Psychické nepohodlí či bolest pocházejí z úrovní energetického pole přiřazených k psychickému fungování, to znamená ze druhé a třetí. Pocit bolesti, neklidu nebo starostí ve vztahu vzniká z nerovnováhy v úrovni čtvrté, kdežto bolest či nepohoda spirituální přísluší k nerovnováze v úrovních pět, šest a sedm.

Sledujte tyto různé formy poselství z vašeho systému vyrovnávání rovnováhy. Naladte se na ně a věnujte pozornost tomu, jak se v různých životních situacích cítíte. Jak je to s vaší psychickou rovnováhou? Jak s lidmi, kteří vás obklopují? Cítíte se spirituálně naplněni a propojeni se vším?

Situace, ve kterých se necítíte dobře, bez ohledu na to, čeho se týkají, můžete změnit. Zjevně jsou pro vás nezdravé. Možná, že potřebujete v některých oblastech víc uspokojení. Nebo si třeba přejete strávit v jiných méně času. Můžete se také rozhodnout z určité situace odejít, a tak změnit svůj život. V další části knihy (viz kapitola 7) popisují stadia, přes která se potřebujete dostat, abyste k takovýmto změnám, týkajícím se vašeho zdraví a celého života, došli. Dozvíte se o svých přirozených lidských potřebách, jejichž naplnění vám pomůže se uzdravit (viz kapitola 8). V dalších kapitolách jsou podány podrobné specifické informace, které můžete využít pro udržení rovnováhy ve svém životě. Toto všechno vám bude přinášet radost a zdraví.

## **Jak dochází k nerovnováze, která vede k onemocnění**

K nerovnováze, která vede k onemocnění, může dojít tak, že se pokusíte přesvědčit sebe sama, že je jednodušší se situací, která je pro vás nezdravá, přizpůsobit, než ji změnit. Hodně lidí odmítá řadu oblastí svého života, protože se jim zdá příliš těžké nebo nemožné je změnit. Někteří lidé se domnívají, že cena za šanci ke změně je příliš vysoká. Zdá se jim lehčí vytrvale se ubezpečovat, že jim stačí mít od života míň, než chtějí nebo potřebují, než cenu zaplatit. Tento druh odmítání může přetrvávat po mnoho let, až vás, obvykle formou osobní krize, životní okolnosti ke změně donutí. Příčinou mnoha fyzických potíží, které máte, bývá bohužel právě toto odmítání.

Jak a kdy zareagujete na nerovnováhu v úrovních aury, to znamená na signály o nepohodě, které přicházejí z vašeho vyrovnávacího systému, velmi ovlivňuje vaše tělesné zdraví. Čím lépe jste schopni na tyto požadavky reagovat, tím v lepším stavu budete své tělo udržovat a tím silnější a připravenější na boj s možným onemocněním bude váš imunitní systém.

Abyste si své zdraví udrželi, musíte být naladěni na svůj systém vyrovnávání rovnováhy. Když onemocníte, znamená to, že se musíte vědomě s tímto systémem sladit, spojit se s jeho moudrostí a následovat jeho vedení. Mnozí z vás většinu těchto zpráv ignorují, pokud jim jejich obsah nevyhovuje. Teď si ukážeme na malém příkladu, co se stane, když je zpráva ignorována.

Jestliže nedopřejete svému tělu tolik spánku, kolik potřebuje a kdy ho potřebuje, začne trpět vyčerpaností. Nadledvinky mu tedy dodají další energii, abyste mohli v činnosti pokračovat. Jakmile si na to navyknete, začnete tento nepřírozený stav činnosti nadledvinek považovat za normální. Znamená to, že už nebudete schopni rozpoznat zprávu „Jsem unavený a potřebuji si odpočinout“, kterou vám posílá vyrovnávací systém. Když v tom budete pokračovat dál, nadledvinky nezvládnou vyčerpání a vy se zhroutíte vyčerpáním.

Co se přitom děje? Jak by vám mohlo potvrdit mnoho terapeutů, jednoduše jste ztratili příliš mnoho energie. Není až tak jednoduché získat ji zpět. I když jí obdržíte

hodně, budete muset za chvíli odpočívat. Někdy jsou potřeba i tři měsíce, abyste se mohli vrátit ke svému normálnímu pracovnímu rozvrhu. Nejen že jste vyčerpali normální energetické zdroje z metabolických procesů ve vašem těle, vy jste vyčerpali dokonce všechny rezervy, které jste z nadledvinek vylákali !

Zjistěte, kdy potřebujete odpočívat a kolik odpočinku vaše tělo potřebuje. Obecně platí, že spíme v noci, ale každý z nás je jiný. Kdy se vám chce spát ? Jste ranní ptáče nebo noční sůva ? Potřebujete sedm, osm nebo devět hodin nočního spánku ? Vytvořte si svůj vlastní rozvrh.

V čase, kdy se obvykle u vás přes den dostavuje únava, si udělejte přestávku. Zjistila jsem, že když přidám k potřebnému nočnímu spánku přes den krátký, pěti až deseti minutový odpočinek ve chvíli, kdy pocítuji únavu, velmi mi to pomáhá.

Pro každého, kdo má problémy se zády, je to povinné. K většině zranění dochází ve chvílích, kdy jsme unaveni nebo hladoví. Zkuste najít nové způsoby, jak si aspoň chvíli odpočinout, bez ohledu na to, kde se nacházíte. Když máte volných pět minut a sedíte sami v kanceláři, můžete například meditovat nebo k tomu můžete využít i koupelnu. Jenom klidně sedte s rovnými zády a zavřenýma očima, hluboce dýchejte a držte svou mysl zaměřenou na světlo uprostřed hlavy. Dělá to zázraky a tu chvíli nebudete nikomu scházet. Pokud lze dveře vaší kanceláře na pár minut zavřít, přineste si do práce malou deku nebo plážový ručník. O přestávce zavřete dveře, dejte ručník na podlahu, položte se na něj na záda, pokrčte nohy v kolenou a dejte je na sedadlo židle. Židle by měla být dost vysoká, aby trochu nadzvedávala nohy a tím i vaši páteř. Jiný způsob, jak si odpočinout, je často se protahovat nebo jít na krátkou procházku. Uvidíte, že vaše dny budou probíhat klidněji. Jestliže pracujete doma, máte víc možností řídit svůj pracovní rozvrh, než když chodíte do zaměstnání. Ale i ti nejméně vytížení lidé se musí naučit o přestávkách odpočívat. Pokud pracujete v oblasti péče o zdraví nebo v poradenství, kontrolujte si, zda návštěvy klientů nenavazují těsně na sebe po příliš dlouhou dobu. Já sama například potřebuji ve dnech, kdy učím v dlouhých programech, třiceti až čtyřiceti minutový spánek po obědě. Dokonale mne to občerství a mohu se vrátit do práce svěží, jako kdyby den právě začínal. Většina lidí si neuvědomuje, kolik možností zařadit odpočinek do svého pracovního rozvrhu mají. Je to jako s meditací a cvičením. Když se nakonec rozhodnete, že je budete dělat, najít si pro to čas vám nebude působit žádné potíže.

Stejným způsobem pracuje váš vyrovnávací systém s potravou. Když se potřebujete nasytit, dostanete hlad. Ve vašem systému je tzv. *chuťostat*. Pracuje jako termostat, který kotel zapíná nebo vypíná podle nastavené teploty. Pokud jste schopni být s ním v kontaktu a jasně mu rozumět, potom budete mít pocit hladu, jenom když tělo bude potřebovat nasycení. Navíc budete mít chuť právě na to jídlo, které váš organismus potřebuje. Poznáte také, kolik ho potřebuje. Přestanete jíst, když bude mít vaše tělo dost. Nesníte všechno do posledního kousku, protože se nesluší nechávat na talíři zbytky. Nechováte se, jako kdyby potrava byla důležitější, než ten, komu je určena.

Teď vám ukážu, jak „chuťostat“ pracuje, co se týká aurického pole. Dostanete hlad, protože určité frekvence vašeho pole jsou nízké; mohou se však nacházet v nějaké potravě, kterou jste zvyklí jíst (za předpokladu, že vaše stravování je vyvážené a obsahuje vše nezbytné). Potřeba těchto frekvencí vyvolá chuť na určitou potravu, která tyto frekvence obsahuje. Když se frekvence doplní, přestanete mít hlad a na potravu, která odpovídala frekvencím, které jste potřebovali a které jsou teď v energetickém poli plně obsaženy, už nemáte chuť. Můžou vám ovšem scházet jiné

frekvence, které ještě nebyly doplněny. Proto je důležité vědět, který druh potravy vám doplní scházející frekvence.

## Proč svůj balanční systém ignorujeme

Kdykoliv se něco ve vás dožaduje pozornosti a vy tuto zprávu pocházející z vašeho vyrovnávacího systému ignorujete, pošle vám systém další, výraznější zprávu ve formě bolesti. Pokud ani této zprávě nebudete přikládat důležitost, bude křičet stále hlasitěji. Jak? Bolest se stane silnější. Tak to bude pokračovat až do okamžiku, kdy s tím něco začnete dělat.

Položte si otázku: „Kde ve svém těle cítím bolest nebo neklid? Jak dlouho o tom vím? Co jsem s tím udělal?“ Když se zeptáte takto, téměř okamžitě si uvědomíte, kde je vaše slabé místo, které jste si zvykli možná po celá léta ignorovat. Děláme to všichni. Čím déle zprávy a symptomy ignorujeme, tím hlasitěji nás upozorňují. Symptomy jsou stále silnější. Dokonce se nám podaří tím, jak odmítáme reagovat na tyto zprávy a pečovat o sebe, přivodit si nemoc.

Tak proč v tomto odmítání zůstáváme? Hlavním důvodem je náš strach, který se pod ním ukrývá. Bojíme se toho, čemu bychom se museli postavit, kdybychom se popírání vzdali. Nazývám tento strach vnitřním tygrem.

Strachem a obavami trpí každý z nás. Které z nich patří k vašim oblíbeným? Právě strach zpomaluje a blokuje schopnost reakce na zprávy přicházející z balančního systému. Když na ně nereagujete, přinášíte tím do svého života víc a víc bolesti. Strach a jeho popírání vás tlačí přímo k vytváření věcí, kterých se obáváte natolik, že svou přirozenou schopnost obnovovat rovnováhu blokujete. Platí to pro všechny, pro každou nemoc a dokonce i pro ty, kteří se za nemocné nepovažují. (Podle lékařů probíhá řada onemocnění i u lidí, kteří se považují za zdravé.)

Jestliže přijmeme myšlenku, že odmítání a strach blokuje přirozený proces léčení a osobního růstu, bude lehčí si připustit, že symptomy jsou naši přátelé. Dávají nám informace o našem zdraví. Jak zodpovědně jsme schopni reagovat?

Za odmítání informací můžeme draze zaplatit. Uvedu příklad. Jednou za mnou přišla klientka. Byla plnější postavy, na obličeji měla silnou vrstvu tekutého pudru, na nose nasazený sluneční brýle a na hlavě paruku. Neuměla jsem posoudit, jak vlastně doopravdy vypadá. Svěřila se mi, že se právě rozešla s přítelem, přišla o svůj dům a nemá žádné přátele ani peníze. Měla rakovinu - v oblasti krku byl před dvěma roky diagnostikován velký tumor a lékaři jí doporučili určitý druh léčby. Rozhodla se, že se bude „léčit“ sama bez jejich pomoci, protože „vyléčila“ svou kočku. V době, kdy se dostala ke mně, jak jsem mohla vidět pomocí vyššího smyslového vnímání, začal tumor tláčit na míchu v krční části páteře. Její paže se chvěly nervozitou. Zjevně potřebovala více pomoci, než jsem jí mohla poskytnout. Přišla za mnou příliš pozdě. Potřebovala lékaře, chirurgický zákrok a chemoterapii. Přesvědčovala jsem ji, aby navštívila jiného lékaře, o kterém jsem věděla, že spolupracuje s léčiteli, ale neukázala se u něj. Nenavštívila víckrát ani mne. Většina lidí nezůstane v odmítání tak dlouho. Její strach musel být obrovský.

Pokud odmítání odsune potřebu řešení příliš daleko, může to mít velmi drastické následky. Moje přítelkyně zažila náhlou změnu, která vznikla z jejího silného odmítání

problému na čtvrté úrovni aurického pole. Týkalo se to stavu jejího manželství. Manžel jí požádal, aby přišla domů na oběd v den svých narozenin, protože má pro ni překvapení. Když se tak stalo, sdělil jí, že od ní odchází kvůli jiné ženě. Dopoledne strávil tím, že odstěhoval půlku nábytku. Skutečně odešel. Nechácala vůbec, proč se to stalo, kde se stala chyba. Bylo pro ni velmi bolestivé se s touto krizí vyrovnat. Tento šok pořádně zamíchal jejím životem. Proč žila v odmítání? Protože se obávala, že když si problémy s komunikací ve svém manželství přizná, nebude schopna je řešit. Měla strach, že se manželství rozpadne. To se také stalo. Bylo to pro ni hrozné. Kdyby její odmítání nebylo tak silné a ona se dokázala postavit tváří v tvář svému vnitřnímu tygrovi, byla by bývala schopna promluvit o tom se svým manželem nebo dojít k nějakému řešení méně šokujícím způsobem. Teď je vdaná znovu a v tomto vztahu komunikace funguje. Myslím, že je s konečným výsledkem velmi spokojená.

## **Věř si, pravděpodobně máš pravdu**

Věřit svému vyrovnávacímu systému a současně být otevřený pro informace od profesionálů zabývajících se zdravotní péčí a přátel, kterým důvěřujete, je velmi důležité. Říká-li váš lékař, že jste v pořádku, a váš balanční systém s tím nesouhlasí, požádejte o názor jiného lékaře. Věřte poselstvím systému na udržování rovnováhy a následujte je. Budete velmi vděční, že jste to udělali.

Jednomu příteli byla daná informace, že tumor rostoucí v jeho ústech není maligní. Dokonce mu dělali i biopsii. Přesto se mu opakovaně zdálo o černých špinavých provázcích, které je potřeba z jeho úst vytáhnout. Měl dokonce sen o rakovině, která mu byla z úst odstraněna. Nevěděl, co s tím dělat -dostal dvě protichůdné zprávy. Nakonec šel na další biopsii, a ta ukázala, že se o rakovinu jedná. Naštěstí to bylo ještě předtím, než vznikly metastázy. Bohužel mezi tím uteklo osm měsíců a byla nutná radioterapie. Stalo se to před několika roky a jeho zdravotní stav je stále dobrý.

V průběhu mé patnáctileté praxe léčitelky jsem zjistila, že když mne poprvé pacient navštíví, většinou příčinu své nemoci zná. Mluví o ní například při vstupním pohovoru. Často také pacienti poznají, co není v pořádku na fyzické úrovni. Klienti neumějí nemoc odborně pojmenovat, ale poznají, že se něco děje. Obvykle vědí, kterého tělesného orgánu se týká. Myslím, že vyrovnávací systém podává často zprávu o nemoci ještě předtím, než je ve stadiu, kdy je možné ji zachytit pomocí medicínských testů, užívaných při diagnostikování. To znamená, že pacient o ní ví dlouho předtím, než je prokazatelná prostředky naší medicíny. Uvádím několik příkladů, kdy lidé věřili sami sobě, dokonce i když nebyli schopni dostat okamžitou odpověď.

David se pokoušel léčit šest let u mnoha různých lékařů a jiných odborníků na zdravotní péči - jeho symptomy byly vyčerpanost a špatné trávení. Všechny testy, včetně krevních, testů moči a analýzy vlasu potvrzovaly, že nemocný není. Mnoho lékařů mu říkalo: „Nic vám neschází, to všechno si jenom namlouváte. Přestaňte se tím zabývat a vraťte se do života!“ Jeho problém byl zjevně „subklinický“, což znamená, že testy nebyly dostatečně přesné, aby ho objevily. Ale symptomy přetrvávaly. Nakonec navštívil mne. Když přišel, byl si jistý, že má infekci v játrech, a domníval se, že by to mohla být žloutenka. Čtením jeho energetického pole jsem zjistila, že má mnohonásobnou infekci ve spodní části břicha. Byla jsem také schopna

najít lék, který by mu mohl pomoci. Davidovi ho předepsal lékař, který souhlasil s mými závěry o nemoci. Kombinováním léku a léčení vkládáním rukou se jeho stav upravil.

Žena, které budu říkat Ellen, ke mně přišla poté, co se šest měsíců léčila u různých lékařů. Opět se jednalo o to, že jí její balanční systém dával informaci, která byla subklinická. Nic na ní nemohli objevit a říkali, že je hypochondr. Tato diagnóza jí samozřejmě nepomohla. Slábla každým dnem. Když se přišla ke mně léčit, byla jsem schopna „psychicky“ vidět, že byla otrávena plynem, prostupujícím podlahou v jejím domě a že byla alergická na prach ze starých koberců, které tam ležely. Také jsem se dozvěděla, že potřebuje sebe a děti vzít k psychoimunologovi. Poradila jsem jí, aby odstranila koberce a dala udělat revizi plynového kotle.

Začalo to před šesti měsíci, právě když koupili dům a přestěhovali se. Zpětně se upamatovala, že měla neurčitý pocit, že její nemoc má něco společného s jejich domem, ale nebyla si tím jista. Po léčení se vrátila domů a nechala kotel prohlédnout. Vskutku se přišlo na to, že plyn na několika místech unikal. Vyměnila ho za nový, vyházela koberce a okamžitě se začala cítit lépe. Teď je už v pořádku. Psychoimunolog zkonstatoval po vyšetření dětí, že kdyby úniky plynu pokračovaly ještě pár týdnů, u obou dětí by mohlo dojít k poškození mozku a k těžkému onemocnění.

## **Holografická funkce našeho balančního systému**

Jak jsme s pacienty vstupovali do procesů balančního systému, ukázalo se, že přímé zprávy pocházející ze všech aspektů jejich životavykazovaly určitou podobnost. Tyto zprávy pracovaly holograficky. Základní obsah byl stejný. Pokud měl jedinec problémy se slinivkou, která hraje významnou úlohu při trávení cukru, velmi pravděpodobně měl problémy s vnímáním sladkosti a líbeznosti života i v jeho dalších oblastech, ať už se to týkalo vztahů k partnerovi, rodině, nebo vztahů v zaměstnání či dokonce v minulých životech. Další příklad holografického fungování vesmíru.

Pojďme se podívat na tento fenomén z pohledu aurického pole. Sladkost je v první úrovni pociťována jako fyzická chuť; ve druhé ji prožíváme jako sladkost ve vztahu k sobě; ve třetí jako sladké myšlenky; ve čtvrté jako sladkost pocházející z intimního vztahu; v páté nalezneme sladkost v jasné Božské vůli; v šesté je to sladkost spirituální extáze; v sedmé sladkost univerzální mysli. A nad tím je kosmická energie sladkosti, kterou je protkána pestrá tapiserie vesmíru.

Jiným způsobem pohledu na koncept těžkostí proplétající se holograficky celým životem je věnovat pozornost vztahům frekvenčních pásem uvnitř aurického pole. Protože úrovně lidského energetického pole můžeme vidět jako frekvenční pásma, každý osobní prožitek je s nimi v korelaci. Osobní prožitek sladkosti může být viděn jako určitá frekvence nebo frekvenční pásmo pro každou úroveň pole. Tyto frekvence sladkosti různých úrovní pole navzájem tvoří harmonické kmity nebo vrchní tóny jako v hudbě.

Jestliže má aurické pole těžkosti s metabolizováním určité frekvence na jedné úrovni, bude mít pravděpodobně s proměňováním harmonicky souvisejících frekvencí na ostatních úrovních pole těžkosti podobné. K tomu, aby byl jedinec zdravý, musí být

schopen akceptovat a asimilovat (to znamená umět proměňovat) sladkost ve všech úrovních aurického pole.

Teď si znovu položíme základní otázky z holografického pohledu: „Kde ve svém těle cítím bolest nebo neklid? Jak dlouho o tom vím? Co jsem s tím udělal?“ Čím déle zprávu ignorujeme nebo odmítáme, tím vážnější může být situace.

Když tuto oblast najdete, zkontrolujte ostatní části svého života. Naleznete tam stejnou starost -nit, která vede celou vaší existenci. To je ten reálný problém, který se proplétá celým vaším životem. Zraňuje vás ve všech oblastech, ne pouze v té, kde je to vidět nejlépe.

Pokud máte například problémy se zády, vede to k otázce: od které oblasti života se to odvracíte, k čemu se otáčíte zády? Když mne navštíví klient s touto stížností, okamžitě začnu pátrat po tom, co pacient vždy chtěl dělat, ale nikdy si nepřipustil, že by doopravdy mohl. Souvisí to s hlubší spirituální touhou, kterou každý z nás nese ve svém nitru. Tato touha vede naše životy ze spirituální úrovně. Obvykle se nachází na hraně vědomí. Někdy o ní člověk neví po celá léta. Jindy se jenom obává to zkusit nebo to odmítá. Vnitřní hlasy mu říkají: „Kdo si myslíš, že jsi? Nejsi pro to dost dobrý. Nemáš potřebné schopnosti, abys to dokázal.“

Jeden můj pacient, který pracoval pro velkou firmu zabývající se prodejem elektronických zařízení, byl v čase, kdy mne navštívil, téměř úplně upoután na lůžko. Pomocí vyššího smyslového vnímání jsem mohla jasně vidět, že v sobě nosí spoustu invenčních nápadů, které ale své firmě nepředložil. Jeho nemocná záda se léčením do určité míry zlepšila, ale úplně se uzdravil až poté, co své myšlenky začal uplatňovat. Společnost je využívá a on se věnuje navrhování dezénu, jak po tom vždy toužil.

Jestliže máte problémy s nohama, přemýšlejte, v kterých oblastech se neumíte postavit za sebe. Tito lidé se velmi často nedokážou bránit. Nebo v jiných případech nemají svůj vlastní příjem. Někdy jenom potřebují, aby se o ně někdo staral, a toto je jediný způsob, jak o to mohou požádat. Když se tato prvotní touha naplní, léčení se zrychlí. Jedna žena strávila po operaci deset let převážně upoutaná na lůžko a celá rodina se o ni musela starat. Nechtěla je zatěžovat ještě tím, aby ji vodili na krátké procházky. Nakonec dostala nápad, že se domluví s paní, která chodila za úplatu věčnit majitelům jejich psy v době, kdy byli v práci. Funguje to, paní s ní na procházky chodí a ona se cítí mnohem volnější.

Pokud máte problémy se zažíváním potravy, uvažujte, co ještě dalšího v životě, co vás přichází nasytit, odmítáte vstřebat? Jedna moje pacientka, žena ve středním věku měla zažívací problémy a měla také těžkosti s přijímáním podpory svých blízkých a přátel. Obávala se, že cokoliv dostane, by jí mohlo nějak uškodit. Měla velmi špatné stravovací návyky a jednoduše se neobtěžovala jíst třikrát denně. V průběhu léčení našla vhodnou dietu, která jí dodávala vše potřebné pro nasycení jejího těla. Jak jí síly přibývaly, začala být také schopna dovolit ostatním, aby ji „nasytili“ způsobem, jaký předtím nezažila. Přátelé jí dodali odvahy a ona si koupila věci, které si nikdy předtím nedovolila koupit. Její manžel s ní jel na dovolenou, což ona nikdy předtím nechtěla. Dostala nový dům a po prvé v životě si ho sama zařídila.

Jestliže máte problémy se štítnou žlázou, jak regulujete energii ve svém životě? (Štítná žláza reguluje energetický metabolismus v těle.) Joan, velmi zaneprázdňená podnikatelka, po celé roky pořád jenom pracovala bez oddechu, až svou štítnou žlázu

přetížila. Všechnu svou energii vyčerpala na práci a už nebyla schopna dávat ji do ostatních oblastí. Po přečtení knihy Louise Hay „You Can Heal Your Life“ (Svůj život můžete léčit) viděla, že prohlášení týkající se onemocnění štítné žlázy znělo: „Kdy už budu konečně na radě já?“ Joan mi řekla, že to na ni opravdu platilo. Vždy měla připravenou další práci a nikdy neměla čas na sebe. Nakonec se rozloučila se svým zaměstnáním a žije nyní mnohem klidnějším životem.

Játra (v angl. liver - pozn. překladatele) jsou spojena s tím, jak žijete (v angl. live - pozn. překladatele) svůj život. Znam muž, jehož játra pracují velmi pomalu a zbytek jeho života stagnuje také. Nikdy neudělal, co by chtěl, nedosáhl, po čem toužil. Tráví spoustu času kouřením marihuany a o tom, že by se chtěl stát zpěvákem, pouze sní.

Když se na to díváte z pohledu, že tito lidé jednoduše nevěděli, jak metabolizovat energie, které potřebovali dostat přímo do svého pole, jejich zkušenosti/prožitky dávají smysl. Když s nimi pracují, pomáhá jim to najít a zastavit lži, ve kterých žijí, a tak značnou měrou přispět k léčení.

Samozřejmě někomu nemohu říci: „Vaše nohy jsou slabé, neumíte se sám sebe zastat.“ To není prohlášení vedené láskou. Spíše se snažím dovést pacienta k tomu, aby na to přišel sám. Léčitelé nejenže doplňují chybící frekvence v energetickém poli, ale také učí pacienty, jak je pro sebe metabolizovat. Musí pochopit, že tím, že si nedopřejí, po čem touží, zrazují sami sebe. Léčitel jim ukáže, že určitý fyzický problém znamená víc, než slabé nohy nebo pomalu pracující játra. Co doopravdy potřebují vyléčit, je nespokojenost jejich duše.

Holografický model je pro takovéto učení velmi vhodný. Onemocnění je jednoduchá záležitost. Pochopení jeho příčiny také. Většině lidí se nedostane výuky tohoto druhu „znalostí“. Léčitelům se jí dostalo. Myslím si, že hlavní prací léčitelů je pacienta učít, vést ho ke spojení s balančním systémem, k návratu do naší hlubší reality, k uvědomění si, kdo jsme, co potřebujeme a jak můžeme sebe sama léčit.



(2)

## ČÁST II

# SOUČASNÉ TECHNIKY LÉČENÍ

Podstata objevování nespočívá v tom, že nalezneme nová území,  
ale v tom, že začneme vidět novými očima.

MARCEL PROUST

(2/1)

## ÚVOD

### MOJE OSOBNÍ PERSPEKTIVA Z POHLEDU LÉČITELE

Jako léčitelka jsem pracovala asi patnáct let. Nyní dalších třináct let léčení vyučuji. Jednou věcí jsem si absolutně jistá: aby bylo léčení a učení účinné, musí se k nim přistupovat s láskou, pokorou, odvahou a silou. Je nezbytné, aby probíhalo v jasném světle hlubších spirituálních pravd. Kdykoliv ke mně pacient přijde, abych ho léčila, pokaždé si znovu uvědomuji, že nejhlubší potřeba každého člověka je nalézt svou cestu domů, ke svému skutečnému Já, k Boží jiskře v nás. To, na co si stěžuje, není to nejdůležitější. Tím, že se otevře cesta k jeho skutečnému Já, otevře se cesta k sebeuzdravování.

Každý léčitel, který chce mít dobré výsledky, musí na sobě tvrdě pracovat. Tato profese vyžaduje neustálý osobní růst a transformaci a také spoustu práce při nácviku léčitelského umění. Pokora a absolutní čestnost k sobě jsou základní podmínkou. Nejtěžší není nácvik léčitelských technik, ale práce na osobním rozvoji, kterou musí léčitel projít, aby byl připraven se začít techniky učit. Potom se jim naučí lehce. Viděla jsem například začátečníky, kteří se pokoušeli naučit velmi pokročilým technikám, předtím než byli spirituálně připraveni vstoupit do hlubšího duchovního prožitku spojeného s touto technikou.

Výsledkem bývá spousta fantazírování a někdy i dočasné poškození energetického pole spolužáků. Jindy zase lidé po absolvování jednoho víkendového semináře byli označeni za léčitele nebo se tak označili sami a začali s léčitelskou praxí. Jejich léčení je často neúčinné a jejich prognózy pocházejí z říše fantazie. Někdy dokonce slibují

záračné kůry vážně nemocným pacientům, kteří se nakonec musí vrátit zpět do nemocnice.

Podstatou léčení nejsou techniky, ale stavy bytí, ze kterých vycházejí. Uvedu příklad. Když jsem začínala léčit, určité léčení, které teď zvládnou v pár minutách, mi tenkrát trvalo téměř hodinu a půl. Je to tím, že teď se umím dostat do mnohem hlubšího a silnějšího spirituálního stavu bytí, který umožňuje přenášet tisíckrát víc neinvazivní léčivé energie, která dá pacientovi přesně to, co potřebuje.

Dělat zázraky léčitelé neumějí. Mohou dokázat jenom to, co umí samo lidské tělo. Mohou tedy mnoho, ale ne všechno. Podle mých znalostí zatím ještě nikdo neregeneroval končetinu. Podotýkám, že jsem napsala zatím.

Ale vsadila bych se s vámi, že u každé nemoci, která je označována jako „nevyléčitelná“ nebo „konečná diagnóza“, alespoň u jednoho pacienta došlo ke „spontánnímu vymizení příznaků onemocnění“. Výraz „konečný“ označuje náš současný stav. Zemřeme všichni. Tedy naše fyzická těla zemřou. Ale to neznamená, že naše vědomí přestane existovat. To, co je na smrti nejtěžší, je asi strach z toho, že odejdeme do neznáma, že opustíme své milované a v některých případech i fyzická bolest při umírání.

K těmto poznatkům mne přivedla dlouhodobá zkušenost nashromážděná prostřednictvím toho, co nazývám vyšším smyslovým vnímáním. Řada lidí používá jiné termíny. Dávám přednost názvu výše uvedenému, kterým označuji rozvoj smyslů nad rozsah, který lidé obvykle využívají. Není to nic mimořádného. Stačí dobrý učitel a procvičování a všech našich pět smyslů může být takto rozšířeno. Je to ovšem jako s ostatními dovednostmi -někomu to jde líp někomu hůř. Když své smysly rozvinete, otevře vám to úplně nový svět. Chvilí trvá, než si na nové vnímání zvyknete; k tomu, abyste mohli integrovat tento nový svět do svého života, potřebujete určitý čas. Váš život to jistě změní, ale vždyť se říká, že život je změna, či ne ?

Otevře-li se vaše vyšší smyslové vnímání, můžete vidět energetická pole obklopující a prostupující všechno kolem nás včetně lidského těla. Tato energetická pole úzce souvisí s tělesnými, mentálními a spirituálními životními funkcemi a v souladu s nimi se neustále mění. Jak už víte, lidské energetické pole nebo aura se skládá ze sedmi úrovní. Každá úroveň má stále se měnící model/vzorec energie, která pulzuje s životní silou. Každá následující úroveň je tvořena vyššími vibracemi a pulzacemi než ta, která leží pod ní a kterou obklopuje a prostupuje. Tyto modely se mění podle stavu zdraví, nemoci a během umírání.

Když chvíli pozorujete a studujete lidské energetické pole, najednou si uvědomíte: vždyť to není jenom energetické pole, je to člověk. Je to víc než fyzické tělo. Úrovně lidského energetického pole jsou skutečně energetická těla. Jste to vy. Vy jste energií. Energie je vámi. Nejste ve fyzickém těle, vaše fyzické tělo je ve vás. Když se na proces umírání díváte z tohoto úhlu pohledu, vypadá všechno jinak.

Pomoci vyššího smyslového vnímání mohou člověka „vidět“ poté, co při smrti opustí své fyzické tělo. Lidem, kteří právě zemřeli, některá z energetických těl ještě zůstávají. Jedná se o čtyři vyšší úrovně energetických těl, bez fyzického těla uvnitř. Tři nižší úrovně, které udržují fyzické tělo na svém místě, se v procesu smrti rozpouštějí. Pro mne je smrt přechodem osob, Velkou změnou. Znovuzrozením do jiného plánu reality. S výjimkou těch, kteří trpěli dlouhodobým onemocněním, obvykle vypadají lidé krátce po smrti zdravě. Často „na druhé straně“ opony, která

odděluje to, co normálně nazýváme životem od smrti, odpočívají v jakýchsi nemocnicích. Podle mne je tento předěl iluzorní; pouze odděluje naše fyzické Já od našeho vyššího spirituálního Já, které při fyzické smrti neumírá. Z tohoto pohledu opona odděluje to, „kdo si myslíme, že jsme“ od toho, „kdo doopravdy jsme“.

Někomu to bude znít možná fantasticky, ale musela jsem vás s tím seznámit, protože já vidím skutečnost tak, jak jsem ji zde popsala. Jestliže to pro vás reálné není, svou zkušenost vám nevnucuji. Musíte si vybudovat svou vlastní realitu, která bude vycházet z vaší zkušenosti. Nezapomeňte zvážit možnost, že život je větší mystérium, než jak jste ho zatím poznali, a že zážitek smrti, ať už máte na to jakýkoliv názor, by mohl být docela příjemným překvapením.

Dalším aspektem vyššího smyslového vnímání je možnost pozorovat duchovní průvodce a strážné anděly. Tato úroveň reality se otevírá, když se pomocí vyššího smyslového vnímání dostanete do čtvrté a následujících vyšších úrovní lidského energetického pole. Na začátku jsem si myslela, že mám nějaké vidění nebo si vymýšlím. Právě jsem léčila pacienta, když jsem najednou viděla, jak místností procházeli andělé. Věděla jsem, že jsou to andělé, protože měli křídla. Ty druhé, kteří křídla nemají, nazývám spirituálními průvodci. Brzy na to tito průvodci začali pokládat, když jsem pracovala na léčení pacientů, své ruce přes moje. Jejich ruce jsem mohla vidět a cítit. Potom mi začali říkat, kam mám ruce položit a co mám při léčení dělat.

Pořád jsem si ještě myslela, že se jedná o vidění. Všimla jsem si však, že když jsem udělala to, co mi řekli, zdravotní stav lidí se zlepšil. K dalším změnám došlo, když jsem se rozhodla pokládat duchovními průvodci otázky. Dozvěděla jsem se věci, o kterých jsem nemohla mít ani tušení. Naše vzájemné vztahy byly velmi dobré, dalo by se říci jako mezi příbuznými. Mohla jsem je vidět, slyšet, cítit, dotýkat se jich a komunikovat s nimi. Začali být pro mne stejně reální, jako kdyby byli ve fyzickém těle. Trvalo mi to nějaký čas, než jsem si na to zvykla, protože takováto komunikace zatím není tak běžná.

Pokud strážní andělé a spirituální průvodci nejsou částí vaší reality, připusťte aspoň možnost, že by existovat mohli. Byli byste překvapeni, o kolik jsou životní boje lehčí, pokud pochopíme, že když o pomoc požádáme, může se nám jí dostat a naučíme se ji, když přijde, rozeznat. Můžete to dělat i bez toho, abyste je viděli, slyšeli, mluvili s nimi nebo cítili jejich přítomnost. Otevírá vám to dveře k tomu, abyste je nakonec spatřili. Mohu vám to potvrdit z vlastní zkušenosti.

Po nějaké době jsem se spřátelila s jedním z duchovních průvodců, který je se mnou už mnoho let. Říká, že je bytostí bczpohlavní, ale budu o něm mluvit v mužském rodě. Už mnoho let léčím s Heyoanem a s pacienty přicházejí do mé ordinace i jejich duchovní průvodci. Teď společně vedeme kurzy pro léčitele. Chvíli vedu hodinu já, pak se dostanu do alternativního stavu vědomí a pomocí „channelingu“ (vedení informací od spirituálních průvodců - pozn. překladatele) nás mým prostřednictvím vede Heyoan. Studenti se při channelingu vždy dostávají na mnohem vyšší úroveň v chápání spirituality, než když třídu vedu přímo já. V každé třídě se vždy objeví něco nového, co navazuje na práci, kterou jsme udělali předtím. Od Heyoana pochází několik meditací sloužících k léčení, které naleznete na různých místech této knihy.

Na druhou stranu, jestliže strážní andělé a duchovní průvodci nejsou součástí vaší reality nebo jsou pro vás nepřijatelní, můžete to nazvat „dostáváním informací od alter ega (druhého já)“ nebo „čtením mysli“ či „psychickým čtením“. Pro mne není

tak podstatné, jakou metaforu reality lze použít k popsání tohoto fenoménu, důležitější je užitečnost informace, kterou ve stavu změněného vědomí obdržím. Myslím, že když tento jev lépe pochopíme, nalezneme i vhodnější výrazy.

Co je to léčení? Podle holistického náhledu, v jehož rámci se skládáme z energetických polí, ve kterých naše fyzická těla žijí, je to rozpouštění závoje mezi naším osobním Já a mezi naším vnitřním Božským jádrem. Je to rozpouštění závoje mezi tím, kdo myslíme, že jsme, a tím, kdo doopravdy jsme; mezi životem a smrtí. Když za mnou přijde pacient s otázkami „Povede má nemoc ke smrti?“ nebo „Když se budu léčit, bude mi fyzicky lépe?“, mé odpovědi v kontextu vnitřního jádra Bytí a spirituální reality výše popsané bývají jiné, než jsme zvyklí slyšet.

Když se pacient zeptá „Budu ještě někdy stejný jako předtím?“ má odpověď zní ne, ale to je dáno tím, že život považují za neustálou změnu každé osobnosti.

Pokud otázka zní „Bude mi lépe?“ je v tomto kontextu vždy odpovědí ano, protože k tomu vede každý pohyb směrem ke sjednocení s Bohem.

Odpověď na otázku „Budu ještě někdy chodit?“ zní obvykle: „Nevím, ale je to možné. Nic není nemožné.“

**OTÁZKA:** „Jak zvládnou tu hroznou bolest?“

**BARBARA:** Léčení obvykle bolest zmírní, ale neostýchejte se brát léky na její utišení, jsou také darem od Boha. Relaxační a vizualizační cvičení rovněž pomáhají bolest redukovat. Odmítání a odsuzování sebe sama znamenají její zvýšení. Budte na sebe hodní. Není to vaše chyba. Je to životní lekce. Není to trest. Několik minut denně věnujte dechovým, vizualizačním a lásku k sobě rozvíjejícím cvičením, které jsou uvedeny v části IV.

**OTÁZKA:** „Strašně se bojím. Pomoz mi. Řekni mi, co mám dělat.“

**HEYOAN,** můj průvodce, říká:

\*\*\*

**Učiň ze strachu svého spojence. Od strachu se můžete hodně naučit. Strach je prožitek oddělení vaší bytosti od toho, kdo doopravdy jste; je to opak lásky. Strach může být vaším spojencem, pokud mu to dovolíte. Sděluje pouze, že máte obavy. Jde o to se se strachem neztotožnit, nebýt strachem jako takovým, ale pochopit, že se jedná o pocit. Vaše „Mám obavy“ se změní na „Pocituji strach“. Je to reakce na zadržování pocitů, o kterých věříte, že přicházejí příliš rychle. Tyto pocity stojí na velkém množství vašich domněnek o tom, co všechno by se vám mohlo přihodit. Většina strachů se netýká toho, co se právě děje, ale toho, co by se mohlo stát. Když dokážete zůstat v tom „tady a teď“ strach vás nenajde. Je to projekce něčeho, co se stalo v minulosti, do něčeho v budoucnosti, ale přes velké zvětšovací sklo. Takže, když jste plni strachu, nedržíte se reality. Spíše než abyste ho popírali, jenom si uvědomte, co v dané chvíli cítíte. Takto se vrátíte do reality, a tím se dostanete pryč od strachu.**

\*\*\*

**OTÁZKA:** „Jak se můj život změní?“

**BARBARA:** Podle toho, co jste doposud považoval za smysl a účel svého života, nebudete teď, když jste onemocněl, schopen žít. Musí dojít ke změně sebeurčení. Je nutné se zaměřit spíše na vnitřní hodnoty než na vnější cíle. K vnějším cílům se vrátíte později. To, o čem život doopravdy je, začne mít pro vás hlubší osobní význam. Poznáte, jaký je to drahocenný dar. Získáte lásku. Vaše nemoc vám přinese tuto lekci. Váš život to zasáhne mnohem víc, než si umíte představit. Nastal čas přijmout proces léčení, nechat se vést hlubší moudrostí, která je spojena s Bohem.

Pacient přichází k léčiteli doufaje, že najde úlevu od bolesti nebo určitého příznaku nemoci, nebo od konkrétního onemocnění. A obdrží *vždy* mnohem víc. Léčitel se nezaměřuje pouze na bolest v noze nebo odstranění tumoru, ale pracuje s pacientem na tom, aby léčil nemoc od kořene - aby našel původní příčinu symptomů onemocnění, která může být nalezena pouze na hlubší úrovni jeho vnitřního bytí.

Jako profesionální léčitelka jsem viděla mnoho druhů léčení. Některé věci mne nejdříve překvapovaly. Později jsem pochopila, že jsou přirozenou součástí léčení. Jak se otevírají vnitřní cesty k hlubšímu Já, pacientův prožitek života se mění. V této podobě už po celý zbytek života.

O lidech, kteří po prožití nemoci změnili profesi, jsme slyšeli všichni. Neudělali to z toho důvodu, že by to jejich nemoc vyžadovala, například proto, že by fyzicky nezvládli řízení nákladního auta, mělo to jiný význam. Nalezli jiný smysl svého života. Dnes jsou velmi spokojeni. „Pouhé“ léčení může přinést do vašeho života dramatickou změnu. Změní se i osobní vztahy. Některé léčení přinese manželství. Jiné naopak způsobí rozbití svazku, který partnery neuspokojoval. Jsou případy, že dojde ke změně celého života - profese, domova, místa pobytu, přátel, známých. Některé léčení způsobí dlouhodobé rozdělení členů rodiny. Prostřednictvím léčení lidé získají mnohem větší úctu a důvěru ke svému vnitřnímu vědění. Mnoho lidí ho nazvalo znovuzrozením.

(2/2)

## PÁTÁ KAPITOLA

# CO MOHOU DĚLAT LÉČITELÉ A NEMOHOU LÉKAŘI A TERAPEUTI

Jestliže přemýšlíte o tom stát se léčitелеm, je důležité si uvědomit, že léčitel uvažuje v jiných souvislostech než lékař. Ti dva se mohou velmi dobře doplňovat, pokud jsou schopni spolu komunikovat a vládne mezi nimi důvěra. Protože věřím, že v budoucnosti bude mnoho léčitelů a lékařů spolupracovat k prospěchu všech, věnovala jsem této vizi následující kapitolu.

Mnozí pacienti, když ke mně přijdou, očekávají stejné služby, jaké nabízejí lékaři. Většina z nich vidí onemocnění v souladu se zažitým medicínským systémem. Lidé

si navykli chodit k lékaři, aby se zbavili určitých potíží, a očekávají, že léčení povede k odstranění bolesti a také k vyléčení onemocnění.

První věc, kterou léčitel musí při první návštěvě pacienta udělat, je, že ho seznámí s tím, co mu může být nabídnuto a co ne. Aby to bylo jasnější, začneme základní strukturou návštěvy pacienta v ordinaci lékaře a potom to porovnáme s tím, co se děje, když navštívíte léčitele.

1. Lékař pacienta osobně vyšetří.
2. Předepíše testy a vyšetření potřebné ke zjištění toho, v čem je problém.
3. Potom se spolu sejdou, někdy v jiné místnosti, kde lékař sedí za stolem, aby si promluvili o tom, co není podle názoru lékaře v pořádku. Předtím, než budou známy výsledky testů a vyšetření, udělá lékař pro pacienta vše, co je v jeho možnostech.
4. Pak se pacient objedná na termín, do kterého budou všechny výsledky k dispozici.
5. Při této návštěvě udělá doktor ještě další vyšetření, má výsledky testů a na základě toho stanoví diagnózu. Předepíše metodu léčení odpovídající diagnóze nebo předepíše další testy, pokud by ty první k žádnému závěru nevedly.
6. Léčení znamená obvykle brání nějakých léků nebo chirurgický zákrok.

Když pacienti navštíví léčitele, často očekávají stejný postup. Chtějí vyšetření psychiky. Žádají léčitele, aby je (nejlépe magickým způsobem) jejich problému zbavil, podobně jako by je u lékaře podávání tabletek nebo chirurgický zákrok zbavil problémů fyzických. Mnoho lidí očekává, že po léčení bude následovat schůzka, na které jim léčitel dá diagnózu a sdělí prognózu - jak dlouho potrvá, „než se toho zbaví“.

Převážná většina léčitelů tuto šestikrokovou strukturu, popsanou u postupu lékařů, nepoužívá. Obvykle se jedná pouze o krátký pohovor, žádné testy, žádné diagnózy, žádné recepty a často ani žádné vysvětlení toho, co se před léčením, v průběhu léčení a po něm děje.

Struktura léčebného sezení léčitele je velmi jednoduchá.

1. Na začátku je obvykle krátký pohovor o tom, proč pacient přišel. Někteří léčitelé pouze pozvou pacienta dál, požádají ho, aby si odložil boty a položil se na stůl, který je podobný masážnímu, nebo se posadil.
2. Léčitel s pacientem začne pracovat; buď se ho přímo dotýká, nebo nikoli, podle toho jakou techniku pro léčení používá. Nějaké vysvětlení formou rozhovoru v průběhu léčení by poskytnout měl.
3. Léčitel práci dokončí, opustí místnost a řekne pacientovi, aby si, předtím než vstane, pár minut odpočinul.
4. Následuje velmi krátký rozhovor a léčitel řekne pacientovi, kdy má opět přijít.

Mnozí pacienti jsou první zkušeností s léčením zklamaní, protože nechápou, co se vlastně děje. Cítí se uvolněnější a odpočinutější a je jim pravděpodobně lépe, ale

nevědí proč. Možná dokonce přicházejí do ordinace s celým souborem otázek (metafyzika M-1), které jsou založeny na zavedeném systému medicíny.

Mohou mít otázky tohoto typu:

„Co to je za onemocnění?“ „Mám tumor? Jaký druh?“ „Dá se to operativně odstranit?“ „Kolik léčebných sezení musím absolvovat?“ „Kolik to bude stát?“

„Je můj vejcovod neprůchodný a brání to početí? Prosím vás, jenom to zprůchodněte. Doktor říkal, že to nejde.“

Po léčení říkají například:

„No, necítím se o moc jinak, jenom jsem uvolněnější a odpočatější.“ „Co jste to se mnou dělala?“ „Teď mi prosím vás přesně řekněte, co jste dělala?“

„Jak dlouho to potrvá?“ „Je to pryč? Může se to vrátit?“ „Musím ještě přijít? Kolikrát?“

Jsou to velmi důležité a cenné otázky, které potřebují být zodpovězeny, ale jsou poplatné současnému zdravotnímu systému. Aby je léčitel mohl smysluplně pacientovi zodpovědět, musí ho přivést k jinému chápání zdraví a nemoci.

Ať léčitelé vědecký kontext holografie a metafyziky M-3 znají či neznají, jejich záměr holistický je -chtějí pomoci pacientovi přinést zdraví do všech oblastí jeho života. Pracují na čištění a vyrovnávání jejich energie, sladění jejich záměru se léčit a snaží se pomoci jim spojit se svým hlubším jádrem Bytí, kreativními silami a vědomím jádra. Energie nasměrují do pacientova energetického systému. Mnoho léčitelů pracuje úplně intuitivně, nechají ruce, aby se pohybovaly, jak chtějí. Nenabízejí žádné vysvětlení, co by mohlo pacientovi být, nebo co se při léčení děje. Proto se to také nazývá léčení vírou.

Ostatní se pokouší nabídnout vysvětlení, která pacientovi nedávají žádný smysl. Někteří pracují s ucelenými systémy znalostí. Tyto systémy mohou být známy i jiným léčitelům, kteří podle nich také pracují, např. akupunktura, jiné fungují pouze tehdy, když podle nich léčí konkrétní léčitel. Popisují, co se v pacientovi děje a jak léčení funguje. Pro nezasvěceného pacienta může být velmi obtížné pochopit léčebný systém, který léčitel používá.

Abych mohla pacienta poučit, snažím se nejdříve najít základnu pro vzájemné porozumění, v rámci které budeme diskutovat. Potom se pokouším, vysvětlit proces léčení nejlépe, jak umím, a objasním, co může proces vyvolat. Řeknu, že léčení bude pokračovat uvnitř a že může velmi ovlivnit celý život.

Vzpomínám si na sezení s novou pacientkou Lízou, která měla žaludeční vřed a chtěla předejít chirurgickému zákroku. Vstoupila do mé ordinace se slovy: „Tak a teď mi přesně řekněte, co budete dělat.“ Trochu mne to zarazilo a pomyslela jsem si: „Jsem zvědavá, jestli by stejnou otázku položila chirurgovi. Jakou odpověď by asi dostala?“

Vysvětlit, co přesně dělám, by vyžadovalo velmi dlouhou dobu, možná několik let. Pacienti typu Lízy musí být „převychování“ na holografický pohled na realitu. Potřebují se naučit vidět příčinu onemocnění z této perspektivy, seznámit se s lidským energetickým systémem, terapeutickými technikami a technikami léčení.

Zeptala jsem se sama sebe: „Co hlubšího se skrývalo pod Lízinou otázkou ? Co chtěla vědět doopravdy ?“

Líza se zřejmě snažila převzít zodpovědnost za své zdraví a léčení. Opravdu chtěla vědět, co může při léčení očekávat. Chtěla znát, co jí mohu poskytnout. Její otázka byla: „Jaké výsledky může léčení mít ?“ Neměla ani tušení, jak široce by to mohlo účinkovat. Nebylo jí známo, jak hodně to všechno záleží na ní a na tom, zda bude akceptovat změny v osobním životě. Nevěděla, že existuje lidské energetické pole a že působí na její tělo. Ale co je nejdůležitější, nebylo jí známo, že by se mohla léčit tím, že bude mít tento úmysl (harická úroveň) a že k tomu využije svých vnitřních kreativních sil (úroveň jádra). Chtěla jsem jí poskytnout potřebné základní informace v několika minutách. Hledala jsem nějakou jednoduchou analogii, s kterou bych začala, a vzpomněla jsem si na rádio. Na detaily bude čas v průběhu následujících léčebných sezení.

Zeptala jsem se: „Slyšela jste už někdy o lidském energetickém poli nebo auře ?“ „Ne, nikdy jsem o tom nic neslyšela,“ zněla její odpověď. „Dobře, pokusím se vám to vysvětlit. Existuje energetické pole, které obklopuje vaše tělo a zároveň do něj proniká. Velmi úzce souvisí se zdravím. Když onemocníte, dojde k tomu proto, že normální fungování pole bylo narušeno. Já se snažím pole dostávat znovu do rovnovážného stavu, nabízím ho a opravuji. Je to podobné jako akupunktura. Slyšela jste někdy o akupunktuře ?“ Líza řekla: „Ano, něco jsem o tom slyšela, ale vím toho jenom velmi málo.“ Pokračovala jsem: „Akupunktura je velmi starobylá východní forma léčení, která pracuje na bázi vyrovnávání energetického pole tak, že dodává bioenergii do různých částí těla. Tato energie je velmi silná. Touto cestou dodáme tělu víc energie, než jí získává z potravy. Všimla jste si někdy, že když je slunečné počasí, máme víc energie než když je pod mrakem ? Je to proto, že slunce energii ve vzduchu nabízí a my ji potom čerpáme prostřednictvím našeho energetického systému. V naší kultuře se tím příliš nezabýváme, protože jsme primárně orientovaní na fyzické tělo. Ale v Číně, Japonsku a Indii o tom vědí už dávno. Jejich léčebné systémy jsou založeny na těchto polích životní energie.“ Líza se zeptala: „Odkud tato energie pochází ?“ „Zdroj energie je uvnitř nás a všude kolem“ odpověděla jsem. „Je to jako rádiové vlny, které jsou všude kolem ve vzduchu. Potřebujete jenom vědět, jak se k nim dostat, abyste z nich mohla mít užitek. Zapnete rádio a naladíte stanici, kterou chcete poslouchat. Vaše energetické pole je jako rádio. Já jsem tady jenom proto, abych vaše energetické pole napravila a pomohla vám se naučit být s ním lépe sladěná. Pomohu vám otevřít a dostat do rovnováhy vaše čakry.“ „Moje co ? Moje čakry ?“ Podivila se Líza. „Čakry jsou přijímače energie. Vypadají jako energetické víry, na základě otáčení vtahují do sebe energii podobně jako víry vodní. Poté, co je energie vtažena do těla, proudí podél energetických linií ve vašem poli k orgánům. Kdykoli je pole roztržené, orgány nedostanou energii, kterou potřebují, zeslábnou, a tak nakonec uvolní cestu infekci nebo jiným tělesným problémům,“ vysvětlovala jsem.

„Zní to docela jednoduše. Takže vy vlastně říkáte, že jsem dostala vředy, protože mé energetické linie jsou slabé ?“ odpověděla Líza.

„Je to samozřejmě komplikovanější, ale v podstatě je to tak. Způsob, jakým jste reagovala na stresové situace, mohu vidět ve vašem poli. Navykla jste si poškozovat pole tak, že jste stáhla zdravou energii z oblasti žaludku a nabrala do něj nesprávné a tedy nezdravé energie. Když dostaneme energetické pole znovu do rovnováhy, budete schopna vnímat, jaké energie jsou pro vás zdravé. Ty, které považujete za „normální“ teď, pro vás zdravé nejsou.“ pokračovala jsem. „Co tím myslíte ?“ zeptala



se Líza. „Zkuste jenom přenést své vědomí do žaludku,“ požádala jsem ji. „Cítím se jako obyčejně,“ odpověděla. Po léčení to budete cítit jinak. Pak pochopíte, co jsem tím myslela. Chce to prožít, mít s tím zkušenost. Je to velmi jemný rozdíl, ale pro vaše zdraví významný. Nakonec se naučíte, jak organizmus uchovávat ve správné rovnováze, a budete schopna se ve velmi dobrém zdravotním stavu udržet sama. Když váš systém dostanu do rovnováhy, budou energie správně proudit a vy se uzdravíte. Budete schopna čerpat z energie, která je všude okolo vás. Nazývám tato energetická pole univerzálními poli zdraví. Jsou zde pro každého. Jsou použitelné nejen pro vaše tělesné zdraví, ale právě tak pro zdraví mentální, emocionální a spirituální. Takže když teď pracuji s vaším polem, pracuji také na emocionálních, mentálních a spirituálních aspektech, které souvisejí s tím, že máte žaludeční vředy. Víte, ona to není jenom záležitost fyzická. Ať léčíme cokoliv, léčíme také aspekty života, které s tím souvisejí,“ řekla jsem. „Co tím zas myslíte? Jaké souvislosti?“ zněla další otázka. „Z pohledu léčitele je všechno spojeno se vším. Je to holistické pojetí. Znamená to, že váš žaludeční vřed, který je důsledkem překyselení žaludku, zapříčiněného vaší reakcí na stres, nejenže působí na vaše zažívání, ale je také dokladem, že pravděpodobně máte stres v každé oblasti vašeho života, která se týká „zažití“ uspokojování osobních potřeb. Jinak řečeno, když vám někdo něco dá, bývá pro vás těžké si to vzít a cítit se při tom dobře.“ vysvětlovala jsem. „To dobře znám, ale jak to souvisí s těmi vředy?“ ptala se dál. „Teď zahájíme léčení a počkáme, jak se to vyvine. Začneme o tom mluvit, až to bude aktuální. Pak si to vyjasníme.“ zněla moje odpověď. „Jak myslíte, že to bude dlouho trvat, než budu zdravá?“ položila další otázku. „Kolik sezení budeme potřebovat záleží na tom, jak dobře bude váš systém odpovídat na léčení, jak moc vás to změní a jak dlouho dokážete tuto změnu udržet. Víte, ta změna nebývá lehká, protože to zasáhne všechny oblasti vašeho života, jak už jsem zmínila. Potřebujeme najít hlubší příčinu vředů, ne pouze vředy léčit. Chceme, abyste byla schopna přijímat a radovat se z toho, co obdržíte. Musíme přijít na to, proč si myslíte, že to není v pořádku,“ vysvětlovala jsem. „Ale já si myslím, že dostávat něco je fajn, ale je pravdou, že jsem vždy měla pocit, že osobě, která mi něco dala, za to dlužím. A já jsem dlužná hrozně nerada. Netušila jsem, že to souvisí. Skutečně to tak funguje?“ zeptala se. „Práce s lidským energetickým polem je vlastně u některých onemocnění užitečnější než pravidelné braní léků. Ke mně obvykle přicházejí lidé s nemocemi, při jejichž léčení nebyla klasická medicína příliš úspěšná. Lidé s rakovinou, zánětem tlustého střeva, poruchami imunity, viry, migrénami a tak podobně,“ řekla jsem. „Jsem ráda, že jsem za vámi přišla. Bylo to velmi zajímavé. Chci se u vás léčit,“ ukončila rozhovor.

Líza chtěla vědět, jak bude její léčení probíhat, a naše komunikace jí to objasnila. Pomohlo jí to při léčení. Pokračovaly jsme v práci po několik týdnů, její žaludeční vředy se ztratily a ona se uzdravila. Nejen to, změnila také zaměstnání a navázala nový vztah.

## **Zkušenosti léčitele**

Seznámila jsem Lízu velmi jednoduchým způsobem s holistickým náhledem. Jako léčitelka vidím nemoc ze širšího pohledu. Souhlasím s lékaři, že infekce je způsobena mikroorganismy a že lék ji obvykle pomůže zlikvidovat. Ale z mého pohledu mikroorganismus není příčinou. Léčitel ví, že vpád mikroorganismů, ze kterého se rozvine nemoc, umožní slabost nebo nerovnováha v pacientově energetickém systému. Invaze mikrobů je také symptomem. Z holistického neboli holografického

pohledu platí, že k tomu, aby se pacient mohl začít uzdravovat, musí být řešena příčina. Léčitelova práce se týká věcí, které leží pod povrchem - rovnováhy energií, záměru a vědomí, které zdraví podporují, anebo, pokud není organizmus v rovnováze, dovolí, aby k onemocnění došlo.

Léčitel musí být schopen pracovat se všemi aspekty lidské bytosti. Zaměří se na léčení fyzického těla, ale musí právě tak léčit pacientovy emocionální, mentální a spirituální aspekty.

Nástroje léčení a školení léčitele se velmi liší od toho, co absolvují studenti medicíny. Ačkoliv většina zkušených léčitelů by pravděpodobně byla schopna podat vstupní informace o onemocnění, i ho správně určit a stanovit lék, což bude korespondovat s diagnózou stanovenou lékařem, nezajímají se především o to. Léčitel považuje tuto informaci pouze za část „Pribramova jablka“, ne za primární realitu. Odporuje to vlastně pravidlům, aby stanovoval diagnózu. Toto právo je vyhrazeno pro ty odvážné a zasvěcené, kteří absolvovali studium medicíny na univerzitách.

Líza po mně diagnózu nechtěla; spíše mi ji řekla sama, když se přišla ke mně léčit. Vyplnila vstupní dotazník, kde se ptám i na anamnézu onemocnění. Prostudovala jsem si tyto informace. Pomocí vyššího smyslového vnímání jsem viděla, že část tkáně žaludeční stěny byla poškozená a že zbývající tkáň byla zanícená a červená. Viděla jsem také, že má žaludeční vřed. Dělán pouze to, že popíšu to, co vidím. Je to stejné, jako když vidíte, jak se někdo pořeže nebo si zlomí ruku.

## Jak léčitelé pracují s lidským energetickým polem

Pro každou vrstvu lidského energetického pole jsou specifické určité techniky léčení. Když pracuji, soustředím se obvykle na nižší úroveň pacientova pole a začínám s první úrovní. Týká se to vnímání, čištění, opravování a nabíjení pole. Ve většině případů musí být každá vrstva léčena zvlášť, abychom měli jistotu, že nic neopomeneme. Plné léčení znamená pracovat se všemi úrovněmi pole neboli se všemi energetickými těly - nejenom s tělem fyzickým. Pohybují se tedy přes úrovně pacientových energetických polí, která korespondují nejen s jejich tělesnou, emocionální a mentální podstatou, ale také s jejich základním systémem přesvědčení. Všechno se musí dostat do rovnováhy. Aby k tomu mohlo dojít, čerpá léčitel z univerzálního pole zdraví v holografickém vesmíru. Pokud není léčení takto uzavřeno, může pacient dostat stejnou nemoc znovu nebo si vytvořit jiné onemocnění.

Léčitelé se obvykle již narodí se schopností učit se pozorovat energetické pole a pracovat s ním. Je to nadání jako každé jiné, jako hudební či matematické nadání nebo talent pro obchod. Většina léčitelů prošla, stejně jako je tomu u jiných profesí, dlouhým výcvikem, aby tento vrozený předpoklad rozvinula do podoby léčitelského umění. Učitelé léčení učí studenty rozvíjet vyšší smyslové vnímání, pomocí kterého vnímají úroveň lidského energetického pole a nakonec i úroveň hara a hvězdy středu Bytí, které leží pod aurou. Pravděpodobně se účastní také nácviku channelingu (vedení informací od duchovních průvodců).

Usilovné procvičování technik vede ke vzrůstu citlivosti jejich smyslů a studenti se naučí používat smysly v rozsahu větším, než je běžné. Mnozí z léčitelů mohou energetické pole cítit, slyšet a vidět, právě tak jako ho intuitivně chápat. Navíc

se toho musí hodně naučit o práci s polem při léčení prostřednictvím jeho jednotlivých úrovní, stejně jako potřebují mít znalosti lidské anatomie, fyziologie, psychologie, orientovat se v onemocněních a zabývat se léčitelskou etikou.

Pomocí vyššího smyslového vnímání léčitelé rozlišují mnoho úrovní lidského energetického pole. Dobře vyškolený léčitel dokáže vnímat lidské tělo nejen jako celek, ale i jeho jednotlivé buňky nebo dokonce ještě menší částičky. Tímto způsobem mají léčitelé přístup k velkému množství informací, které při léčení využívají.

Ale nejsilnějším nástrojem léčitele, který je nade všechno, co jsem popsala, je láska. Z ní léčení vychází. Věřím, že láska je spojující tkáně vesmíru, která drží všechno pohromadě. Láska umí léčit všechno. Je výchozím místem pro jeho práci. Léčitel učí také pacienty milovat sebe sama. Jak budeme společně procházet touto knihou, bude důležitost lásky vystupovat stále víc do popředí. Milovat sám sebe je zaměstnání na plný úvazek. Většina z nás se tomu musí učit.

Lízino léčení pomalu postupovalo. Její třetí čakra, která je lokalizována do oblasti žaludku, byla roztržená. Opravila jsem ji a vředy se začaly hojit. Tato čakra je na emocionální úrovni spojena se vztahem k ostatním lidem a schopností obdržet od nich zdravým způsobem podporu. Jak jsme spolu pracovali na tom, aby se naučila udržovat zdravou rovnováhu energií v této oblasti, začala být schopna navazovat důvěrné vztahy, které ji naplňovaly. Na hlubší úrovni duše souvisí tato čakra s tím, kdo jsme ve vesmíru, s naším místem na zemi a v tomto životě. Postupně jak se tyto úrovně jejího pole stabilizovaly, získávala také více sebedůvěry.

## **Postup léčebného sezení**

Postup je z pohledu fyzického světa velmi jednoduchý - samozřejmě se u každého léčitele trochu liší. Ten, který dále uvádím, používají absolventi a absolventky Školy léčení Barbary Brennan. Jestliže se rozhodnete léčit u některého z nich, nejdříve vás požádají, abyste vyplnil vstupní dotazník, kde se obvykle uvádí anamnéza a stížnost, se kterou do léčení vstupujete. Potom si s vámi léčitel promluví, abyste se uvolnili a cítili příjemně, a stanoví rámec pro komunikaci, uvnitř kterého se budete při rozhovorech pohybovat. Hlavní otázkou bývá: „Proč jste tady? Čeho byste chtěli dosáhnout?“ Z vaší odpovědi zjišťuje nejen, co chcete, ale pozná také vaši zkušenost s léčitelskou praxí.

Když vám léčitel naslouchá, používá také vyšší smyslové vnímání a prohlíží vaše energetické pole, aby zjistil jeho případnou nerovnováhu, místa trhlín, stagnované energie a energetického vyčerpání. Při rozhovoru sleduje neustále se měnící proudění vaší energie. Když popisujete své problémy, hledá korelace mezi změnami energetického toku a vaším psychickým stavem. Studuje vaše tělo normálním zrakem, aby z tělesné struktury a z „řeči těla“ poznal psychické prostředí vašeho dětství. Váš psychický stav může sledovat také pomocí vyššího smyslového vnímání, aby zkontroloval celkové sladění organismu a funkci jednotlivých orgánů. Prozkoumání oblastí vašeho těla a energetického systému, ve kterých máte hlavní těžkosti trvá tak deset až patnáct minut. Pokud si je tím naprosto jist a pokud to nebude rušit váš proces léčení, podá vám o svém šetření informaci. Jinými slovy, bude s vámi mluvit tak, aby vás nevystrašil, protože to by mohlo znamenat zastavení

energetického toku a snížení schopnosti přijímat energii. Všechny tyto informace integruje do holografického modelu, kde všechny úrovně na sebe navzájem působí.

Po ukončení rozhovoru vás léčitel požádá, abyste si odložili obuv a ponožky nebo punčochy a položili se na stůl určený pro léčení. To je obvykle všechno. Někdy se musí ještě odložit šperky nebo krystaly, které by mohly ovlivňovat vaše pole. Léčitel už jenom přiloží ruce na vaše chodidla a posílá přes vaše tělo energii. Potom postupuje od chodidel nahoru; ruce umísťuje do míst klíčových pro léčení a používá různé techniky podle informací, které dostává o vašem stavu pomocí vyššího smyslového vnímání. Je zřejmé, že vyšší smyslové vnímání mu vždy umožňuje vidět účinek léčení na vaše energetické pole. (Pozoruje a reguluje také své vlastní pole - to je velmi důležitá součást nácviku léčení.) Léčitel pokračuje ve snímání dalších informací o tom, jak přijímáte léčení, a detailně se věnuje změnám, které v průběhu léčení probíhají ve vašem organismu. Vyšší smyslové vnímání mu umožňuje ujistit se, že všechny potřebné změny beze zbytku proběhly.

Jak léčení postupuje, rukama léčitele proudí do vašeho organismu víc a víc energie a vy se dostáváte do velmi hlubokého stavu uvolnění, který velmi napomáhá léčebnému procesu. V této chvíli jsou mozkové vlny léčitele synchronizované s vašimi. Jsou v alfa hladině (8 Hz), která je pro léčení nejvhodnější.

Ostatní informace získané vyšším smyslovým vnímáním se týkají diety, vitaminů, minerálů, bylinek nebo dokonce léků, které by později mohl předepsat lékař, pokud by to bylo vhodné. Vztahují se také na psychické problémy např. dětská traumata, představy o tom, co si myslíme, že je realitou, a nakonec také k systému přesvědčení jako základní příčině onemocnění. Všechny tyto údaje napomáhají zjistit příčinu onemocnění. Léčitel s těmito problémy pracuje přímo v lidském energetickém poli.

V průběhu léčení léčitel využívá vyššího smyslového vnímání také k tomu, aby získal vedení od spirituálních učitelů, průvodců nebo strážných andělů.

Toto vedení může mít mnoho forem. Průvodci mohou říci léčiteli, co má dělat příště; mohou mu poradit, v kterých oblastech má hledat fyzické problémy, nebo dokonce mohou nemoc, kterou klient má, přímo pojmenovat. Obvykle také léčiteli řeknou příčinu těžkostí jak z tělesné tak i psychické stránky. Mohou mluvit pomocí channelingu - vedení informací léčitelem přímo k vám. Zpráva je podávána velmi jemně, uvádí vás do stavu hlubšího porozumění tomu, co se s vámi děje, proč se to děje, jakou to má příčinu a jaké hlubší spirituální a životní zkušenosti se to týká. Tato konverzace vždy přináší posilu a pravdu a nedává žádné falešné přísliby, pokud je „kanál“ čistý. Průvodci také pracují přímo přes ruce léčitele a léčí vás. Další informace získané pomocí vyššího smyslového vnímání se buď zapíší, nebo nahrají na magnetofon pro příští využití.

Najít příčinu onemocnění v systému přesvědčení trvá obvykle několik léčebných sezení. Do doby, než léčitel pokročí přes všechny vrstvy pole a uzavře léčení, budete pravděpodobně ve stavu hlubokého uvolnění a klidu.

Většina léčitelů vás nechá po léčení odpočívat deset minut až půl hodiny, aby mohlo dojít ke stabilizaci pole. Takto jsou účinky léčení nejsilnější a vy je můžete plně integrovat do vašeho energetického systému. Léčitel v této době zodpoví pouze minimum vašich dotazů. Důvodem je, že když kladete otázky, musíte hladinu alfa mozkových vln, která pomáhá léčit, opustit a přejít do rychlejší „racionální“ beta hladiny, která léčivý proces zastavuje. Osobně jsem vždy před léčením pacienty

upozorňovala, jak velký význam má tento čas po léčení, a doporučovala jsem jim, aby bez ostychu kladli otázky na začátku sezení, tj. předtím, než se do stavu alfa dostanou. Na závěr se s vámi léčitel dohodne o termínu vaší příští návštěvy a ujistí vás, že zbytek vašich otázek může být zodpovězen příště.

## **Obvyklé otázky a odpovědi**

**Může pacient odolávat léčení ? Jestliže ano, tak jakým způsobem ?**

Častokrát se lidé brání léčení tím, že pokoušejí nadměrnou aktivitou mysli udržet nad situací kontrolu a odmítají se uvolnit, což je nutné k tomu, aby se mohli dostat do stavu vhodného pro léčení. Jde to velmi snadno. Pokud pacient přinutí svůj mozek, aby zůstal v racionálním stavu, do hladiny alfa se nemůže dostat. Zůstane v hladině beta. To přirozeně může pacient provést kdykoliv, nejen v přítomnosti léčitele. Pokud pacient v tomto stavu zůstává, proces léčení to narušuje. Jestliže pacient od racionální mysli odejde, dostane se do stavu alfa a odevzdá se přirozenému procesu léčení, práce léčitele je účinnější.

**Jak často se léčebná sezení konají a jaká bývá jejich délka ?**

Obvykle plánuji sezení jednou týdně a jeho délka bývá mezi jednou hodinou a hodinou a půl. Léčení trvá několik týdnů. Někdy, obzvláště při onemocněních zad, vyžadují, aby pacienti přicházeli dvakrát za týden. Dělam to proto, že v zádech zůstává tolik napětí po celodenních činnostech, že nevyhnutelně následuje únava a snížení hladiny krevního cukru. Pacient něco zvedne a zablokuje si záda znovu. Zjistila jsem také, jak nesmírně důležité je při tomto onemocnění stravování. Lidé si opětovně namůžou záda, když jsou přepracovaní, hladoví a mají nízkou hladinu krevního cukru. Doporučuji jim, aby nosili s sebou neustále sáček oříšků a sušeného ovoce, aby jedli víckrát denně a aby jídla byla kompletní - obsahovala všechny potřebné složky. Je až šokující pozorovat, kolik vystresovaných a nenasycených lidí naše bohatá společnost vytváří.

Pacienti s rakovinou, kteří prodělávají chemoterapii nebo ozařování, by měli absolvovat léčení nejméně jednou týdně, nejlépe však vždy okamžitě po těchto zákrocích, i v případech, že jsou prováděny denně. Chemoterapie a ozařování zanechávají zbytky (jedná se o používané léky i o odumřelé tkáně) jak ve fyzickém těle tak i v energetickém poli. Tělo se potřebuje obojího zbavit. Následkem chemoterapie vznikne hlenovitá, tmavá a hustá bioplazma o nízkých frekvencích, která život nepodporuje. Zpomaluje a narušuje fungování energetického pole a je příčinou těžkostí a nepříjemných stavů pacienta. Ozařování rovněž zanáší organismus slizem, protože kromě toho, že zabíjí „špatné“ buňky, mění také normální biologické procesy v mnoha zdravých, které jsou kolem nich. Odpady z nich se rovněž musí z těla odstranit. Ozařování spálí energetické pole podobně, jako když přiblížíte plamen svíčky k nylonové punčoše. V poli také zůstanou střeptiny podobné rozbitému

sklu. Všechny tyto škody musí být napraveny. Čím dříve léčitel sliz odstraní, tím méně vedlejších účinků se projeví.

## Jak dlouho to potrvá ?

Délka léčení závisí na závažnosti onemocnění, na tom, jak dlouho měl pacient potíže a na jeho dlouhodobých účincích. Obvykle pacient pociťuje silné účinky léčení první tři dny. Potom se energetický systém začne v určitém rozsahu vracet ke starým navyklým deformacím. Jak dlouho a do jaké míry se energetický systém pacienta dokáže udržet v rovnováze a čistý, závisí na tolika faktorech, že je zde nelze ani všechny vyjmenovat. Svou roli hrají přirozeně obtížnost problému, pacientovy životní okolnosti, jeho péče o sebe, vůle dodržovat požadované činnosti i dietu a zkušenosti léčitele.

Každé úspěšné léčebné sezení navrácí pacientův energetický systém k jeho původní zdravé konfiguraci. Staré návyky deformování pole jsou postupně rozpouštěny. Jak rychle může dojít k trvalé změně, je úplně individuální. Můžeme pouze říci, že někomu stačí jedno sezení, jiný potřebuje dlouhé měsíce léčení. Postupně s rozvíjejícím se procesem uzdravování se pro léčitele stává tato otázka jasnější, protože může při každém léčení pozorovat rozsah změn, které léčení přináší, a sledovat, jak dlouho se změny udrží. Někdy dokáže zkušený léčitel stanovit přibližnou délku trvání léčení za pomoci duchovního vedení již při vstupním sezení.

Proces léčení může pokračovat týdny, měsíce, ba i roky. Záleží to v mnoha případech na tom, jaký stupeň zdraví pacient akceptuje.

## Vyšší záměr spirituálního léčitele

Značná část pacientů si přeje v léčení pokračovat ještě dlouho po odeznění příznaků onemocnění, které je k léčiteli dovedly, protože to, co předtím považovali za stav zdraví, jim už teď nepostačuje. Dochází k tomu proto, že léčení pacienta nejen vzdělává, ale pomáhá mu i nalézt hlubší spojení se svou vnitřní touhou. Proces léčení napomáhá individuální evoluci a uvolnění kreativity a stává se spirituální zkušeností.

Z holografického pohledu to značí, že léčitel bude pracovat s individuálním prvkem uvnitř systému, který je součástí systému největšího - univerzálního Bytí. Nebýt spojen či nebýt v rovnováze s celkem zjevně na této úrovni znamená nemít dobré zdraví.

Vede to k otázkám: „Jaký má pacient vztah k Bohu/Bohyni, kosmu a univerzálnímu Bytí? Která jeho přesvědčení vedou ke zkušenosti separace od esenciálního spojení s univerzálním Bytím?“ Proč zapomněl, kdo je, a jaký způsob života, který z tohoto zapomenutí vzešel, ho přivedl k vychýlení z rovnováhy a tím ke zranitelnosti, která otevřela dveře infekci?“

Léčitelé pracují přímo s energetickým polem pacienta, aby ho dostali do rovnováhy s nejvyšší spirituální realitou, ke které pacient může dospět.

Jeho spirituální záměr je pomoci klientům spojit se s nejvyšší možnou spirituální realitou. Provádí to postupně, jako když vystupujete po jednotlivých příčkách žebříku: začíná u základního fyzického rozměru, postoupí k osobní úrovni lidského energetického pole; následuje harická úroveň záměru a Božská jiskra uvnitř každé lidské bytosti - esence jádra.

Nejdříve léčitel hledá přesnou podstatu modelu pacientova energetického pole, která vyjadřuje různé aspekty jeho bytosti. Protože to funguje holograficky (vše včetně fyzického těla na sebe navzájem působí), toto zkoumání se týká všech fyzických a energetických modelů, které odpovídají emocionálnímu, mentálnímu a spirituálnímu zdraví pacienta. Léčitel pomáhá klientovi dostat se k jeho záměru, který vede ke zdraví a k poznání životního úkolu. Hlavním cílem je zaměřit se na pomoc při nalézání příčiny onemocnění a zjistit, jakým způsobem si ho přivodil.

Všechny vyjmenované oblasti pozorování a léčení klientova energetického pole jsou nutné pro znovunastolení plného zdraví pacienta a zabránění opakování jeho nemoci či vzniku jiného onemocnění. Léčitel a pacient při tomto hledání spolupracují, aby nakonec společně dospěli k prvotní příčině onemocnění.

Léčitel se ptá: „Která pacientova přesvědčení týkající se Boha dovolují nemoci, aby se udržela na svém místě? Nevidí Boha jako negativní autoritu, která spíše trestá než miluje? Možná považuje nemoc za trest, který na něho seslal Bůh. Jak se vyrovnává s tím, co mu, jak si myslí, Bůh provádí?“

Nemluvíme pouze o tom, co jednotlivci vytvářejí pro sebe jako trest, ale také o tom, jak se setkávají s většími cykly událostí, které se v tom okamžiku nezdají být spojené s jejich individuálním tvořením. Tyto větší cykly nazývané též karmické nesou v sobě individuální dlouhodobé účinky, které se daly do pohybu v minulých časech, právě tak jako ty události, které přišly jako důsledek kolektivní kreativity lidského druhu. Každý jednatel má možnost volby. Buď přijme tyto zkušenosti jako očekávaný trest za nějaká minulá provinění nebo jako lekci, kterou si zvolilo jeho vyšší Já, aby se něčemu naučilo a duchovně rostlo.

Léčitel pomáhá pacientovi otevřít průchod k hlubším tvořivým energiím jeho jádra - místa, kde si svůj prožitek reality vytváří.

## **Stanovení etických hranic pro léčitele**

Tento problém má mnoho aspektů a závisí na léčiteli, jak se s nimi vyrovná. Zde jsou některé:

### **Neškolení lidé, kteří si říkají léčitelé**

Je navýsost důležité, aby si léčitelé byli vědomi úrovně svých schopností, jinak se mohou dít hrozné věci. Velmi nemocní lidé navštěvují takového „léčitele“ nebo skupinu a je jim namlouváno, že se léčí. „Léčitel“ k takovému závěru, protože cítí v sobě spoustu energie a léčení ho povznáší do spirituálních výšek. Z toho usoudí, že pacienta léčí. Někdy takoví lidé „vnímají“ i duchovní vedení, které jim jejich

léčitelské úspěchy potvrdí. Mohou dokonce poradit pacientovi, aby přestal brát léky, o jejichž účincích nic nevědí. Jsou pevně přesvědčeni, že je to v pořádku a že jejich vedení je pravdivé. Tito lidé jsou mimo realitu. Nejsou v kontaktu s pacientem a jeho stavem. Jsou „blažení“ ve své energetické úrovni, ale nejsou v procesu léčení spojení s pacientem. Je to opravdu vážné. Jedná se o útěk mimo reálný svět - takový člověk nežije v realitě života, bolesti a smrti. Je to zneužívání spirituality a léčení k popírání vlastního strachu.

Nevidím nic špatného na tom, když se sejde kroužek lidí, kteří přinášejí lásku, naději a podporu lidem, kteří jsou izolovaní svým onemocněním. Ale je potřeba si uvědomit, kolik této podpory nemocná osoba potřebuje. Není to jednorázová záležitost. Je to dlouhodobý proces. Podpůrné skupiny a semináře vedené MUDr. Berniem Siegelem a Louise Hayovou nasvědčují, že tyto skupiny mají silný pozitivní účinek.

## Brát nebo nebrat za léčení peníze

Zjistila jsem, že všeobecně si lidé myslí, že nechat si platit za léčení je něco špatného. Tento předsudek můžeme nalézt ve Velké Británii, Rusku, jihovýchodní Asii stejně jako ve Spojených státech. Věřím, že jsou dva způsoby, jak se s tím vyrovnat. Záleží na odbornosti a zkušenosti léčitele.

Jestliže léčitelé pracují v rámci určité náboženské tradice, jako Křesťanské charizmatické hnutí a léčení je součástí církevní služby, jsou akceptovatelné časté dary. To se mi zdá přiměřené.

Pokud ovšem léčitelé absolvují dlouhodobé náročné studium trvající nejméně čtyři roky, mají podle mého názoru nárok na odměnu. Studium zahrnuje anatomii, fyziologii, psychologii, etiku, spoustu procvičování při rozvíjení vyššího smyslového vnímání a nácvik léčebných technik. Tento typ studia vede k tomu, že léčitel hraje plnohodnotnou profesionální roli v systému péče o zdraví. Proto mají tito lidé právo účtovat pacientům platby, stejně jako ostatní terapeuti, zdravotní sestry pečující o nemocné v jejich domovech a lékaři. Poplatky by měly být ve stejné výši, jako u těchto odborníků. Neúčtovat za léčení peníze je předsudek. Když léčitelé neberou za léčení peníze, musí celý den pracovat, aby se uživil a léčení věnují pouze zbytek sil a času, takže tyto služby musí omezit na minimum.

## Žádnou diagnózu, prosím

Léčitelé by neměli stanovovat diagnózu ani předepisovat léky. Nemají tuto odbornost. Na druhou stranu může léčitel obdržet informaci od svého duchovního průvodce, který lék by mohl být užitečný.

Pacient si může tuto informaci u svého lékaře ověřit (viz 6. kapitola o spolupráci lékařů a léčitelů).



## Mají léčitelé sdělit pacientovi všechno, co vědí ?

Tato otázka mne velmi rozrušovala na začátku léčitelské praxe. Ze začátku jsem všechny informace, které jsem při channellingu obdržela, pacientovi předávala. Zdálo se mi, že to není moje starost. Jestliže jsem informaci obdržela, předala jsem ji dál. Dostávala jsem se do problémů. Lidé z toho byli velmi rozrušeni. Nechtěli doopravdy vědět, co jim je, dokonce ani ti ne, co to vyžadovali. Nebyli na odpověď připraveni.

Pamatuji se, že v roce 1971 jsem se zúčastnila konference o léčitelství ve Washingtonu. Jeden účastník věděl o mém rozvinutém vyšším smyslovém vnímání a tím pádem o tom, že mohu vidět krční obratle jeho páteře. Pronásledoval mne celý víkend a neustále mi říkal, abych mu nakreslila, jak jeho krk vypadá. Nakonec jsem se posadila na schody v široké chodbě hotelu a nakreslila jsem vybočení jeho páteře v této části. Ztichnul a odešel s náčrtkem. Potkala jsem ho o dva roky později na jiné konferenci, kde mi řekl, že potom byl po mnoho dní rozrušen. Nikdy předtím neviděl, jak kosti v té části páteře vypadají a nerozuměl tomu. Neměla jsem čas mu vysvětlit, co s tím má dělat a sdělit mu, že se nejedná o nic vážného.

Jindy zase jedna z mých nejlepších kamarádek Cindy M. z Washingtonu D. C, která v tom čase studovala několik týdnů v New Yorku, se rozhodla se u mne léčit. Stěžovala si na slabou bolest v hrudníku. V průběhu léčení jsem viděla černý, kovově lesklý útvar, jakýsi trojrozměrný trojúhelník v dolní části jejího hrudníku. Když jsem to uviděla, naklonil se můj duchovní průvodce Heyoan přes mé pravé rameno a řekl: „Má rakovinu a brzo umře. “

Pak jsem se v soukromí s Heoyanem pohádala. Byla jsem pobouřená, že věděl o blížící se smrti a že mi to dokonce řekl. Neřekla jsem jí to. Těsně po tomto sezení jsem byla pozvána na oslavu narozenin. Byla jsem tak rozrušená, že jsem musela odejít dřív. Nevěděla jsem, co s tím dělat. Je moje vedení v pořádku ? Bylo by možné, aby mi říkali o něčí smrti ? Mohla jsem jí pomoci onemocnění vytvořit, jestliže jsem o tom při léčení takto přemýšlela ? Co jí mám říci, aby udělala ? Později jsem to konzultovala s pokročilými léčiteli, které jsem znala, abych viděla, zda je něco takového možné. Řekli mi, že ano. Udělala jsem to jediné, co jsem mohla. Cindy jsem navrhla, aby nechala školu školou, vrátila se domů, trávila čas s manželem a nechala se vyšetřit lékařem. Než odjela z New Yorku, přišla ještě na dvě léčebná sezení. Pokaždé jsem viděla stejný tmavý útvar v její plíci a Heyoan, nakloněný přes mé pravé rameno, mi řekl to samé: „Má rakovinu a brzo umře. “

Trvala jsem na tom, aby odjela domů. Nesdělila jsem přesně, co říkalo mé vedení. Udělala to, o co jsem ji žádala, a navštívila lékaře. Všechny výsledky byly v pořádku. Usoudila jsem, že mé vedení se mýlilo. Potom se jí přitížilo. Po čtyřech měsících a řadě vyšetření lékaři v nemocnici George Washingtona objevili útvar - měl stejnou velikost, tvar a byl na stejném místě. Usoudili, že se jedná o krevní sraženinu. Opět jsem děkovala Bohu, že moje vedení se mýlilo. Ale na léčbu nereagovala a její stav se zhoršil. Operovali ji a zjistili, že se jedná o mesotheliom - plicní rakovinu, kterou neuměli léčit. Za osm měsíců zemřela.

Tři dny před její smrtí jsem byla u ní a pomáhala Cindy rozloučit se s přáteli. Když jsme osaměli, najednou se Cindy na mne obrátila: „Cítím, že jsi mi tenkrát neřekla všechno. Je to tak ?“ Vysvětlila jsem jí, co jsem viděla, když byla u mne poprvé, a proč jsem jí to neřekla. „Děkuji ti, že to tenkrát udělala. Nebyla jsem na to připravena. Teď už ano. “

Poučila jsem se z toho a vím, že jako léčitel mám přístup k „výsadním informacím“. Tyto informace musí být profesionálně zvládnuté podle etického kódu, včetně toho, kdy a komu co sdělit. Teď již předávám tyto výsadní informace pouze tehdy, když mi mé vedení řekne, abych to udělala.

## Kdy mohou léčitelé selhat

Každý léčitel se dostane do situace, kdy se může projevit jako odborně nezpůsobilý. Pochopit to je velmi důležité jak pro léčitele, tak i pacienta. Může se to stát každému. Poznávacím znamením dobrého léčitele je, že předtím, než vás začne léčit, musí mít jistotu, že toho bude schopen. Nemůže o tom s vámi otevřeně mluvit, pokud nezná, co vás trápí. Ale obvykle na konci prvního sezení to už ví a řekne vám o tom.

Prvním z důvodů selhání bývá předcházející vztah k pacientovi nebo jeho partnerovi, druhým nedostatečná kvalifikace ke zvládnutí případu.

Mnoho lidí si myslí, že se mohou léčit u léčitele, který je jejich kamarádem. Je to v pořádku, pokud oba vědí, že se tím bude jejich vztah měnit. Musí se rozhodnout, co je pro ně důležitější. Osobní vztah, nebo vztah léčitel - pacient. Léčení je velmi hluboký proces a jestliže se ti dva pokoušejí udržet vzájemný osobní vztah beze změny, mohou poměrně rychle dospět do stadia, kdy to léčení znemožňuje nebo kdy proces léčení začne být kompromisem.

Pokud se chtějí u jednoho léčitele léčit manželé, mohou opět po nějakém čase léčení nastat problémy ve vztahu, neboť léčebný proces může vyvolat hlubokou osobní proměnu. Z tohoto důvodu vřele doporučuji, aby léčitelé dodržovali stejné pravidlo jako terapeuti, kteří nikdy nepřijímají oba manžely na individuální poradenství.

Léčitelé musí být schopni poznat, zda jsou dostatečně kvalifikovaní, aby určitý případ zvládli. Musí také znát výši pacientova očekávání. Očekává-li pacient zázraky, léčitel ho musí informovat, že je jen velmi málo pravděpodobné, že k nim dojde. Pouze v jednom procentu případů dochází k trvalému vyléčení. Někteří léčitelé nejsou schopni zvládnout léčení určitého onemocnění nebo určitého typu případů. Jejich pole to tak ovlivňuje, že mohou při tom sami onemocnět nebo pociťovat bolest. Nebo nezvládají léčení někoho, kdo je „smrtelně nemocen“ a prožívají proces umírání, pokud k němu dojde spolu s ním. Může se také stát, že nebudou schopni s lékaři, kterých se to týká, spolupracovat. Pokud mají předsudky vůči způsobu, jakým je jejich klient léčen, pak se s tím potřebují čestně vyrovnat a od předsudků ustoupit. Jestliže se jim nedaří to zvládat, bývá lepší poslat pacienta jinam.

Také se mi stalo, že jsem léčení nezvládla. Je to už pár let, přišel za mnou mladý muž, který byl od pasu dolů ochrnut. Viděla jsem, co bylo v jeho poli v nepořádku, ale vůbec se mi nedařilo s polem pracovat. Zkoušela jsem to hodinu a půl. Neúčtovala jsem za léčení peníze a poslala jsem ho domů. Řekla jsem mu, že ho zavolám, jestli najdu způsob, jak mu pomoci nebo jestli najdu někoho, kdo by to dokázal. Po několika letech jsem takového člověka objevila a dala mu zprávu.

## Jak dostat přímou informaci o očekávaných výsledcích

Nejlepší způsob, jak obdržet přímou odpověď, je položit přímou otázku. Zeptejte se léčitele na všechno, co chcete znát - nalézt vhodný způsob, jak vám odpovědět, je jeho práce. Možná to nebude odpověď, kterou chcete, ale nějakou dostat musíte. Zeptejte se i na cenu za léčení, pokud ji chcete znát. Léčitel vám musí odpovědět čestně. Kolik pacientů s tímto onemocněním už léčil? S jakým výsledkem? Léčitelé musí být čestní a mluvit upřímně o tom, co vám nabízejí. Tímto způsobem se pacienti dozvědí, jaké výsledky mohou očekávat a kolik za to zaplatí. Vaše léčení samozřejmě záleží na mnoha dalších věcech, ale máte právo vědět o zkušenostech a výsledcích léčitele právě tak jako o tom, jak dlouho provádí praxi a jak se na léčení připravoval.

(2/3)

### ŠESTÁ KAPITOLA

## TÝMOVÁ PRÁCE - LÉČITEL A LÉKAŘ

Když uvažujete o spolupráci mezi léčitelem a lékařem, je určitě nutné si o tom s oběma promluvit, abychom viděli, jestli dokážou tuto myšlenku přijmout. Musíme je nechat, aby se seznámili, aby poznali, s kým a jak budou pracovat. Pokud ještě předtím spolu nepracovali, musíme jim dovolit, aby si vyzkoušeli, zda budou schopni spolupracovat s cílem pomoci vám znovu nabýt zdraví. Možná budou oba příliš zaneprázdnění, než aby věnovali konzultacím hodně času. Většinou to ani není potřeba, stačí krátké setkání. Jestliže se jeví, že spolu dobře vycházet nebudou, zvolte někoho jiného.

Při vašem léčení může nastat situace, kdy budou mít na další postup léčení úplně opačný názor, a potom je komunikace mezi nimi naprosto nutná. V takovém případě je nesmírně důležitá dobrá vůle a snaha toho druhého pochopit. Záleží na tom zlepšení vašeho stavu.

Podle mých zkušeností, pokud jsou oba otevření novým myšlenkám a nejsou mimo realitu, dochází jen velmi zřídka k tomu, že by jejich názory byly úplně protichůdné nebo vedly ke konfliktu. Přesto nosí mnoho lidí v sobě zafixovaný názor, že léčitel a lékař stojí proti sobě. Jestliže lidé pochopí, jak se tyto dva systémy doplňují, snad tento negativní pohled ke prospěchu všech zmizí.

Existuje pět oblastí, kde tato spolupráce pomáhá nashromáždit širší a užitečnější soubor informací o pacientově stavu a stanovit další postup léčení. Jsou to:

1. Porozumět lépe procesu onemocnění pacienta. Léčitelé užívají termín „popis nemoci“, lékaři „diagnóza“. Každý termín vychází z jiného kontextu. Léčitelé používají vyšší smyslové vnímání k popisu lidského energetického pole a funkčnosti nebo

nefunkčnosti fyzického těla. Lékaři používají standardní medicínské metody k získání lékařské diagnózy.

2. Dosáhnout uzdravení pacienta na tak mnoha úrovních, jak jen to lze. Léčitel pracuje prostřednictvím vkládání rukou na uvedení energetických těl a fyzického těla do rovnováhy a na nápravě deformací. Lékař se primárně věnuje navrácení zdraví ve fyzickém těle.

3. Získat širší, plnější anamnézu, která obsahuje víc informací a zahrnuje význam onemocnění. Tým léčitel - lékař ji získá kombinací poznatků ze života pacienta, které získá léčitel pomocí vyššího smyslového vnímání a obvyklou lékařskou anamnézou, kterou připraví lékař.

4. Podporovat pacienta při hledání hlubšího významu onemocnění. Mnoho lékařů pomáhá pacientům objevit mentální a emocionální příčiny onemocnění stejně jako fyzické tím, že jim naslouchají a dokážou poradit. Léčitel pomáhá pacientům zvládnout onemocnění na všech úrovních bytí - na nižších třech aurických úrovních, které korespondují s tělesnými pocity, emocemi a mentálním vnímáním; na třech vyšších spirituálních aurických úrovních; na harické úrovni záměru a na úrovni zdroje kreativity -jádra neboli hvězdy středu Bytí. 5. Vytvořit efektivnější léčebné postupy, aby se zkrátil čas potřebný k léčení, zkrátilo období nepohody a redukovaly vedlejší účinky léků. Pomocí vyššího smyslového vnímání může léčitel získat informace týkající se diety, homeopatických léků a ostatních látek nebo technik, které mohou pacientovi pomoci. Pokud touto cestou obdrží také zprávu o určitých lékařských technikách nebo lécích, mohou být dány k posouzení lékaři. Po léta mé léčitelské praxe jsem pravidelně dostávala informace o určitých lécích nebo o úpravě dávkování léků pro mé pacienty, kteří se na to zeptali svých lékařů. Když souhlasili a předepsali jim lék či upravili jeho dávky, stav pacientů se zlepšil.

Na začátku vzájemné spolupráce nedává lékaři mnoho informací od léčitele smysl, protože jsou mimo oblast jeho odbornosti. Začas se ukáže, že dobrá komunikace vytváří mosty porozumění a pochopení procesu léčení. Všech pět vyjmenovaných oblastí velmi zlepšuje léčení pacienta a pomáhá lékaři získat o něm další informace. Teď si podrobněji vysvětlíme typy informací, s kterými léčitel pracuje.

## **Bod 1: Jak pochopit proces onemocnění**

Při spolupráci s lékařem nebo skupinou profesionálů zabývajících se péčí o zdraví pacienta, mohou léčitelé popsat proces onemocnění tak, jak probíhá v pacientově fyzickém těle a v ostatních energetických tělech. Dělá to tím způsobem, že pomocí vyššího smyslového vnímání analyzuje pacientův stav. Popis stavu předá ostatním profesionálům, aby mohli dál společně pracovat na precizování procesu nemoci. Svou práci léčitel zahájí vyšetřením lidského energetického pole pacienta. Zkoumá:

- pacientův celkový energetický model s vyznačením rovnováhy i odchylek od rovnováhy;
- detailnější model pro každou úroveň aurického pole.

Potom se léčitel zaměří na úroveň fyzickou a popisuje ty fyziologické procesy v pacientově organizmu, které neprobíhají správně a jsou nevyvážené. Vede k nim,

jak už bylo popsáno, vybočení z rovnováhy na energetických úrovních. Pomocí vyššího smyslového vnímání se zabývá orgány a tkáněmi na fyzické úrovni. Probíhá to v několika krocích a léčitel vyšetřuje:

- celkový stav lidského energetického pole;
- celkovou funkci každého orgánu;
- celkovou funkci systémů;
- vztahy mezi systémy;
- detailnější fungování každého orgánu;
- stav tkání orgánu.

Tento popis onemocnění bude v mnoha směrech odpovídat lékařově diagnóze. Pro informace vyššího smyslového vnímání mohou být využity všechny smysly. Budu se zde zabývat třemi, které léčitelé užívají nejvíc: vizuálním, auditivním a kinestetickým. Jazyk popisu se bude lišit od technických lékařských výrazů a bude také záviset na tom, který smysl pro přístup k informacím použijeme.

## Popis onemocnění u léčitele, který pracuje s viděním

Když léčitel používá vizuální typ vyššího smyslového vnímání, vidí, že zdravé orgány těla mají určitou barvu a nemocné a nefunkční také. Léčitel se jenom dívá na orgány v těle, aby poznal, zda jsou silné, nebo slabé, nadměrně nebo nedostatečně aktivní. Když najde určité orgány, které potřebují více pozornosti než tuto celkovou prohlídku, zaměří se na ně a detailněji je prozkoumává.

Například když léčitel prohlíží játra, zaměří se nejdříve na jejich celkový vzhled a velikost, aby zjistil, zda nejsou zvětšená. Sleduje také jejich hustotu - mohou být příliš hutná, což by bránilo jejich normální funkci. Může rozlišovací schopnost měnit jako když prohlédneme sloupec v novinách a potom se zaměříme na jednu větu - a zaměřit se i na jednotlivé části jater. Sleduje činnost orgánu a z toho pozná, zda některá část nepracuje přespříliš a jiná nedostatečně. Pokud tam nalezne oblasti, ve kterých je nakumulován odpad, jeho barva mu prozradí, zda se jedná o odpad kyselý nebo zásaditý. Může také vidět jeho konzistenci, která může být příliš hustá na to, aby mohl z jater odejít.

Já například vídám v játrech často nahromaděnou nepohyblivou žlutou nebo zelenou tekutinu. Znamená to, že v játrech se nakumulovaly toxiny a je tam přemíra žluči. Někdy tam žlutá barva zůstane jako důsledek toho, že pacient bral předtím určité léky, které játra nemohla zvládnout. Hepatitida se z aurického pohledu jeví vždy jako pruh nebo vrstva oranžové barvy. Někdy, bere-li pacient léky na hepatitidu, se tam vyskytuje hustý hnědavý hlen. Chemoterapie, používaná při léčení rakoviny, zanechá v játrech zelenohnědou odpornou špínu. Jestliže je podávána intravenózně do paže, aura paže získá také hnědozelenou barvu. Už jsem viděla, že tato konfigurace zůstala v aurickém poli deset až dvacet let po léčení tímto způsobem.

Léčitel může také pozorovat účinky určité potravy a léků na játra. Například kombinace pití vína a požívání tučných mazlavých sýrů (brie) může způsobit vznik nepohyblivých hlenů, které vyvolají snížení přirozeného zdravého pulzování jater a snižují jejich schopnost pracovat.

Aby získal více informací, může se léčitel zaměřit na úroveň buněčnou a posoudit stav buněk. Někdy bývají buňky zvětšené nebo prodloužené. Nebo buněčná membrána nepracuje správně, takže propouští určité tekutiny, které by se přes ni dostat neměly. Dlouhodobé kouření obvykle zeslabuje buněčné stěny, takže se buňky zvětšují a deformují. Zplodiny z kouření také vytvoří kyselou vrstvu na vnější straně membrány, která ovlivňuje její propustnost. Změnou rozlišovací schopnosti může léčitel vidět také mikroskopicky, to znamená, že může vidět mikroorganismy uvnitř těla a popsat, jak vypadají. Všechny informace získané viděním jsou popisovány jako obrazy, jedná se o jednoduché výrazy, popisující co léčitel vidí, ne o technické výrazy, na které je pacient i lékař spíše zvyklý.

## Popis onemocnění u léčitele, který pracuje se slyšením

Léčitel může také pracovat pomocí auditivního typu vyššího smyslového vnímání. Rozlišujeme dva typy auditivních informací - zvuky nebo tóny a slova. Tělo, orgány a tkáně vysílají zvuky, které mohou být pomocí vyššího smyslového vnímání zachyceny. Tyto zvuky podávají informaci o zdraví těla nebo orgánu. Zdravé tělo vydává krásnou „symfonii“ - souznění všech zvuků. Jestliže některý orgán nepracuje správně, vzniká disharmonický tón. Rozvíjením slovníku zvuků je léčitel schopen popsat stav zdraví a nemoci ve fyzickém těle a v energetických tělech v těchto termínech.

Tímto způsobem může léčitel velmi dobře zachytit například vysoký skřípavý zvuk, který pochází ze slinivky břišní pacienta s cukrovkou. Pokud použije vizuální vyšší smyslové vnímání, může také vidět tmavý vír energie nad slinivkou, který tento zvuk vydává. Tyto dvě informace okamžitě prozradí, že pacient má cukrovku. Léčitel může využít zvuků obráceně i k léčení, jak si ukážeme později.

Další způsob auditivního vnímání je slyšení slov. Jestliže je léčitel v tomto způsobu vyššího smyslového vnímání zkušený, může mít také přímý přístup ke jménu nemoci nebo dokonce k názvu potřebného léku, včetně dávkování a doby užívání. Většina lékařských termínů je poměrně dlouhá a komplikovaná a je těžké je takto zachytit. Podařilo se mi to pouze v několika případech. Auditivní informace dostávám spíše formou jednoduchých pokynů, nebo také při dlouhých diskuzích o hlubším smyslu existence či o způsobu, jakým funguje svět. Několik příkladů auditivních informací uvedu v dalším textu této knihy. Meditace sloužící k léčení, které jsou popsány ve IV. části této knihy, jsou dobrými příklady channelovaného rozhovoru. Tento postup je v procesu léčení velmi užitečný.

## Popis onemocnění u léčitele, který pracuje s kinestetickým druhem vyššího smyslového vnímání

Každý orgán má svůj pulz. Některé orgány pulzu jí rychleji než jiné. Použití kinestetického způsobu vyššího smyslového vnímání umožní léčiteli cítit tep každého orgánu. Nejdříve vyšetří tímto způsobem organizmus celkově, aby zjistil, kde v orgánech dochází k nerovnováze. Potom zkoumá uvnitř systémů orgánů a každý z nich prochází. Uvedu příklad: Léčitel zkoumá játra, aby zjistil, zda je orgánový tep vyšší či nižší než normální. Potom se zabývá větší oblastí těla, aby zjistil, zda je tep jater synchronizovaný s pulzy ostatních tělesných orgánů. Pokud činnost jater v pořádku není, vyšetřuje, jak to působí na orgány v jejich těsné blízkosti a v ostatních oblastech těla.

Jednou z typických otázek, kterou si léčitel při popisování nemoci musí položit, je například tato: „Jak snížená funkce jater (abnormálně nízký tep, zjevně nedostatečná funkce) působí na slinivku břišní?“ Moje odpověď, která je dána informacemi z kinestetické formy vyššího smyslového vnímání, by byla, že špatně fungující játra přetěžují slinivku břišní a komplikují jí práci, což způsobuje nárůst jejího pulzu a následně její nadměrnou aktivitu.

Z tohoto nadužívání funkce slinivka nakonec zeslábne tak, že správně fungovat schopná nebude a její pulz se sníží pod normální úroveň. Její funkce bude nedostatečná.

Velmi zajímavé informace přináší tento způsob vyššího smyslového vnímání o neplodných ženách, které se pokoušejí otěhotnět. U zdravých žen pulzují synchronně oba vaječníky s brzlíkem, který je umístěn blízko srdce, a hypofýzou, která se nachází v hlavě. V mnoha případech neplodnosti je tep vaječníků nevyrovnaný - jednak mezi sebou navzájem a jednak s pulzy ostatních orgánů. Aby byly vaječníky schopné vytvořit zralé vajíčko a uvolnit ho ve správné době, musí být jejich pulzy synchronizované vzájemně mezi sebou a také s brzlíkem a hypofýzou. Pokud tomu tak není, uvolňuje se vajíčko v nesprávném období menstruačního cyklu, nemá správnou zralost nebo k jeho uvolnění vůbec nedojde. K obnovení rovnováhy vysílá léčitel energii tak, aby došlo k synchronizaci tepů všech těchto tří orgánů. Dělá to pomocí řady technik při léčení pomocí techniky vkládání rukou. Pracovala jsem tak s mnoha ženami, které byly neplodné a teď jsou matkami. (Přirozeně v některých případech do toho mohou zasáhnout ještě další orgány, které jsou v nerovnováze, a léčitel s nimi musí pracovat také.)

Uvedu příklad ze své praxe v New Yorku. Před několika léty mne navštívila klientka Barbara, která toužila otěhotnět. Bylo jí 42 let.

Barbara prožila klinickou smrt následkem krvácení po porodu dcery před patnácti léty. Řekla mi, že si pamatuje, jak opustila tělo a setkala se se svým zemřelým otcem, který jí řekl, aby se vrátila na zem.

Říkala, že mohla přinést na zem všechnu lásku a mír, kterou cítila, když byla s ním. Najednou byla vtažena do těla. Doktor stál nad ní a říkal: „Odešla.“ Další věc, kterou si pamatuje, byla mohutná sestra naklánějící se nad ní, která jí dělala masáž srdce a křičela na ni: „Dýchejte, tak sakra dýchejte!“

Následovalo dlouhé období rekonvalescence. Dcera vyrůstala jako jedináček. Ale potom se Barbara znovu vdala a chtěla mít další dítě. Měla však obavy. Co bylo tenkrát při prvním porodu zdrojem krvácení nikdo nevěděl, takže by se to mohlo opakovat. Navíc byla u ní čtyři roky předtím, než se vdala, diagnostikována rakovina děložního hrdla a Barbara podstoupila operaci. Její lékař si vzhledem k chirurgickému zákroku nebyl jistý, zda děložní hrdlo bude dostatečně pevné, aby plod udrželo po devět měsíců. Tři roky předtím, než navštívila mne, se bez úspěchu pokoušela otěhotnět. Rychlá prohlídka jejího energetického pole ukázala velkou trhlinu ve druhé čakře. Její vaječníky nepracovaly správně a nebyly synchronizované s brzlíkem a hypofýzou. K ovulaci docházelo velmi vzácně, a když se to podařilo, došlo k tomu z hlediska menstruačního cyklu příliš pozdě. Viděla jsem také oslabené děložní hrdlo a v jednom místě dělohy byla stará rána. To byl ten hledaný zdroj krvácení.

Nejdříve jsem vyčistila ránu a restrukturalizovala první úroveň pole, aby se rána mohla hojit. Potom jsem přebudovala energetické pole děložního hrdla, abych ho hodně posílila - muselo udržet plod. Při příští návštěvě jsem opravila trhlinu ve druhé čakře a stabilizovala ji. A potom jsem dostala do synchronizace oba vaječníky, k nim přibyla hypofýza a nakonec brzlík. Jak systémy v těle začínaly fungovat, Barbařina energie narůstala. To bylo v únoru 1984.

Zavolala jsem Barbaře v září 1990, abych zjistila, zda si na to pamatuje. Barbara řekla: „Ano, našla jste černou energetickou díru jako zdroj krvácení a také u děložního hrdla nefungovaly energie správně. Nalezla jste oba zdroje možných komplikací, kterých se obávali lékaři. V březnu jsem otěhotněla. Byl to zázrak. Potom jsem vás navštívila, když jsem byla v devátém měsíci těhotenství, a Annie byla v poloze pánevním koncem dolů a vy jste ji otočila. Dále si vzpomínám, jak jste mne připravovala na to, že porod by mohl proběhnout císařským řezem. Cítila jsem, že ve vás probíhal nějaký konflikt. Snažila jsem se vás podpořit a říkala jsem, že je to v pořádku, že mi můžete říci všechno. Opravdu mi dělali nakonec císařský řez. Moje děložní hrdlo se nechtělo otevřít ani po dvaceti čtyřech hodinách práce a Annie se začínala dostávat do nesnází. ”

Když mne Barbara navštívila v devátém měsíci těhotenství, obdržela jsem informaci od svého vedení, že porod bude císařským řezem. Nechtěla jsem to podat tak, že císařský řez bude jediný možný způsob, chtěla jsem nechat prostor pro přirozený porod. Řekla jsem, že nejdůležitější je, že bude mít dítě a že musí přijmout, co přijde. Věděla jsem, že když jsem ji poprvé léčila, měly jsme možnost volby - posílit děložní hrdlo a nechat přijít na svět dítě císařským řezem nebo hrdlo tak neposílit a riskovat, že dítě ztratí.

Později Barbara řekla: „Nikdy mne nenapadlo se proto trápit. Neměla jsem zafixovanou žádnou představu o tom, jakým způsobem má dítě přijít na svět. Víím, že řada žen v hnutí new age má výhrady k různým lékařským postupům. Nedaří se jim zvládnout dualitu mezi těmito postupy a spirituální odpovědností za léčení. Je to však pouze jejich problém, ne skutečnost. Myslím, že obecně mnoho lidí takto uvažuje. Zdá se jim, že musí volit mezi převzetím odpovědnosti za svou spirituální a fyzickou pohodu a využitím technologie, znalostí a expertiz medicíny. Ve skutečnosti pokaždé, když se sami stavíme do této pozice, realitu omezujeme, protože tam o žádnou volbu nejde - pouze spolupráce obou složek tvoří celek. Co se všichni pokoušíme dělat, je skutečnou dualitu na zemi léčit.



## Popis onemocnění u léčitele, který pracuje se všemi uvedenými druhy vyššího smyslového vnímání

Teď využijeme všechny tři způsoby vyššího smyslového vnímání: „zaměříme se“ (termín pro formu vidění), „sladíme se“ (termín pro formu slyšení) a „spojíme se“ (termín pro formu kinestetickou) se slinivkou, abychom „viděli“, jakou informaci můžeme „zachytit“. U lidí, kteří mají problémy s trávením sladkostí a cukru, bude slinivka „vypadat“ slabá. Namísto jasné, oranžovohnedé barvy bude mít barvu velmi vybledlou. Může být také následkem toho, že není schopná pracovat správně. Léčitel to může, pokud použije vizuální formu vyššího smyslového vnímání „vidět“. Když změní rozlišovací schopnost, může také vidět na různých místech slinivky shluky zvětšených jantarově žlutých buněk. V anatomických učebnicích se nazývají Lagerhansovy ostrůvky. V některých případech může být těchto skupin buněk víc, nebo každý ostrůvek může mít víc buněk a být větší než normálně bývá. Větší množství těchto ostrůvků je vytvořeno proto, že tělo usiluje o produkování většího množství sekretu, který vytvářejí. Použití auditivní formy vyššího smyslového vnímání a studium učebnice fyziologie nám prozradí, že se jedná o hormon inzulín. Léčitel pracující kinesteticky zjistí, že orgánový pulz u slinivky je nižší než tep zdravého orgánu. Slinivka funguje nedostatečně. Vyšší smyslové vnímání ve své vizuální, auditivní a kinestetické formě nám společně ukazuje, že tento pacient potřebuje léčení, aby se znovu obnovila správná funkce slinivky.

Když oslabená slinivka začne pulzovat pomaleji, než je její obvyklá tepová frekvence, začne to ovlivňovat levou ledvinu, umístěnou přímo vzadu za ní. Brzy začne tato ledvina pulzovat v rytmu, který je s pomalejším tepem pankreatu v korelaci. Způsobí to, že ledvina začne propouštět cukr do moči. Ledviny začnou mít tmavší barvu než normálně. Pomocí vyššího smyslového vnímání léčitel dojde k závěru, že u obou tělesných orgánů dochází ke snížení jejich funkce. Dokonce i spojovací tkáně, které jsou kolem orgánů a nazývají se fascie, začnou tvrdnout, stahovat se a drží orgány pevně pospolu. Fascie fungují jako fyzické médium, které přenáší nejvíc energetického proudění první vrstvy aurického pole. Jakmile ztvrdnou, schopnost vést energii značně poklesne. To se projeví ve snížení energetického toku, který mohou obdržet z energetických polí všude kolem nás, do orgánu, které fascie obepínají.

Věřím, že snížení vodivosti energie u fascií hodně ovlivňuje stárnutí. Pokud se na změkčení těchto ztvrdlých tkání pracuje, jsou orgány nebo svaly, které obklopují, mnohem vydatněji zásobovány energií. Jejich činnost se výrazně zlepší a pokud se tento postup kombinuje s prací s léčivou energií, účinkuje dokonce i na stará poranění. Lze takto znovu oživit i tkáně, které byly po léta nefunkční. Napravovat stará poranění vyžaduje hodně času a pozornosti, ale mnoha lidem to stojí za to. Lidé, kteří praktikují práci s tělem nebo práci s energií, která fascie změkčuje, zůstávají déle mladí. Často vypadají až o deset let mladší, než je jejich skutečný věk.

Pro popsání problémů na harické úrovni nebo na úrovni jádra používají léčitelé stejné techniky, jaké zde byly popsány. Součástí informace bývá i popis deformací a dysfunkcí na těchto úrovních. (Víc o harické úrovni, úrovni jádra a pěti bodech léčení se dozvíte v 16. a 17. kapitole.)

## Bod 2: Léčení pomocí vkládání rukou

Jak už jsme se zmínili, léčitel slouží jako „kanál“ pro vedení léčivé energie univerzálního pole zdraví neboli energetického univerzálního pole, které nás obklopuje. Lidské energetické pole je stejně reálné jako fyzické tělo. Toto energetické pole má několik úrovní a léčitel bude pracovat na každé z nich. Úrovně první, třetí, pátá a sedmá jsou strukturované a obsahují všechny orgány, které známe ve fyzickém těle, a navíc čakry, které jsou vstupními orgány proměňujícími energii z univerzálního energetického pole pro tu oblast těla, ve které se nacházejí. Tyto strukturované vrstvy vypadají jako složené ze stojatých paprsků světla. Vrstvy ležící mezi nimi jsou nestrukturované. Vypadají jako kuličky nebo obláčky tekutiny v pohybu. Tato tekutina proudí podél strukturovaných vrstev.

Práci léčitele na strukturovaných vrstvách lidského energetického pole je opravovat, restrukturalizovat a znovu nabíjet energetická těla. U vrstev nestrukturalizovaných to znamená vyčistit oblasti se stagnující energií, nabít oslabené a ty příliš nabitě uvést do rovnováhy s ostatním polem.

Všechny popsané úkony mají ohromný účinek na fungování fyzického těla. Přestavění orgánu ve strukturovaných vrstvách a jeho nabití ve fluidních vrstvách mají na fyzické tělo silný léčivý účinek dokonce i v případech, kdy fyzický orgán byl ve skutečnosti odejmut. Byla jsem svědkem toho, že když byla odňata štítná žláza, restrukturalizace tohoto orgánu na aurické úrovni umožnila snížení dávky léků, které pacient potřeboval brát. Léčení pomocí vkládání rukou zkracuje dobu léčení na třetinu až polovinu obvyklého času a značně redukuje vedlejší účinky agresivních způsobů léčení.

Moje přítelkyně, která byla vysoce alergická na léky, byla operována na zákal v obou očích. Léky brala pouze v průběhu operace. Neužívala žádné léky proti bolesti a pracovala na sebeuzdravování několikrát denně. Zotavovala se dvakrát tak rychle než pacienti, kteří měli operované pouze jedno oko. Jednoduchá záležitost jako výron v kotníku, vyžadující chůzi s berlemi po dobu dvou týdnů, může být vyléčena za půl až třičtvrtě hodiny, pokud se na tom začne pracovat okamžitě po úrazu.

Jestliže není možnost použít léčení metodou vkládání rukou, ostatní metody rozvíjené v osteopatické medicíně - rozvinování struktur (rolfing), hloubková práce s tkáněmi, jejich uvolňování nebo práce s myofasciemi redukuje - dobu léčení na několik dní. Kdykoliv se takovéto zranění přihodí, tělo se stáhne a otočí od něj. Fascie a svaly potom zůstávají v této zkroucené pozici. Jsou to velmi užitečné metody pro léčení různých zranění - vybočení, podvrtnutí, natažení, zhmoždění, zlomenin. Také se osvědčují při zranění míchy. Když je tělo drženo v určité poloze v tenzi, sledujeme jeho pulzy, a pomáháme rozvinování deformací, které ze zranění vzešly.

Nedávno se nám stalo, že se jeden velmi těžký skládací stůl uvolnil a upadl na holeň jedné studentky léčení. Okamžitě jsme ji zvedli a pracovali s ní asi čtyřicet pět minut. Obávala se, že noha je zlomená. Po opatrném vyšetření vizuálním vyšším smyslovým vnímáním jsme viděli, že tomu tak není. Byla hodně pohmožděná. Použili jsme techniku vkládání rukou na restrukturalizaci energetického pole a současně techniku rozvinování struktur. Ke konci léčení noha nebyla nateklá, zůstalo jen pár modřin a škrábanců. Pár hodin odpočívala a přikládala si na zraněnou nohu led a příští den už normálně chodila. Vypadalo to, jako kdyby se tak před dvěma týdny někde uhodila.

Viděla jsem jak se benigní tumory, které byly „zralé pro operaci“ tak zmenšily, že operace již po několika léčeních metodou vkládání rukou nebyla potřebná. Pracovala jsem s pacienty, kteří po léčení nepotřebovali absolvovat operaci srdce, znám pacienty s rakovinou, kterým mohly být sníženy dávky chemoterapie, a pacienty, kteří se vyhnuli kolostomii. Viděla jsem v několika případech, že zmizela i rakovina. Životy mnoha mých pacientů se úplně změnila a oni žijí tak, jak po tom toužili. Léčitel používá metodu vkládání rukou i při léčení na harické úrovni a úrovni hvězdy středu Bytí - našeho jádra. Jakmile léčitel dokáže vymezit tyto hlubší úrovně, může s nimi pracovat přímo. Je to ovšem práce pro velmi pokročilé léčitele. Vyžaduje hodně praktického procvičování. Budeme o tom mluvit v kapitole 16 a 17.

### **Bod 3: Získání široké a obsažné anamnézy**

Třetí oblast spolupráce léčitele a lékaře je shromažďování údajů pro anamnézu. Lékař zjišťuje údaje o zdraví pacienta a jeho rodiny a má k dispozici lékařské zprávy. Léčitel získává informace o minulosti pacienta tím, že se prostřednictvím vyššího smyslového vnímání stane svědkem minulých událostí, které se vztahují k léčenému onemocnění fyzicky či psychicky. Má schopnost vracet se v čase a pozorovat sled událostí, které se děly v určitých orgánech, částech těla, celém organismu na úrovni fyzické nebo úrovni energetických těl. Nejdříve se kinesteticky spojí s částí těla a potom zapojí paměť.

Je to stejný proces, jako když uvádíte do činnosti vlastní paměť. Automaticky se vracíte v čase, abyste se stali svědkem události, která se odehrála v minulosti. Zkuste si to s někým. Nejdříve se s nimi spojte a potom aktivujte paměť. Budete překvapení tím, že k jejich paměti můžete mít přístup také vy. Vaše přesvědčení, že jediná minulost, na kterou se můžete rozpomenout, je vaše vlastní, se změní.

Na fyzické úrovni léčitel využívá vyšší smyslové vnímání k tomu, aby se stal svědkem traumat, která vznikala v určité části těla (vidí je v obráceném sledu). Podle mých zkušeností nebývají nejdůležitější onemocnění nová. Spíše lze říci, že nemoc se vytvářela po dlouhou dobu přes několik různých forem a symptomů, které se nahromadily a přivedily současný stav. To, jak se vám teď daří, vyjadřuje souhrn vašich životních zkušeností.

Běžným příkladem jsou potíže s kyčlemi u starších lidí. Jsou aktivovány problémy s koleny nebo páteří (došlo při nich k porušení sousostí) v mladším věku.

Nesprávné stravování má také podíl na degenerativním procesu. Pádem a zlomením kyčle to vyvrcholí.

Mnoho lidí si všimlo, že si člověk opakovaně zraní stejnou část těla. Jednou si zkroutime a podvrtneme na tenisovém kurtu kotník a stejný kotník si pravděpodobně zraníme i příště. Tato porucha vyzařuje do celého těla a zasáhne všechny jeho části. Pád z kola v dětství, který vede ke zranění kolena, může vést ke zranění kolena na horském kole, k úrazu při joggingu a tak dále. Při každém zranění vzroste porušení sousostí, které potom vede k dalším nehodám.

Než se vážný zdravotní problém projeví ve fyzickém těle, je tato část těla obvykle mnohokrát zraněná. Onemocnění orgánu je známkou toho, že problém leží hluboce v těle. Účinky starých dětských traumat (úrazů) se rozrůstají, postupují a pomocí

špatných životních návyků udržují na fyzické, emocionální, mentální a spirituální úrovni. Lidé si vždy znovu a znovu vytvářejí v životě stejné problémy, které vycházejí z jejich negativních systémů přesvědčení. Tyto systémy přesvědčení jsou obvykle podvědomé. Když použijeme vyšší smyslové vnímání, mohou být tyto opakovaně vytvářené negativní prožitky a zkušenosti čtené v pořadí, jak za sebou následovaly.

U pacientky Tanyi, která měla při porodu omotanou pupeční šňůru kolem krku a porod proběhl za použití kleští, se tato poranění a úrazy hlavy a krku opakovaly v různých formách v průběhu celého života. Jako malé dítě spadla v parku z prolézačky přímo na hlavu. Dále spadla několikrát ze stromu. Potom ji bratr nešťastnou náhodou uhodil do hlavy baseballovou pálkou. Stála za ním, když se rozmáchl pálkou, aby odrazil míč. Pokaždé, když dostala ránu do hlavy, trpěl také její krk. Otec ji opakovaně trestal bitím, kdykoliv mu matka nahlásila, že zlobila. Nevěděla, proč ji trestají, protože trest přicházel až po mnoha hodinách, když se otec vrátil z práce. Někdy ji obrátil hlavou dolů, držel za jednu nohu a uhodil ji dřevěným metrem. V dospělosti dostávala rány do hlavy od násilnického manžela. Trvalo to téměř deset let. V tomto období došlo také k tomu, že se jí manžel pokoušel v motelovém pokoji stáhnout plavky a šňůra od nich se jí omotala kolem krku. O dva roky později utrpěla při autonehodě zlomeninu lebky právě v tomto místě. Opakující se zranění krku a hlavy vedly ke stále se zvětšujícímu strukturálnímu porušení souososti, které nejenže oslabovalo oblasti, kterých se to přímo týkalo, ale i celý systém. Měla oslabenou celou levou stranu těla. Řekla mi, že to je z toho, že její manžel byl pravák - bil ji do levé půlky těla. Prostřednictvím léčení vkládání rukou a techniky rolfingu se většina jejích zranění zahojila.

Protože všechny orgány pracují společně, chronická dysfunkce určitého orgánu nakonec ovlivní ostatní. Nejdříve budou ostatní orgány pracovat nadměrně, aby práci nemocného orgánu nahradily. Později však přestanou dostatečně fungovat, jelikož trvalé přetěžování nejsou schopné vydržet. Pro léčitele, který vidí tělo holograficky, má cokoliv, co se děje v jedné části těla, dopad na jeho části ostatní.

Jeden můj klient musel začít nosit ve věku asi čtyřiceti let zpevňující dlahy na holeni. Jak jsem se při jeho léčení vracela v čase, viděla jsem, že případ souvisel s jeho dřívějšími nesprávnými stravovacími návyky - tento člověk pil spoustu mléka v období rychlého růstu při dospívání. Mléko nebylo pro jeho tělo tím nejvhodnějším zdrojem kalcia. Jak jeho kostní buňky rostly, začaly být „příliš tvrdé“ a nedovolily svalům, aby se ke kosti správně připojily.

#### **Bod 4: Jak podporovat pacienta při hledání hlubšího významu a příčiny jeho onemocnění**

Prostřednictvím vyššího smyslového vnímání umožní léčitel pacientovi na psychické úrovni přístup k obecným informacím o prostředí, z něhož vyšel a to včetně informací o možných dětských traumatech, vztazích mezi rodiči, o prostředí, pacientově mentálním postoji k životu a o jeho systému přesvědčení.

Léčitel také použije vyšší smyslové vnímání k tomu, aby „četl“ specifické informace, které souvisejí se zdravotním problémem, jenž pacienta v současnosti trápí. Dělá to tak, že se spojí s nemocnou částí klientova těla, vrací se zpátky v čase a sladí se s ní na psychické úrovni, takže se stává svědkem těch jeho minulých prožitků a zkušeností, které přímo souvisejí s fyzickým problémem. Tímto způsobem toho

hodně odhalí o jeho osobnosti, dětských psychologických traumatech a reakcích na ně a určí nezdravé životní modely, které ke vzniku fyzického onemocnění vedly.

Zjištěné informace, jestliže jsou tlumočeny citlivě, mohou velmi napomoci procesu léčení. Pacientovi umožní vzdát se těch navykých nezdravých činností, které zapříčinily nerovnováhu v jeho energetických systémech a vedly nakonec k onemocnění fyzického těla.

Myšlenka, že by si někdo mohl způsobit nehodu či zranění jako výsledek určitých přesvědčení a minulých traumat je zajímavá a kontroverzní. Některé nehody jsou ovšem jednoznačně důsledkem záměru. Jistě jste také viděli, jak se děti zranily bezprostředně po tom, co se jim řeklo, že by určitou věc neměly dělat.

Případ Tanyi je dobrým příkladem. Když Tanya pracovala na sebeuzdravování pomocí léčení vkládáním rukou a hloubkovou prací s tkáněmi, začala si uvědomovat, jak svá zranění pomáhala vytvářet, dokonce i při autonehodě, kdy auto neřídila. Souviselo to s jejím záměrem být v roli „oběti“ ostatních, což podle jejího dávného dětského uvažování nějak znamenalo být „hodná“. To je příklad toho, co nazývám negativním systémem přesvědčení. Aby zůstala „hodná“ podle podvědomé dětské logiky, musela zůstat v roli oběti. Otec ji bil, aby ji potrestal, že byla zlobivá. Dětská logika jí říkala, že potrestání z ní udělá znovu někoho, kdo je „dobrý“. Upamatovala se také, že když ji otec uhodil, cítila se s ním být spojená. Kromě toho, že se cítila strašně, mohla také cítit jeho bolest a to, že bitím si vlastně od této bolesti ulevoval. Toto je podstata mučednictví. V případě autonehody řídil její agresivní manžel. Mohli byste se ptát, jak z toho mohla vinit sebe? Ona se neobviňovala, ale spojila to se svým záměrem zranit se, ke kterému došla předcházející noci. Byla to snaha zastavit hlubokou bolest ve svém životě. Řekla mi, že tu noc před nehodou byla velmi silně rozrušená. Její násilnický manžel se pokoušel sejít se s jejím bývalým přítelem a ona nevěděla, co má dělat. Vzpomínala si, že se znovu a znovu dívala na velké skleněné tabule oken v domě a přemýšlela, jak by se jí ulevilo, kdyby se proti nim rozběhla a praštila do nich hlavou. Připadalo jí, že se úplně zbláznila.

Nakonec toto manželství dokázala opustit a začít nový život. Hodně na sobě pracovala. Asi rok po rozvodu navázala velmi zdravý vztah se svým stávajícím manželem, se kterým žije už sedm let. V průběhu čtení a vracení se v minulosti za účelem získání informací léčitel pracuje také přímo na čištění těch deformací energetického pole, které souvisejí s událostmi a traumaty spojenými s klientovým současným onemocněním. Práce se provádí na obou úrovních ve stejném čase. Informace je přenesena do vědomí a energetické pole spojené s těmito událostmi se začíná čistit. Na léčení pacienta to má velmi pozitivní účinek.

Potom se léčitel může sladit s vyššími úrovněmi klienta, které odhalí ty myšlenkové formy - jedná se zejména o myšlenkové formy používané ze zvyku - které převzaly jeho duši do své moci a po léta jí vládly. Na závěr léčitel pomůže pacientovi nalézt jeho nezdravé systémy přesvědčení, které jsou kořeny navykých nezdravých modelů/vzorců života vytvářejících onemocnění.

Jak se Tanya spojovala se svým podvědomým úsilím zůstat obětí a tedy být „hodnou“ začal se její postoj měnit. Dosáhla do harické úrovně záměru. Měla záměr obětí zůstat, aby mohla zůstat „hodná“ a nemusela jít do vnějšího světa a převzít za sebe zodpovědnost.

Při uzdravování se sladila s pozitivním záměrem o vlastní změně. Bylo nutné se spojit s hlubší částí sebe, s tou, která vždy věděla, že hodná je - se svým jádrem. Z nejobecnějšího pohledu je nemoc zapomínáním na to, kdo doopravdy jsme (oddělením se od jádra), a léčení rozpomínáním se na své pravdivé Já (spojením se s jádrem). Tanya se tedy začala rozpomínat. Aby se sjednotila se svou vnitřní kvalitou, budovala spojení se svým jádrem - s hvězdou středu Bytí. Důkazy o tom, že je hodná, protože se stane obětí, již podávat nemusela.

## **Bod 5: Jak vytvářet efektivnější léčebné postupy**

Pátý úkol léčitelско-lékařského týmu je dosáhnout nových kombinovaných léčebných postupů. Výsledky prvních čtyř úkolů - nový popis onemocnění, informace o tělesných funkcích, změny v pohledu na příčinu a hlubší význam onemocnění a silný pozitivní účinek vkládání rukou - vnášejí velké změny do léčebných postupů a poskytují nové návody pro udržení našeho zdraví.

Některé změny léčebných postupů zde uvedu:

1. Celkový postoj ke zdraví a léčení se posunuje do nového paradigmatu, které obsahuje všechny aspekty širšího rozměru lidské existence. Podle tohoto holistického náhledu souvisí všechno se vším a žádná oblast života pacienta nemůže být posuzována odděleně od problémů zdravotních. Pacienti se učí chápat, že s vytvořením svého zdravotního problému mají mnoho společného.

2. Tím, že pochopíme, jak značně naše životní návyky a psychické prostředí působí na naše zdraví, změní se náš postoj k tomu, jak si zdraví udržet. Můžeme začít rozvíjet zdravé psychické návyky a naučit se automaticky zpracovávat staré emocionální bloky a systémy přesvědčení, které naše fyzické potíže způsobují.

3. Klesá potřeba léků a chirurgických zákroků. Pracovala jsem s pacienty, kteří nakonec chirurgický zákrok ani nepotřebovali. Když šli na předoperační vyšetření, lékaři operaci zrušili. Pomohla jsem lidem, aby se jim zmenšily tumory a štítná žláza, ztratily atypické buňky z dělohy, nebyl jim odejmut žlučník a aby nemuseli podstoupit operaci srdce. Množství léků, předepisovaných lékaři se sníží, protože pacienti se uzdraví dříve. Používání léků tlumících bolest u pacientů s chronickými stavy bolesti, jako jsou např. bolesti hlavy, zad a vaječníků, prudce poklesne.

4. Když léčitelé a lékaři spolupracují, mohou zajistit pro každého pacienta mnohem víc individuálních informací, např. jaký lék nebo prostředek použít a kdy přesně začít a skončit s jeho podáváním. Léčitelé mohou také podat informace o tom, jak a kdy dávky léků v průběhu léčebného procesu snižovat. Žádný lék, prostředek nebo bylina nejsou z pohledu léčitele špatné nebo nežádoucí. Důležité je, že pacient má svobodu zvolit si způsob léčení, který považuje pro sebe za nejužitečnější a nejvhodnější. Jak řekl můj průvodce Heyoan: „Přesně určená substance podaná v přesně stanovené dávce v nejvhodnějším čase pomáhá člověku v jeho transformaci.“ Léčitel umí „číst“, jaký účinek má na organizmus pacienta každý lék, homeopatický přípravek či bylina. Může pacienta užívajícího homeopatické přípravky pozorovat, aby viděl jejich účinek na energetické pole, protože tyto přípravky působí jednak okamžitě a jednak dlouhodobě. Pokud je lék zvolen nesprávně, energetické pole neovlivní. Jestliže není potence dostatečně vysoká, nepronikne do pole a nemá velký efekt. Vyšší potence ano. Vyšší potence dosáhne vyšších úrovní pole a nemusí okamžitě účinkovat na nižší.

To může sloužit homeopatovi jako velmi důležitá informace nejen k tomu, aby vybral správný přípravek, ale také proto, aby zvolil, na která pacientova energetická těla má být účinek nejvyšší.

Zjistila jsem, že práce léčitelů snižuje množství léků, které tělo potřebuje. Bylo to potvrzeno v mnoha případech a s různými typy léků. Je to automatický důsledek metody vkládání rukou.

Snižování množství léků je potřeba provádět postupně, po jednotlivých krocích. Obvykle spirituální průvodci na začátku léčení u pacienta doporučí pokračovat v podávání léků, které již užívá. Po nějaké době léčení, obvykle po několika týdnech, navrhnou snížení podávaných dávek o čtvrtinu. Pak za pár týdnů nebo měsíců snižování pokračuje.

Uvedu příklad. Pracovala jsem s mladou ženou, která měla téměř od narození spoustu fyzických obtíží - mnoho nemocí, mnoho chirurgických zákroků. Bylo jí kolem pětadvaceti. Šlo to velmi pomalu, ale postupně získávala energii i zdraví. Asi po šesti měsících léčení dosáhla určité úrovně. Nezdálo se, že by se účinek léčebných sezení dál zvyšoval. Požádala jsem duchovní průvodce o vedení. Použila jsem auditivní formu vyššího smyslového vnímání, abych zjistila, proč se pokrok v léčení zastavil. Slyšela jsem tato slova: „Řekni jí, aby snížila dávku léku na štítnou žlázu o jednu třetinu.“ Až do té doby jsem vůbec nevěděla, že něco takového užívá. Zeptala jsem se jí a ona to potvrdila. V několika příštích týdnech si po dohodě se svým lékařem dávku léku snížila a její zdraví se začalo zlepšovat. Po pěti měsících bylo nutné další snížení. Krátce nato léčení zanechala, protože byla se svým zdravím spokojena, a odešla studovat. 5. Léčitelé mohou pomoci při zvolení způsobu léčení. Další příklad. Ještě než Jennifer poprvé navštívila moji ordinaci, obdržela jsem zprávu, že by měla spíše zvolit typ chemoterapie, kdy léčení trvá tři měsíce, a užívají se dva druhy léků, než ten, při kterém se po dva měsíce užívají tři druhy léků. Nikdy předtím jsem se s ní nesetkala a nevěděla jsem, proč se ke mně přišla léčit. Když mi vyprávěla o své nemoci, řekla, že její lékař jí dal na vybranou ze dvou způsobů chemoterapie, používaných při léčbě rakoviny. V prvním případě se užívají tři druhy léků a léčba trvá dva měsíce a ve druhém dva druhy a léčba trvá tři měsíce. Přišla za mnou, abych jí pomohla se rozhodnout. Dlužno říci, že odpověď jsem už měla připravenou. 6. Spolupráce s léčitелеm může snížit vedlejší účinky mnoha agresivních léků nejen tím, že je doba léčení kratší, ale vkládání rukou redukuje také tyto účinky po dobu trvání léčení. Snižuje a odstraňuje také dlouhodobé zanesení těla zbytky léků užívaných při chemoterapii a zbytky po ozařování. Při použití chemoterapeutického způsobu léčení se znečišťují játra a oslabuje přirozený imunitní systém. Vkládání rukou pomáhá činnost jater posílit. Ozařování rozbíjí první vrstvu pole a zanechává střepiny jako rozbité sklo; vkládáním rukou to rovněž můžeme odstranit.

Ozařované části těla někdy přestanou fungovat až po deseti či dvaceti letech. Jednomu pacientovi přestala následkem degenerace nervů sloužit paže. Viděla jsem, že byl před deseti léty silně ozařován v oblasti brachiálního plexu, protože trpěl Hodgkinovou nemocí.

Při léčení jednoho pacienta jsme zjistili, že při použití metody vkládání rukou těsně po ozařování jsme byli schopni rozbité aurické pole neustále opravovat a uvádět do dobrého stavu, takže došlo pouze k zanedbatelným negativním účinkům.

Jiný pacient měl deset let předtím, než se ke mně přišel léčit, operaci páteře. V době léčení byl většinu času upoután na lůžko. Došel pouze do koupelny a zpět do postele.

Viděla jsem, že v jeho páteři zůstávalo uloženo červené barvivo, které bylo zřejmě použito při lékařských vyšetřeních souvisejících s operací páteře před deseti léty. Pomocí vkládání rukou jsem barvivo odstranila a on zesílil a začal znovu chodit.

Léčení po chirurgickém zákroku velmi účinně snižuje bolest a opravou energetického pole se předchází dlouhodobým vedlejším účinkům. Pacientka Elizabeth trpěla potom, co rodila císařským řezem, ustavičnými bolestmi pravého vaječníku a celé spodní části břišní dutiny. Viděla jsem, že energetické linky první vrstvy pole byly zamotané - spletené dohromady a blokovaly normální energetický tok v jejím těle. Bylo je potřeba rozplést, srovnat a první vrstvu pole zrekonstruovat. Poté bolest ustala a dva roky se nevrátila. Pokud by pole zůstalo deformované, pravděpodobně by se nakonec do této části těla dostala infekce způsobená oslabením, které vzniklo z nedostatečného zásobování energií.

V případě Richarda W. (viz popis léčebného sezení v dodatku A) překážela svislá jizva na jeho hrudníku pocházející z operace srdce energetickému toku, který zásoboval jeho srdce a hrud'. Oprava pomohla udržet v této oblasti rovnováhu.

7. Informace o dlouhodobých negativních účincích agresivních postupů při léčení by měly ovlivnit četnost jejich předepisování.

Když vejdu ve všeobecnou známost dlouhodobé negativní účinky, které mají na naše energetická pole i fyzická těla mnohé léky, snad se s nimi bude zacházet opatrněji než dnes. Uvedla jsem jako příklad červené barvivo, které zůstalo v páteři deset let. Viděla jsem také jiné léky, které zůstávají v játrech po léčení hepatitidy léta. Mnoho léků užívají lidé v příliš silných dávkách. Pro ty citlivější by stačily dávky nižší. Jestliže můžeme získat pomocí vyššího smyslového vnímání více specifických informací o přesném individuálním dávkování, jsme schopni dávky ordinovat každému jednotlivci podle jeho potřeby.

V některých případech lze touto cestou potřebné dávky léku radikálně snížit. Pracovala jsem ještě s dalším léčitелеm s mladou ženou, která prodělala transplantaci jater. Připravovali jsme její energetické pole před chirurgickým zákrokem. Po operaci jsme spojili její energetická těla s novými játry tím, že jsme obnovili všechny energetické linky, které byly při odnětí původních jater odříznuty. Viděli jsme, že nová játra byla větší než původní. Zkoušeli jsme varovat nemocniční personál, aby dávky léků byly nižší. Bohužel nám nikdo nenaslouchal. Nakonec byly dávky léků sníženy, ale až v okamžiku, kdy začala mít pacientka problémy s vedlejšími účinky. Teď je v pořádku.

8. Prostřednictvím vyššího smyslového vnímání se objevují zcela nové léčebné postupy, které nikdy předtím nebyly použity. Přirozeně musí být prozkoumány a testovány. Některé z nich jsou zatím mimo současné možnosti techniky. Jednou jsem obdržela informaci, že určitá látka by měla být kapána přímo do sleziny dítěte s leukemií - bohužel taková technologie dosud neexistuje. Dostala jsem informaci o přístroji na filtrování krve pacientů postižených AIDS - také ještě v době psaní této knihy není zkonstruován. Jednoho dne budou vynalezeny přístroje, které pomocí vysílání určitých frekvencí do těla budou rozpouštět tkáň jizev, jiné frekvence rozruší buňky zhoubných nádorů a nepoškodí přitom ostatní, jelikož mají jinou strukturu buněčné stěny.

Vzhledem k tomu, že se onemocnění ukáže v aurickém poli ještě předtím, než se projeví ve fyzickém těle, můžeme rozvinout léčebné postupy a zařízení, které



budou léčit onemocnění již v energetických tělech, předtím než postoupí do těla fyzického. To pomůže snížit počet fyzických onemocnění.

9. Budeme si také více vědomi našeho životního prostředí a toho, jak ovlivňuje naše energetická pole a zdraví. Jedna z nejzajímavějších oblastí, se kterou jsem se při čtení systémů fyzického těla pomocí vyššího smyslového vnímání setkala, je poznání, jak důležité jsou vysoce citlivé procesy vytváření chemické rovnováhy pro funkci mozku. Znečištěním prostředí, kterému jsme všichni vystaveni, je mnoho těchto rovnovážných stavů narušeno. Četné skupinky různých mozkových buněk produkují v mozku určité chemické látky, které regulují nejenom jednotlivé části mozku, ale také fungování celého těla.

Znečištění životního prostředí přísadami v jídle a ve vzduchu rovnováhy narušují. Dlouhodobá pomalá akumulace škodlivých látek uvnitř našeho organismu přispívá k ještě větší jeho nerovnováze a způsobuje mnohá onemocnění. Doufám, že jednou budou tyto informace, získané vyšším smyslovým vnímáním, potvrzeny ve vědeckých laboratořích.

Také životní energie obsažená v potravě znečištěním klesá. Škodlivé chemické látky otravují půdu, takže rostlinná potrava nemá dostatečně rychlý pulz, aby mohla tělo udržovat zdravé. Rychlost pulzu přijímaných potravin se musí pohybovat v rozmezí životních pulzů orgánů, jinak dlouhodobé přijímání takovýchto potravin vyvolá snížení pulzu orgánů a následné onemocnění. Mnoho Američanů užívá vitamíny a minerály, protože potrava už nestačí dodat potřebnou životní sílu. Udržet pulzace, které jsou synchronizované s pulzací země, mohou naše fyzická těla tím, že jedí zdravou nekontaminovanou potravu - to je jeden z hlavních důvodů, proč je organická potrava tak důležitá.

Jistě si vzpomínáte, jak už jsem se zmiňovala o tom, že země jako celek má své vlastní životní pulzy. Jedním z nich je pulzace zemského magnetického pole. Pulzuje osmkrát za sekundu (8 Hz). Jelikož se fyzicky vyvíjíme v rámci tohoto magnetického pulzu, je pro nás velmi vhodný. Než byla kontaminována, nesla v sobě půda zdravou pulzaci země. Přirozená potrava, kterou se lidé živili, byla zdravá, protože byla synchronizovaná s pulzem země. Když jíme mrkev, která vyrostla v otrávené a znečištěné půdě, nepřináší do našeho těla stejnou vibrační energii jako mrkev, která vyrostla ve zdravé se zemí synchronizované půdě. Často nás může spíše otrávit a snad je lepší ji nejíst. Potřebovali bychom pěstovat zdravou potravu ve velkém rozsahu. Její průmyslové pěstování by bylo pokusem, jak dodat našim tělům potravu život podporující a znovu nastolit rovnováhu mezi námi a silami života země.

Když budou lékaři a léčitelé více spolupracovat,lepší se mezi nimi komunikace a budou si lépe rozumět. Naučíme se informace získané léčiteli prostřednictvím vyššího smyslového vnímání kombinovat s informacemi, které lékaři nashromáždili v průběhu dlouhých let studií a využitím nejmodernějších technologických využívat k testům a vyšetřením. Jsem si jistá, že to budou výborné týmy. Časem budou lékaři rozvíjet své vyšší smyslové vnímání a léčitelé pomáhat v laboratořích vyvíjet přístroje, které vědecky potvrdí informace jimi získané. Jednoho dne budou existovat přístroje tak citlivé, že umožní dělat preventivní vyšetření energetických polí všech obyvatel, které umožní zachytit nerovnováhu v energetických tělech předtím, než onemocnění postoupí do těla fyzického.

# OSOBNÍ PROŽITEK Z LÉČENÍ

Zrození a smrt listů je součástí vyššího cyklu, který řídí pohyb hvězd

RABÍDRANÁTH THÁKUR

(3/1)

ÚVOD

## ČAS ZAČÍT O SEBE PEČOVAT

Když jsem zahájila pravidelnou práci s klienty, začalo mi být jasné, že všichni moji pacienti by potřebovali zlepšit péči o sebe. To znamená, že každý z nich potřeboval převzít za jednotlivé oblasti této péče odpovědnost. Vede to ke změně žebříčku hodnot tak, abyste na první místo postavili sebe a své zdraví, což vyžaduje jistě hodně úsilí, protože většina z nás má hodnoty uspořádané jinak.

Například pacientky se zhoubnými nádorovými onemocněními měly tendenci orientovat se na potřeby ostatních - manžela nebo dětí. Řada z nich pocítila tlak rodiny snažící se je dostat domů, aby se zase o všechny začaly starat hned, jakmile to jen bude možné. Tento tlak byl většinou nepřímý a skrytý, takže pro pacientku bylo ještě těžší se v tom orientovat a zvládnout to. Členové rodiny mohli třeba říkat: „Chceme jenom, aby se tvůj život vrátil do normálních kolejí. “

Lidé, kteří měli problémy se srdcem nebo se zhroutili vyčerpáním, orientovali své priority na práci. Někteří z nich se museli naučit důvěřovat ostatním a delegovat odpovědnost na ně. Proces léčení u nich začínal tím, že si měli položit otázku, proč mají tak velkou potřebu řídit a kontrolovat. Obvykle zjistili, že se necítí bezpečně bez toho, aniž by měli všechno „pod palcem“. Žili spíše vůlí než srdcem.

Abyste zůstali zdraví, musíte se o sebe starat holograficky, to znamená ve všech oblastech a úrovních svého života. Proces léčení vyžaduje velkou změnu. Jít k léčiteli, aby vám dal něco, co váš život „vrátí do normálu“ jednoduše nejde. Čeká vás spíše pronikání do nových oblastí, objevování nových způsobů pečování o sebe, nových priorit v životě a jiné prožívání vztahů s vašimi partnery, dětmi a přáteli. Počítejte s tím, že ostatní nebudou přijímat všechny vaše změny tak lehce, jak byste si přáli. Někdy to znamená vyjasňování sporných bodů a různých názorů. Ale z dlouhodobého hlediska je to k prospěchu všech. Musíte se své pravdy držet.

Mohli byste říci: „To zní směšně. Jak mohu něco takového dělat, když jsem nemocný? Teď přeci musím odpočívat.“

Moje odpověď ale je, že tento čas vám byl dán právě k tomu. Máte všechno, co k tomu potřebujete. Jak procházíme různé aspekty péče o sebe a okruhy, na které je potřeba se zaměřit, poznáme, zda jsme schopni to pro sebe udělat sami nebo potřebujeme někoho požádat o pomoc. Váš přesný plán péče o sebe závisí samozřejmě na vašem stavu, na tom v jaké fázi je vaše onemocnění. Pamatujte si jenom to, že toto je vaše *příležitost* pro velkou změnu. Dozrál pro ni ten správný čas - čas pro změnu orientace, čas podívat se na svůj život a najít jeho hlubší význam.

Jak tento čas využijete, záleží pouze na vás. Možná, že potřebujete jenom několik týdnů spát, aby vám to usnadnilo vaše spojení se sebou. Spánek vám daruje čas pro sebe, který byste jinak nedokázali získat. Mohli byste strávit tento čas hledáním pomoci. Možná jste si předtím nedali příležitost o ni požádat. Určitě se budete věnovat přehodnocování svého hodnotového systému.

Změny v hodnotách se holograficky rozšíří na celý váš život a budou přinášet ovoce i do budoucna. Když změny začnou a vy se vydáte na cestu, je šikovné mít po ruce cestovní mapu, abyste věděli, co můžete očekávat v oblasti osobních prožitků. Abych vám pomohla poznat cestu, budeme se zabývat procesem léčení ze dvou pohledů. První je poznání sedmi stupňů, přes které procházíte v průběhu procesu léčení. Druhý se dívá na léčebný proces v rámci sedmi úrovní léčení. Každá úroveň odpovídá příslušné úrovni aurického pole.

(3/2)

## SEDMÁ KAPITOLA

# SEDM STUPŇŮ LÉČENÍ

Když jsem sledovala své pacienty v průběhu procesu léčení, všimla jsem si, že proces nikdy neprobíhá hladce, ale opisuje jakousi křivku, která vede ke zdraví. Většinu času lidé pociťují vnitřní zlepšení. Později se jim zdá, že se jim daří hůř. V tomto okamžiku začnou mít pochybnosti o léčení. Často si myslí, že jsou na tom dokonce hůř, než když do léčení vstoupili. Jejich energetická pole jasně indikují, že se jejich stav zlepšil - pole jsou víc v rovnováze, orgány fungují lépe. Navzdory tomu se cítí hůř, někdy mají dokonce větší bolesti. Je to způsobeno tím, že jsou na nerovnováhy citlivější, než byli předtím. Lze tedy říci, že jejich zdraví je ve skutečnosti lepší.

Také jsem si uvědomila, že lidé procházejí při procesu léčení odlišnými fázemi. Tyto fáze jsou součástí transformačního procesu lidských bytostí. Léčení vyžaduje změnu myšlení, emocí i ducha stejně jako fyzické změny. Každý potřebuje přehodnotit svůj vztah k otázkám týkajícím se osobního procesu léčení a zařadit je do nového kontextu.

Nejdříve si lidé musí připustit, že problém existuje a musí ho prožít. Znamená to přestat ho popírat. Všimla jsem si, že pokaždé, když se pacientovi „udělalo hůř“, dělo se to v době, kdy přestal odmítat určitý aspekt svého problému a nechal ho vstoupit do vědomí. Lidé pocítují často hněv a myslí si, že je to proto, že jim je hůř, ale ve skutečnosti se zlobí, že se musí problémem víc zabývat.

Pacienti většinou hledají způsob, jak to celé co nejvíc zjednodušit. Chtějí se z toho dostat nejlehčí cestou. Říkají „Udělal jsem už na tom dost práce“ nebo „Ne, nechci do toho jít znovu“. Nakonec, když se rozhodnou jít hlouběji, projeví vůli absolvovat i další kolo a prohlásí „Tak dobře, jde se na věc“.

Léčení stejně jako terapie je cyklický proces, ve kterém naše učení postupuje po spirále. Každý cyklus cesty dolů hlouběji a hlouběji k pravdě a podstatě našeho skutečného Já vyžaduje od nás víc změn a větší sebezpřijetí. O tom, kam až dojdeme, rozhodujeme my sami. Jakou spirituální cestu zvolíme a jakou mapu si vybereme, záleží jenom na nás. Každý má svůj vlastní způsob.

Každé onemocnění vyžaduje od nemocného vnitřní změnu, která napomůže léčení. Každá změna znamená odevzdat se, přestat vzdorovat či nechat umřít část sebe - ať už je to zvyk, zaměstnání, styl života, systém přesvědčení nebo fyzický orgán. Znamená to, že každý pacient, který je zároveň sebeuzdravovatelem, bude prožívat pět stadií smrti a umírání, které MUDr. Elisabeth Kubler-Rossová popsala ve své knize „On Death and Dying“ (Smrt a umírání). Jsou to: odmítání, hněv, smlouvání, deprese a přijetí. Pacient projde potom ještě dalšími dvěma stadii: znovuzrozením a vytvořením nového života. Tato stadia jsou přirozenou součástí procesu léčení. Pro léčitele má zásadní význam respektovat to, ve kterém stadiu se pacient nachází, a nesnažit se ho dostat jinam. Léčitel ho může potřebovat odvést jinam, protože může hrozit fyzické nebezpečí, ale musí to být velmi jemné vedení.

Abych lépe popsala osobní prožitky a zkušenosti spojené s projitím těmito sedmi stadii léčení, vybrala jsem dva případy, kde byl navíc k léčení vkládán rukou vyžadován chirurgický zákrok. Nabídnou vám širší pohled na všechny aspekty léčení.

Bette B., první pacientka, je menší postavy, štíhlá, má krátké, kudrnaté, prošedivělé vlasy a velmi laskavou povahu. Je profesionální zdravotní sestrou a věnuje se studentům. Je jí šedesát sedm let, je vdaná a má dvě děti. Žije s manželem Jackem, který pracoval jako inženýr a nyní je v důchodu ve Washingtonu, D. C. Měla potíže s levou nohou, které v roce 1954 vedly až k ochrnutí od pasu dolů. Důsledkem toho bylo odstranění dvou bederních meziobratlových plotének. Po osmi měsících osobní práce zahrnující vodoléčbu, fyzikální terapii a spoustu modliteb byla schopna opět chodit, což chirurgové vůbec neočekávali. Další operaci zad, v průběhu které jí byla odejmuta další plotýnka spolu s jizevnatou tkání a úlomky kostí, měla v roce 1976. Potom byla na doléčení na rehabilitační klinice. V roce 1987 nastaly další problémy - pocítovala mravenčení v levé paži a začala mít bolesti v oblasti krku. Následovala operace krku. Mluvila jsem s ní pár měsíců po tomto zákroku.

Karen A., druhá pacientka, je krásná asi pětaticetiletá štíhlá brunetka. Je vdaná a má dvě adoptované děti. Vlastní děti nikdy neměla. Karen je zkušená terapeutka a její manžel také. V době psaní této knihy žili v Coloradu.

Karen onemocněla poměrně brzo, kolem puberty. V té době žila ve Washingtonu D. C. Po léta trpěla chronickými bolestmi v oblasti malé pánve.

Později to lékaři diagnostikovali jako děložní fibroidy a endometriosu na pravém vaječníku. Pak došlo k infekci, bolest se zhoršila a ona se rozhodla pro hysterektomii (odstranění dělohy). Zkušenosti z léčení podnítily velmi hluboký proces vnitřního růstu.

V dalším textu se budeme věnovat jednotlivým stadiím, abychom si osvětlili základní poznatky o každém z nich.

## První stadium léčení: odmítání

Potřeba odmítání existuje v každém z nás. Všichni zkusíme být nebo předstírat, že jsme od těžších životních zkušeností osvobozeni. Držíme se tohoto předstírání ze strachu. Myslíme si, že bychom něco nezvládli, tak to raději nechceme.

Když onemocníte, pravděpodobně použijete odmítání nebo přinejmenším částečné odmítnutí nejen v prvním stadiu nemoci nebo následné konfrontaci, ale také čas od času později. Odmítání je dočasná obrana, která nám poskytuje čas připravit se na přijetí toho, co přijde v dalším stadiu. Obzvláště když musíte zvládnout léčbu agresivními léky, budete zřejmě schopni mluvit o své situaci jenom chvíli. Pak potřebujete změnit předmět hovoru na věci příjemnější nebo dokonce různé fantazie. Je to úplně přirozené a je to tak úplně v pořádku. Je tam cosi, čeho se obáváte a čemu ještě nejste připraveni se postavit. Přijde doba, kdy budete. Dopřejte si všechen čas, který potřebujete.

Asi budete schopni mluvit přímo o svém stavu s rodinou, přáteli a zdravotníky. Ale s ostatními ne. Víte co? Vůbec to dělat nemusíte. Souvisí to do značné míry s důvěrou, kterou k nim máte. Velmi důležité je být v tomto ohledu sám k sobě čestný. Taky to má co do činění s postoji lidí k nemoci obecně, k vlastnímu tělu a k vašemu onemocnění. Mohli byste zareagovat na to, co se odehrává v nich. (Pro profesionály zabývající se zdravotní péčí, kteří pracují s pacienty, je nutné prozkoumat své vlastní reakce na nemoc. Jejich reakce se budou vždy odrážet v chování pacienta a mohou mít velký podíl na tom, zda bude tento člověk v pohodě anebo dojde k poškození jeho zdraví.)

Mějte na paměti, že odmítání je úplně normální model chování. Neodsuzujte se za to. Děláme to všichni a to nejenom, když onemocníme. Tento postoj slouží k tomu, abychom nemuseli vidět to, co nejsme připraveni vidět či cítit. Slouží nám jako obranný systém, který nás odděluje od jádra problému. Jestliže tento systém cítí, že by situaci zvládnout mohl, nemusí se do odmítání dostat. Jakmile jste na to připraveni, přestanete v odmítání setrvávat. Dlouhodobé odmítání může být drazé zapláceno. Je potřeba se snažit ho zvládnout s láskou a soucitem. K tomu, abyste to dokázali, potřebujete lásku svou i lásku ostatních. Proto je tak důležité být obklopen lidmi, kteří vás milují a kterým důvěřujete. Otevřít se jejich lásce a sdílet vše s nimi, kdykoliv jen je to možné.

Bette používala odmítání k ignorování zpráv svého těla a balančního systému. „Vzpomínám si, jak jsem měla bolesti v rameni a myslela si: Jsem trochu starší a asi mám artritidu. Nebudu s tím nic dělat, to přejde. ' Když jsem malovala, mívala jsem potíže s levou paží.

Chvíli to bylo lepší, chvíli horší. Trvalo to asi čtyři roky. Když jsem před rokem a půl šla nakonec k doktorovi, moje ruka byla úplně bez vlády. Poprvé v životě jsem musela požádat manžela, aby mi otevřel konzervu. Popírala jsem vážnost situace a říkala si, Máš v ruce artritidu. To je všechno. Nevzrušuj se. '

Když jsem zjistila, že v ruce neunesu nákup, dostala jsem strach doopravdy. Ale netrvalo to dlouho. Přehodila jsem si nákupy do pravé ruky a nosila jen lehčí balíčky.

Skutečně si myslím, že část tohoto odmítání způsobila, že se nemoc dostala tak daleko, až muselo dojít k operaci. Aspoň dnes to tak vidím. Bylo pro mne lehčí to popírat, než jít k doktorovi, přestože jako zdravotní sestra jsem měla vědět, že to není v pořádku už předtím, než jsem ho navštívila. Já to celé ignorovala a řekla si:, On je doktor, on musí vědět, co mi je. ' Ale cítila jsem, že jsem odpověď měla znát první já.

Možná, že jako zdravotní sestra, pro kterou byl doktor „Bohem“, jsem měla strach, že se mi vysměje, že si to všechno jenom vymýšlím a že mi nic není. Bylo pro mne těžké se přes to dostat.

Jak vám to teď vyprávím, uvědomuji si, jak významné pro mne bylo zvládnout to sama a nežádat o pomoc lékaře. Myslím, že účel celé této zkušenosti byl umožnit mi prožít pocit bezmocnosti a naučit se spolupracovat s ostatními lidmi. "

Zeptala jsem se jí, co myslela tou bezmocností. Vysvětlovala, že se potřebovala naučit odevzdat se a cítit se v bezpečí. Vyjasňovalo se jí to postupně, jak procházela jednotlivými stadii nemoci.

Karenino odmítání bylo také v ignorování zprávy z jejího systému vnitřní rovnováhy, které přišlo ve formě bolesti. Karen byla terapeutka a strávila hodně času prací na řešení svých problémů na psychické úrovni. Nakonec se ukázalo, že to byla také forma odmítání. Karen potřebovala zvládnout problém na úrovni fyzické.

Sdělila mi, že se obávala nemocničního léčení a stavu fyzické bezmocnosti v průběhu operace a po ní. Také se bála, že by mohla při operaci umřít, i když o úspěšném výsledku nebyly žádné pochybnosti. Dlouho dobu léčbu odmítala právě kvůli tomuto strachu.

Pod každým odmítáním leží strach. Strach z věcí, kterým se při své nemoci musíte podívat do tváře a projít jimi.

Bette popsala své obavy podobné:

„Bála jsem se operace, toho, že budu při ní závislá na ostatních. Měla jsem také strach ze ztráty tvůrčích schopností, z toho, že bych mohla mít něco s rukama a nebyla schopna malovat. Malování je pro mne tak uklidňující a nádhernou tvůrčí činností, že by pro mne bylo horší nemoci malovat než nemoci chodit. "

Naše obavy a strach často nemají žádný opodstatněný důvod, ale my je velmi silně prožíváme a jsou pro nás reálné. Jestliže je označíme jako iracionální strach či „zkušenosti z minulých životů“, jak to mnoho léčitelů dělá, musíme na ně reagovat a pracovat s nimi.

Bette si vybavila toto: „Obávala jsem se, že když mám něco v nepořádku s krkem, musí mi useknout hlavu. Bylo to příšerné. Nemohla jsem před tím nikam uniknout a strašně jsem se bála.

Zdá se mi, že jsem prošla dvěma cykly zmíněných stadií (odmítání, hněv, smlouvání, deprese a přijetí). Jedním předtím, než jsem navštívila lékaře, a druhým potom, když už jsem znala diagnózu a věděla, že musím na operaci. Když mi můj lékař sdělil, že mne posílá na neurochirurgii, řekla jsem: „Proboha, jen to ne.“ Vzpomínám si, jak mi manžel říkal: „Proč se tak bojíš jít na tu operaci?“ A já jsem odpověděla: „Já vlastně nevím.“ Měla jsem za sebou dvě operace páteře, ale to mi připadalo jako součást mého života. Tato situace byla jiná, protože vnitřně jsem byla pevně přesvědčena, že to znamená konec mého života. Neustále jsem to odkládala. Byla jsem hrozně vystrašená. Pamatuji si, jak jsem se na neurochirurgii poprvé objednala. Znovu jsem pociťovala ten hrozný strach, že mi useknou hlavu.

Jednou jsem tam zase měla jít. Ráno jsem vstala a začala brečet. Křičela jsem na Jacka: „Já tam nechci. Pojdme na to zapomenout. Nedokážu to zvládnout. Proč se to stalo zrovna mně?“ Plakala jsem a umírala hrůzou celých dvacet pět minut, než jsem k neurochirurgovi šla.

Bette byla schopná sdílet v průběhu procesu léčení svůj strach s manželem a přáteli. Bylo pro ni nesmírně důležité, že tyto své pocity, ať už byly reálné nebo ne, mohla prožívat v přítomnosti někoho dalšího. Toto sdílení umožní transformaci strachu. Její strach se obrátil v hněv a ona vstoupila do druhého stadia nemoci.

## **Druhé stadium léčení: hněv**

Jak postupujeme procesem léčení, nastane chvíle, kdy se stadium odmítání už nedá udržet. Začnete pravděpodobně pociťovat hněv, zuřivost, závist, zášť či odpor. Říkáte si: „Proč já? Proč ne Joe Blow, který je alkoholikem a bije svou ženu?“ Protože se tento druh hněvu šíří všemi směry, budete ho obracet bez výběru téměř na každého ve svém okolí. Přátelé, rodina, léčitelé, doktoři - na žádném z nich nenecháte nitku suchou, dělají všechno špatně. Když na členy své rodiny vychrlíte ten příval hněvu, mohou reagovat pocity zármutku, viny či studu nebo slzami. Mohou dokonce odmítnout další kontakt s vámi. To vše zvyšuje váš vnitřní neklid a hněv. Vydržte, probíhá to jenom v tomto stadiu.

Váš hněv je pochopitelný - museli jste přerušit mnohé činnosti a řadu věcí nechat nedokončených. Nejste schopni dělat všechno to, co ostatní, a těžce vydělané peníze utrácíte za léčení, místo za dovolenou a cestování. Každý, kdo prochází procesem léčení, to musí absolvovat. Projevy hněvu se různí, u někoho to může vyvolat i obrovskou explozi, zejména pokud si předtím podobné stavy nedovolil - jak tomu bylo například u Bette.

Popisuje to takto: „Vzpomínám si, jak jsem byla plná hněvu. Byla jsem rozzlobená na Boha a myslela jsem si: „To Bůh seslal na mně toto ochrnutí, moje nohy a všechno ostatní nebudou už nikdy úplně stejné jako předtím.“ Také jsem si říkala: „Nemůže mi však vzít paže, protože ty souvisejí s mojí spiritualitou a tvůrčími schopnostmi.“

Úplně jinak to probíhalo u Karen: „Hněv byl pouze jedním z mnoha pocitů, které mnou zmítaly. Vzpomínám si, že jsem z toho sice byla nesvá, ale nepřipadalo mi to

jako zvlášť výrazné stadium. Myslím, že v určitých okamžicích jsem měla vztek na to, že lidé, o kterých jsem se domnívala, že jsou tam od toho, aby mne léčili, mne neléčili, nebo jsem se zlobila na některé další lékaře, které jsem navštívila. Myslím, že jsem se pohybovala mezi tímto hněvem a smlouváním s Bohem. "

Kareniny pocity tedy kolísaly mezi druhým stadiem hněvu a třetím stadiem vyjednávání.

Připravte se, že další stadium bude mnohem intenzivnější, než byste si kdy byli bývali pomysleli - probíhá to tak u každého.

### **Třetí stadium léčení: vyjednávání**

Jelikož vám hněv nedal to, co jste od něj požadovali, pravděpodobně budete, jistě podvědomě, zkoušet vyjednat. Budete slibovat, že budete hodní a uděláte něco hezkého, abyste dostali to, co chcete. Nejčastěji vyjednáваме s Bohem a obvykle to držíme v tajnosti nebo se o tom zmiňujeme jenom mezi řádky. Slibujeme například, že mu zasvětime svůj život nebo něco podobného. Bývá pod tím ukryt často jakýsi pocit tiché viny. Můžete se cítit vinni, že jste nenavštěvovali kostel nebo shromáždění lidí stejné víry častěji. Nebo si můžete vyčítat, že jste nejedli „správnou“ potravu nebo nedělali ta „pravá“ cvičení či nežili „náležitým“ způsobem. Je důležité tuto „vinu“ nalézt, dostat se nad ni a nechat ji odeznít, protože vede pouze k dalšímu smlouvání a nakonec k depresi. Zaměřte se na všechna svá „co bychom bývali měli“ a představte si, jak se rozpouštějí v bílém světle. Nebo je zvedněte a odevzdejte svému andělu strážci či Bohu. Když dokončíte cestu vedoucí těmito sedmi stadii, pravděpodobně budete vědět, jaké změny chcete v životě udělat, ale už to nebude ze strachu, jak by tomu bylo bývalo v tomto stadiu nemoci.

Bette zkoušela smlouvat o způsobu, jak se z nemoci dostat, chtěla, aby ho určil kdokoliv, jenom ne chirurg.

„Pokoušela jsem se, aby to rozhodl manžel. Chtěla jsem, aby mi řekl:, Děláme proto, aby se to zlepšilo, úplně všechno. ' Nemyslím, že bych si uvědomovala, že to bylo vlastně smlouvání a vyjednávání, ale pamatuji si, jak jsem si říkala: , Když budu více medítovat, brát více koupelí a masáží a když budu pokračovat v práci s bílým světlem, nemoc ustoupí a já nebudu muset jít na operaci. ' Chtěla jsem zasvětit svůj život meditacím a doufala jsem, že mi to pomůže se z toho dostat. Chvilí jsem akceptovala nutnost podrobit se operaci, ale pak jsem zase začala doufat, že se všechno vyřeší nějakým zázračným způsobem a já budu v pořádku. Žádala jsem o léčení, ale nikdy jsem nebyla schopna se dohodnout na nějakém konkrétním termínu. Vzpomínám si, jak mi Ann, moje spolužačka z kurzu léčení, nabízela, že mně navštíví a bude léčit. Měla jsem po ruce tisíc důvodů, proč to nejde - jednoduše jsem jí nevěřila. Nevěřila jsem nikomu, protože jsem nevěřila sobě. "

Karen vyjednávala přímo s Bohem. Její smlouvání vzalo na sebe formu jejího vnitřního dítěte, které říkalo:

„Dobrý Bože, jestli zařídíš, aby mi bylo líp a dostaneš mne z toho, udělám cokoli, co si budeš přát.“ Nebo: „Když zůstanu naživu a dostanu se z toho, zasvětim svůj život léčení této planety v jakékoliv formě o kterou mne požádáš.“ Avšak čím více vyjednávala, do tím hlubší deprese se propadala.



## Čtvrté stadium léčení: deprese

Deprese se vztahuje k pocitovému stavu, který prožíváme, když je naše energie nízká a my ztrácíme naději, že se k tomu, co chceme, dostaneme způsobem, jaký nám vyhovuje. Zkoušíme předstírat, že nás to netrápí, ale ve skutečnosti je tomu jinak. Jsme velmi smutní, ale nechceme tento zármutek vyjádřit. Pociťujeme melancholii a staneme se samotáři -obvykle netoužíme s nikým přijít do kontaktu. Deprese znamená potlačení našich pocitů.

V lidském energetickém poli se to projeví oslabením energetického toku, který jím proudí. Část tohoto energetického toku koreluje s našimi pocity. Když mluvíme o depresi, mluvíme o potlačených pocitech.

Deprese může být způsobena třemi příčinami. První se vztahuje k třetímu stadiu vyjednávání, které jsme již popsali. Je to pokus léčit se spíše tím, že odmítáme sami sebe za to, že věci jsou jaké jsou, místo abychom doopravdy hledali řešení.

Druhou příčinou je potlačování pocitu ztráty. Každé onemocnění vyžaduje změnu způsobu života nebo nějakého špatného návyku a postihuje oblast fyzického těla. Pokud pocity ztráty blokujete, dostanete se do depresí. Když dovolíte sami sobě prociťt tuto ztrátu a opláčete ji, deprese ustoupí. Budete cítit zármutek a to je úplně jiný stav. Prožívat zármutek znamená volné energetické proudění, ne potlačování pocitů. Cokoliv ztratíte, musí být takto oplakáno. Tímto „smutněním“ budete procházet v různých chvílích svého procesu léčení. Zůstaňte vždy s těmito svými pocity a věnujte jim pozornost, kdykoliv se objeví - umožní vám, abyste se dostali dál, do stavu přijetí dané situace.

Třetí příčinou jsou agresivní metody léčení jako chemoterapie, anestezie a chirurgické zákroky, které vyvedou z rovnováhy chemické procesy v těle. V okamžiku, kdy se tělo dostane opět do chemické rovnováhy, deprese ustoupí. Z pohledu lidského energetického pole toto poškozující léčení zastavuje nebo zpomaluje energetické proudění a způsobuje ucpání energetického toku v poli.

Jakmile léky přestanou působit, energetický tok se obnoví a deprese ustupuje. Léčení metodou vkládání rukou vyčistí pole za dobu o polovinu kratší, než je obvyklé a pooperační deprese odeznívá rychleji.

Bettina deprese měla formu sebeodmítání. Stáhla se do sebe. Uvnitř našla spoustu pláče a křiku:

„Cítila jsem, že jsem byla špatná. Kdybych bývala byla více pracovala, dělala svědomitěji domácí úkoly, více se věnovala svému vztahu k Bohu, potom bych určitě byla schopna léčit sebe i ostatní. Téměř mi to připadalo, jako kdybych se byla musela úplně vzdát a léčit svou bezmocnost, abych dovolila někomu dalšímu dělat tuto práci. Co to se mnou není v pořádku? Zdá se, že se nikdy nemůžu stát léčitelkou. Bylo to pro mne děsivé poznání, protože mé nejvnitřnější přesvědčení mi stále říkalo, že léčitelkou být můžu. Celý průběh léčení, kterým jsem procházela, mi naháněl hrůzu. Cítila jsem, že už nejsem více dobrou manželkou.

Je to opravdu hodně nepříjemné, když všechen tento negativní materiál vystoupí na povrch a vy se obracíte k Bohu, kterého tak dlouho znáte, a máte pocit, že jste za něco potrestaní, protože pro něj nejste dost dobří.

Musela jsem zanechat mnoha činností. Nezvládla jsem toho tolik, co předtím, co se týče domácích prací. Nebyla jsem schopná zkoncentrovat se na své domácí úkoly ve škole léčitelství. Plánovali jsme, že někam odjedeme, ale byla jsem tak plná bolesti, že jsme to nemohli udělat. Ať jsem dělala cokoli, musela jsem se do toho nutit. Nutila jsem se, abych ráno vstala z postele. Necítila jsem se v ní vůbec pohodlně, ale když jsem vstala, bylo to ještě horší. Skutečně jsem si nevěděla rady. Nevěřila jsem si a nedůvěřovala jsem ani nikomu jinému. Musela jsem chodit na fyzioterapii, abych viděla, jestli to pomůže, ale bylo to ještě horší. Musela jsem se „proplakat“ ke skutečnosti, že mi nic nepomohlo a teď mi nezbývá než na operaci jít. Část mne doufala, že by to mohlo pomoci, druhá část tomu nevěřila.

Ještě něco tam bylo, Barbaro. V tomto čase jsem musela oželeť ztrátu své schopnosti malovat. To bylo pro mne opravdu hodně těžké, protože to byl vždy můj způsob, jak se léčit. Pomáhalo mi to procházet těžkostmi a stále se cítit jako kreativní a spirituální bytost. Byla to pro mne obrovská ztráta. Po operaci jsem byla tak hluboce deprimovaná, že jsem nebyla vůbec schopna pracovat na sebeuzdravování. Donutila jsem se pouze poslechnout si pár magnetofonových pásků. "

Karenina deprese byla také plná sebeodsuzování a sebeodmítání:

„Zapadla jsem hluboko do bahna odmítání sebe sama. Cítila jsem, že jsem při sebeléčení pochybila. Nevěděla jsem, jestli to mám vzdát a jít k doktorovi. Byla jsem ze všeho totálně zmatená.

Nakonec jsem se jednoho rána probudila silnou bolestí v pravé části podbřišku a cítila jsem, že to už déle nevydržím. Nevím, zda to byla bolest fyzická nebo psychická, nebo se jednalo o mé rozhodování, zda jít k doktorovi. Stále jsem se nemohla odhodlat navštívit svého gynekologa, ale najednou jako bych se dostala přes tu pomyslnou hranu a hned jsem vás zavolala. A když Heyoan se mnou mluvil vaším prostřednictvím, na mé sebeodsuzování mne upozornil. Já si dokonce ani neuvědomovala, že jsem tento postoj zaujala. To byl bod obratu. V tomto okamžiku jsem přehodnotila řadu věcí týkajících se operace. Přestala jsem s kritizováním své osoby a přijala jsem operaci jako uspokojení své potřeby. Toto se stalo tím nejpodstatnějším. Poté, co jsem mluvila s vámi, se mi ulevilo, zavolala jsem doktorovi a v krátké době jsem ho navštívila. Musela jsem se jenom pro operaci rozhodnout a věci se začaly hýbat z místa. "

Jakmile se Karen rozhodla skončit se sebeodmítáním a učinila rozhodnutí o operaci, deprese ustoupila a ona vstoupila do stadia akceptování nemoci.

## **Páté stadium léčení: přijetí**

Když už jste věnovali dost času a energie zaměření se na čtyři předcházející stadia, dostanete se do stavu, kdy váš zdravotní stav ve vás nevyvolává ani strach ani depresi. Budete schopni vyjádřit své předcházející pocity: vaši závist k těm, co jsou zdraví, a váš vztek na ty, co nemusí jako vy nemoci čelit. Budete schopni pociťovat lítost nad hrozícími ztrátami, které si nemoc vyžádá. Možná si budete přát být o samotě nebo komunikovat tichými, neverbálními způsoby. Bytí, protože se připravujete na změnu. Nastal ten pravý čas, abyste se dostali k lepšímu poznání své bytosti, vstoupili do sebe a našli něco nového. Vaše nemoc znovu nastolila otázku

vašich životních hodnot. Uvědomíte si to, co potřebujete doopravdy, a začnete vyžadovat uspokojení svých životních potřeb způsoby, které jste nikdy předtím nepoužili. Budete přitahováni k novým přátelům a možná se odloučíte od některých starých, kteří už nebudou součástí další fáze vašeho života. Nutné změny napomohou procesu léčení, a ten se urychlí. Zažijete pocit obrovské úlevy, i když k tomu, aby léčení bylo dokončeno, potřebujete udělat ještě spoustu práce.

Jakmile Karen dosáhla tohoto stadia přijímání, věci se úplně změnily. Všechno viděla v kontextu uspokojování svých potřeb. Z jejího přijímání vzešel způsob, jak převzít řízení svého života víc do vlastních rukou tím, že se zaměří na své potřeby. Naučila se, jak požádat o to, co potřebuje:

„Tím, že jsem si řekla pravdu, pravdu o svých potřebách, jsem se propustila na svobodu. Jenom pravdu o potřebách, bez jakéhokoliv posuzování. A ejhle. Jak jsem o nich začala víc mluvit, začala jsem dostávat odpovědi. ”

U Bette to bylo obráceně. Její přijímání znamenalo spíše hluboké odevzdání se než řízení vlastního života - věc, která se jí předtím zdála být tak hrozná. Jak proces léčení postupoval, její bezmocnost, která byla symbolem slabosti ve starém kontextu, se stala symbolem síly v novém. Přestat se bránit a odevzdat se vyžaduje obrovskou víru a sílu. To, co považovala za pád do bezmocnosti a strádání, bylo vlastně odevzdáním se lásce a vyšší moci uvnitř i okolo ní. Stav přijímání přicházel postupně. První stadium bylo před operací:

„Cítila jsem hluboko uvnitř, že operace je pro mne velmi důležitá. Potřebovala jsem projít touto zkušeností především proto, abych se naučila pracovat s jinými zdravotníky, vlastně pracovat s jakýmikoliv jinými lidmi. Potřebovala jsem nebýt tak nezávislá. Potřebovala jsem změnit svůj názor, že všechno zvládnou sama. ”

Nežila však ve stavu přijímání trvale. Přicházelo to po malých dávkách. Řekla si třeba: „Ano, Bette, musíš podstoupit operaci. Potřebuješ projít touto zkušeností a musíš to udělat. ”

Jak to pokračovalo, popisuje takto: „Když jsem nastoupila do nemocnice, kolísala jsem téměř mezi všemi stadii. Znovu jsem procházela odmítáním i hněvem. Všechny v celé nemocnici jsem nesnášela, kromě jedné sestřičky. Zdálo se mi, že všichni jsou příliš zaneprázdnění. Díky Bohu za mé přátele, kteří mi byli oporou. Až potom přišlo přijetí vlastního stavu. ”

Pro Bette znamenalo stadium přijímání hlavně to, že se naučila požádat o pomoc a podporu své přátele a že dovolila sama sobě ji přijmout.

## **Šesté stadium léčení: znovuzrození - čas vynořování se nového světla**

Stadium přijímání vede ke znovuzrození. Je čas se s novou bytostí, kterou jste se stali, blíže seznámit. Budete velmi potěšeni z toho, co objevíte. V tomto období potřebujete hodně klidu. Chvilky strávené o samotě slouží pro poznávání toho, kdo vlastně jste. Musíte si tento čas dopřát. Možná si najdete nějaké tiché místo, nebo odjedete někam rybařit. Budete pro sebe potřebovat pár týdnů nebo i měsíců.

Po dobu zotavování se z nemoci zjistíte, že jste našli některé vám neznámé součásti vlastní osobnosti, které ve vás byly po dlouhou dobu hluboce pohřbeny. Nikdy předtím se nevynořily. Teď je zde velký prostor pro nově se objevující světlo. Dívejte se; sledujte tu krásu; vychutnávejte tu sladkou vůni, chuť a radost z toho nového, co jste v sobě odkryli. Objevíte v sobě nové vnitřní zdroje, ke kterým jste se předtím nedostali. Možná jste vždy cítili, že ve vás existují, ale teď začala energie proudit a ony vyvstaly na povrch. Může to být skutečné znovuzrození.

Všechno ve svém životě, minulost i přítomnost budete prožívat v novém kontextu. Nastane čas k přepsání vaší vlastní historie, vašich vlastních dějin. Je to chvíle pochopení toho, že chcete-li minulé události léčit, je potřeba k nim změnit vztah. Budete to umět. Dojde k tomu automaticky, protože změníte svůj vztah k životu. Změníte kontext, do kterého byl váš život zasazen. Právě toto znamená pravé léčení.

Pro Bette začalo znovuzrození pokorou:

„Jakmile jsem se stala dostatečně pokornou, abych dokázala požádat o pomoc, čím dál méně jsem vzdorovala a začala jsem přijímat nutnost spolupráce s mým manželem a přáteli a svou závislost na nich. Vzala jsem na vědomí skutečnost, že si všechno nemůžu dělat sama. Uprostřed lásky a péče, kterými jsem byla zahrnována, jsem se cítila dobře. Vnímala jsem, jak je to vřelé, příjemné a uklidňující.

Své vyléčení jsem připisovala doktorovi, který tak brilantně zvládl operaci, své schopnosti sebeuzdravování a svým přátelům ze spirituální komunity, kteří mi pomáhali.

Už se neobávám toho, že bych mohla být zase bezmocná. Předtím jsem byla jako loď bez kormidla. Proto jsem musela být silná. Cítila jsem, že potřebuji být izolovaná. Nedůvěřovala jsem vyššímu Bytí ani vyšší moci, že mohou zajistit to, co potřebuji. A tak jsem se snažila toho dosahovat svou vůlí.

Teď je pro mne hezké vědět, že mohu důvěřovat ostatním lidem a nemusím zůstat v izolaci. Cítím se mnohem bezpečněji, když důvěřuji sobě a ostatním.

Ukázalo se, že to, co jsem považovala za bezmocnost, byla vlastně potřeba odevzdat se vyšší moci - té ve mně i té nade mnou. Dnes vím, že univerzální síla zajistí pro mě všechno, co potřebuju. Jsem její součástí a ona je součástí mne. "

Když do tohoto stadia postoupila Karen, také musela zasadit starší prožitky a zkušenosti do nového rámce. V předcházejícím období smlouvání říkala, že si přeje obětovat svůj život pro cokoliv, co bude od ní „vyžadováno“, aby pomohla léčit planetu. Teď zjistila, že požadavek dát svůj život pocházel z jejího vlastního strachu. Bylo to, jako kdyby Bohu řekla: „Bože, zachraň mi život a pak se ho já vzdám, abych zachránila planetu. "

Uvědomila si svoji povinnost léčit nejdříve sebe a potom zemi. Jenom tak to funguje. Léčení začíná doma a potom se holograficky rozšiřuje na zbytek života na zemi. Když léčíme sebe, léčíme i planetu. Tyto závazky vyplývají z naší lásky. Karen cítila, že celá zkušenost z procesu léčení jí pomohla zaměřit se na to, co chce a potřebuje v životě udělat v příštím období:

„Závěr, který pro mne z operace vyplynul, byl ten, že jsem se stala v tomto směru odpovědnější. Vycházela jsem z toho, že chci zasvětit svůj život službě, ale už jsem to nepocítovala jako negativní formu smlouvání. Pro každého léčitele

je nejpodstatnější nalézt svůj jedinečný způsob léčení a tato moje zkušenost tomu byla velmi nápomocná. Prožívala jsem to jako velmi důležité stadium zjišťování, kdo vlastně jsem, a nalezení hlubší úrovně své osobní zodpovědnosti. "

## **Sedmé stadium léčení: vytvoření nového života**

Návrat ke zdraví zasáhne všechny oblasti života. Změny a příležitosti, po kterých jsme předtím toužily, které ale byly zablokované a jevily se jako nedosažitelné, se náhle otevrou. Sami k sobě začneme být mnohem čestnější a naše sebezpřijetí se rozšíří na mnohé oblasti, ve kterých jsme toho předtím nebyli schopni. Nalezneme v sobě mnohem více pokory, víry, pravdy a schopnosti milovat sebe sama. Tyto vnitřní změny automaticky vedou k vnějším změnám. Vycházejí z kreativní síly a holograficky obsáhnou celý náš život. Přijdou noví přátelé. Možná dojde ke změně profese nebo vašeho postoje k ní. Dokonce může dojít i ke změně bydliště. Po dokončení léčení bývají tyto změny velmi časté.

Život Bette se změnil velmi výrazně. V období práce na této knize uběhly od její operace dva roky. První rok věnovala mnoho času sebeuzdravování a orientovala se na nové postoje k životu. Velká část jejího strachu zmizela. V průběhu procesu léčení zjistila souvislost mezi svým iracionálním strachem, že přijde o hlavu, a minulým životem, ve kterém byla popravena gilotinou. Přirozeně neexistuje důkaz, že tomu tak bylo, ale to, že se tomu otevřela a prožila s tím spojené pocity, její strach uvolnilo. Během tohoto roku, ve kterém vše znovu uspořádávala, se začal naplňovat i její osobní život. Došlo ke sblížení s manželem a její sexuální život se stal aktivnějším. Ve zralém věku šedesáti sedmi let mi sdělila, že je dokonce lepší, než kdy vůbec byl ! Její manžel byl velmi šťastný.

Dva roky po operaci, v roce 1990 začala Bette se svojí léčitelkou praxí. Nejdříve měla jenom pár klientů, potom jich pomalu přibývalo. Volala jsem jí po operaci, abych se zeptala na změny, které byly vyvolané operací, a na její léčitelkou praxi. Řekla mi toto:

„Musela jsem tím projít, abych ten hrozný strach, že umřu, dokázala zvládnout. Všechno to souviselo s tím minulým životem, kdy mi gilotina setnula hlavu. Vyrovnala jsem se s tím a žiji. Nasbírala jsem sílu a zvládnou toho mnohem více. Když jsem byla připravena lidi léčit, začali si ke mně chodit pro pomoc. Zdi se prolomily. Jakmile jsem pomohla jednomu, přišli jeho další dva přátelé. Moje malování se dostalo trochu do pozadí - nemám čas. Změnil se charakter mých prací. Myslím, že malby jsou mnohem spirituálnější. Všechno má nový rozměr. Je to, jako kdyby se s tím, jak se vyčistil můj krk, vyčistila nějaká vrstva toho - jak jste to nazývala ? - aha, už vím, obalu okolo mého jádra. Nacházím se v úplně jiné dimenzi. Můj život je jiný, změnil se, všechno začalo zapadat na své místo. Myslím, že nejpodstatnější bylo, že jsem začala vědět, proč tady jsem - abych léčila sebe a ostatní a abych jim pomáhala být v pohodě. Předtím jsem vnímala spoustu různých omezení, ale teď se mi zdá, že je to pryč. Žádné hranice neexistují. Myslím, že teď je řada na mně, abych pomohla ostatním, aby to také tak cítili. "

Život Karen se změnil také, ale jiným způsobem. Spolu s manželem se rozhodli ukončit svou terapeutickou praxi ve Washingtonu a přestěhovat se do nějakého hornatého kraje v Coloradu. Věnovali mnoho času tomu, aby se náležitě rozloučili

s přáteli, které tady za těch patnáct let získali, potom dům prodali a přestěhovali se. Zimní měsíce strávili v Coloradu meditacími, čtením, prostě způsobem, jaký nebyli ve svém velmi zaneprázdněném životě na východě schopni docílit. Asi po roce začala Karen opět se svojí terapeutickou praxí.

(3/3)

## OSMÁ KAPITOLA

# SEDM ÚROVNÍ PROCESU LÉČENÍ

Když zkoumáme prožitky a zkušenosti Karen a Bette, kterými prošly přitom, jak postupovaly jednotlivými stadii procesu léčení, nalezneme dvě primární složky, které se pro jeho rozvinutí jeví jako klíčové. Lze říci, že k tomu, abychom z osobního procesu léčení měli co největší užitek, potřebujeme dvě věci.

První je přeformulování osobního procesu léčení na *osobní životní lekci*. V mnoha případech jsou zkušenosti s nemocí podbarveny názory pocházejícími z raného dětství, například že být „nemocný“ znamená, že člověku něco schází, že s ním není všechno v pořádku. Podstatné je rozlišit mezi starými negativními myšlenkami o nemoci a vnitřní zkušeností, kterou v průběhu nemoci získáváte. Nemoc, pokud ji primárně vnímáte jako proces učení, může mnohému prospět. Abychom nepodlehli starým návykům, je potřeba si stále připomínat nový náhled na věci, hledání toho, jak žít v novém systému hodnot.

Při procesu léčení se rozpomínáme na původní spojení se svým hlubším Já a vracíme se k němu. Rozpomínání znamená navrácení našich oddělených částí k celku. Je to podobné, jako když složíme menší kousky dohromady a dáme je na holografickou desku, abychom získali jasnější a ostřejší obraz.

Jak procházíme jednotlivými úrovněmi procesu léčení, jsme stále v pokušení upadnout do starých způsobů, starého posuzování, starého úzkého úhlu pohledu. Velkou část léčení tvoří práce na tom, abychom se na cestě do zvoleného nového rámce vnímání udrželi, navzdory tomu, že staré hlasy uvnitř nás hlasitě křičí, jak je to nebezpečné.

Ta druhá věc je absolutní čestnost k sobě v otázce osobních potřeb. Přiznat si, že tyto potřeby máme, že je to v pořádku, a být si jich vědomi, je velmi závažné. Musíme začít pátrat po tom, jaké naše potřeby doopravdy jsou. Většina z nás si jich není vědoma. Pro léčení je jejich nalezení a uspokojení na všech úrovních našeho bytí základním předpokladem, jelikož tyto neuspokojené potřeby jsou pravým důvodem naší nemoci. Jistě si vzpomínáte, že jsme v první kapitole mluvili o základní příčině všech onemocnění, kterou je zapomínání, kdo vlastně doopravdy jsme, a následné jednání v tomto duchu. Pokud své potřeby nenaplnujeme, potom nežijeme v souladu s tím, kdo doopravdy jsme. Součástí procesu léčení je tedy vysledování těch činů a jednání v minulosti, které by nám pomohly určit, které potřeby uspokojeny nebyly. Musíme si je přiznat bez ohledu na to, jak velmi nás to bude bolet, a nalézt nový

způsob, jak je naplnit. Kdekoliv a kdykoliv je vynořující se proces tvoření zastaven, skrývají se za tím neuspokojené potřeby a bolest. Otevření dveří do těchto vnitřních psychických prostor tam vpustí životní energii. Podstatou procesu léčení je naplnění prvotního pozitivního tvůrčího záměru, které vychází z jádra našeho Bytí. Clona okolo něj se rozpustí a my začneme žít v pravdě. Naplnění našich okamžitých potřeb povede holograficky k naplnění všech potřeb minulých a nakonec k naší základní potřebě - kreativnímu vyjádření našeho středu Bytí.

Podívejme se nyní na tento proces z praktického hlediska - prostřednictvím jednotlivých úrovní lidského energetického pole a našich potřeb, které s nimi korespondují. Postupně jsem došla k závěru, že každá z pacientových potřeb je spojena s určitou úrovní lidského energetického pole. Jak bylo zmíněno v druhé kapitole, lidské energetické pole s fyzickou, emocionální, mentální a spirituální úrovní bytí přímo souvisí a vyjadřuje je. Jednotlivé úrovně pole jsou sdružené s úrovněmi životních prožitků a zkušeností. V tabulce 8-1 jsou shrnuty potřeby na každé úrovni.

Jistě si vzpomínáte, že s první úrovní pole je spojeno fungování fyzického těla a tělesných pocitů. Naší potřebou na první úrovni je radovat se ze zdravého těla a užívat si všech krásných tělesných pocitů, se kterými je to spojeno. Ke druhé úrovni náleží emocionální vztah k sobě. Na druhé úrovni lidského energetického pole je naší potřebou láska k sobě a sebezpřijetí. Třetí úroveň je spojena s mentální aktivitou a s jasností. Na této úrovni potřebujeme mít jasnou, aktivní a správně fungující mysl. Ke čtvrté je přiřazen náš emocionální život, naše „Já-ty“ vztahy. Naší potřebou na čtvrté úrovni je milovat a být milován ostatními, a to v různých formách vztahů, např. přáteli, rodinou, kolegy a partnery.

Čtvrtá úroveň spojená s lidským srdcem a láskou je považována za most mezi světem fyzickým, vyjádřeným v prvních třech úrovních, a naším spirituálním světem, vyjádřeným ve třech dalších vyšších úrovních.

Pátá vrstva je přidružena k síle slova v tvůrčím procesu. Slouží jako předloha pro všechny formy na fyzické úrovni. Je to úroveň, na které slovo vede k vytvoření formy ve fyzickém světě. Jestliže mluvíte pravdu, vytváříte ve svém životě pravdu a jas. Pokud pravdivě nemluvíte, vytváříte v něm poruchy a deformace. Takže naší potřebou na páté úrovni pole je mluvit a žít v pravdě.

Šestá úroveň patří spirituálním pocitům. Pocit extáze můžete zažít při náboženském obřadu, nebo když nasloucháte inspirativní hudbě, ale také když se díváte na krásný západ slunce, sedíte někde na kopci a meditujete či hledíte do očí tomu, koho milujete. Naše potřeba na šesté úrovni je spirituální nasycení prostřednictvím spirituálního prožitku.

Sedmá úroveň je spojená s Boží myslí. Když pozvednete své vědomí, které je jasné, silné a zdravé, na tuto úroveň, potom nacházíte ve všem, co je kolem vás, božskou dokonalost. Rozumíte tomu, jak do sebe zapadají všechny kousky skládačky vašeho života. Prožíváte jas a čistotu.

Je to úroveň, ve které jsou držena naše přesvědčení, z nichž některá jsou s Božím zákonem v souladu a jiná zdeformovaná. Zdrojem všech našich problémů jsou právě zdeformovaná negativní přesvědčení a představy. Jsou příčinou onemocnění, které se v našem životě může projevit na kterékoliv úrovni - fyzické, emocionální, mentální nebo spirituální.

Naše potřeba na sedmé úrovni pole je poznat jas a klid, které pocházejí z porozumění dokonalému vzorci/modelu života na zemi. Přinášejí ho pozitivní přesvědčení založená na pravdě.

Osvětlíme si to na procesu léčení Karen. Je zřejmé, že pokud dojde k naplnění dvou základních složek a pacient projde procesem léčení tak, že čestně nalezne své potřeby a udrží si přesvědčení, že tato zkušenost je určitá životní lekce nebo dokonce životní dobrodružství- potom se léčení stane osobním transformačním procesem a později osobním transcendentálním procesem. Při procesu transformace zkoumáme své vlastní myšlenky a city, abychom sebezpozorováním zjistili, jak fungujeme v podvědomí.

Být k sobě úzkostlivě čestný je někdy velmi těžké. Dívat se na své nedostatky a vady, hledat, co se skrývá pod nimi, a potom se rozhodnout ke změně, to vyžaduje hodně tvrdé práce. Odměna však za to stojí. Zdeformovaná negativní síla se naším přičiněním změní na pozitivní. Transformační proces nám přináší dar našeho prvotního, pravdivého, čistého a milujícího Já.

Poté, co proběhne část transformačního procesu, uvolněná prvotní tvůrčí energie nás automaticky pozvedne k nadmyslovému prožitku. Oba procesy, transformační a transcendentální, využíváme pro léčení. Když léčíme svá těla a transformujeme své životy, dochází tím k přesahování do vyšší spirituální zkušenosti a my se učíme včleňovat spirituální hodnoty do praktických aspektů života - „spiritualizujeme“ hmotu. Do fyzických aspektů života přinášíme svou duši.

Sebeuzdravování na prvních čtyřech úrovních znamená změnit svůj každodenní život v každé z oblastí, které reprezentují. Vyžaduje to, jak jsme již vysvětlili, projít osobním transformačním procesem. Na první úrovni aurického pole potřebujeme změnit oblast péče o sebe; na druhé úrovni způsob, jakým sebe sama milujeme. Vnést jasno do svých životních situací tak, abychom jim lépe porozuměly -to nám přinese transformační proces na třetí úrovni našeho aurického pole; jak mít dobré vztahy s ostatními, je úlohou tohoto procesu na úrovni čtvrté.

K sebeuzdravování na vyšších třech úrovních je nutný osobní proces *transcendence*. Pohyb transcendování míří vzhůru k vyšším hodnotám a přinést je do svého života je aktem odvahy a víry. U Karen i Bette to v obou případech znamenalo přestat se bránit pravdě a učinit rozhodnutí žít v souladu s poznaným tak, aby jim to pomohlo dostat se z pozice odmítání. Každá z nich musela opustit postoj, který lze vyjádřit těmito slovy: „Musí to jít podle mě. Já sama to udělám.“ Každá z nich se chránila před určitou životní zkušeností, kterou prožít potřebovala, ale které se chtěla vyvarovat. Musely se postavit tváří v tvář něčemu, co po dlouhou dobu ze strachu odmítaly udělat. Vyzvání jejich vyšší vnitřní síly dalo impuls k tomu, aby se vzdaly potřeby osobně řídit svou situaci a důvěřovaly hlubším cyklům životních změn, kterými každý prochází. Jakmile došlo k odevzdání se, separace od vnitřního vyššího „Já jsem“, které patří zdroji života jako takovému, skončila. Začalo uzdravování.

Když se dostanete do tří vyšších vrstev aurického pole, proces vaší transformace se změní na transcendenci automaticky. To znamená, že se budete spíše zabývat těmi úrovněmi vašeho bytí, které jsou spirituální podstaty, než materiální podstatou každodenního života. V transcendentálním procesu začnete poznávat ty své části, kterým jste předtím nevěnovali dostatek pozornosti, nebo se vám nezdály důležité. Objevíte zde úplně nový svět. Zjistíte, že jste mnohem větší, než jste si mysleli. Začnete prožívat univerzální hologram.



**LIDSKÉ POTŘEBY NA JEDNOTLIVÝCH ÚROVNÍCH AURICKÉHO POLE****1. Fyzická pohoda, radost a zdraví**

Potřebujeme mít mnoho krásných a příjemných fyzických vjemů.

**2. Sebe přijetí a sebeláska**

Potřebujeme sebe sama přijímat láskyplným pozitivním způsobem.

**3. Jasně lineární a racionální pochopení situace**

Potřebujeme jasný rozum, který je v harmonii s naší intuitivní myslí.

**4. Pozitivní interakce s přáteli a rodinou**

Potřebujeme dávat i dostávat lásku v mnoha typech vztahů - s partnery, dětmi, přáteli a kolegy.

**5. Sladění se s Boží vůlí ve svém nitru, závazek říkat a následovat svou pravdu**

Potřebujeme najít svou vlastní osobní pravdu.

**6. Boží láska a spirituální extáze**

Potřebujeme vlastní osobní prožitek spirituality a bezpodmínečné lásky.

**7. Spojení s Boží myslí a pochopení vyššího univerzálního vzorce/modelu**

Potřebujeme prožít jasnost a klid a naši dokonalost v nedokonalosti.

Tento proces se automaticky rozvíjí v každé lidské bytosti. Je individuální - u každého probíhá jinak. Radujte se z toho svého.

Další „mapa na cestu“ pro proces léčení vám ujasní, jak každá vaše potřeba souvisí s jednotlivými úrovněmi pole. Jak postupujeme přes jednotlivé úrovně lidské zkušenosti přidružené k úrovním aury, poznáváme své přirozené potřeby na každé z nich.

**Transformace vašeho zdraví a života**

Klíčovým momentem transformačního procesu je získání jasného a silného pozitivního záměru. Je to první krok pro převzetí osobní zodpovědnosti za sebeuzdravování. Spojte se s Boží vůlí ve svém nitru, abyste svou pravdu našli, vyslovili a mohli následovat. Vyhradte si zvláštní místo, kde budete moct o samotě na toto téma meditovat tak dlouho, jak budete potřebovat. Poslouchejte své srdce. Bude to začátek změny vašeho života. Odevzdejte se procesu svého léčení. Když se tak stane, sladí se nižší úrovně energetického pole, které jsou spojeny s fyzickým životem s vyššími spirituálními úrovněmi. Zaktivujete princip „Jak nahoře, tak dole“. Jakmile k tomu dojde, můžete začít pracovat na nižších úrovních.

Nezbytné je se neobrátit v tomto období hledání svých potřeb k medicíně zády a nezůstat jenom u léčení vkládáním rukou. Musíte pro sebe vybrat to nejlepší. Přestaňte odsuzovat jiné způsoby léčení. Zkušenosti Karen a Bette to názorně ilustrují. Obě potřebovaly chirurgický zákrok. Hodnocení mívá silně negativní dopad a může léčení zastavit. Carlos Castaneda, který cituje Dona Juana, říká: „Nechte své

srdce, ať vybere cestu." Z příkladu Bette a Karen jasně vyplývá, že *sebeuposuzování odstaví srdce na vedlejší kolej. Jakmile začnete svoji volbu posuzovat, vyřadíte své srdce*. Pochopení svých potřeb a jejich naplnění a láska k sobě sebeuposuzování odstraní a umožní vašemu srdci, aby vás vedlo. Ano, jste lidská bytost a máte mnoho úrovní potřeb. Ale jestliže budou vaše potřeby naplňovány, nebude tak lehké ponořit se do negativních očekávání v tom, jak by určitá zkušenost, jako například setkání s tchyní, nebo určitý typ léčení či operace, mohla dopadnout. Jste to pouze vy se svými negativními očekáváními, kdo do situace vstoupí takovým způsobem, že si vytvoří trauma. Takže když léčíte své onemocnění, léčíte ve skutečnosti na prvním místě svou negativní představu a negativní systém přesvědčení, které jsou jeho příčinou.

Když už se Karen rozhodla naplnit své potřeby, učinila tento objev:

*„Začala jsem si uvědomovat, že mám potřeby na každé úrovni. A když jsem se rozhodla jít na operaci, ujasnilo se mi, že je musím naplňovat všechny. Jednala jsem podle toho. Na první úrovni byly určité věci, které bylo potřeba udělat, abych mohla na operaci jít a co nejrychleji se z toho dostat.*

Myslím, že kdyby lidé věděli, že k naplnění jejich potřeb může dojít tím, že jdou na operaci, nebojovali by tolik. Obzvláště osoby zabývající se duchovními věcmi, které o léčení něco vědí. Někdy lidé uvažují: Je to se mnou špatné, musím na operaci. ' Ale z mého pohledu tomu tak vůbec není. Pomohlo mi to poznat své potřeby. Čím lépe si lidé dokážou své potřeby uvědomit, tím více je mohou naplnit.

Tyto potřeby jsou mnohem různější, než jsem si myslela. Kreativita je v tom, jakým způsobem je budete uspokojovat. Věříte-li, že vyřešeny být mohou, můžete mít potřeb milion a je pro vás hračkou je naplnit. Není to žádný problém. "

## Vaše potřeby na první úrovni aurického pole

*Potřeby první úrovně aurického pole jsou jednoduše potřeby fyzické. Věnujte pozornost svému prostředí a volte pro každou činnost vhodný čas a místo tak, abyste se mohli neustále věnovat svému vnitřnímu transformačnímu procesu. Toto zaměření se na osobní prožitek léčení je významnější, než staré definice nemoci.*

Jestliže máte navštívit lékaře kvůli vyšetření či testům, najděte si pro to ten nejvhodnější způsob. Podporujte svůj vnitřní zdroj života a pečujte o něj. Při představování se snažte vyjádřit svou osobnost. Nechte všechno probíhat nenásilným, jemným způsobem. Pokud nemusíte jít na testy nalačno, najezte se, aby vám neklesla hladina cukru v krvi. Vyberte si oblečení, které sděluje, kdo jste. Pokud je to možné, zvolte hodinu, která je pro vás nejlepší. Když se máte dozvědět výsledky testů, které by mohly být závažné, požádejte někoho blízkého, aby šel s vámi a byl vám oporou. Vyberte si nejlepší lékaře a zdravotníky, nejlepší kliniky a laboratoře. Máte mnoho možností o všem rozhodovat. Využijte je. Je to důležité.

Hlavní potřebou na první úrovni je cítit se pohodlně a příjemně. *Obklopte se věcmi, které vám pomůžou vidět věci z nového holografického hlediska, zvláště v případě, že nemáte kolem sebe ostatní a mohli byste na to pozapomenout.* Jestliže jste v nemocnici, vezměte si s sebou knihy, které máte rádi a které vám připomínají vaši větší realitu. Když začnete podléhat obavám, otevřete některou a jenom si přečtete

něco o strachu. *Emmanuelova kniha* autorky Pat Radegast je velmi vhodnou četbou. Své oblíbené krystaly nebo kazety s hudbou mějte také při ruce, aby vám v případě, že začnete na svou realitu zapomínat, mohly připomenout, kdo doopravdy jste a co se ve skutečnosti děje. Bude vám to pomáhat uchovat si hlubší vhled. Pokud víte, která hudba vás dostává do stavu alternativního vědomí, naslouchejte jí. Konečně máte čas jenom ležet a naslouchat hudbě, kterou máte rádi. Zavede vás na překrásná místa. Kdybyste v nemocnici dostali léky pro uklidnění, které vás rovněž přivedou do stavu alternativního vědomí, vezměte si je, abyste se jejich pomocí mohli uvolnit.

Poté, co Karen její přítel připomenul, že má možnost volby, rozhodla se pro jednolůžkový pokoj a dostala ho. Přinesla si tam své krystaly a oblíbené kazety s hudbou. Jelikož neměla speciální dietu, manžel jí začal přinášet jídlo - to, které měla ráda. Karen to popsala takto: „Každý ví, že strava v nemocnici je opravdu hrozná. Myslím, že bych byla bývala onemocněla už jenom z ní, pokud bych ji jedla. Ron mi nosil jídlo z obchodu a restaurace se zdravou výživou. Nevím, jak bych to byla jinak zvládla. Moje důležitá fyzická potřeba se naplnila, protože jsem o ní věděla a uměla o ni požádat. ”

Když léčení v nemocnici skončí, můžete se, pokud jste se předtím léčili vkládáním rukou nebo jste byli v terapeutickém procesu, k těmto méně agresivním metodám vrátit. Je to dobrý způsob, jak aurické pole vyčistit a zbavit odpadu zanechaného léky a psychickým traumatem, protože tento odpad by proces vašeho léčení zpomaloval. U řady lidí k tomu dojde až po mnoha létech. Ať se to stane v kterémkoliv období, je to prospěšné.

U Karen k tomu došlo poměrně neočekávaně:

„Jakmile jsem se vrátila z nemocnice, přestala jsem brát Demerol. Snižovala jsem postupně dávky, až jsem lék nakonec vysadila. Příští den mi bylo hrozně. Ron mi pomáhal s dýcháním a já se vrátila do stavu, v jakém jsem byla před operací. Když jsem chytila dech, začala jsem křičet a měla ten hrozný pocit, že nechci vidět, co přijde, uvědomila jsem si, že jsem si znovu oživila operaci. Cítila jsem se příšerně a to jak fyzicky tak i psychicky. Mé tělo to znovu prožívalo. Velmi mě to překvapilo. Léčení potom pokračovalo mnohem rychleji. Určitě by tomu tak nebylo, kdyby bolest zažitá při operaci byla stále ještě ve mně, v mých buňkách. ”

Pamatujte si, že kdyby vás to postihlo je dobré mít někoho, kdo vám pomůže tento stav překonat. Budete v pořádku, jedná se jenom o to, tím projít. Hodně vám to pomůže.

*Zde jsou některé otázky, na které je dobré se sám sebe zeptat:*

Jaký druh prostředí mi pro proces léčení bude nejvíc vyhovovat? Cítím se ve své ložnici dobře? Mám tam dostatek slunečního světla a pokojových květin? Poslouchám svou oblíbenou hudbu? Mám obrázky nebo fotografie připomínající mi věci, které si chci připomínat? Které další předměty by mi mohly pomoci připomenout pozitivní aspekty mého života? (Možná nějaké šperky, krystaly nebo jiné oblíbené předměty.) Na co se mohu dívat a čeho dotýkat? Která vůně je mi příjemná a pomáhá, abych se cítil lépe? Která jídla z mé diety mi chutnají a přinášejí radost?

## Vaše potřeby na druhé úrovni aurického pole

Potřeby, které jsou na druhé úrovni, se týkají sebezřetiví a lásky k sobě. To, že se nemáme rádi, naše sebeodmítání či dokonce v mnoha případech sebenenávist jsou velkou bolestí naší civilizace. Těmto špatným návykům se musíme postavit přímo tváří v tvář. Jaké jsou vaše potřeby v oblasti přijímání a milování sebe sama? Udělejte si seznam způsobů, kterými v určitém dnu sami sebe odmítáte. Začněte je jeden po druhém eliminovat. Snažte se vědomým úsilím nahradit sebeodmítání pozitivními pocity. Napište si nějaké afirmace zachycující vaše kladné pocity k sobě a několikrát za den s nimi pracujte. Můžete je dokonce někde umístit, na lednici nebo zrcadlo v koupelně, a často si je číst.

### *Dobré afirmace jsou například:*

Miluji sebe sama. Miluji se ve své nedokonalosti. Jsem silná tvořivá bytost se spoustou lásky. Miluji svou ženu/svého muže, děti, rodinu, zvířata. Přijímám život, který jsem pro sebe vytvořila, a mohu změnit ty jeho části, které se mi nelíbí.

Ty, s kterými nesouhlasím, mohu i nadále milovat bez toho, abych zrazovala sebe sama tím, že se donutím k souhlasu s nimi, nebo souhlas předstírám.

Jsem krásná, zářící bytost světla.

Jsem plný/plná lásky.

Vím, kdo jsem.

Tyto malé připomínky toho, kdo doopravdy jste, vám pomohou budovat pozitivní postoj k sobě.

Karen na vyčištění negativních postojů k sobě pracovala a to jí hodně pomohlo:

„Myslím, že operace mi pomohla naučit se své tělo milovat. Donutila mne vnímat svou tělesnou schránku novým způsobem. Něco jsem si uvědomila. Myslím, že hodně bolesti, kterou lidé při operaci prožívají, vzniká z toho, že jsou od svého těla odděleni. Pokoušejí se toho dění neúčastnit, operaci ignorovat a potom čekat, až se tělo zotaví, místo aby byli s ním, jak jen můžou: dávali mu najevo svou lásku, mluvili s ním o tom, co se bude dít.“

### *Některé dobré otázky, na které možná potřebujete znát odpověď:*

Které části svého těla nemám ráda? Proč? Jakým způsobem je odmítám?

Nenávidím\_\_\_\_\_, protože je\_\_\_\_\_.

Jak mne tyto tělesné partie na mé sebeodmítání upozorňují?

Nenávidím své\_\_\_\_\_protože mi připomínají mé\_\_\_\_\_.

Jak se projevuje mé sebeodmítání?

## Vaše potřeby na třetí úrovni aurického pole

Vaše potřeby na třetí úrovni se vážou na jasný, lineární a racionální způsob pochopení určité situace. To znamená získání všech informací o jakémkoliv onemocnění, kterým procházíte, a neomezování se pouze na jeden způsob náhledu na věc.

První věc, kterou potřebujete udělat, je nalézt a vyčistit negativní posuzování sebe sama a svého onemocnění, které blokuje vaše léčení. U negativního posuzování se na rozdíl od sebeodmítání jedná o rozumové závěry, založené na negativním způsobu vnímání sebe sama. Negativní posuzování, kterých v sobě také nosíme velké množství, vyvolávají zpětně vytváření dalších negativních pocitů o sobě. Ty nás potom utvrzují v tom, že naše negativní soudy byly správné. Většina z nás to používá v daleko větší míře, než si uvědomujeme. Zkuste se na to někdy zaměřit, budete překvapeni rozsahem a množstvím vnitřních rodičovských hlasů, které v sobě nosíme. Existují dvě možnosti, jak se s negativním posuzováním vyrovnat. První - vyslovit je nahlas buď před sebou, nebo před svými přáteli. Zjistíte, že vaše závěry jsou značně přehnané ve všech směrech. Ať se jedná o jakýkoliv problém, vždy jste horší, než kdokoli jiný a to neodvolatelně a navždy. Zde jsou příklady:

Zasloužíte si, že jste nemocný, protože jste\_\_\_\_\_.

Důvodem vaší nemoci je, že vy vždy\_\_\_\_\_.

Teď, když jste nemocný, každý ví, že jste\_\_\_\_\_.

Pokaždé, když něco zkoušíte dělat, tak to zkažete, jste prostě naprostý idiot.

Nikdy se z vás nemůže stát dobrý\_\_\_\_\_, tak na to celé zapomeňte.

Vykašlete se na to, vzdejte to a ustupte tomu druhému z cesty.

Při\_\_\_\_\_jste pro každého jen trápením, tak držte pusu.

Jakmile to vyslovíte nahlas, zvláště před dobrým přítelem, uvidíte sami, jak směšně to zní. Váš přítel zná pravdu a pomůže vám to uvést na pravou míru. Je poučné si poslechnout, jak hloupě znějí některé naše soudy o sobě pronesené nahlas.

Druhý způsob, jak se s tím vyrovnat, je v tom, že necháte své negativní postoje, aby se co nejrychleji obrátily na pozitivní a to bez sebeposuzování. Například když si o sobě řeknete „Jsem já to ale kus idiota“, nahradte to okamžitě pozitivním prohlášením typu „Jsem skvělý“ nebo „Perfektně rozumím \_\_\_\_\_“. Třeba se přistihnete při myšlence „Nikdy to se mnou už nebude lepší“. Zkuste to nahradit takto „Každým dnem je mi lépe“ nebo „Moje tělo má schopnost se vyléčit“.

Vyberte si sami, co je pro vás vhodnější - podle situace a okamžiku, ve kterém se negativní sebeposuzování vynoří. Vyčištění těchto negativních soudů o sobě vám pomůže najít víc cest k vlastnímu léčení, protože budete schopni si položit další otázky. Sebeposuzování vám v tom brání, protože pro odpovědi dodáváte špatné informace. Pokud ho odstraníte, uvolní se prostor pro správné odpovědi. To vás posune k dalšímu kroku - hledání správné formy léčení.

Zjistěte si, které způsoby léčení jsou pro vás vhodné, abyste si z nich mohli vybrat. Pátrejte, jak léčení bude probíhat a jaké jsou jeho vedlejší účinky.

Karen věděla přesně, co se s ní bude dít při operaci. Velmi jí to pomohlo:

„Připravila jsem si hodně dotazů, na které jsem chtěla znát odpověď, a mí přátelé mi pomohli s dalšími. Moje lékařka mi odpověděla úplně na všechny. Řekla mi přesně, jak to bude probíhat. Jak mne vyšetří, oholí, podají mi léky a přivezou mne na operační sál. Řekla mi dokonce, jak se budu cítit, když dostanu anestezii a když se z ní budu probouzet.

Bylo to pro mne důležité, protože jsem o nemocnicích měla velmi špatnou představu. Pripadalo mi, že mne budou vidět jako „kus masa“ na léčení, a bála jsem se, co by se mi mohlo stát. Jakmile bych takto uvažovala dál, bylo by velmi lehké sklouznout k tomu, že nemoc je trestem za to, že jsem odmítla ženu v sobě, a proto mi bude muset být odňata děloha. Protože jsem se snažila, aby všechny mé potřeby byly uspokojeny, nedošlo k tomu. Operace byla spíše jako symbol, a i když jsem přišla o dělohu, jednalo se o návrat k ženství, ve smyslu navrácení ztracené části k celku. Prošla jsem samozřejmě chvílemi zármutku nad ztrátou dělohy. Ale nebylo to tak hrozné, neměla jsem pocit, že mně to nějak stahuje dolů, nebo mi to v něčem brání.

*Některé otázky, na které je dobré se sám sebe zeptat:*

Jaké jsou moje negativní myšlenky o tom, co by se mohlo stát ?

Jak mohu zjistit, co se bude - krok za krokem - dít ?

Co, jestli vůbec něco, mohu na tom změnit ?

Mám nějakou možnost zvolit alternativní způsob léčení a jaký ?

Co potřebuju opustit a co oplakat ?

Jaký je možný hlubší význam toho všeho ?

## **Vaše potřeby na čtvrté úrovni aurického pole**

*Potřeba mít láskyplné vztahy s přáteli a rodinou je základní potřebou této úrovně. Čtvrtá úroveň aurického pole je často nazývána mostem mezi spirituálním a materiálním světem. Potřebujete podporu svých přátel. Zavolejte jim. Řekněte jim o svých potřebách. Dejte podnět k vytvoření jakéhosi „podpůrného systému“, tak, aby bylo o vás dobře postaráno. Nebo o to požádejte své přátele. Jestliže jste mimo domov a můžete se dostat k telefonu, využijte toho a pravidelně mluvíte se svými blízkými nebo je poproste, aby vám volali oni. Když by to ovšem váš okamžitý stav nedovoloval - jste příliš zesláblí - můžete tyto hovory omezit. Stejně je tomu i s návštěvami přátel. Vyberte z nich ty, kteří jsou podporou pro váš proces léčení. Neostýchejte se stanovit hranice. Umět říci v pravý čas ne lidem, kteří procesu vašeho léčení nenapomáhají, je pro vás životně důležité.*

Vaši přátelé a lidé z vaší rodiny mohou být vzniklou situací vyvedeni z míry a citově rozrušeni, nebo nemusí souhlasit s tím, jak o sebe pečujete. Musíte se utvrdit v tom, že si dokážete udržet lásku k sobě a milovat i svou rodinu, aniž byste sami sebe zrazovali. Uvědomte si, že za jejich rozrušení nenesete odpovědnost. Nenesete ji ani za jejich bolest, ani za to, že je vzniklá situace hluboce ranila. Jejich strach ohledně

vaší nemoci pravděpodobně není zakotven v realitě. Strach a obavy jsou obvykle podvědomé a jsou zmiňované v rozhovorech nepřímo - mezi řádky. Sledujte, jak se cítíte poté, co vás někdo navštíví či zavolá. Pokud se cítíte lépe, zůstaňte s ním v kontaktu i nadále. Pokud se cítíte hůř, počkejte s kontakty na příhodnější chvíli. Řekněte jednoduše ne. (Podrobněji se o tom dočtete ve třinácté kapitole, která přináší informace o rozpouštění negativních kontraktů mezi přáteli.)

Přátelé vám mohou poskytnout i další věci. Jestliže jste v nemocnici a máte potíže s nemocniční stravou, mohou vám přinést zdravou stravu. Mohou vám také dát nějaké předměty - knihy, posvátné předměty, oblečení -, které budete potřebovat, aby vám připomínaly, kdo jste. Potřebujete, aby se vás přátelé dotýkali. Požádejte je o to, jestliže se sami ostýchají.

Karen se dostalo od přátel hodně podpory. Řekla o tom:

„Děkovala jsem Bohu, že všichni známí a přátelé, kteří mne přišli navštívit se zabývají na určité úrovni léčitelství, takže opravdu věděli, co mi dát. První den si sedli a meditovali se mnou. Přišla Pam a Sheila a meditovali jsme. Ron byl vždy přítomen. Pam mi přinesla homeopatický přípravek. Každý, kdo přišel, intuitivně vycítil, co potřebuji. Nikdo z nich se mnou nejednal jako s někým, kdo je v nezáviděníhodné pozici. Vytušili, kde se právě v ten moment nacházím, a tak se z toho stala chvíle léčení. Tak tomu bylo po celý zbytek týdne. ”

*Některé otázky, na které je dobré se sám sebe zeptat:*

S kým se cítím příjemně a pohodově ?

Od koho si přeji, aby se mi dostalo pomoci a jak ?

Z koho nemám dobrý pocit ?

Jakým způsobem mu dokážu říci ne ?

## **Využití transcendence pro léčení tří nejvyšších úrovní aurického pole**

### **Vaše potřeby na páté úrovni aurického pole**

Primární potřebou na páté úrovni je sladit se s Boží vůlí uvnitř sebe, být své pravdě oddán a následovat ji. Pátá úroveň je předlohou, prostřednictvím které vznikají všechny fyzické formy. Je podobná negativu fotografie. Moc slova na této úrovni je velká a nese síly tvoření. Pátá úroveň pole je spojena s tím, jak pevně na tom, co víte, trváte - je to úroveň vůle. Znamená, jak už bylo zmíněno, sladění se s Boží vůlí ve vašem nitru a její následování. Také se týká toho, jak svou pravdu dokážete vyslovit a žít podle ní a souvisí s přijímáním a dáváním. K této úrovni patří i užívání zvuků pro vytvoření formy.

Karen popsala svou zkušenost s pátou úrovní takto:

„Pravdy, o kterých jsem začala mluvit před operací, byly o všech mých potřebách. Vyslovila jsem jich víc, než za celý svůj předcházející život.

Řeknu vám jednu věc, která mne teď napadla. Mám pocit, že je spojitost mezi mou zablokovanou druhou čakrou a dělohou, vaječníky a mým zpěvem. Zpívání je teď pro mě vyjádřením jádra Bytí. Zdá se mi, že zvuk vychází přímo z dolní části pánve. Nikdy předtím tomu tak nebylo. Musela jsem projít celým procesem léčení, abych byla schopna takto zpívat. "

Začněte mluvit o svých potřebách a o své nejhlubší pravdě. Teď je k tomu ten nejvhodnější čas. Může se stát, že s tím, co lidé kolem vás říkají, nebudete souhlasit. Trvejte na svém. Pozitivním, láskyplným způsobem jim sdělte svůj názor a žijte dál podle sebe, i kdyby s tím vaši přátelé či příbuzní nesouhlasili.

Přijdou chvíle, obzvláště když jste v nemocnici, že kolem vás nebude nikdo než zdravotní personál, který nemusí nic vědět o realitě, ve které žijete vy. V takových případech použijte své „pomocníky“ -oblíbené předměty, které vám pozitivním způsobem pomůžou setrvat v pravdě. Nenechávejte prostor pro ty, kteří vám chtějí sdělovat své negativní názory na vaši realitu. Pokud naléhají, vysvětlete, že jim budete naslouchat později, až se budete cítit lépe, ne však teď. Nedovolte, aby své pocity úzkosti a viny přenesli na vás. Za jejich vnitřní neklid a starost nejste zodpovědní. Všechno uvedené přispěje k tomu, abyste příliš neupadli do negativních pocitů strachu týkajících se vaší nemoci.

Jakmile se pocity strachu a pochybností dostaví, zkuste některý z těchto čtyř způsobů, které vám pomohou to zvládnout:

1. Svěřte se s nimi vhodným lidem, aby tak došlo k jejich transformaci.
2. Nahradte je pozitivním prohlášením.
3. Nalezněte místo napětí ve svém těle, kde se strach usadil, a vysílejte tam růžové světlo bezpodmínečné lásky.
4. Modlete se o pomoc a o to, abyste se přestali vzniklé situaci bránit. Poproste Boha, aby vám dal sílu. Nechte to na něm. Pomoc vždy přijde za patnáct až třicet minut. Strach nahradí nějaký jiný pocit. Co se změní, je stav vašeho vědomí, ne vždycky to znamená zároveň změnu *vnější situace*.

Všechno výše zmíněné je o vyslovování vlastní pravdy. Jestliže máte pochybnosti, jsou pravdou o tom, co v daném okamžiku cítíte. Pocity jsou pouze pocity. Pominou. Tím, že o své pravdě promluvíte s někým, kdo je schopen vás pochopit, naplníte svou potřebu na čtvrté úrovni. Vyjádřit své pocity tím, že o nich rozmlouváte s někým, kdo vám rozumí, je nesmírně důležité. Ale nedělejte to, když pro to není vhodná situace - nesdílejte je s lidmi, které trápí stejné pochybnosti jako vás a kteří jenom přispějí k tomu, aby se ve vás udržely. Jestliže se tak stane, vaše pochybnosti naopak vzrostou, protože tento druh lidí vám řekne, že jsou pravdou, že pravá je ta jejich cesta a že by bylo lepší, kdybyste udělali, co vám radí. Nalezněte uši, které umí naslouchat, a oči, které vidí dál, a dostane se vám podpory, kterou potřebujete.

**Některé otázky, na které je dobré se sám sebe zeptat:** Co potřebuji vyslovit? Co potřebuji říci blízkým přátelům, kteří možná se mnou nebudou souhlasit? O čem jsem mlčela po mnoho let? Proč jsem nedokázala říci, v co věřím?



## Vaše potřeby na šesté úrovni aurického pole

*Šestá úroveň je úrovní Božské lásky a spirituální extáze.* Do šesté úrovně stoupáte automaticky tím, že říkáte pravdu o svých potřebách, kdykoliv se objeví, a naplňujete je. V této úrovni máme co do činění spíše s pocity, než s mentálním pochopením. Občas se dostanete do stavů extáze. Objeví se a zase ztratí. Mění se každým dnem, jelikož i vy se neustále měníte. Hudba nebo fotografie, které vám připomínají to nejdražší v životě, vám mohou pomoci se do tohoto nádherného stavu povznést. K vyjádření spirituální extáze slova nestačí. Každý svůj prožitek líčí jinak, ale slova ho zdaleka nevystihují. „Žít ve světle“, „vznášet se v Boží náručí“, „být s Bohem“ nebo „být milován“ - to jsou některé popisy stavu spirituální extáze. Jaká slova naleznete pro tuto zkušenost vy ?

Z této úrovně prožíváme bezpodmínečnou lásku. Karen se s námi podělila o své pocity na této úrovni:

*„Pro mne to znamenalo nejhlubší možný přístup k mé Božské podstatě, kterou jsem se nechala vést. Dlouhou dobu jsem pocítovala smysl svého životního úkolu: Hluboce milovat, přijímat a vyjít v životě ze svého ženství a sladit s ním mužskou část své bytosti. Mužská část mého Já nebyla předtím v rovnováze, byla silnější a trochu se vymykala kontrole.*

V posledních dvou týdnech jsme se museli rozloučit s více než osmdesáti přáteli, které jsme opravdu měli rádi, protože se stěhujeme do Colorada. Přestože to někdy bylo velmi těžké, byla jsem schopna zůstat se srdcem otevřeným a být s nimi. Víte, zdálo se mi, jako kdyby to byla jakási vyšší úroveň pocitů. "

*Některé otázky, na které je dobré se sám sebe zeptat:*

Co je podstatou mých spirituálních potřeb ?

Nechávám si dostatek času, aby mé spirituální potřeby mohly vystoupit na povrch ?

Jaká je podstata mých spirituálních pocitů ?

Kdy a jak prožívám bezpodmínečnou lásku ?

V které oblasti svého života bezpodmínečnou lásku potřebuji ?

Kolik času strávím denně tím, že dovolím bezpodmínečné lásce proniknout do potřebných oblastí života při meditaci nebo vizualizaci ?

Která hudba mne povznáší k mé spiritualitě ?

## Vaše potřeby na sedmé úrovni aurického pole

*Sedmá úroveň je úrovní Boží mysli a v ní začínáte rozumět vyššímu modelu univerza.* Božská mysl vás přivádí k důvodu našeho bytí, k tomu, co je smyslem našeho života a k vyššímu modelu, který se rozvíjí v nás a okolo nás. V této úrovni je uložen také důvod ke zkušenostem, kterými tady na zemi procházíme, a pocit důvěry. Sedmá úroveň také umožňuje, že to, co se s námi děje, sledujeme spíše se zvědavostí než

s hrůzou. Když vstoupíme do této úrovně spirituálního uvědomění, celková zkušenost se povznese do vyšší neboli transcendentální reality. Pochopíme, že vše, co se děje v Božím světě, je v pořádku. V tomto místě klidu neexistuje obviňování; vše se rozvíjí nejpřiměřenějším způsobem, přesně tak, jak je potřeba.

Potřebujeme poznat a pochopit božský model/vzorec: vidět dokonalost modelu všech věcí, které zůstávají ve zlatém světle, a vědět, že vše je ve své nedokonalosti dokonalé. Zde prožíváme jas a nádherný klid.

V průběhu procesu léčení můžeme získat přístup do sedmé vrstvy a stát se svobodnými.

Karen to vysvětlovala takto:

„Hodně z toho vnitřně chápu, dokonce i když na to někdy zapomenu. Hluboce cítím význam svého duchovního záměru a důvodu pro mé bytí zde. Víím, že ať se děje cokoli, je to proto, abych se něčemu naučila. Pro mne je základem poznání, že máme naději. Naděje nám skýtá namísto strachu a hrůzy jakýsi druh neustálé zvědavosti na to, co se bude dít.

Cítím v sobě klid, i když se loučím se svými přáteli a klienty. Myslím, že jsem schopna vidět všechno z vyšší perspektivy. Pracuji s klientem a víím, že jsou určité věci, které musíme spolu dodělat, než odejdu. Vnímám všechno dění jako nějakou úžasnou symfonii, kde věci, kterými se zabývám, tóny, které do ní přidávám, jsou s ní v harmonii. Také už nejsem tak vystrašená z věcí, kterých jsem se v minulosti obávala. "

*Některé otázky, na které je dobré se sám sebe zeptat:*

Jaké vyšší modely prostupují můj život ?

Jaká je podstata hlubší naděje, která mne vede ?

Co je mou symfonií života ?

Část IV vám pomůže vytvořit plán léčení pro každou z úrovní vašeho pole včetně vašich osobních potřeb.

(4)

## ČÁST IV

# VYTVOŘENÍ PLÁNU LÉČENÍ

Do chvíle, než přijmeme mravní závazek, je tam vždy určitá nejistota - můžeme váhat, máme možnost ustoupit. U jakýchkoliv aktů iniciativy a kreativity platí jedna základní pravda, neznalost, která zabila již bezpočet myšlenek a skvělých plánů: že totiž od okamžiku, kdy se v sobě pro něco rozhodnete, začne fungovat Prozřetelnost. Začnou se dít věci, které by se jinak nikdy nestaly. Z tohoto rozhodnutí povstává celý proud událostí v podobě neočekávaných příhod, setkání a materiální pomoci. Nikdo by si nedokázal ani představit, že by se mohly stát, že by mohly přijít tímto způsobem. Naučil jsem se mít hlubokou úctu k jednomu Goethovu dvouverší: Odhodlejte se a začněte s čímkoliv, co jste s to udělat, nebo o čem umíte snít. Neohroženost má v sobě génia, sílu i kouzlo.

W. H. MURRAY, *Skotská himalájská expedice*

(4/1)

## ÚVOD

# VYTVOŘENÍ OSOBNÍHO PLÁNU PRO LÉČENÍ

Jak jsem rozvíjela svou léčitelskou praxi i učení a získávala více zkušeností, bylo mi čím dál jasnější, že každý člověk potřebuje mít pro léčení svůj specifický plán. Musí být založený na jeho potřebách a vést k tomu, aby se zlepšila celková kvalita jeho života, nesmí to být pouze obecný léčebný postup pro vyléčení jeho nemoci. Samozřejmě, že léčení fyzického těla nebo psychického onemocnění má svou váhu, ale podstatný je tento nový, širší náhled: plán léčení zaměřený na léčenou osobu, ne na onemocnění: Když je plán léčení sestaven tímto způsobem, léčení je hlubší a rozsáhlejší. Cesta ke zdraví je bez hranic. Když jedinec začne postupovat podle tohoto úplného plánu léčení, stane se z léčení celoživotní proces učení a růstu. Je to obrovské dobrodružství, které vede ke stále hlubším zkušenostem a plnějšímu prožívání života.

Když svůj plán léčení vytváříte, nesmíte zapomínat, že spirituální pravdy formulují okolnosti a smysl života jak ve fyzickém těle tak i na aurických úrovních. Jestliže je na

určité úrovni našeho energetického pole porucha, nepochybně nenaplňujeme její spirituální smysl. Nedostáváme to, co potřebujeme, aby náš život byl tvůrčím činem.

To znamená, že když začínáme léčit určitou úroveň aurického pole, první, na co se musíme zeptat, je, zda slouží svému účelu. Položíme si otázky typu: Slouží naše fyzické tělo tomu, aby nám pomohlo rozeznat naši individualitu - Boha v nás prostřednictvím činů? Poskytuje nám druhá úroveň energetického pole prožitky našich individuálních pocitů a lásky k sobě? Dává nám naše třetí úroveň schopnost zaměřit vědomí k rozlišování a integraci našich smyslů tak, abychom jako jednotlivci jasně a správně vnímali? Jsme schopni prostřednictvím své čtvrté úrovně navazovat láskyplné vztahy typu „Já-ty“, které naše potřeby naplňují? Vnímáme své spojení se všemi bytostmi okolo nás?

Při vytváření plánů léčení musíme začít s těmi nezákladnějšími potřebami: jsou to ty, které sjednocují fyzické a spirituální aspekty našeho bytí.

V této části bych vám ráda ukázala, jak vytvořit plán léčení pro čtyři nižší úrovně našeho pole, které představují různé aspekty lidského života a lidských potřeb. První úroveň plánu se zaměří na osobní péči o fyzické tělo, tj. na první úroveň aurického pole. Jednou z největších změn, které v procesu svého léčení zažijete, bude vaše zvýšená vnímavost k životním energetickým polím, která jsou všude kolem nás a která vámi proudí. Začnete se dívat na prostředí, ve kterém žijete, z hlediska energií, které vám dodává. V deváté kapitole jsme se zaměřili jednak na to, abychom ukázali nesmírnost životních energetických polí a potom se soustředíme na menší části mnohých životních polí, ve kterých se neustále pohybujeme.

(4/2)

## DEVÁTÁ KAPITOLA

# ZEMSKÉ ENERGIE JAKO ZÁKLAD ŽIVOTA

Každé místo na Zemi má jinou kombinaci energií. Celkové energetické pole určité lokality je velmi složité. Sestává z energií místních geologických konfigurací včetně všech organických a anorganických substancí, z kterých se skládá Země, jako jsou například minerální ložiska; z energií veškeré flóry a fauny, která tam existuje teď či existovala kdykoliv předtím; z energií různých lidských společenství, která od pradávna v této lokalitě žila, a z energie jejich aktivit, počítaje v to i energii lidských bytostí žijících tam teď a energie jejich činností.

Každé místo na zemi je také ovlivňováno energiemi ze solárního systému stejně tak, jako energiemi mezihvězdnými a mezigalaktickými. Tyto energie pronikají, procházejí nebo se akumulují na jednotlivých místech povrchu zemského odlišným způsobem. V tom, jakým způsobem jsou směřována určitá vlnová pásma kosmických energií do určitých lokalit, hraje dílčí roli i magnetické pole Země.

Heyoan říká, že v budoucnosti budeme mít mapy těchto energetických polí a že lidé si budou moci podle nich zvolit místa, kde postaví svá obydlí i města, podobně jako v čínské geomancii. Pomocí velmi komplikovaného věštění vybírají odborníci na geomancii pozemky pro stavbu i umístění a orientaci domů na nich. Určovali také místa důležitých svatých měst, jako například Zakázaného města. Navrhují také exteriéry a interiéry domů včetně vybavení záclonami a závěsy tak, aby v něm bylo možné řídit energetické proudění.

Mnoho z těchto znalostí pochází z tradičních náboženství, stejně jako ze znalostí o energetických tocích, takže pro člověka ze Západu to bez rozsáhlého studia nedává žádný smysl. Heyoan myslí, že v budoucnosti budeme podle energetických map, a to jak Země, tak i ostatních planet dokonce vybírat lokality pro zrození nových národů. Připomíná, že pro jednotlivé osoby jsou k bydlení některá místa mnohem zdravější než jiná. Přirozeně, že existují obecné návody, kterými se budeme zabývat v této kapitole, ale je důležité si uvědomovat, že pro každého jednotlivce se právě v závislosti na jeho individualitě mohou měnit.

Někteří lidé se například cítí ve větší pohodě, když jsou blízko oceánu nebo jiné velké vodní plochy, zatímco jiní se cítí lépe v horách nebo na poušti. Tyto přirozené tendence přímo souvisejí s kombinací energií, z kterých se skládá naše energetické pole. Každý z nás je jiný, protože jsou jiné energie, z kterých je sestaven naše energetické pole, a navíc i způsob, jakým proniká hlubší podstata z centra našeho Bytí. Lidé obvykle vědí, kam geograficky patří, a vyjadřují to prohlášeními typu „Patřím do hor“ nebo „Já prostě musím žít blízko velké vodní plochy“. Pro někoho je pro výběr místa, kde chce žít, rozhodující klima a počasí.

## Počasí

To, jakému typu počasí dáváme přednost, přímo souvisí s typem energií, z kterých se skládá naše energetické *pole*. Naše preference se *liší podle toho*, co je s energiemi našeho aurického pole slučitelné a jaký způsob toku našich energií nám vyhovuje. Někteří z nás dávají přednost střídání ročních období, jiní stálému teplu a jasnému nebi bez deště v poušti. Dalším vyhovuje vlhké počasí.

Bouřky, ozon před deštěm a déšť pomáhají čistit a nabíjejí aurické pole. Vzrůstající množství negativních iontů ve vzduchu pole aktivuje, nabíjí a způsobuje, že energie proudí přes něj rychleji. Někomu to vyhovuje. Někdo má z nárůstu proudění energie přes své aurické pole obavy.

Slunce nabíjí atmosféru pránou neboli orgonickou energií. Abychom mohli vidět tuto energii, je potřeba rozostřit pohled a dívat se měkce do nebe. Objeví se tam drobné body světla, které se pohybují po zakřivených drahách. Když pozorujete pohyb celého pole bodů, zjistíte, že pulzuje společně. Body mohou být jasné nebo tmavé. Když svítí slunce, jsou jasné a víří v rychlém tanci. Vysoká orgonická energie přináší pocit dobré pohody. Nabíjí aurická pole a dává nám spoustu energie. Když je obloha zatažená, malé body světla jsou tmavší a nepohybují se tak rychle. Po dlouhém období bez sluníčka to někdy vypadá, jako kdyby část světelných bodů byla úplně tmavá až černá. Čím déle je obloha zamračená, tím tmavší a pomalejší je energie orgonu, tím méně se nabíjí naše aurické pole a tím nevrlejšími a podrážděnějšími se stáváme. V prosluněných horských oblastech je orgon velmi světlý, jasný a vysoce nabitý.

Nejsilněji nabitou orgonickou energii jsem já osobně viděla v zimním období ve Švýcarských Alpách. Byla tam spousta sněhu, sluníčka a čistý, svěží vzduch. Nejenže byl orgon nejvíc nabitý, ale byl také nejhustší, obsahoval více světelných bodů na kubický decimetr, než jsem kdy viděla. Není divu, že tam lidé cestují na dovolenou, aby se zotavili.

Část depresí zapříčiněných zimním nedostatkem světla v oblastech s vyšší zeměpisnou šířkou je způsobena dlouhodobým poklesem nabitého orgonu v atmosféře. Proto jezdí tolik lidí ze severní části Spojených států lyžovat do prosluněných horských středisek, nebo na jih k moři - potřebují doplnit energii. Může to trvat až týden, než se znovu „nabijeme“.

Velmi důležité je nezůstat na slunci příliš dlouho. Při opalování užívejte ochranné prostředky na pleť. Začněte vždy s nejsilnějšími a potom postupně *hodnoty snižujte podle toho, jak se aklimatizujete*. Když je energie doplněná, všechno, co potřebujete, je asi dvacetiminutový pobyt na slunci za den -to úplně stačí k tomu, abyste se udrželi v dobré kondici. O kolik déle lze zůstat na slunci bez nepříjemných následků, jako jsou vyčerpanost, úpal, spálení či onemocnění kůže, záleží na individuální citlivosti každého. Předávkování sluníčkem, které vyvolá spálení kůže našeho fyzického těla, spálí právě tak první vrstvu našeho aurického pole. Sluneční paprsky pronikající energetickým polem způsobí, že se rozbije a roztříští na malé části podobně jako sklenice, která nám upadne na zem. Jistě potom nepřekvapí, že opakované předávkování slunečním zářením způsobuje rakovinu. Ochranné prostředky zabrání pouze pronikání škodlivých paprsků, nezastaví nabíjení aurického pole.

U moře se lze také nabít energií ze vzduchu. Vlhký slaný vzduch nabíjí aurické pole a pomáhá ho vyčistit od vibračních frekvencí, které jsou příliš nízké pro udržení života. Procházky po plážích podél oceánu způsobují, že se aurické pole rozšiřuje. Někdy se velikost pole až zdvojnásobí a rozšíří až nad vodu.

Lidé, kteří se opalují a koupou v moři - na jihu po celý rok a na severu v létě - se nabíjejí energií trojnásobně. Slunce přímo nabíjí jejich aurické pole, slaný vzduch ho nabíjí a čistí také, a když si ještě na dvacet minut zaplavou ve slané vodě, vyčistí se do hloubky i starý nashromážděný sliz, který mohli nasbírat v průběhu tmavých zimních měsíců. Několik dnů takto strávených velmi napomůže ke zdraví aurického pole.

## **Příroda: moře, lesy, potoky, jezera, pouště, hory a divoká zvířata**

Pro nás je nemožné dokonce i představit si život původních obyvatel Ameriky předtím, než Evropané porušili v této krajině rovnováhu přírody. Lidé zde žili jako integrovaná součást přírody -privilegium, o které jsme se my sami připravili. Přerušeni spojení se Zemí stále trvá. Oddělujeme se od ní víc a víc, což se projevuje kdekoliv na naší planetě formou onemocnění a přírodních katastrof. Pokud by příroda nebyla narušená, zůstala by v rovnováze s celou širokou škálou zemských energií. Energie přírody by nabíjely aurické pole a dávaly ho do rovnováhy se vším, co ho obklopuje. V nenarušeném přírodním prostředí nalézáme naši přirozenou synchronicitu s energiemi planety. Jakmile jsme v rovnováze se svým okolím, následně v rovnováze s celou Zemí, stáváme se přirozenou součástí všeho. Potom to, co nám z okolí posloužilo jako potrava, nás nasytí, protože naše energetická pole jsou vyrovnaná

a připravená pro asimilaci. Strávit několik hodin každý týden v takovémto nezkaženém prostředí umožňuje znovu nastolit rovnováhu mezi aurickým polem a zemskými energiemi. Pokud si chceme zachovat plné zdraví, je to nezbytné.

Tichá jezera mají na nás uklidňující účinek tím, že uvolňují napětí a hyperinkoherentní pulzace v našem poli vyvolané stresem moderního života. Aurické pulzace prudkých bystrin obohacují naše aurické pole a napomáhají tomu, aby pulzovalo souvisle. Energie u spodní části vodopádu je nepředstavitelná. Utržené větve stromů zde zachycené zůstávají díky této energii mnohem déle živé.

Stromy v borovicovém lese pulzují velmi podobnou rychlostí jako lidské aurické pole. Stačí v něm posedět nebo jednoduše se opřít o kmen borovice, která roste u vás na dvorku, a vaše pole se znovu nabije, pokud je to potřebné. Můžete tak zůstat tak dlouho, jak vám to vyhovuje. Možná se vám podaří dostat do kontaktu i s vědomím stromu.

Hory nám pomáhají cítit sílu a moc království nerostů a pevně v něm zakotvit, abychom se mohli natáhnout do vzdušných výšek našeho vědomí. Čistý vzduch jasné pouště umožní rozšířit naše pole na velkou vzdálenost a cítit se větší a někdy i schopnější či talentovanější než předtím.

Jestliže trávíme čas ve volné přírodě mezi divokými zvířaty, absorbujeme jejich energie, což nás automaticky přivádí k instinktivnímu (ne rozumovému) pochopení naší schopnosti být v synchronicitě s přírodním světem kolem nás. Schopnost časové souběžnosti s přírodní a tudíž i planetární energií nám umožňuje přístup k obrovské moudrosti a učí nás důvěřovat naší základní lidské podstatě.

Energie přírody přináší větší pochopení života ve všech jeho formách. Každý botanický i zoologický druh přináší svou vlastní velkou moudrost, odlišnou od všech ostatních. Od zvířat se toho můžeme hodně naučit, a to nejenom z jejich chování, ale také z integrity jejich života. Přírodní léčitelé obvykle používají pro léčení nástroje, které vytvoří z těl zvířat nalezených v lese nebo „obětí silničních nehod“. Každé tělo je považováno za dar od „Velkého Ducha“ a je s ním zacházeno s úctou a respektem. Tyto předměty se připravují obřadním způsobem, aby byla zachována moudrost druhu, ze kterého pocházejí. Pouze takový předmět je používán při procesu léčení, aby zajistil přímé holografické spojení s moudrostí druhu.

Naše květinové zahrádky a dvorky jsou nám nápomocny při spojení se se Zemí - možná toužíme po ztraceném dědictví divočiny. Představují styčnou plochu mezi lidmi a přírodou, splývání vůle přírody a člověka. Jakékoliv druhy rostlin naplní naše smysly radostí, že příroda přišla k nám, na náš dvorek, do našeho skleníku či obývacího pokoje. Rostliny dodávají do životního energetického pole nacházejícího se všude okolo nás různé druhy a frekvence energií, které nasycují i naše energetické pole. Zvláště pokojové květiny udržují v domě nabitou, čistou a zdravou energii. Čím více kontaktů s těmito rostlinami máme, tím větší je energetická výměna, která vyživuje jak rostliny, tak i nás.

Organické užitkové zahrady nám rovněž pomáhají spojit se se Zemí a zajistit si potravu. Energie obsažená v této potravě je v rovnováze s našimi potřebami. Čím více přímého kontaktu s půdou máme, tím lepší je naše spojení se zemskými energiemi, které nás vyživují. A navíc jíme organickou stravu.

## Hustota osídlení

Koncem sedmdesátých a začátkem osmdesátých let jsem měla tu čest jednou za rok navštívit Holandsko a pomáhat při práci v intenzivních transformačních skupinách. Při individuálních sezeních, která při té příležitosti probíhala, jsem si uvědomila, že se děje něco velmi zvláštního. Když jsme při práci seděli proti sobě, klienti (obvykle Holanďané nebo lidé z jiných zemí Evropy) přisunovali své židle blíže ke mně. Aniž bych o tom přemýšlela, posunula jsem svoji židli o kousek dozadu. V průběhu sezení se to několikrát opakovalo a na konci jsem obvykle seděla přimáčknutá ke zdi. Cítila jsem se velmi nepříjemně. V Americe jsem nikdy nic podobného nezažila.

Protože mi to vadilo, pokusila jsem se přestavět nábytek v místnosti tak, abych měla víc prostoru. Přesto jsem pokaždé skonala stejně. Za těchto podmínek bylo pro mne velmi obtížné přemýšlet a oddělit se od klienta. Uvažovala jsem o tom, zda není chyba ve mně. Třeba jsem méně přátelská než tito lidé. Zkoušela jsem se donutit k tomu, abych se přizpůsobila těmto novým hranicím, ale zkrátka to nešlo. Začala jsem chodit po místnosti, abych získala nějaký prostor. Fungovalo to tak minutu nebo dvě a pak přišel klient za mnou, aby byl blíž. Nakonec jsem na to, v čem to spočívalo, přišla. Moje aura se rozšiřovala kolem mne do vzdálenosti o 30-60 cm dál než jejich. Klienti se snažili navázat se mnou „normální“ kontakt, stejný jako s ostatními Evropany. Když jsem začala pozorovat interakce polí, uvědomila jsem si, že tito lidé (obzvláště to platilo pro Holanďany, kteří žijí tísněni mořem) měli dimenze aury přizpůsobené tomu, že žili společně v menších prostorách, než jsem já byla zvyklá.

O několik let později jsem si všimla, jak velký je rozdíl mezi aurou Američanů z východního pobřeží a aurou těch, co žijí na pobřeží západním. Obecně lze říci, že lidé v New Yorku nemají pole rozšířené do takové vzdálenosti jako lidé, kteří žijí v jižní Kalifornii. Domnívám se, že osoby, které žijí ve větších prostorách s méně lidmi, mají aurické pole rozšířené do větší vzdálenosti od těla než ti, kteří žijí v prostorách menších s více lidmi. Aury obyvatel přeplněných měst jsou menší než aury obyvatel venkova. Také aury těch, co žijí v krajinách s vysokou hustotou osídlení, jsou menší, než u obyvatelstva krajiny s velmi nízkým osídlením.

Rozdílný je také způsob, jakým je hranice aurických polí mezi lidmi vytvářena. Lidé z New Yorku, kteří navštěvovali mé kurzy, si zpravidla vytvářeli hranice pevné, aby se udrželi od ostatních oddělení. Vypadá to téměř tak, jako kdyby se jejich aury na sedmé úrovni od sebe odrážely, podobně jako dva gumové míčky, které na sebe narazí. V jižní Kalifornii jsem si všimla, že studenti mých kurzů nechali rozšířit své pole přes pole toho druhého bez toho, aby jim to překáželo. Zdálo se, že nechávají čtvrtou úroveň prostupovat přes sedmou v tom samém prostoru, aniž by se dotýkaly. Lze říci, že Kalifornané přesto, že mají větší aurické pole, chtějí stát při komunikaci blíž jeden ke druhému, než by bylo příjemné obyvatelům New Yorku. Newyorčané mohou tuto komunikaci vnímat jako něco prázdného a ne úplně k věci a obyvatelé východního pobřeží ji mohou v tom samém okamžiku prožívat jako tvrdou a nekompromisní.

Přirozeně tyto odlišnosti ovlivňují i další faktory. Interakce mezi lidmi probíhá tak, že ty úrovně našeho pole, ve kterých se cítíme nejpříjemněji, se promísí. Každý z nás, v závislosti na našem rodinném a společenském zázemí daném výchovou, rozvíjí určité úrovně aurického pole více než ostatní. Společnost se vždy zaměřuje na určité hodnoty. Tyto specifické hodnoty rozvíjejí různé aspekty lidských prožitků a zkušeností. Uvedu příklad: Jestliže je ve společnosti pokládána za nejvyšší hodnotu



pravda, dostane se velké pozornosti třetí úrovni aury. Pokud by byla nejvyšší hodnotou láska, v této společnosti by se s největší pravděpodobností rozvíjela čtvrtá úroveň pole.

Samozřejmě to závisí také na tom, jak společnost své hodnoty vyjadřuje. Když jsou spirituální hodnoty Boží lásky nebo Boží vůle kladeny na místo nejvyšší, jak tomu bývá v některých náboženských společenstvích, pak se tento stav bude projevovat tím, že lidé budou tyto hodnoty rozvíjet. To znamená, že nejrozvinutější bude pátá a šestá úroveň pole. Lidé z této společnosti budou mít tendenci při komunikaci promíchávat svá aurická pole na těchto úrovních.

Evropané mají sklon k určité složitosti a intelektuální náročnosti s vysoce rozvinutou první a třetí úrovní a rádi komunikují na třetí. Newyorčanům vyhovuje druhá, třetí a čtvrtá úroveň, ale netouží po promíchávání aurických polí a dávají přednost spojování polí tím, že vytvářejí napětí. Napětí slouží k tomu, aby umožnilo lidem rozeznat odlišnosti. Kalifornané mají rádi druhou a čtvrtou úroveň a rádi promíchávají rozptýlené energie bez velké snahy o spojování polí. Možná, že hledají podobnost bez napětí. Všechny tyto závěry jsou založeny na pozorování studentů navštěvujících mé kurzy. Připouštím, že reprezentují jenom určitou část výše zmíněných populací.

## Města

Velká města jsou místy s vysokou energií a velkou škálou různých energetických typů. Heyoan říká, že velká města a civilizace se formují nad místy, kde se akumuluje obrovské množství životních energií z vnějšího prostoru. Tyto energie jsou zdrojem znalostí. Podvědomě jsme k těmto oblastem přitahováni. Na takovém místě je každý z nás inspirován k tomu, aby něco vytvořil, což vede k růstu civilizace, která materializuje znalosti z nakumulované energie. Místa zrození matematiky a řeči byla kdysi umístěna na takovýchto energetických vírech. Lidé, kteří tam žili, se stali kanálem, prostřednictvím kterého byly tyto formy znalostí přineseny na svět. Heyoan k tomu řekl:

\*\*\*

**„Jak si jistě umíte představit, rozsáhlá centra pro studium, jaká teď na zemi existují, jsou lokality, kde se nacházejí právě takové energetické víry znalostí. Jedním z důvodů, proč se centra civilizací nacházejí na různých místech zemského povrchu je, že každé z nich bere ze zdroje jenom určité znalosti (držené v energetickém poli), které jsou pro dané historické období význačné. Toto je jeden z méně známých, ale o to důležitějších faktorů v rozvoji civilizace. Svět má tendenci zaměřit se na civilizaci prominentní, a tak nevěnuje pozornost místu, které se stane zdrojem té příští. “**

\*\*\*

Města přinášejí kreativitu, vynalézavost a vědomosti, ale také produkují množství odpadů, jak na fyzické tak i aurické úrovni. Učíme se v nich, jak spolu žít ve vysoké energii. Vysoká energie často vede k uvolňování negativních energetických bloků, které je potřeba vyčistit. Bohužel jedním z nejpodstatnějších důsledků tohoto procesu je, že velká města akumuluji nejenom obrovská množství energie vyšších vědomostí, ale také velké množství negativní neboli mrtvé organické energie.

Tento termín zavedl Wilhelm Reich. Frekvence mrtvé orgonické energie jsou nižší než frekvence potřebné pro život a mohou být velmi škodlivé pro zdraví a dobrou pohodu. Když dojde k jejich velké akumulaci, mohou být nebezpečné a dokonce i život ohrožující. Způsobují propuknutí nemoci v nejslabší části těla a energetického pole. V řadě velkých měst tyto energie všechno prostupují a pronikají hluboko do země. Ovlivňují každého, kdo v takovém místě žije, a mnoho lidí musí pravidelně z těchto míst odcházet, aby si udrželi zdraví. Má léčitelská i lektorská praxe v New York City trvala asi patnáct let. Abych se dostala k dobrým zemským energiím a mohla z nich čerpat pro léčení, musela jsem projít přes asi 40 m nakumulované negativní energie, která vypadala jako tmavý šedočerný šmír. Tento „šmír“ leží pod celým městem - základová půda i skály jsou ho plné. Jsou tam i místa, kde není tak tmavý a hustý. Pod touto vrstvou jsou normální čisté zemské energie, které nejsou tímto znečištěním zasaženy. Zdá se, že množství a hloubka znečištěné energie se každým rokem zvětšuje.

Také jsem zaznamenala, že v New York City narůstá obrovsky každým rokem znečištění vzduchu. U pacientů zde žijících jsem mohla pozorovat, jak s každým dalším rokem rostou negativní dopady prostředí na jejich organizmus. Jejich imunitní systém byl čím dál vyčerpanější. Primární účinky se projevovaly v mozku. Podle mých aurických pozorování mnoho našich mozkových buněk produkuje velmi nepatrné množství různých látek, které jsou nutné pro zdravou funkci mozku i těla. Zdá se, že tyto látky fungují jako aktivátor pro řízení práce tělesných orgánů. Za dlouhá léta své praxe jsem si všimla, že nerovnováha ve vylučování těchto látek pravidelně roste. Vypadá to, že i velmi malá změna v množství a načasování jejich produkce způsobuje v normální funkci tělesných procesů velké poruchy. Dokonce, i když jsem byla schopna znovu v mozku uvést narušené životní energie do rovnováhy, jakmile se pacient vrátil do pole životních energií znečištěných prostředím, došlo opět k porušení jeho správné funkce.

Potom jsem věnovala pozornost celkovému stavu seniorů žijících v New Yorku. Léta vystavení znečištěnému prostředí si vzala svou daň. Měli méně energie a jejich pole byla v mnohem větší nerovnováze než u seniorů, které jsem viděla a kteří žili v zemědělských oblastech. Uvědomila jsem si, že čím déle jsme vystaveni zničujícím účinkům mrtvé *orgonické energie*, tím se stáváme méně citlivými. Jako když dáme žábu do vody, kterou pomalu zahříváme. Neuvědomí si, že je voda stále teplejší, až *nakonec umře*. *Kdybychom ji hodili do horké vody, rychle by vyskočila ven.*

## **Výběr místa, kde bychom rádi žili**

Všichni víme, kde bychom chtěli žít, „jen kdybychom mohli“. Mnozí z nás touží žít na místech, kde vyrostli, protože velmi vzpomínají na krajinu svého mládí. Toužíme po pocitech, pohledech, zvucích, tkaninách a vůních flóry a fauny v těch oblastech, kde jsme vyrostli, protože jsme byli jako děti vnímavější k tomu, co nás obklopovalo. Prožitky uchovávané v paměti obvykle zachycují spojení mysli a těla, jaké jsme měli v dětství a které jsme ztratili v průběhu dospívání. Toto spojení navodí uvolněný stav zdravého vyrovnaného aurického pole podobně jako při léčení.

Na druhou stranu jiní lidé, kteří měli dětství těžké, dávají přednost úplné změně klimatu i krajiny. Nalézají nové obzory, které napomáhají léčení více než ty staré.

Místo, kterému dáváme přednost při rozhodování o tom, kde bychom chtěli žít, přímo souvisí s konfigurací našeho životního pole, kterou považujeme za „normální“. Cítíme se příjemně a pohodlně v určitém celku různých typů energií z našeho životního prostředí - moře, lesů a hor. A podle toho si vybíráme místo, kde chceme žít. Také jsme zvyklí na určitý rozsah energie a síly, které přes nás probíhají. Energie, kterou vnímáme jako normální, může mít pro jiného vibrace příliš vysoké nebo naopak příliš nízké. Navykli jsme si také na svůj specifický stupeň „otevřenosti“ a způsob, jakým držíme své hranice.

Také místa si vybíráme tak, aby nám pomohla cítit se normálně. Tento pocit „normálnosti“, po kterém toužíme, je vlastně určitou navyklou nerovnováhou, kterou neseme ve svém energetickém poli. Máme tendenci oblíbit si prostředí, které podporuje náš status quo. Příliš mnoho změn obvykle nevyvolává žádné nadšení. Nemáme rádi nikoho a nic, co příliš rozhoupe loďku na našich normálních energetických úrovních.

*Holistickému způsobu života prospěje, když volbu místa uděláme vědomě. Jestliže se opravdu potřebujeme přestěhovat do nového prostředí, abychom změnili ve svém životě to, co změnit chceme, ale stále se nemůžeme k tomu odhodlat, potom je možná namísto zvolit úplně novou část krajiny. Určitě to pomohlo Karen, ženě, o které jsme mluvili a která se přestěhovala úplně jinam po chirurgickém zákroku.*

## Starobylé umění feng shui

Feng shui je starobylé čínské umění navrhování a vytváření harmonického prostředí. Založeno je na přesvědčení, že energetické vzorce/modely jsou vytvářeny a ovlivňovány vším, co děláme, budujeme nebo tvoříme. Učí, že naše osudy a životy jsou propleteny mezi univerzálním energetickým polem a lidským energetickým polem. Feng shui využívá umístění budov a předmětů jako prostředku pro ovládnutí a harmonizaci energií prostředí s našimi osobními energiemi. Například je velmi důležité, kde jsou umístěny vstupní dveře a co je před nimi. Jestliže jsou otočeny do zdi, bude jí přirozené proudění zemských energií do vašeho domu blokováno. Skutečnost, že pokaždé musíte jít kolem zdi, abyste mohli vstoupit do svého domu, vám bude brát mnoho energie a narušovat přirozený energetický tok. Když se přibližujete k domovu, vnímáte zeď, a to blokuje přirozené proudění energie, která vás s domem spojuje a poškozují váš vztah k němu. Mohli byste se začít cítit slabí, poražení a blokováni i v životě, protože musíte bojovat, abyste se dostali na místo, kde se cítíte příjemně. Může to přinést do vašeho života další zápasy a šarvátky.

Podle feng shui je důležité znát energetické vlivy krajiny, umístění a směr proudění vody ve vztahu k vašemu domu, ke hvězdám, barvám, počasí, zvířatům, tvarům, designu a podobně. Tato metoda používá mnoho různých prostředků, aby pomáhaly sestavit a řídit energetické proudění v místech, kde trávíte čas - například zrcadlo na odrážení energie. Když ho umístíte na stěnu oproti vstupním dveřím, odráží všechny negativní energie, které přicházejí zvenku. Pro změnu energie nebo nasměrování pozitivní energie přímo do vašeho domu tak, aby vám přinesla zdraví, dobrou pohodu a prosperitu, využívá i zvuk. Toto starobylé umění nám poradí také při výběru vhodného místa pro dům nebo kancelář. Řekne, kam je umístit vzhledem ke krajině, silnicím a sousedům, nebo kde vybudovat příjezdovou cestu.

Pro člověka ze západního světa mnoho pravidel a principů, o kterých je zde řeč, postrádá smysl. Je to dáno částečně rozdíly v náhledu na svět - jinou kulturou a částečně tím, že se jedná o velmi dávno tradici. V předávaném poselství se může mísit pověra s věcmi, které fungují. Ale pokud máte zájem dovědět se více o tom, jak vás pozitivně i negativně ovlivňuje prostředí vašeho domu nebo pracoviště, vyhledejte knihu o feng shui a přečtěte si ji.

Doporučuji vám, abyste využili všechny informace uvedené v této kapitole k prozkoumání místa, kde žijete. Amerika nabízí rozsáhlou řadu typu míst, kde žít, a pokud si to opravdu přejete, podaří se vám do místa podle vaší volby přestěhovat a najít tam i práci. Jestliže chcete zůstat ve velkém městě, abyste mohli být v kontaktu s vysokou energií, která je tam dostupná, dělejte pravidelně výlety na venkov. Přidejte ještě soustavné čištění svého energetického pole technikami, které jsou popsány v desáté kapitole, v části o uvedení energetického pole do dobrého stavu.

*Otázky, které je dobré si položit o místě, kde žijete.*

Jaký typ krajiny si vybíráte ?

Jestliže nežijete tam, kde byste si přáli, co můžete udělat proto, abyste tam trávili určitý čas alespoň příležitostně ?

Která oblast krajiny vám nabízí typ hranic aurického pole, kterému dáváte přednost ?

Jakou hustotu osídlení preferujete ?

Kde žije ten druh lidí, s kterými byste se rádi stýkali ?

Chtěli jste se už někdy přestěhovat, ale nikdy k tomu nedošlo ?

Jakou vaši nenaplněnou potřebu by podle vás mohlo toto přestěhování uspokojit ?

Umíte ji naplnit na místě, kde právě žijete ?

Není důvodem pro setrvávání na místě, kde žijete teď, vyhýbání se něčemu, čemu se bojíte podívat do tváře ?

Jestliže ano, zjistěte, co to je, abyste se mohli vědomě rozhodnout, zda chcete zůstat nebo odejít.

## **Energie prostor a předmětů, které obklopují a vyživují vaše pole**

### **Obytné prostory**

Energie prostoru, ve kterém žijeme, má obrovský účinek na naše aurické pole. Každý prostor má svou energii. Energie prostoru závisí na jeho tvaru, barvách, materiálech, ze kterých je vybudován, a energiích těch, kteří ho vytvořili. Prostor akumuluje energii lidí, kteří ho užívají, energii toho, co v prostoru dělají, a energii, se kterou

to dělají. Všechny tyto energie, zdravé či nezdravé, jsou do prostoru zabudovány. Čím více je v prostoru užívána za určitým účelem stejnými lidmi stejná energie., tím více se prostor energií tohoto účelu nabíjí.

Určitě jste si všimli rozdílu mezi energií vlakového či autobusového nádraží a energií katedrály nebo kaple. Uvedu příklad: Pokud jste v New York City, porovnejte energii v místech jako jsou Port Authority terminal nebo Grand Central Station s energií v katedrálách Saint Patrick, Saint John the Divine či v kapli Temple Emmanuel. Energie na nádražích jsou drsné, chaotické, mají ostré ostny a obvykle jsou plné tmavých mraků znečištění. Zůstat tam delší dobu rozhodně není příjemné. Můžeme to vnímat dokonce jako nebezpečné, nejenom kvůli kriminalitě, ale také kvůli úděsnému množství nakumulované negativní energie, kterou můžeme nasbírat do svého aurického pole. Na druhou stranu energie katedrál a kaplí jsou čisté a mají vysoké vibrace. Vyšší spirituální energie v těchto místech ovlivní pozitivně každého, kdo tam vstoupí.

Energie nakumulované v průběhu náboženských obřadů obsahují také energie víry lidí, kteří se účastní bohoslužeb. Lidé s podobnou náboženskou vírou pocítují v takových místech podporu, protože energetické pole víry je podobné jejich náboženskému přesvědčení. Pro někoho, kdo toto přesvědčení nesdílí, by se energie mohly jevit jako zstrašující a dusivé.

Prostory užívané pro tichou meditaci nebo jenom pro spojení s Bohem, jako jsou Domy setkání kvakerů (Quaker meeting houses) obsahují překrásnou, čistou a jasnou energii s vysokými vibracemi. Nejčistší meditační prostor, jaký jsem kdy viděla, je sanktuárium v duchovní komunitě zvané Findhorn ve Skotsku. Findhorn je známý jako místo harmonie mezi lidmi a přírodou. V sanktuáriu se scházejí členové komunity několikrát za den k tiché meditaci. V průběhu let se zde vytvořila nádherná, čistá a jasná energie, která je synchronní s energiemi přírody.

Regulace teploty a vlhkosti v prostoru také ovlivňuje vaši energii. Topné systémy využívající nucený oběh v místnosti sníží vlhkost vzduchu tak, že se cítíme jako ve vyprahlé poušti. Zvlhčit vzduch zdravým způsobem je velmi těžké. Suchý vzduch způsobuje, že vaše aurické pole je trochu křehké, zranitelné a přístupné napadení. Nejlepší je vytápění horkou vodou, protože vzduch tolik nevysušuje. Z plynových radiátorů může někdy plyn unikat a způsobit do doby, než se podaří únik plynu objevit, mnoho škod. Pokud plynové spotřebiče vlastníte, nechávejte je pravidelně kontrolovat, nebo si dejte nainstalovat detektor plynu.

Vibrace hliníku jsou nižší, než lidský život potřebuje. Nikdy jsem hliníkové předměty nepoužívala ve svém domě ani v kuchyni. Hliníkové prvky na fasádě domu nebo obytného přívěsu snižují rychlost vibrací životních energií ve vnitřním prostoru. Z lidí, kteří se tam nacházejí, vytahují energii. Dřevo je s vibracemi životních energií kompatibilní a žít v dřevěném domě je velmi zdravé. Beton má na aurické pole neutrální dopad. Některé velké obytné budovy mají ocelové konstrukce, které vadí normálnímu rozšiřování aurického pole. Jestliže jsou místnosti velké a mají vysoké stropy, nebude účinek oceli tak velký. I velká okna slouží lepšímu zdraví - přinášejí spoustu světla, které čistí vzduch.

## Předměty, se kterými žijeme

Předměty také nesou energii. Obsahují energii materiálu, ze kterého byly vyrobeny, energii, kterou do nich vložil jejich tvůrce (vědomě nebo podvědomě), a energii všech těch, co ho kdy vlastnili. Jestliže se jedná o předměty starožitné, nesou také energii všech míst, kde se nacházely. Předměty, které umístíte ve svém pokoji, přinesou s sebou všechny tyto energie a ty se přidají k energetické symfonii místnosti.

Krystaly položené na určitých místech uvnitř domu za účelem udržení energie domu jsou velmi užitečné a odvádí nepředstavitelnou práci. Moje přítelkyně má v každé místnosti několik velkých krystalů, obřadně daných na místo. Pokaždé, když ji navštívím, cítím, jak krásná energie v domě je.

Léčitelé dávají přírodní krystaly do místností, kde pracují, aby přinášely další léčivou energii a udržely pokoj bez mrtvé orgonické energie. Pomáhají také zůstat ve spojení se Zemí a navíc činí pokoj krásnějším. Krystaly denně čistí tak, že je přímo vystaví slunečním paprskům nebo je namočí asi na 20 minut do 1 litru vody, ve které rozpustili 4 polévkové lžíce mořské soli.

Jednotlivé typy krystalů mají různé vibrace i krystaly stejného druhu mohou vibrovat jinak, i když jsou složeny ze stejných minerálů. Důležité je krystaly otestovat, abychom se ujistili, že jsou pro daný účel ty pravé. Velmi jednoduchou zkouškou je umístění krystalu na místo, kde bychom ho rádi měli. Ponechte ho tam pár dnů. Pokud vám je ještě stále jeho energie příjemná, můžete ho tam nechat, jak dlouho se vám líbí. Pokud ne, přesuňte ho na pár dnů jinam. Jestliže ani tady není to správné místo, proceduru zopakujte. Může se stát, že ho nakonec uložíte venku. Podstatné je, jak vám to vyhovuje, jak se to líbí vám.

Umělecká díla mají výjimečný účinek na aurické pole. Je to přirozeně velmi individuální, ale něco platí i obecně. Některá plátna, například Noc plná hvězd od Van Gogha, otevírají pole pro hlubokou osobní kontemplaci o cestě životem, jeho agónii i extázi. Krásné obrazy impresionistů, jako jsou Lekniny od Moneta, čistí šestou úroveň aurického pole a dávají nám pocit jasnosti a vyrovnaného klidu. Rembrandt nás vede k touze po světle a rozhojní vnitřní světlo jádra našeho Bytí. Dokonalost jakéhokoliv uměleckého díla dává aurickému poli větší soudržnost, a tím nás inspiruje dělat věci nejlépe, jak dokážeme. Vhodný rám je takový, který vibruje na stejnou frekvenci jako malba. Malba sama o sobě má určitou vizuální integritu. Nevhodný rám maskuje vizuální potenciál autorova záměru. Správný rám má minimálně stejnou intenzitu, jako obraz bez rámu, a ideální je, když k esenci malby ještě něco přidá. Thomas Cole, známý americký malíř devatenáctého století, řekl: „Rám je duší malby“. Pověste si do místnosti obraz, který bude vytvářet vhodnou náladu pro činnosti, kterými se tam míníte zabývat, a uvidíte sami.

## Zvuk ve vašem prostředí

Zvuk bývá využíván pro léčení léčiteli a medicinmany všech tradic a kultur po staletí. Starobylá tradice „chantingu“ (monotónní pozpěvování a vyvolávání - pozn. překladatele), populární v Americe již od šedesátých let, mění aurické pole, takže se dostáváme do změněného stavu vědomí. Mnoho současných léčitelů používá tónů

ke změně aurického pole klientů, a tím ke zlepšení jejich zdraví. Mohu vidět, že zvuk má velmi silný a přímý účinek na aurické pole. Po dobu praxe v New Yorku, která trvala asi patnáct let, jsem ho používala k různým účelům. Vydávala jsem různé tóny cílené přímo do fyzického těla a aurického pole klientů. Tyto zvuky jsem pro každého pacienta nahrála na audiokazetu, takže si mohli léčivé zvuky, určené právě pro jejich tělo, pouštět jednou nebo dvakrát denně doma. Klient mohl ležet pohodlně v posteli a jenom naslouchat zvukům nebo na ně meditovat. Když se mu začalo dařit lépe, nahrála jsem nový soubor léčivých zvuků. Sebeuzdravování probíhalo takto mnohem rychleji. Používala jsem různé tóny a kombinace tónů k různým účelům, například pro uvolňování energetických bloků, nabíjení částí těla, čištění určitých energetických linií aurického pole, povzbuzení růstu tkání, zastavení krvácení, vyhnání parazitů z těla, zničení vajíček parazitů pomocí rezonujících frekvencí, zničení mikroorganismů stejným způsobem a uvedení čakr do pohybu a jejich nabití.

Když vysílám správný tón do deformované čakry, vrátí se do původního stavu. Používajíc vyššího smyslového vnímání jsem takto pravidelně pracovala se svými klienty. Účinek byl velmi silný. Jelikož je mé vnitřní vidění velmi přesné, jsem schopna nalézt odpovídající zvuk tím, že sleduji, jak čakra reaguje na různé zvuky, které vydávám. Když jsem našla náležitý tón, čakra se prostě zastavila a začala se otáčet správně. Trvalo pouze několik vteřin, než získala správný tvar. Otáčení na první úrovni pole přineslo na druhé úrovni barvu, která tam patřila. Bylo s podivem, jak rychle to fungovalo. Jestliže jsem pokračovala ve vydávání zvuku po několik minut, čakra se stabilizovala.

**TABULKA 9-1 TÓNY ČAKER**

Čakra	Barva na 2. úrovni	Nota
7.	bílá	G
6.	indigová modř	D
5.	modrá	A
4.	zelená	G
3.	žlutá	F
2.	oranžová	D
1.	červená	G

Tóny, které užívám, jsou kombinací mnoha frekvencí s alikvotními tóny. Frekvenční analýzu těchto tónů, z které bychom přesně zjistili, kterých frekvencí se to týká, zatím nemáme k dispozici, protože by to vyžadovalo sestavení velmi komplikovaného zařízení. Léčivé tóny jsem při léčení různých klientů nahrávala mnohokrát. Obvykle jsou stejné. Tóny, které jsem tímto způsobem našla pro každou čakru, jsou uvedeny v tabulce 9-1.

Pozoruhodný u tohoto typu tónů je také jejich okamžitý účinek na pacientovu schopnost vidět v mysli určitou barvu. Mnoha lidem se to daří celkem lehce. Ale jakmile klientova čakra nefunguje správně, není schopen barvu, která je s ní sdružená, vnímat. Není také schopen si ji vybavit v mysli. Například pokud nefunguje třetí čakra a všechny ostatní ano, je schopen představit si v mysli všechny barvy patřící k jednotlivým čakrám kromě žluté, která patří k čakře třetí. Vydávání tónu cílené do třetí čakry jí vrátí správný tvar. Jakmile se čakra zastaví a začne správně otáčet, barva se změní na správnou. Pacient je potom schopen ji vidět.

Zvuky ovlivňují nejen první úroveň aurického pole, která dává čakře tvar, ale také druhou úroveň pole, kde mají čakry barvy duhy - červenou, oranžovou, žlutou, zelenou, modrou, indigovou modř a bílou. Techniky, při kterých používám tóny, působí na všech úrovních pole. Počet úrovní, které léčitel najednou ovlivňuje, záleží na tom, kolik alikvotních tónů dokáže najednou vydávat. Co se týče mne, všimla jsem si, že jakmile se zkusím dostat do alikvotních tónů ovlivňujících vyšší úroveň pole pro určitou čakru, začínám ztrácet frekvence nižší, což znamená menší účinek na nižší úroveň pole. Abych si pomohla, dělám to tak, že to projdu dvakrát. Nejdříve projdu

čakry a pak vyšší úrovně pole s použitím vyšších tónů pro každou čakru. V Barbara Brennan School of Healing (Škola léčení Barbary Brennan - pozn. překladatele) je možné získat dva typy pásek s tóny čaker. Na první jsou tóny čaker tvořeny verbálně, jak jsem výše popsala, na druhé mechanicky.

Stále se rozvíjející obor výzkumu, který se nazývá kymatika, nabízí teorii, že zvuk je v přímém vztahu k vytváření forem v přírodě. Dr. Hans Jening, pocházející z Basileje ve Švýcarsku, autor knihy *Cymatics*, experimentálně prokázal, že zvuk přímo souvisí s formou. Když nasypal jemná zrníčka písku nebo plavuňového prášku na kovovou desku a potom vyslal rovnoměrnou nepřerušovanou zvukovou frekvenci (kmitočet) skrz desku, jemná zrníčka písku nebo prášku se zformovala do specifických vzorů. Jakmile zvuk změnil, utvořil se jiný vzor. Když zopakoval původní zvuk, získal opět původní vzor. Pokud zvuk trval, vzor držel. Poté, co se zastavil, se vzor rozpadl a zrníčka se pomalu rozmístila v souladu s gravitací.

Doktor osteopatie, dr. Guy Manners, který má kliniku v Bretfortonu v Anglii, pokračoval v této práci s dr. Jeningem. Pokoušeli se vytvořit zvukem trojrozměrnou formu. Aby toho docílili, začali používat najednou více než jednu frekvenci. Kombinace dvou, tří a čtyř frekvencí trojrozměrný obraz nevytvořila. Ale když zkusili pět zvukových frekvencí současně, vytvořily malé částice na ocelové desce třírozměrnou formu.

Dr. Manners strávil zkoumáním tohoto fenoménu dvacet let a našel kombinace tónů příslušející ke každému orgánu. Potom vyrobil přístroj, který nazval „Cymatics Instrument“. Toto zařízení produkující potřebné zvuky bylo využíváno v klinické praxi a dnes je rozšířeno po celém světě. Navštívila jsem dr. Mannerse na Bretforton Hall Clinic a pozorovala jsem tyto přístroje při práci. Viděla jsem jejich silný účinek - aurické pole se restrukturalizovalo do správné zdravé formy. Následně to vyvolalo zkrácení času léčení.

Teď jistě chápete, že jakýkoliv zvuk okolo nás přímo zasahuje naše aurické pole, ať už se jedná o hudbu, hluk na ulici nebo v továrně, či nezkažené zvuky přírody. Teprve začínáme chápat širokou škálu účinků zvuků na naše zdraví a dobrou pohodu. I když nerozumíme všemu, je důležité o silném působení zvuků vědět a podle toho regulovat své zvukové prostředí.

Jestliže žijete ve velkém městě, buďte velmi opatrní na zvukové znečištění, které na vás doléhá a snažte se ho kontrolovat. Možná jste v hluku velkoměsta schopni spát, ale na vaše aurické pole to má negativní dopad. Snažte se, pokud je to možné, mít v oknech trojitá zasklení. Pořídte si těžké závěsy, které hluk pohlcují. Stejně postupujte i na svém pracovišti. Pokud máte soukromou kancelář, zvuková izolace vám pomůže se od hluku oddělit. Jestliže pracujete ve velké místnosti, zkuste izolovat proti hluku své pracovní místo. Jestli je to možné, chraňte si uši.

Hudba hraje podstatnou roli při léčení a je důležitá i pro zdraví. Mnoho léčitelů ji používá pro uklidnění aurického pole nebo pro dosažení vyšších vibrací, aby pomohli klientovi dostat se do stavu, ve kterém léčení probíhá nejučinněji. Různé druhy hudby mají na nás různý dopad. Některá hudba je velmi uklidňující, jiná nabíjí pole. Hudba dokáže přímo navodit stav rozšířeného vědomí nebo probudit racionální mysl. Je hodně new age hudby, která postupně, podle jednotlivých částí skladby, nabíjí a otevírá jednotlivé čakry. Známe nádhernou hudbu pro meditace. V kurzech léčení Barbara Brennan School of Healing pracujeme s hudbou neustále, abychom studenty přivedli do různých stavů vědomí potřebných pro léčení. Například bubny jsou velmi



dobré pro „uzemnění“ - spojení se se zemskými energiemi a otevírání první a druhé čakry. Populární rocková hudba otevírá sexualitu a naše tělo i aurické pole se začne pohybovat v živém rychlejším rytmu, který zvýší energetické proudění přes aurické pole. Písňe o lásce otevírají čtvrtou čakru a pomáhají nám spojit se s ostatními. Mnoho druhů meditační hudby, které jsou vytvořeny pomocí syntetizátorů, nás dokáže povznést k výšinám. Jakýkoliv nástroj může v rukou dobrého hudebníka zprostředkovat všechny úrovně lidské zkušenosti. V naší škole pravidelně pracujeme se skladbami, ve kterých se používají harfy - dávají nám prožitek esence jádra, centra našeho Bytí.

Pravidelná dávka hudby je potřebná pro zdraví. Druh hudby, který si vyberete, přímo souvisí s typem energií, z kterých se skládá vaše energetické pole, a s tím, jakým druhem osobního učení v daném okamžiku procházíte. Vybírejte si hudbu podle toho, co se vám líbí, a používejte ji, jak vám to vyhovuje. Celý její svět je vám otevřený a připraven vás nasytit. Nepřipravujte se o tento dar. Pokud určitý druh hudby již dlouho odsuzujete, poslechněte si ji někdy znova a uvidíte, co to bude dělat s vaším energetickým polem. Možná se něčemu snažíte vyhnout. Nebo jste fázi osobního rozvoje, kterou tato hudba reprezentuje, již dokončili.

Jestliže váš partner miluje hudbu, kterou vy nesnášíte, vymezte místnost, ve které je možno hudbě naslouchat tak, abyste měli možnost si vybrat, zda naslouchat chcete nebo ne. Možná potřebujete mít dvě taková místa, aby si každý mohl hrát to, co mu vyhovuje. Nebo někdo z vás touží po tichu. Zjistěte, v kterém denním čase to bývá, a udělejte o tom nějakou dohodu tak, aby každý ve vaší domácnosti mohl uspokojit své potřeby. Jestliže je to nutné, přidejte další dveře nebo požádejte partnera, aby používal sluchátka.

Pokud máte dospívající děti, které pouštějí hudbu hodně nahlas, dohodněte se, že ji budou naslouchat ve svém pokoji a zvukově ho odizolujte, nebo je požádejte, aby nosily sluchátka. Je lepší chránit před touto hudbou - hlukem sebe, než se pokoušet donutit je, aby to změnilo. Třeba to potřebují pro přechod do dospělosti.

V procesu osobního vývoje se v období, kdy vstupujeme do puberty, začínají rozvíjet energie, s kterými jsme předtím, přinejmenším v tomto životě, neměli zkušenost. Přes celé aurické pole začínají proudit nové intelektuální a spirituální energie o vysokých frekvencích. Nové energie se objeví v srdeční i sexuální čakře. Integrovaní těchto energií znamená skutečný zápas. Nejenom že se oddělujeme od svých rodičů, ale také se učíme být ve spojení s ostatními způsobem, jaký jsme předtím nikdy neokusili. Jsme v důsledku tohoto aurického rozvoje velmi zranitelní. Jeden den toužíme jako děti, aby se o nás rodiče starali, druhý den je odmítáme a zamilujeme se do někoho, koho sotva známe. Rocková hudba nám pomáhá oddělit se od rodičů tím, že vybuduje ze zvuku zeď mezi nimi a námi. Rozvíří energie, které jsou v průběhu puberty v aurickém poli uvolňovány a rozvíjeny. Zvyšuje vůli žít - nabíjí první čakru. Rocková hudba zvyšuje také naši sexualitu, která je umístěna v čakře druhé. Podporuje snahu dostat se ze závislosti na rodičích a spojit se s vrstevníky (třetí čakra). A samozřejmě hudba romantická otevírá naši srdeční čakru. Dává nám lásku k těm, kteří procházejí stejnou zkušeností. Osvobozuje nás od rodičovské dominance - přeorientovává naši závislost na nich na závislost na kamarádech stejného věku. Abychom dokázali naplnit množství potřeb, které budeme mít jako dospělí, musíme v tomto věku začít kultivovat základní zkušenosti při navazování kontaktů a spolupráci se stejně starou mládeží. Pokud jsme se tomu nezačali učit před pubertou, máme teď poslední možnost.

Z pohledu rodičů lze tuto hlučnou hudbu považovat za nesnesitelnou, ale zároveň je dobré si uvědomit, že je symbolem vstupování dětí do vnějšího světa.

## Posilte energii svého prostoru barvami

Vše, co zde bylo řečeno o zvuku, platí také o barvě. Obojí je vytvářeno prostřednictvím vibračních vln a obojí má tedy vlnovou strukturu a kmitočet vibrací. Zvuk a barevné světlo se však velmi liší. Zvuk je longitudální (podélné, rovnoběžné s osou) vlnění, které prochází hmotnými látkami, např. vzduchem nebo stěnou domu. To znamená, že se pohybuje ve směru pohybu vln. Zvuky, které slyšíme, neexistují v meziplanetárním prostoru nebo ve vakuu. Aby zvuk mohl být přenesen, musí být přítomna hmota. Ale barevné světlo je elektromagnetická vlna, která vibruje kolmo ke směru pohybu. Může se pohybovat v meziplanetárním prostoru i ve vakuu. Zvuk i barva jsou projevem vyšších frekvencí, které existují nad fyzickým světem, jsou manifestací Božského.

Barva má pro zdraví zásadní význam. V aurickém poli potřebujeme mít všechny barvy. Pokud je naše aurické pole čisté, jsme přitahováni k barvám, které potřebujeme. V tabulce 9-2 jsou uvedeny různé barvy a popsán hlavní účinek, který na nás mají. Například červená barva probudí a rozvíří naše emoce, zatímco modrá je uklidní. Tabulku lze využít pro výběr barev při navrhování interiéru vašeho domu či bytu, kanceláře nebo místnosti pro léčení. Když jasně stanovíte účel každé části obytného prostoru, můžete se rozhodnout pro barvy, které tento účel budou podporovat.

Jelikož každé onemocnění souvisí s poruchou určité čakry a této čakře musí být dodána barva, které má nedostatek, může být barva využívána i pro léčení různých onemocnění. Například osoba, která má „línou“ (hypoaktivní) štítnou žlázu, potřebuje modrou barvu. Když je štítná žláza příliš aktivní (hyperaktivní), je modré barvy příliš mnoho a pravděpodobně by jejímu zdravotnímu stavu prospěla barva zelená, která podporuje celkovou rovnováhu aurického pole. Pacientům se sklerózou multiplex pomáhá červená a oranžová, jelikož nejvíce zasažené bývají první dvě čakry. Každý pacient s rakovinou potřebuje barvu zlatou, protože při tomto onemocnění je aura roztržená na sedmé úrovni, která je zlatá. Tito pacienti potřebují také barvu čakry té oblasti, v níž se rakovina nachází. Takže při rakovině jater a slinivky břišní potřebují žlutou a broskvovou podle barev třetí čakry na druhé a čtvrté úrovni pole.

Slyšela jsem, že když mají hyperaktivní děti vymalován pokoj modrou barvou, pomáhá jim to se zklidnit. Některé psychiatrické léčebny také používají modrou barvu na stěnách pokojů pro uklidnění svých pacientů.

Domnívám se, že přijde čas, kdy místnosti v nemocnicích budou vymalovány těmi barvami, které pomáhají pacientům setrvat ve stavu mysli nejvhodnějším pro léčení. Trávově zelená a růžová poslouží každému k nabití a vyrovnaní srdeční čakry na druhé a čtvrté úrovni aurického pole. Jelikož každá léčivá energie musí projít centrem srdeční čakry, aby se dostala do těla toho, kdo ji potřebuje, je tato čakra pro každé léčení tou nejdůležitější. Daly by se také vyrobit velké panely z barevného skla, opatřené celospektrálním halogenovým osvětlením, které by bylo možné přemísťovat podle potřeby z místnosti do místnosti. Pokud by tam byly všechny barvy čaker, aurické pole by příslušnou barvu jenom „vypilo“. Použití tónů by pomohlo uvést

dysfunkční čakry do správného tvaru, takže by se mohly zastavit a začít otáčet ve směru hodinových ručiček, aby mohly barvu potřebnou pro léčení přijmout.

Ráda bych upozornila, že účinky barev, které jsou popsány v tabulce 9-2, neplatí bez výjimky. Pokud si určitou barvu spojíte s nějakým bolestným osobním prožitkem, může mít na vás účinek odlišný. Určité barvy milujeme, jiné nesnášíme. Náš vztah k barvám je také vyjádřením toho, co se právě děje v našem energetickém poli. Jestliže jsou první a druhá čakra (barva červená a oranžová) nedostatečně nabité, potom je oslabena i energie základní fyzické vůle žít a smyslnosti. V takovém případě bychom mohli potřebovat pro udržení emocionálního a fyzického zdraví v našem energetickém poli červenou, ale zároveň v důsledku osobního prožitku se nárůstu této barvy bráníme. Odmítáme nosit červené a oranžové věci, protože zvyšování jejich energií v aurickém poli by mohlo vyvolat k životu osobní emocionální prožitky, spojené s aspekty života přiřazenými k první a druhé čakře.

## Vůně mají svůj význam

Zřídka kdy vnímáme neutrálně. Pohledy a zvuky nás činí šťastnými, smutnými nebo nás rozzlobí. Libé vůně mohou v některých jedinců vyvolat extázi. Mezi emocionálními aspekty vnímání a myšlenkami existuje vzájemný vztah: příslušné vůně nám pomůžou vybavit si jídla a nápoje, které jsme kdysi jedli, a vůně určitých vonných tyčinek nás spojí s hlubokým spirituálním prožitkem, který jsme měli při náboženském obřadu, u kterého se užívaly. Vůně nějakého parfému nám vrátí příjemné chvíle prožité s někým, koho jsme milovali a kdo tento parfém používal. Přirozené vůně těla nám mohou připomenout krásu fyzického milování se s někým. Jakmile vstoupíme do těchto pozitivních stavů, naše pole bude mít rovněž jejich pozitivní konfiguraci a můžeme začít s léčením. Taková je síla vůní.

Čich byl jedním z prvních smyslů, které se v průběhu našeho vývoje začaly rozvíjet. Zaznamenává ho olfaktorický (čichový) systém, který přivádí impulz do oblasti středního mozku a k limbickému systému. Tyto dva systémy spolu vždy souvisejí. Limbický je přímo spojený s těmi našimi emocionálními reakcemi, které se také nazývají živočišnými instinkty. Tyto činnosti, týkající se potravy, obrany a sexuálního chování, jsou ústřední pro přežití jednotlivce, lidí i všech ostatních živočišných druhů.

TABULKA 9-2 ÚČINEK BAREV

<b>červená</b>	Zvyšuje spojení se zemí a posiluje základní životní instinkty, jako je vůle žít ve fyzickém světě. Nabíjí, chrání, zastiňuje. Dobrá pro všechny orgány v oblasti první čakry.
<b>hněd' kaštan.</b>	Spojuje vášnivé zaujetí s vůlí.
<b>růžová</b>	Pomáhá milovat, přináší aktivní lásku k ostatním. Velmi účinná pro srdce a plíce.
<b>světle růžová</b>	Poskytuje něžnou a snášenlivou lásku k ostatním.
<b>broskvová</b>	Dává duši měkké, rozšiřující se světlo.
<b>oranžová</b>	Nabíjí sexuální energii a zlepšuje imunitní systém. Dobrá pro všechny orgány v oblasti druhé čakry. Nárůst ambicí.
<b>žlutá</b>	Přináší jasnější myšlení a smysl pro přiměřenost. Užitečná pro

všechny orgány v oblasti třetí čakry. Čistí mysl.

**zelená** Posiluje rovnováhu a pocity plnosti života: jsem v pořádku, ty také a svět je krásný. Dobrá pro všechny orgány patřící ke třetí čakře - srdce, plíce a ostatní.

**modrá** Dává mír, pravdu a smysl pro řád. Pomáhá s vyjádřením vlastní pravdy, se zvýšením citlivosti a vnímáním vnitřního učitele. Vhodná pro všechny orgány v oblasti páté čakry, např. štítné žlázy. Používá se k vypalování ran ve spirituální chirurgii.

**tmavomodrá** Ujasňuje záměr.

**indigová modř** Otevírá spirituální vnímání, přináší pocit extáze. Napomáhá spojení s hlubším mystériem spirituálního života. Užitečná pro všechny orgány umístěné poblíž šesté čakry.

**purpurová** Napomáhá integraci a stoupání ke spiritualitě, přináší vznešenost, úctu a schopnost vést ostatní.

**levandulová** Dává světlo a důvěru k životu. Čistí organismus od škodlivých mikroorganismů.

**bílá** Přináší spirituální rozvoj a spojení s ostatními na této úrovni; směřuje energii ven. Podporuje rozšíření pole a spojení s vnitřní čistotou. Redukuje bolest. Dobrá pro mozek.

**zlatá** Rozvíjí vyšší mysl, pochopení dokonalosti modelu a dává velkou sílu. Napomáhá spojení s Bohem a s vlastní spirituální silou. Posiluje všechny části těla.

**stříbrná** Velmi účinná pro čištění mikroorganismů, používá se po levandulové barvě. Podporuje lepší komunikaci a rychlejší pohyb. Používá se pro vypalování ran při spirituální chirurgii.

**platinová** Pro čištění agresivních mikroorganismů je ještě účinnější než světlo stříbrné.

**hnědá** Zvyšuje a obohacuje vztah k zemi, zlepšuje uzemnění.

**černá** Pomáhá dostat se do centra svého Bytí a setrvat v něm. Přináší úplný mír. Pokud je správně používána, podporuje spojení s hlubšími vnitřními tvůrčími silami. Přivede do prázdnoty, zdroje nezjeveného života, čekajícího na zrození do světa manifestovaného. Dává prožitek milosti Boží. Pomáhá vyrovnat se se smrtí. Dobrá pro léčení kostí.

Psi například rozeznají čichem, když se někdo bojí - pomáhá jim to k přežití. Víte, jak je cítit strach? Někteří lidé to umějí poznat. Na pach strachu může pes odpovědět různě, záleží to na tom, čím pach to je. Pokud je jeho vlastní, začne se chovat ostražitě, opatrně a začne hledat zdroj nebezpečí. Jestliže se jedná o strach nepřítel, má výhodu a pravděpodobně hned zaútočí. Reagujete na vůni strachu také? Jakým způsobem?

Vůně, které nás obklopují, mají na náš život značný vliv. Vsadím se, že znáte vůni svého milého či milé. Tato vůně určitě okamžitě ovlivní vaši náladu.

Používání libých vůní je tak staré jako lidstvo samo. Ve svatostáncích se pálí tyčinky, aby pomohly věřícím dostat se do posvátného stavu mysli. Muži a ženy používají svůdné parfémy, aby přitáhli toho, po kom touží. Květiny svou sladkou vůní působí

na ptáky i včely. Jestliže si přejete vytvořit doma určitou atmosféru, přidáte k osvětlení a ostatním efektům také vůně. Jaké vůně jsou vám příjemné? Jaké různé nálady s nimi máte spojené? Používáte pro různé příležitosti různé vůně? Jestliže ne, vyzkoušejte to a výsledek vás překvapí.

Protože vůně přímo a rychle vyvolávají fyziologické reakce, mohou při správném používání přinést velmi rychlé pozitivní odezvy při léčení. Aromaterapie se používá pro léčení po staletí. Tato léčebná metoda byla rozvinuta ve starém Egyptě a široce se používala v Indii a Číně. I původní obyvatelé Ameriky ji už odedávna využívali při léčivých obřadech. Teď se její obliba vrátila. Můžete si koupit aromatické oleje a esence aromatických rostlin, jaké vás jen napadnou. Některé slouží k tomu, aby vás uklidnily, jiné zaktivizují, uvolní vaše svaly, nebo vám dodají energii. Umožní vám také dostat se do různých stavů bytí. Aromatické látky slouží také pro nabíjení a vyrovnávání čaker. Pokud je správně používáte, jsou určitě účinné.

Již po staletí je také známo, že když pomažeme pokožku olejem, ulehčíme léčivé energii vstup v tomto místě. Podle mého vnitřního zraku, který používám jako součást svého vyššího smyslového vnímání, to vypadá, že některé aromatické látky používané při léčení jsou vlastně aurické esence, které vstupují přímo do aurického pole a zásobují ho energií, kterou potřebuje - podobně jako homeopatické léčebné přípravky. K uvolnění svalů dochází už při pouhém doteku „výživné látky pro uklidnění“, která je v nich obsažena. Funguje to tak rychle, že olej se ještě nemohl do kůže či svalu vstřebat. Mohu vidět, jak barevné energie aromatických látek vstupují do pole. Cesta pro jejich energetické proudění se začne otevírat již v okamžiku, když člověk sáhne po lahvičce, která je obsahuje.

Navrhuji, abyste si tuto oblast prozkoumali sami. A to nejen pro léčení, ale i pro vyladění správného prostředí u vás doma, ve vaší kanceláři nebo místnosti, ve které léčíte. Dejte si pozor, aby se jednalo o přírodní vůně, které byly zpracovány z přírodních produktů. Syntetické totiž nefungují.

## Jak vytvořit prostor, který vyhovuje z hlediska energie

Abychom udrželi energii v našem obytném prostoru čistou, musíme zaměřit svou pozornost na několik věcí. Mělo by tam mít přístup slunce. Nabíjí prostor životní energií a nedovoluje mrtvé orgonické energii, aby se tam akumulovala. Pokud se energie o nízkých vibracích v obydlení už nashromáždila, je potřeba místnost vyčistit vonným kouřem - pálením šalvěže nebo cedru. Také lze smíchat čistý alkohol (jeden kelímek) s Epsónovou solí - říká se jí také hořká sůl a jde o síran hořečnatý (jedna čtvrtina kelímku) - a zapálit. Doporučuji pěstovat hodně pokojových květin, aby docházelo mezi nimi a lidmi k trvalé výměně energií. Také hodně větrejte.

Pořádek a čistota pomáhají rovněž udržet energii čistou. Pořádek má velký význam pro udržení dobré pozitivní energie v prostoru. Je nutné, aby všechno mělo své místo. Nepořádek vytváří psychický odpor ve vašem systému a saje vaší energii. Je vyjádřením vnitřního chaosu. Vypovídá to o tom, že nejste se sebou vnitřně vypořádán. Pokud máte sklon ke hromadění věcí, které nepoužíváte, nebo se vám nelíbí, bude lepší zjistit, proč tomu tak je, protože to zasahuje do mnoha oblastí ve vašem životě. Řád je Boží princip. Pořádek slouží k udržování místa, ve kterém

konáte svůj životní úkol. Vytváří bezpečný prostor, ve kterém se mohou projevat vaše tvořivé síly.

Jedna moje pacientka, která mne navštívila, protože měla velké bolesti v kyčli, nebyla schopna uklidit svůj byt plný starých věcí. Většina z nich tam zůstala ještě po její matce. Děkala jsem, co jsem mohla, ale mé vedení mi neustále opakovalo, že k tomu, aby se její kyčel uzdravila, potřebuje vyčistit a uklidit byt. Bolest souvisela s tím, že nebyla schopna se vyrovnat s problémy, které měla se svou matkou. Její velké pocity viny neodpovídaly skutečnosti. Když se konečně zbavila viny, která nebyla reálná, a uklidila svůj byt, stav kyčle se zlepšil. Žasla jsem - s každou vyhozenou krabicí starých krámů se jí udělalo líp.

Rada stavebních materiálů a zařízení pro vybavení bytu je pro nás jedovatá nebo nevhodná. Například zářivky generují frekvenci, která porušuje auru. Produkuje také mrtvou organickou energii, následkem čehož můžete onemocnět. Odstraňte je a nahraďte jinými svítilny. Plynové spotřebiče pomáhají znečišťovat ovzduší. Když si necháte ošetřit byt proti hmyzu, budete jed vdechovat. Chemické látky, které se používají pro sterilizaci veřejných míst, například toalet v autobusech, rovněž škodí našim dýchacím cestám. Dokonce i tam, kde je lehké zjistit přítomnost jedovaté látky v ovzduší, očekáváme, že když je budeme dýchat, nebude na to naše tělo reagovat. Chováme se, jako kdyby to byl problém někoho jiného.

Ve všech velkých městech dochází nejen k znečištění ovzduší, ale do našich obytných prostor také proniká *velké* množství elektromagnetické energie. Lze to velmi obtížně poznat. Dr. Robert Becker ve své knize „The Body Electric“ popisuje jím prováděné studie, které ukázaly účinky elektromagnetického záření na lidské tělo. Vyplývá z nich, že u lidí, kteří bydlí blízko vedení vysokého napětí, dochází ke zvýšenému výskytu onemocnění leukemií a ostatních forem rakoviny.

Musíme procitnout a uvědomit si, že je nejvyšší čas zastavit znečištění a hromadění odpadů. Nejlepší je vždy začít u sebe doma. Třídte odpadky, aby se mohly recyklovat. Opravdu to není tak těžké. Ve Státech vznikl velký pracovní trh v oblasti recyklace odpadů a situace se každým rokem zlepšuje.

Zde uvádím několik doporučení, týkajících se znečištění v prostorách, kde žijete a pracujete:

- Nebydlete v blízkosti vedení vysokého napětí.
- Používejte dobrý systém pro zvlhčování vzduchu. Nepoužívejte ultrazvukové zvlhčovače, které vrhají do vzduchu jemné částice, protože mohou způsobit nemoc.
- Pořídte si ionizátor (výroba negativních iontů).
- Filtrujte vzduch.
- Filtrujte vodu dobrým třístupňovým filtrem. Používejte ho pro celý dům. Na trhu už existuje značný výběr těchto výrobků.
- Abyste se vyvarovali nedostatku světla v zimě, přidejte k osvětlení plnospektrální svítilna, přednostně halogeny, nebo si kupte pro tento účel speciální svítilno (2 500 luxů). Zapínejte je na 1 hodinu denně.
- Odstraňte zářivky.

- Pokud máte plynové spotřebiče, pořídte si detektor úniku plynu.

## Jak vytvořit prostor pro léčení

Je velmi důležité, abyste se starali o své potřeby týkající se prostředí, ve kterém se budete léčit. Pamatujte si, že nevytváříte pokoj pro nemoc, ale pokoj ve kterém se budete uzdravovat. Čím více se obklopíte předměty, které vám budou připomínat, kdo doopravdy jste, tím příjemnější pro vás čas léčení bude. Snažte se, aby váš pokoj byl plný života, radosti a hry. Uspokojte všechny své fyzické potřeby včetně drobností, a věnujte také péči osvětlení, hudbě, stravě a tomu, aby kolem vás byly vaše oblíbené předměty. Uvádím zde seznam věcí, které je dobré mít v pokoji, kde se léčíte:

- nějaké předměty, které vyjadřují všechny aspekty vaší osobnosti;
- hodně světla, pokud to nevadí vašim očím;
- obrázky z barevného skla pověšené v oknech;
- krystaly vytvářející ze slunečního světla duhu -pověste si je rovněž do oken;
- vaše oblíbené obrazy nebo jiné předměty pověšené na stěnách;
- pokojové rostliny a květiny;
- oblečení v jasném odstínu vaší oblíbené barvy;
- předměty, které máte rádi;
- kazety nebo CD s oblíbenou hudbou ve vašem dosahu;
- jídla, která vám chutnají a která odpovídají vaší dietě;
- měkké předměty, kterých se můžete dotýkat nebo je držet, když se budete cítit osamělí;
- vůně, které vám přinášejí radost;
- fotografie přátel;
- čerstvý vzduch.

Musíte mít jistotu, že energie prostoru, ve kterém žijete, vyjadřuje, kdo jste.

Složení této energie je pro vaše zdraví a pohodu velmi významné. Když vybíráte nábytek, nezapomeňte, že i on přispívá ke složení energie v pokoji. Jeho tvar i velikost jsou důležité pro vaše aurické pole. Já například nemám ráda nízké stropy, protože cítím, jak moje aurické pole jimi proniká, a působí to na mne tísnivě, jako kdybych tam byla vmáčknutá. Ze stejného důvodu mám ráda velké pokoje. Využijte všechny informace, které zde byly k těmto otázkám uvedeny, aby vám pomohly odpovědět na níže uvedené otázky týkající se vašeho obytného prostoru.

*Na co je dobré se sebe sama zeptat -obytný prostor:*

Je příjemný a útulný ?

Vyhovuje vám osvětlení - je tam odpovídající počet světel ?

Má barvy, které se k vám hodí ? Potřebujete tam mít rostliny ?

Naplňuje prostor všechny vaše aspekty ?

Co by bylo ještě potřeba přidat, aby tam byly opravdu všechny ?

Jak se vyjadřuje k vašemu zdraví ?

Jak se vyjadřuje k vaší nemoci ?

Co z něj mohou nejbližší vyčíst o vaší duši ?

Říká jasně, kdo jste, nebo je tam zastoupena pouze část vás, která potřebuje péči, pozornost a lásku ?

Je uspořádán tak, jak se vám to líbí, nebo je tam něco, co vás už léta obtěžuje a co jste neměli sílu změnit ?

Nacházejí se tam věci, které nepotřebujete ani nechcete, ale nedokázali jste je vyhodit ?

Které další oblasti vašeho života to ovlivňuje ?

Co ještě by bylo potřeba vyhodit ?

Jaký strach vám to nedovolí ?

Jak obytný prostor ovlivňuje vaše vztahy ?

Vyjadřuje energie prostoru, kdo jste ?

Odpovězte si na dále uvedené otázky i pro prostor, ve kterém pracujete, ať už jste někde zaměstnán/zaměstnaná, nebo podnikáte.

*Na co je dobré se sebe sama zeptat -pracovní prostor:*

Jakou má váš pracovní prostor energii ?

Jak vypadá vaše pracovní místo a jak ho vnímáte ?

Jak vypadá celé pracoviště ?

Je tam pořádek ?

Jakým způsobem vyjadřuje, kdo jste ?

Slouží vám dobře ?

Co dalšího byste potřebovali, abyste mohli dělat svou práci dobře ?

Vyjadřuje energie pracoviště, kdo jste ?



## DESÁTÁ KAPITOLA

**FYZICKÉ TĚLO JAKO NAŠE SPIRITUÁLNÍ OBYDLÍ**

Ze spirituálního hlediska jsou naše těla nástrojem, který nám umožňuje splnit určitý úkol ve fyzické realitě. Když začneme na své tělo takto nahlížet, péče o něj se pro nás stane důležitou. Nejenže chceme, aby naše tělo bylo zdravé, ale také si přejeme, aby bylo tak čisté, abychom mohli žít v nejvyšším možném souladu s přírodou a s nejvyšší možnou citlivostí ke svému vyššímu smyslovému vnímání. To, co se nám předtím zdálo zdravé, může se nám teď jevit jinak. Například požívání těžkých mas, cukrů a pití povzbuzujících nápojů jako například kávy, naše smysly otupuje. Oděv může zvyšovat nebo snižovat proudění energie našimi těly. Hygiena je významná také proto, že pomáhá udržet naše energetické pole čisté. Nový názor na péči o sebe nejenže pomáhá zlepšovat zdraví, ale zvyšuje také naši citlivost k vlastnímu energetickému poli a také ke všem polím okolo nás.

**Fyzické tělo a osobní hygiena**

Kůže je největší vyměšovací orgán našeho těla a musíte ji udržovat tak, aby byla plně funkční. Používejte přírodní a netoxická mýdla a dbejte, aby vaše přípravky na čištění pleti měly pH vhodné pro vaši pleť. Kůže má přirozený kyselý povlak, který ji chrání před infekcemi. Jestliže je vaše mýdlo příliš alkalické, povlak odstraní a infekce do těla snadno proniknou. Vrchní vrstvu kůže tvoří staré odumřelé buňky, které nahradily nové. Kartáček vám při sprchování pomůže je odstranit. Pokud používáte pleť zvlhčující krém nebo pleťovou vodu, dbejte na to, aby byly vyrobeny z přírodních surovin a měly vyvážené pH. To platí i pro make up. Nepoužívejte šampony a přípravky pro oplachování vlasů, které zanechávají na vlasech zbytky. Musí být také přírodní a netoxické.

Zuby si čistěte dvakrát denně a jednou použijte zubní nit. Také pastu si kupujte přírodní, nebo si udělejte směs z jednoho dílu soli a osmi dílů jedlé sody.

Kartáček si měňte každé dva týdny, nebo ho sterilizujte. Na trhu jsou už velmi dobré prostředky k odstraňování povlaku zubů. Požádejte svého zubního lékaře, aby vám nějaký doporučil. Mně se velmi osvědčily.

Jestliže jste příliš nemocní, nebo pokud jste předtím nepoužívali přírodní produkty, požádejte někoho o radu.

## Čištění energetického pole

Vaše energetické pole potřebuje očistu právě tak, jako vaše fyzické tělo. Jak už víte, pokud nepracuje správně, nahromadí se v něm stagnující energie. K tomu dochází, když v sobě zadržujete negativní pocity nebo jste dlouho vystaveni stresu, když jste vyčerpaní a vysílení a někdy také, když jste vystaveni těžké negativní energii ostatních. Tmavá masa podobná mraku se akumuluje ve druhé úrovni pole a těžký mazlavý sliz v úrovni čtvrté. Tento stav lze rozpoznat podle toho, že se začnete jinak cítit. Můžete mít bolesti hlavy či bolesti ve svalech v těch oblastech, kde je energie naakumulovaná. Nebo si budete připadat těžkopádní, unavení, popudliví a může vám být také špatně od žaludku. Někdo má pocit, že váží o metrác víc, jiný že je přiotráven. Může to také vypadat, jako když se o vás pokouší chřipka. Toto všechno jsou signály, že je potřeba co nejrychleji energetické pole vyčistit, jinak byste mohli onemocnět. Uvedu několik způsobů, jak odstranit mrak stagnující energie a slizu ze svého pole.

### *Koupele*

Jeden z neúčinnějších způsobů vyčištění pole je připravit si tuto koupel: Do vany nasypete půl kilogramu mořské soli a půl kilogramu jedlé sody. Je to velmi účinné, takže se pravděpodobně budete cítit energeticky vyčerpaní. Ale pokud jste do sebe nabrali hodně negativní energie nebo v sobě máte množství energie s nízkými vibracemi, je dobré na to jít takto. Voda nesmí být příliš horká. Musí mít nižší teplotu než vaše obvyklá koupel. Pokud máte nízký krevní tlak, buďte s teplotou vody opatrní, mohli byste ve vaně ztratit vědomí, a to jistě nechcete. Kdyby se vám začala motat hlava, vylezte a přidejte studenou vodu. Koupel má trvat dvacet minut. Potom se položte na sluníčko na deset až dvacet minut, aby se vaše pole mohlo znovu nabít. Nezapomeňte chránit kůži ochranným krémem či mlékem. Výsledkem budete určitě překvapeni.

Na trhu jsou i jiné koupele na pročištění energetického pole. Navštivte nejbližší obchod, který se zabývá zdravou výživou, a vyzkoušejte si některé z nich. Existují koupele na povzbuzení nebo k odstranění mléčné kyseliny z bolavých svalů po namáhavém cvičení, či pro lepší spánek.

Je příjemné spojit koupel s hudbou a světlem svíček. Napomáhá to k tomu, abyste se dostali do hlubokého léčivého stavu. Můžete si také dělat vizualizace.

### *Vyčištění pole vonným kouřem*

Své energetické pole můžete vyčistit také pomocí vonného kouře. Použijte šalvěj, cedr, sweetgrass (druh prérizní trávy - pozn. překladatele), nebo jejich kombinaci, kterou si můžete zakoupit. Nechte kouř pouze procházet svým aurickým polem - mrtvou orgonickou energii vezme s sebou. Dbejte, abyste měli otevřená okna a dveře. Ještě lepší je to dělat venku. Pole čistí také některé druhy vonných tyčinek. Experimentujte.

### *Krystaly*

Vezměte si do ruky čistý, průzračný krystal křemene, najděte ve svém těle místo s nízkými vibracemi a nasměřujte je do krystalu. Soustředte se na tento záměr. Funguje to pouze tehdy, pokud jste schopni udržet při tom mysl úplně vyprázdněnou

od jiných myšlenek. V okamžiku, kdy se vaše mysl a záměr dostanou někam jinam, čištění se zastaví a negativní energie se vrátí zpět do vašeho aurického pole. Jestliže máte dostatečnou praxi s meditacemi a umíte ve svém poli nalézt energii o nízkých vibracích, mohlo by se vám to podařit. Nezapomeňte potom krystal vyčistit.

Způsobů, jak vyčistit krystaly, je několik. Nejjednodušší je dát je ven na slunce a tam je nechat jeden den. Jestliže žijete u moře nebo oceánu, můžete je položit do mořské vody a zasypat pískem na jedno odpoledne nebo celý den. Musíte si dát pozor, aby se vám neztratily. Nebo je můžete nechat namočené přes noc v tomto roztoku: čtvrt čajové lžičky mořské soli nasypete do půl litru pramenité vody. Uvedené způsoby mám vyzkoušené a spolehlivě fungují. Slyšela jsem, že někdo dává krystal na jeden den jenom do suché mořské soli. Marcel Vogel je čistí proudem energie, který vyše z třetího oka a energii vytáhne rukou. To ovšem vyžaduje praxi.

### *Pročesávání aury*

Jiný dobrý způsob, jak auru vyčistit, je použití „aurického kartáče“. Dělá se to stejně, jako když si kartáčujete vlasy. Potřebujete k tomu partnera. Partner se postaví, dá nohy od sebe na šířku ramen, ruce má volně podél těla a zavře oči. Postavíte se před něj, roztáhnete hodně prsty a dáte ruce co nejvýše nad jeho hlavu. Potom si představíte, že vaše prsty jsou o 15 cm delší. Prodloužené prsty obou rukou vytvoří aurický kartáč. Začnete auru kartáčovat dlouhými pohyby bez zastavení shora dolů. Když dosáhnete na zem, nadzvednete spodek pole. Pohyb od místa nad hlavou až na zem nesmí být přerušen. Pokud byste ho přerušili, musíte se vrátit znovu nahoru. Potom se o kousek posunete a budete pokračovat hned vedle místa, kde jste pracovali naposled. Takto obejdete celé tělo, až se vrátíte na místo, kde jste začínali. Musíte postupovat velmi pečlivě, abyste žádné místo nevynechali. A teď se vyměníte. Je to velmi uklidňující a pomáhá to spojit se se zemí. Hezky si to užijte.

## **Šaty a šperky**

Stává se vám, že otevřete svůj šatník a máte pocit, že si nemáte co vzít na sebe, ačkoliv je plný šatů? Možná, že potřebujete šaty barvy, která tam schází. Vaše energetické pole na barvy vašeho oblečení reaguje. Obvykle nosíte šaty barvy, které máte nedostatek, anebo barvy, se kterou se ten den cítíte být v souladu. Když například budete potřebovat víc fyzické energie, obléknete si asi něco červeného. Zlost zabarvuje pole do tmavě červeného odstínu. Když jste rozzlobená a nechcete vyvolat hádku, bude lepší, když váš oděv nebude červený - mohlo by to posílit váš hněv. Na druhou stranu zase červená napomáhá uvolňování negativní energie. Také vás před jejím přijímáním ochrání. Barvy šatů, které nosí lidé kolem vás, také vaši náladu ovlivňují. Tabulka 9-2 (viz devátá kapitola) platí i pro užívání barev pro odívání.

Jestliže jste nemocní a nemáte velký výběr barev u pyžam nebo nočních košilí, můžete požádat někoho, aby vám přinesl z vaší skříně oděv barvy, kterou potřebujete, abyste se na ně mohli dívat a barvy absorbovat. Zkuste nosit pyžama různých barev. Nebo si podle vzorníku barev vyberte nějakou, která je pro vás vhodná, a požádejte kamarádku, aby vám koupila kousek plátna v této barvě. Položte si ho na postel. Pomůžou také barevné žárovky a velké zelené reflektory. Květiny také mohou svými barvami vaše okolí rozjasnit.

Moje přítelkyně léčitelka mi vyprávěla o své nemocné klientce, jejíž stav se zlepšil poté, co začala nosit červené ponožky, které jí dodávaly energii.

Noste věci z přírodních materiálů. Mají velmi pozitivní účinek na vaše energetické pole, obohacují a vyživují ho. Bavlna, hedvábí a vlna jsou nejlepší. Látky ze směsi přírodních a umělých vláken jsou také v pořádku, dbejte jenom, aby přírodních vláken bylo víc. Látkám, které jsou vyrobeny z vedlejších produktů ropy, je dobré se vyhýbat, zvláště pokud si myslíte, že byste na ně mohli být alergičtí. (Jedná se o akryl, polyester a nylon.) Zasahují do přirozeného energetického proudění lidského energetického pole a ruší ho. Nylonové punčochové kalhoty silně narušují energetický tok v nohách směrem nahoru i dolů a podle mého názoru mají na svědomí mnoho onemocnění, které se u žen v současnosti objevily. Doporučila bych vám, abyste je nosili jenom, když je to nezbytně nutné. Pokuste se sehnat hedvábné punčochy.

Když nosíte šperky nebo krystaly, ověřte si, že se jejich vibrace hodí k vibracím vašeho pole. Vyzkoušejte to tak, že je sevřete pevně v dlaní a budete vnímat, jak na vás působí. Je jejich energie těžká nebo lehká? Ostrá nebo měkká a hebká? Bodá do vašeho pole, anebo ho jemně konejší? Zrychluje ho a žene do vyšších obrátek, anebo ho zpomaluje a uklidňuje? Nabíjí vás tím druhem energie, který potřebujete, anebo z vás tahá energii, protože jeho vibrace jsou pro vás příliš pomalé? Pokládejte si je na různá místa těla, abyste pomocí energie zjistili, kde je to pro vás příjemnější. Tak co, budete šperk nosit?

Možná, že ve vašem aurickém poli schází určitá barva. Položte si otázku, za jakým účelem nosíte svůj krystal. Je to ono? Zeptejte se svého duchovního průvodce, co máte s krystalem dělat. Vyzkoušejte takto všechny své šperky a krystaly.

Když nosíme předměty, které předtím patřily někomu jinému, jehož energie nebyly s našimi slučitelné, můžeme onemocnět. Abyste se toho vyvarovali, pokud od někoho dostanete nebo zdědíte starý šperk, namočte ho na týden do slané vody. Roztok připravíte ze čtyř polévkových lžic mořské soli a jednoho litru pramenité vody. Když je to možné, dejte roztok se šperkem na slunce.

## **Životní energie obsažená v naší potravě**

Každé jídlo, které konzumujeme, je naplněné životními energiemi a nese v sobě jejich určitou kombinaci. To znamená, že když něco jíme, vstřebáváme energii v potravě obsaženou. Pokud se jedná o energii, kterou naše pole potřebuje, pomůže nám udržet zdraví. Pokud není pro vaše pole vhodná, pak vašemu zdraví prospívat nebude.

Vysvětlení toho, jakým způsobem nás ovlivňuje životní energie obsažená v potravinách, by vyžadovalo další vědecké bádání. Otázkou životní energie v potravě se zabýval vynikající Michio Kushi, který se věnoval makrobiotice, a dr. Hazel Parcellesová, lékařka žijící v Albuquerque v Novém Mexiku, která ve svých studiích porovnávala životní energii obsaženou v produktech pěstovaných bez použití umělých hnojiv se životní energií produktů, u kterých se použily pesticidy.

Makrobiotika v podstatě rozděluje potraviny podle jejich energie na dva druhy: obsahující jin neboli ženskou energii a obsahující jang neboli mužskou energii. Potřebujeme určitou kombinaci typů potravin podle energie, kterou obsahují. Kombinace se mění v závislosti na nás, na ročním období a na místě, kde žijeme.

Makrobiotické stravování je u nás velmi oblíbené. Setkala jsem se s mnoha lidmi, kterým velmi prospělo. Pro jiné to vhodné nebylo - jejich organizmus se nedokázal této stravě přizpůsobit. Možná to byla příliš drastická změna oproti jejich dlouholetým stravovacím návykům, nebo to prostě nebylo to pravé, co v té chvíli jejich těla potřebovala.

Dr. Hazel Parcellesová se už dlouho zabývá léčitelstvím. V době, kdy píšu tuto knihu, se dožila 103 let a stále ještě pracuje. Měřením životních energií v potravě se zabývala mezi prvními. Zjišťovala, zda potraviny mají „život podporující“ a „život povzbuzující“ rychlost energie. (Energetickou rychlostí nazývala frekvenci pulzací.) Vyvinula metodu měření rychlosti životní energie pomocí kyvadla. Jestliže naměřila u určité potraviny rychlost nižší než život podporující a život povzbuzující, doporučila jídlo nekonzumovat. Pokud ho sníte, jenom ze svého systému energii odebíráte.

Podle dr. Parcellesové jsou dvě hlavní příčiny, které rychlost energie snižují.

První je znečištění z pesticidů a podobných látek a druhou kyselý déšť. K tomu, aby byla pro naše tělo potrava zdravá, musí si udržet frekvenci pulzací nejméně tak vysokou, jako je rychlost pulzací v našem aurickém poli. Čerstvé, organicky pěstované produkty mají vždy energii vyšší, než ty, které jsou znehodnocené pesticidy. Organická potrava obsahuje vibrační modely životní energie, které jsou pro naše zdraví potřebné. Je pro nás zdravá nejenom proto, že zachovává normální energetický model produktu, ale udržuje také intenzitu a rychlost vibrací, které jsou pro udržení života nutné. Obsahuje také více živin jako jsou minerály a vitaminy.

Dr. Patrick Flanagan a dr. Gael Crystal Flanagan z Flagstaffu v Arizoně pozorovali účinek složek výživy na krev pomocí speciálního mikroskopu po mnoho let. Zjistili, že organicky pěstovaná syrová zelenina a ovoce, stejně jako šťávy z nich, okamžitě pozitivně ovlivňují krev. Obsahují také stopové prvky a enzymy, které slouží v krvi jako katalyzátory. Tekutiny, které se nacházejí v buňkách organicky pěstované zeleniny a ovoce, mívají vysoký zeta potenciál a negativní elektrický náboj. Zeta potenciál je síla, která udržuje miliony cirkulujících buněk, které vyživují naše tělo, v odděleném stavu. Cirkulace krevních buněk je také udržována tímto způsobem. Jestliže je zeta potenciál nízký, toxiny nemohou být vyřazené, složky výživy nemohou být dopravované do buněk a celý systém se zahlučuje. Flanaganovi objevili, že jedy a znečišťující látky mohou v potravě, kterou jíme, zeta potenciál zničit. Nasycené tuky a živočišné tuky obsažené v mléku, mléčné produkty, smažené brambůrky, konzervované potraviny a masa se mohou podílet na zvýšené srážlivosti a viskozitě krve. To zpomaluje tok krve a snižuje její schopnost dodávat buňkám výživné látky. Zastavuje se také vylučování toxinů. Některé pozitivně nabitě ionty, například iont hliníku, extrémně narušují rovnováhu biologického koloidního systému. Proto se nesmí používat hliníkové hrnce a pánve na vaření. Měli bychom se vyhýbat výrobkům, které hliník obsahují - např. antacidům (látkám snižujícím kyselost žaludku neutralizací - pozn. překladatele), práškům do pečiva a deodorantům.

Pesticidy nejenom že snižují rychlost vibrací produktu pod hranici podpory života, ale deformují také model jeho pole a mění tedy jeho charakter. Čím více pesticidů se v produktu nachází, tím více deformované a oslabené jeho energetické pole je. Dr. Parcellesová našla způsob, jak odstranit negativní energetické dopady jedů z celých kusových potravin, např. z ovoce, zeleniny a vajíček. Recept je tak jednoduchý, že to může znít až absurdně, ale doopravdy obnovuje původní model a intenzitu energetického pole potravinového produktu. Metodu lze použít pro zeleninu, ovoce,

celá zrna a vajíčka. Nefunguje to u potravin, které už mají porušená energetická pole, například u mas, drůbeže, konzervovaných potravin, mletých zrn a mléčných výrobků.

Naplňte dřez studenou vodou. Přidejte jeden plný uzávěr Cloroxu. Musí to být ale čistý Clorox, bez přídavku vůní nebo něčeho podobného. Ponořte všechnu zeleninu, ovoce a vajíčka, která jste přinesli z obchodu, do roztoku. Nechte je máčet po dobu dvaceti minut. Potom všechno opláchněte ve studené vodě a po oschnutí uložte jako obvykle do ledničky. To je všechno.

Dr. Parcellesová také zkonstatovala, že další způsob, jakým potraviny ztrácejí svou energii, je vaření. Po uvaření ztrácejí frekvenční rychlost a vibrace mají rychlost nižší, než postačuje k zachování života. Když takovéto jídlo sníte, vibrace vašeho pole se sníží. Vaše pole si musí energii doplnit, a tak si ji vezme z jiného zdroje, například ze zaživacích orgánů, a energii z potravy jako nepotřebnou z pole vyloučí. Lepší je v tomto případě nejíst nic. Věnujte pozornost tomu, aby jídlo, které jíte, bylo čerstvé. Převařené jídlo také snižuje životní energii v něm obsaženou. Je lepší zeleninu lehce povařit v páře, než ji dlouho vařit ve vodě. energii v potravinách ovlivňují také další faktory. Když jsou zvířata vedená na porážku plná hrůzy, jejich aury mají odpovídající konfiguraci. Tato energie, která je šedobílá s ostrými hroty, vstupuje do pole osoby, která maso jí. Její aurické pole bude muset být potom od této energie očištěno. Podle mého názoru je to jeden z důvodů, proč rabíni provádějí obřad před každou porážkou dobytka na „košer“ maso.

Aby v mase zůstala energie čistá a synchronizovaná se zemskými energiemi, zabíjeli původní obyvatelé Ameriky jenom tolik zvířat, kolik potřebovali k nasycení. Dělalí to s úctou a vděčností. Požádali při obřadu o povolení nasytit se masem zvířat, která uloví a zabijí. Tímto způsobem udržovali holograficky na čtvrté úrovni spojení se zvířaty, která považovali za rovnocenné obyvatele Země. V ceremonii se sdělovalo, že člověk, který dnes maso požije, bude jednoho dne také sloužit k nasycení ostatních forem života, a tedy bude sloužit k udržování velkého cyklu života stravujícího jiný život, aby mohl sám zůstat zachován. Takto zůstávali spojení s Boží vůlí.

Syntetické vitaminy a minerály nemají energetické pole přírodních vitaminů a minerálů potřebných pro vaše energetické pole, nebudou tudíž naplňovat potřeby vašeho aurického pole.

Příprava léků také neprobíhá s ohledem na lidské energetické pole. Rada z nich má na něj silný negativní účinek a způsobuje pokles a změnu normálních vibračních úrovní, které jsou pro udržení zdraví nezbytné. Homeopatika jsou naproti tomu léky energetickými, které působí přímo na aurické pole a přes něj na tělo fyzické.

## **Stravovací návyky a aura**

Jakmile pocítíte hlad, potřebujete se najíst. Pokud aurické pole neobdrží všechny druhy energií, které potřebuje, a potrava je nedostupná, začne být velmi vyčerpané. Čím déle trvá hlad, tím je vyčerpání pole horší. Vyčerpává se dál v oblastech, kde příslušné energie scházejí a kde je pole tím pádem už oslabené. Jedním z největších problémů při léčení onemocnění zad je nutnost zabránit novému poranění. Dochází k němu vždy, když je klient hladový. Žádám své pacienty, aby s sebou nosili do práce malý sáček oříšků a rozinek. Pokaždé, když se opozdí s jídlem, mohou si trochu vzít,

aby zvedli hladinu krevního cukru. Tímto způsobem se podaří zraněním zabránit. Úroveň cukru zřejmě ovlivňuje pevnost svalů a také fyzické uvědomění si toho, co je pro ně vhodné a co ne.

Přejídání naopak způsobuje, že vibrace v poli poklesnou a člověk se dostane do stavu deprese. Aura je v tomto případě tmavá, plná slizu a toxinů.

Když dostatečně nepijete, začne se vaše energetické pole stahovat. Když dlouho trpíte žízní, začne pole být křehké. Pokud žízeň trvá dál a dochází k dehydrataci, začne se pole tříštit na kousky.

Když jíte, věnujte jídlu plnou pozornost a dbejte, ať je na talíři hezky upravené. Nechte si na něj dost času. Pořádně ho rozkousejte. Neplánujte před jídlem žádné stresující jednání. Stres okamžitě ovlivní třetí čakru, kterou zavře a stáhne. Třetí čakra, jak víte, přináší životní energie do zažívacích orgánů. Uvědomte si, že potrava slouží pro nasycení vašich buněk a stává se tak součástí vašeho těla. Než se pustíte do jídla, udělejte si malou meditaci s rukama nad svou potravou, aby se vaše energie synchronizovaly. Vizualizujte, jak vás potrava nasycuje. Vzdejte za ni díky. Když začnete s jídlem, sledujte potravu, jak do vás vstupuje, prochází vašim zažívacím systémem a dál až do jednotlivých buněk. Pomůže vám to ji ocenit.

## Všeobecné rady - co je dobré jíst

Každý potřebuje mít sestavený jídelníček přímo na míru. V průběhu času a s ročními obdobími se bude výběr jídel měnit. Jestliže máte nějaké těžkosti, trpíte například nadýmáním, nechte se vyšetřit, na co byste mohli být alergičtí, či která část vašeho zažívacího traktu nefunguje správně. Vyčerpanost, závratě, neschopnost jasně myslet a dokonce i vybočení páteře se mohou vztahovat k alergiím na potraviny. Nadýmání po jídle je u nás pro lidi středního věku velmi obvyklé a často souvisí s neschopností těla strávit karbohydráty a polysacharidy. Mnohá onemocnění, například Crohnova nemoc, ulcerózní kolitida, divertikulitida, celiakální maladsorpční syndrom, cystické fibrózy a chronický průjem, mohou být léčeny nebo zmírněny prostřednictvím speciálních diet s nízkým obsahem karbohydrátů.

Jestliže jste zdraví, pravděpodobně vám vaše stravování vyhovuje. Netroufla bych si vám doporučit určitou dietu, protože každý člověk má své specifické potřeby a potřebuje něco jiného. Ale některé obecně platné rady zde uvedu.

### *Jezte pouze organickou potravu*

Organická potrava má silnější energetické pole a dost vysokou rychlost vibrací, aby život udržovala a povzbuzovala. Pokud je pro vás nemožné ji získat, používejte metodu dr. Parcellesové k čištění zeleniny, ovoce a vajec, aby se vám podařilo v potravě obnovit původní energetické vzorce. Nejezte konzervované potraviny. Jestliže si už něco takového koupíte, určitě si přečtete na obalu, jaké konzervační látky jsou v jídle obsažené. Pijte jenom pramenitou vodu balenou ve skle, nebo používejte dobrý filtrační systém.

## *Co jíst*

Vaše strava by se měla skládat hlavně z obilovin (celá zrna), různých druhů ořechů, semínek a čerstvé, organicky pěstované zeleniny a ovoce, podávaných v souladu s ročními obdobími. To znamená například více kořenové zeleniny v zimě, abyste se mohli synchronizovat se zimními zemskými energiemi. Můžete také jíst čerstvé ryby, organická netučná masa, například krůtí nebo kuřecí prsa či jehněčí -záleží to na tom, co vaše tělo potřebuje. Na saláty používejte pouze zastudena lisované nenasycené oleje. Některé studie naznačují, že určité oleje, např. olej z tresčích jater nebo lněný olej, mohou snižovat hladinu cholesterolu v krvi. Mají také vysoký obsah vitamínu A. Pokud vám budou vyhovovat, můžete je do svého jídelníčku zařadit.

Jídlo upravujte vařením v páře a krátkým opečením všude, kde to jde. Pokud je to možné, jezte ho syrové. Jezte celozrnný chléb a těstoviny. Celá zrna si uchovávají životní energii mnohem déle než mouka. Je dobré míchat obilná zrna, kukuřici a fazole, abyste měli ve stravě obsažené kompletní proteiny. Suché fazole se musí pomalu a důkladně uvařit, aby byly lépe stravitelné. Sójové boby působí mnoha lidem zažívací problémy. Pokud vám fazole způsobí nadýmání, znamená to, že jste potravu úplně nestrávili. Prozatím je vyškrtněte ze svého jídelníčku. Zkuste tofu, asi je pro vás lepší.

Kupujte jenom čerstvé oříšky a uchovávejte je v chladničce. Žluklé oříšky velmi zatěžují trávicí systém, raději je nejezte. Myslete na to, že ořechy obsahují hodně olejů a zvažte, zda jsou pro vás dobré. Nejezte jich příliš mnoho.

## *Co nejíst*

Vyškrtněte potraviny, ke kterým jsou přidávána chemická konzervační činidla. Jak jsem již několikrát zdůraznila, rychlost jejich vibrací život nepodporuje. Nejezte mnoho potravin obsahujících tuk, cholesterol, cukr, sůl a mléčné produkty. Omezte poživatiny kyselé, například rajčata, a ty, které obsahují stimulanty - nejčastěji se jedná o kávu a čokoládu. Mléčné výrobky a některé druhy pšenice mohou v systému produkovat hlen. Navrhuji, abyste je také omezili. Na trhu existuje řada mléčných výrobků netučných a s redukováným množstvím laktózy (mléčného cukru), zkuste je. Rada lidí reaguje negativně na lilek a zelené papriky.

Nejezte ryby žijící na mořském dně, například platýze a plotice, a ty, které pocházejí ze znečištěných oblastí. Oblasti i způsoby znečištění, a tedy i druhy ryb, které jsou jím postiženy, se mění každý rok. Sledujte příslušné informace, abyste jedli pouze to, co je pro vás vhodné.

## *Čtěte pozorně informace na obalech*

Na obalu každého potravinářského produktu lze zjistit, z čeho se skládá. Zvláště se zaměřte na proteinové snacky zakoupené v obchodech ze zdravou výživou. Dost často se jedná o new age způsob popírání faktu, že se cpeme sladkostmi. Většina z nich jenom zanáší náš organizmus odpady.

## *Sledujte množství kalorií, které obsahuje vaše jídlo*

Dnes už se dají sehnat knihy nebo informace, které uvádějí počet kalorií, cholesterolu a tuku, obsažených v určitém jídle. Je dobré se toho při sestavování svého jídelníčku držet. Existují také publikace, které uvádějí diety s vyváženým obsahem proteinů, ovoce, zeleniny, karbohydrátů a tuku. Jsou tam i vzorové jídelníčky a recepty



na přípravu jídel. Sledujte obsah těchto látek i na obalech potravin, které si kupujete. Pokud je tam nenaleznete, je snad lepší je nekoupit. Často jsou údaje na obalech zavádějící a výrobci jde pouze o to, aby se jeho produkt prodával.

Naše tělo umí lépe strávit určité kombinace potravin. Těžko stravitelné části pokrmů zůstávají ležet v zažívacím traktu a zamořují naše tělo toxickými látkami. Sliz v zažívacím systému se skládá z dlouhých provázků nestrávených proteinů. Pokud se budete řídit jednoduchými návody, jak potraviny kombinovat s ohledem na proces trávení, bude pro vaše tělo jednodušší je zpracovávat. Zrnka a zelenina se k sobě dobře hodí. Obecně platí, že i zelenina a škroby jdou k sobě. Stejně tak proteiny se zeleninou (maso a zelenina nebo ořišky a zelenina). Rovněž i listová zelenina s olejem a kyselé nebo nakyslé ovoce s olejem patří k sobě. Ale olej a sladké ovoce, jako jsou například banány a datle už ne. Musíme si uvědomit, že olej zpomaluje trávení. Co je velmi nevhodné z hlediska zažívání, je kombinace proteinů a škrobů (maso a brambory), olejů a škrobů, nebo ovoce a škrobů. Meloun s ničím nemíchejte a počkejte několik hodin s dalším jídlem. Ovoce se má jíst samotné a vůbec nejlepší je pít čerstvé ovocné šťávy ihned po jejich přípravě. Jestliže snídáte ovocné šťávy, vypijte je hned potom, co vstanete a další jídlo si vezměte až po půl hodině.

### *Voda je život*

Voda je pro naše zdraví nesmírně důležitá. Voda nese buňkám všechny živiny i kyslík. Bez vody nemůžeme ani dýchat. Lidský mozek obsahuje více než devadesát procent vody a celé lidské tělo nejméně sedmdesát procent. I kosti jí obsahují šedesát procent. Jelikož se naše těla skládají převážně z vody, má druh vody, kterou pijeme, obrovský vliv na naši pohodu a zdraví. Na Zemi jsou taková místa, kde se lidé díky „speciální vodě“ dožívají sto i více let. Flanaganovi zjistili, že tato voda je plná přírodních koloidních minerálních sluků, které jsou rozptylované pomocí elektrického náboje a zeta potenciálu. Tím se mění povrchové napětí vody a voda působí jako účinnější rozpouštědlo a zvlhčovací činidlo. Plnit své funkce v živém organismu ji umožňuje právě schopnost rozpouštět. Určité minerální látky, které jsou v této speciální vodě obsažené, mění její strukturu tak, že se začne velmi podobat strukturám nalezeným v buňkách živých rostlin - ovoce a zeleniny.

Soli hliníku se používají na srážení organických koloidů v mnoha městských vodárnách. Někdy se volné hliníkové ionty dostanou až do vody tekoucí z vašeho kohoutku. Tyto ionty neutralizují zeta potenciál ve vodě a způsobují, že je pro pití velmi nevhodná, protože snižuje schopnost krve nést výživné látky do buněk a odplavovat z nich toxiny. Proto je důležité pít pramenitou vodu nebo vodu upravovanou pomocí reverzní osmózy.

### *Vitaminy a minerály*

Užívejte pouze přírodní vitaminy a minerály. Rada lidí reaguje na některé vitaminy negativně, protože jsou citliví na pojiva, která se při výrobě vitaminů používají. Pokud se správně stravujete, pravděpodobně je ani nebudete potřebovat. Uvědomte si, že potřeba vitaminů je závislá také na tom, zda jste v nějakém napětí, nebo plníte své obvyklé pracovní úkoly. Někdy je tedy potřebovat můžete, jindy ne. Pokud jíte potravu pěstovanou na vyčerpané půdě, budete si potřebovat vitaminový deficit doplnit. Jestliže se věnujete práci v oblasti péče o zdraví a máte mnoho osobních kontaktů s velkým množstvím lidí, bude pravděpodobně nutné stravu vitaminy a minerály doplňovat. Vyberte si dobré multivitaminové či multiminerální přípravky. Potřebujete také navíc užívat vápník, draslík, hořčík a vitamin C. Kupujte si vápník

v šumivých tabletách, který se vstřebává spíše v žaludku než ve střevech. Nikdy si neberte vitamin C samotný, přidejte vitamin A a E. Dávky opět závisí na tom, co váš organismus potřebuje. Mořské řasy jsou také dobrým zdrojem vitaminů a minerálů.

Flanaganovi přišli na to, že přírodní syrová vegetariánská strava obsahuje více než dvakrát víc hořčíku než vápníku. Navíc obsahuje nejmíň pětkrát tolik draslíku než sodíku. Poměr hladin draslíku a sodíku ovlivňuje pohyb krve, zatímco rovnováha hořčíku a vápníku zase tvorbu hormonů, které řídí pohyb iontů jak do kostí a měkkých tkání, tak i naopak. Tyto hormony mohou mít přímý vliv na rovnováhu krve. Flanaganovi dále konstatovali, že tento přebytek hořčíku napomáhá uvolňovat vápník z měkkých tkání a ukládat jej do kostí, kam patří. Když dochází k převaze vápníku nad hořčíkem, uvolňované hormony dávají pokyn k odebírání vápníku z kostí a k jeho ukládání do měkkých tkání. Následkem nadbytku iontů vápníku potom dochází k poškozování jejich buněk. Celá léta jsem pozorovala tento jev v tělech svých pacientů. Byla jsem tak potěšena tím, že se to vědecky potvrdilo, že jsem to musela sdělit i vám.

Je potřeba, aby váš organismus dostával živiny po celý čas. Neberte proto všechny vitaminy najednou. Spíše je berte postupně, aby krevní hladiny mohly být udržované v dobrém stavu po celý den.

## Jak pro sebe vytvořit specifickou dietu

Pokud jste vážně nemocní, důležitou součástí vašeho plánu léčení musí být také dieta. Jaká dieta je pro vás vhodná, závisí na druhu vaší nemoci a druhu léčení, pro který jste se rozhodli. Někteří lékaři i léčitelé nejsou v tomto směru příliš fundovaní. Pokud to platí i o těch vašich, sežeňte si do svého týmu specialistu na léčení pomocí diety. Musí mít znalosti o energiích v jídle, o vyváženosti stravy a nutričních hodnotách jednotlivých potravin. Mluvte se svým léčitelem, lékařem a ostatními členy svého týmu velmi otevřeně. Váš jídelníček můžete měnit týden co týden, nebo po měsících podle vašeho aktuálního stavu. Nejenom že vás pokrmy musí nasytit podle toho, co váš stav vyžaduje, ale musí být také lehce stravitelné pro váš zažívací systém. Velmi pravděpodobně bude důležité regulovat přísun proteinů, tuku a karbohydrátů, stejně jako soli, sladkostí a povzbuzujících látek typu kávy a čokolády. Možná bude nutné podávat všechno vařené kvůli vašemu zažívání. Ať bude vaše dieta jakákoliv, vždy se dá najít způsob, jak do ní zařadit věci, které vám chutnají.

Makrobiotika je velmi rozšířený způsob stravování. Jak už jsem dříve zmínila, vím o mnoha lidech, kterým pomohla. Ale vím také o takových, kterým nepospěla. Některé z jejich základních principů jsou opravdu důležité. Je účinná při čištění energetického pole. Pokud jste podstoupili nějaký druh ozařování, uvažujte o ní. Podle rodičů makrobiotiky Michio a Aveline Kushi se při léčení nemocí způsobených ozářením velmi osvědčila. Ve své knize *Macrobiotic Diet* Michio Kushi uvádí:

„V době po svrhnutí atomové bomby na Nagasaki v roce 1945 byl dr. Tatsuichiro Akizuki ředitelem interního oddělení v místní nemocnici sv. Františka. Většina pacientů v nemocnici, vzdálené necelé dva kilometry od epicentra, výbuch přežila, ale onemocněla následkem radioaktivního ozáření. Dr. Akizuki živil personál i pacienty velmi striktní makrobiotickou dietou - jedli hnědou rýži, miso, polévku ze sójové

omáčky, mořské řasy, dýně hokaido a mořskou sůl. Konzumace cukru a sladkostí byla zakázána. Všichni z jeho oddělení přežili. "

Jiné diety, například Pritikinova nebo dieta Ann Wigmoreové, také ulehčily nemocným lidem. Znáám řadu těch, kterým velmi pomohla dieta s vysokým obsahem proteinů, kterou pro ně sestavili biochemici. Dieta Fit pro život, u které jíte ráno hodně ovoce, umožnila mnoha lidem ztratit nadváhu, cítit se zdravěji a mít víc energie. Ale stav těch, kteří trpěli candidou (kvasinková infekce) se po ní následkem vysokého podílu fruktózy ve stravě zhoršil. Neuzavírejte se před ničím, ale věnujte pozornost tomu, zda je dieta vhodná právě pro vás.

Někteří odborníci v oblasti péče o zdraví doporučují speciální půsty, diety pro pročištění organismu, nebo prostředky pro vyčištění organismu jako klystýry a speciální proplachování jater. Při jejich aplikaci je vždy nutné zvážit, zda pro vaše tělo budou vhodné a jak je bude snášet. Pokud chcete držet půst, je dobré se o tom poradit s odborníkem. Nepouštějte se do toho sami, mohli byste si ublížit.

Klystýry a podobné prostředky skutečně zajistí rychlé odstranění jedovatých látek z těla, ale také vymyjí zažívací tekutiny, které je potom potřeba nahradit. Pokud jich ztratíte přílišné množství, můžete se tím oslabit. Nikdy s těmito věcmi neexperimentujte sami, vždy spolupracujte s odborníky. Také je důležité, aby tu část klystýru, kterou do sebe zavádíte, nepoužíval před vámi nikdo jiný. Pokud jste alergičtí na kávu, nepoužívejte do klystýru kávu, ale čistou vodu. Mohly by se dostavit křeče. Na druhou stranu, pokud vám káva nevadí, může vás dobře vyčistit.

Všechny uvedené aspekty je dobré zvážit předtím, než přistoupíte k vytvoření své specifické diety.

## **Energetická cvičení pro všechna vaše těla**

Studie prokázaly, že pokud cvičíte, nejen že stárnete pomaleji, ale dokonce můžete i omládnout. Nikdy není pozdě začít. Nedávno jsem viděla v časopise Time obrázek osmdesátileté babičky, která začala dělat karate a po dvou letech získala černý pás.

Americká asociace pro onemocnění srdce doporučuje provádět cvičení aerobního typu dvacet minut třikrát týdně jako minimum. Můžete cvičit i pětkrát, když chcete. Pod pojmem aerobní jsou myšleny všechny aktivity, které pracují s velkými skupinami svalů tak, že nepřetržitě udržují tep srdce na 60 až 65 procentech jeho maximální kapacity po dobu 15 minut nebo déle. Svě maximum určíme tak, že od 220 odečteme svůj věk. Vhodný je aerobik, tanec, chůze, jízda na kole, plavání, veslování, skákání přes švihadlo a jízda na běžkách. Tato cvičení posilují oběhový systém, ale nezvětšují svalovou hmotu ani nepomáhají ztrácet váhu. Váhu začínáte ztrácet, až když cvičíte déle než dvacet minut. Pro posilování svalů byste potřebovali jiný druh cvičení. To si jistě lehce zjistíte v místním sportovním centru.

Nejlepší cesta ke snížení váhy je cvičení a správná strava, jak byla popsána v části o výživě. Bylo prokázáno, že lepších výsledků při hubnutí dosáhnete, když správnou stravu kombinujete s cvičením, než když jenom hodně omezíte příjem jídla.

Cvičení jógy je také velmi vhodné pro všechny úrovně aurického pole, ale je třeba mít dobrého instruktora. Napomáhá pevnému spojení těla a mysli a přináší hodně klidné

energie do vašeho systému. Některé pozice jsou vytvořeny tak, aby nabíjely a do rovnováhy uváděly akupunkturní meridiány. Kvůli srdci budete potřebovat jógu doplnit o aerobní cvičení.

Pravidelné plavání, tanec a aerobní cvičení nabíjejí docela dobře první úroveň pole a zajišťují, že je věnována rovnoměrná péče všem částem těla. Zařízení na cvičení používaná v posilovnách zpevňují svaly a některé orgány na první úrovni pole, ale ne tak dobře a rychle jako cvičení pohybová.

Pro úroveň jedna až tři aurického pole, tj. pro energetická těla spojená s materiálním světem, jsou dobré tai-tchi a čchi-kung, které vyrovnávají, nabíjejí a posilují pole na prvních třech úrovních. Jestliže jsou prováděna správně podle vašich individuálních potřeb, mohou posílit všechny části těla a přispět ke zdraví. Jsou také výborná pro nárůst energie, spojení těla s myslí a uzemnění. Řekla bych, že tato „měkká“ bojová umění jsou pro spojení těla s myslí nejlepší cvičení, ovšem pod vedením odborně zdatných instruktorů. Tai-tchi a čchi-kung mohou posílit i více úrovní, záleží na tom, jak jsou zaměřeny. Pokud je praktikujete s meditací, mohou posílit i vyšší úrovně. Při všech těchto cvičeních se používají speciální dechové techniky, které nabíjejí a vyrovnávají aurické pole.

## Cvičení na energetickou výměnu

Následující cvičení je výborné pro čtvrtou úroveň aurického pole. Potřebujete k němu partnera. Pusťte si nějakou hudbu, která se vám líbí, a postavte se naproti sobě. Dejte dlaně proti sobě, ale nedotýkejte se navzájem. Začněte dlaněmi stejně pohybovat podle hudby. Všimněte si, jak dobře vám to po chvílce jde. Když už se vám to zdá příliš lehké, zavřete oči a pokračujte ve sladěném pohybu. Asi vás překvapí, jak je lehké se synchronizovat s energií někoho jiného. Pokračujte, a když cítíte, že vaše pohyby jsou už sladěné, oči opět otevřete. Teď přeneste část pozornosti na sebe. Co jste dělali se svým energetickým polem, aby se mohla synchronizace uskutečnit? Pátrejte, jaké pocity jste měli, abyste poznali jak znovu vytvořit tento stav společenství s partnerem. Pak zkuste cvičení dělat s někým jiným. Jak se to lišilo? Nebo to bylo stejné? Pokračujte tak dlouho, jak chcete. A teď ještě jednou, ale bez hudby. Líbí se vám to také? Jakmile se naučíte vytvořit stav vnitřního spojení s někým, můžete to začít používat i v jiných situacích. Třeba když někdo volá o pomoc. Nebo když se zdá, že se s někým pohádáte. Zkuste to.

## Dýchání a cvičení

Pomocí řízení dechu můžeme regulovat a směřovat tok energie přes naše tělo a aurické tělo. Každé dobré cvičení ho obsahuje.

Léčitelé dýchají silně a hluboce, aby vzrostla jejich energie a síla k léčení.

Mnoho lidí v naší západní kultuře nedýchá zhluboka - dýchá pouze vrchní částí hrudníku. To způsobuje, že je jejich pole slabší, než by mohlo být. Děti používají hluboké brániční dýchání automaticky. Dýchání omezujeme až od chvíle, kdy začneme blokovat své pocity. Zadržení dechu nebo jeho ztlumení je nejlepší způsob, jak pocity

zastavit a sebe uvést do stavu znecitlivění. Plíce jsou spojené se svobodou. Když dýchání omezíme a necháme hrudník klesnout, cítíme smutek. Mělké dýchání v naší kultuře souvisí s pocitem, že jsme chyceni do pasti světa, který nemůžeme řídit a v němž se necítíme naplnění a v bezpečí.

Plné a hluboké brániční dýchání nám pomůže uvědomit si svou sílu k znovunalezení svobody. Uvolňuje také strach, který se v nás v tomto nukleárním věku drží.

Uvedu zde velmi jednoduché dechové cvičení: Rozkročíme se tak, aby chodidla byla od sebe asi na šířku ramen a směřovala dopředu, a pokrčíme kolena, nebo se vzpřímeně posadíme na židli tak, abychom měli podepřenou pouze spodní část zad. Uvolníme se. Pravým ukazováčkem uzavřeme levou nosní díрку. Zhluboka se nadechneme pravou nosní dírkou. Potom uzavřeme pravou nosní díрку pravým palcem a vydechneme levou nosní dírkou. Nadechneme se levou dírkou. Zadržíme dech. Uzavřeme levou nosní díрку pravým ukazováčkem. Uvolníme pravou nosní díрку a vydechneme. Opakujte tak, že stáhnete bránici, zatáhnete břicho a vypnete hrudník. Naplňte ho celý vzduchem. Teď můžete přidat jednoduchou mantru pro každý nádech a výdech, například svoboda, síla, zdraví. Když se naučíte vnímat pocit, který ve vás hluboké dýchání vyvolává, můžete to dělat kdykoliv.

V bojových uměních je směr síly vždy totožný se směrem energetického toku. Ostrý výbuch energie namířený na protivníka je vždy doprovázen mohutným výdechem a hlasitým výkřikem.

Bojová umění, ve kterých jsou dva lidé v interakci přes svá energetická pole, nabíjejí a posilují čtvrtou úroveň aurického pole - úroveň vzájemných vztahů. Ale nejlepší fyzické cvičení pro posílení této úrovně je podle mého názoru tanec. Tanec, to je vždy vztah, když ne k někomu jinému, tak k hudbě.

Pátá, šestá a sedmá úroveň aurického pole, to jsou energetická těla spojená se spirituálním světem. Tyto úrovně se nabíjejí, vyrovnávají a posilují pomocí speciálních cvičení, jako jsou kundalíní jóga a krija jóga, které kombinují jógové pozice s „dechem ohně“. Provádět tato cvičení doporučuji pod dohledem dobrého instruktora.

Dech ohně je typem rychlého hlasitého dýchání, při kterém používáme bránici jako pumpu. Toto cvičení velmi rychle a účinně nabíjí auru. Nakonec se zhluboka nadechneme, zadržíme dech a pomalu vydechneme. Tím, že takto dýcháme v různých jógových pozicích, nabijeme nejdříve své pole a potom nasměrujeme energii tam, kde ji potřebujeme.

Cvičit potřebujeme všichni, dokonce i když jsme nemocní. Jedna moje pacientka, která strávila mnoho let upoutaná na lůžko se zraněním páteře, byla schopna ujít s chodítkem nebo s pomocí další osoby jen velmi krátkou vzdálenost. Hodně ji to unavovalo, a tak se rozhodla, že se domluví s paní, která se nechávala najímat od majitelů psů, aby je v době jejich nepřítomnosti chodila věčnit, aby s ní chodila ven. Nejdříve ušla jenom kousek. Ale teď už několikrát obejde celý blok. Její zdraví se zlepšilo natolik, že už nepotřebuje invalidní vozík.

Ať je váš stav jakýkoliv, určitě se najdou cvičení, která můžete dělat. Je to velmi důležité. Pokud jste hodně nemocní, cvičte aspoň trochu. Dr. O. Carl Simonton uvádí ve své knize *The Healing Journey* řadu cvičení, která lze dělat na lůžku. Velmi vám to doporučuji. Vyberte si typ cvičení, který je pro vás vhodný. Pokud je to možné,

najděte si někoho, kdo dokáže sestavit soubor cvičení přesně podle vašeho zdravotního stavu. Jsou i formy tai-tchi a čchi-kung, které byly vytvořené přímo pro léčení - jsou sestavené tak, aby otevíraly všechny akupunkturální meridiány. Požádejte nějakého dobrého učitele tai-tchi, aby přišel k vám domů a pracoval s vámi. Procházka je úžasný dar. Když je teplo, běžte na sluníčko a dýchejte čerstvý vzduch. Až se zotavíte, můžete ji prodloužit. Postupně se můžete dopracovat k půlhodině až hodině rychlé chůze.

## **Odpočinek a spánek**

Když jste unavení, vaše aurické pole se stáhne a je bezvýrazné. Jeho barvy vyblednou. Paprsky světla šesté vrstvy, které jsou normálně jasné a krásné, zplihnou a poklesnou ve všech směrech. Čím déle pracujete bez odpočinku, tím více vaše energetické pole chátrá. Čím dříve si odpočnete, tím rychleji nabude aura svoji normální plnost, jas a tvar.

Někdo potřebuje odpočívat devět až deset hodin. Jinému stačí osm nebo i méně. Všeobecně platí, že když jsme starší, potřebujeme odpočinku méně. Někteří lidé odpočívají v jednom zátahu. Jiní potřebují odpočívat vícekrát v kratších časových úsecích. Jsme buď noční sovy, nebo ranní ptáčata.

Kdy a jak dlouho odpočívat je vysoce individuální. Myslím, že nejlepší je naslouchat svému tělu a zkusit se podle toho chovat. V průběhu mé léčitelské praxe, která trvala asi patnáct let, jsem bojovala s jedním problémem. Každý den mezi půl druhou a tři čtvrtě na tři jsem byla hrozně unavená. Nemohla jsem vůbec pracovat. Uvědomila jsem si, že musím změnit svůj pracovní rozvrh. Jsem ranní ptáče, a tak jsem začínala brzy. Mezi osmou až jednou jsem léčila Čtyři pacienty. Od jedné do půl druhé jsem se naobědvala a potom jsem od půl druhé do tři čtvrtě na tři spala. V léčení jsem pokračovala od tří do pěti nebo šesti. V půl druhé jsem okamžitě usnula. Pokaždé jsem sama sebe viděla, jak vcházím do bílého světla. Ve tři čtvrtě na tři jsem se probudila a byla připravená pro nový den. Cítila jsem se, jako kdybych prožila dva dny v jednom a opravdu mi to ohromně prospívalo.

Žádná pravidla pro to, jak byste měli spát a odpočívat, neexistují - odpočívejte, když se cítíte unavení a v souladu se svými tělesnými rytmy. Experimentujte. Zkoušejte, co vám vyhovuje nejlépe. Budete překvapení tím, o kolik víc energie budete mít. Není nutné mít pevně stanovený čas pro odpočinek, který byste dodržovali po dlouhý čas. Všechno se mění. Řiďte se podle sebe - plyňte s energetickým proudem, který udržuje vaši auru jasnou a nabitou.

## **Jak využíváte svůj čas**

Váš denní a týdenní časový rozvrh - to jak trávíte svůj čas, je velmi důležité pro vaši fyzickou, emocionální, mentální a spirituální pohodu. Připomínám, že každá úroveň aurického pole odpovídá určitému aspektu vašeho života. Jediný způsob, jak své pole udržet zdravé a dobře nabité, je zaměřit se na každý aspekt a věnovat mu čas. Pravděpodobně nebudete schopni se věnovat všem oblastem stejně. Ale každé z nich potřebujete věnovat aspoň pár hodin týdně. Musíte mít čas pro sebe, pro svého

partnera, rodinu, přátele, práci a společenský život a pro relaxaci. Pokud máte sklon trávit příliš času v jedné oblasti na úkor ostatních, zakomponujte si je do svého časového rozvrhu. Jestliže jste typ workoholika, naplánujte si stejně důkladně čas věnovaný sobě a čas pro svého partnera, jako to děláte s prací. Věnujte přiměřený čas rozvinutí každého aspektu života, abyste tak rozvíjeli všechny úrovně svého aurického pole. Znovu si je projdeme. Abychom udrželi své fyzické tělo a první úroveň aurického pole v dobrém stavu, musíme se věnovat fyzickým aktivitám, cvičení a musíme správně jíst.

Zdravá druhá úroveň znamená milovat sám sebe. Pečujte o sebe a dělejte všechno, co vás těší. Pro sebe potřebujete aspoň hodinu denně nebo jeden den za týden, které zasvětíte tomu, co chcete dělat. Myslím tím, že budete pečovat o sebe, ne o ostatní. Poslouchejte hudbu nebo listujte v časopisech. Zůstaňte o samotě nebo s buďte s lidmi, které máte rádi, to záleží na vás. Dělejte věci, které vás těší a na které jste si nikdy nenašli čas. Abychom udrželi v pořádku třetí úroveň, musíme věnovat čas používání své mysli. Čtěte knihy, řešte problémy, věnujte se novým myšlenkám. Čtvrtá úroveň se udržuje dobře fungujícím důvěrným vztahem a těmi přátelskými vztahy, které nás těší a pomáhají nám. Vyšší tři úrovně pole udržujeme zdravé následováním spirituálních praktik, které jsou právě pro vás vhodné - meditací, modlitbou, prací s Boží vůlí a hlubokým rozjímáním. I když onemocníte, můžete nadále udržovat své aktivity ve všech aspektech svého života. Budou se přirozeně lišit od těch, které jste předtím považovali za normální. Ve skutečnosti budete mít víc času věnovat se spirituálním aspektům. Velmi to napomůže při vašem léčení. V době nemoci dojde k největší změně ve vašem rozdělení času u pracovních činností a u času věnovaného vztahům. Čas, který jste věnovali práci nebo péči o rodinu, strávíte teď tím, že ho poskytnete sami sobě. Ze začátku to pro vás bude velmi nezvyklé, protože jste to předtím nikdy nedělali. Obzvláště těžké to bude pro ty, kteří se zaměřili v životě hlavně na práci, na níž bylo také postaveno jejich sebehodnocení.

Možná jste práci používali k tomu, abyste definovali, kdo jste. Teď přestala být aktivní složkou vašeho života. Ze začátku budete mít pocit, že vás to ohrožuje. Dejte těmto myšlenkám čas a prostor. Meditujte na toto téma, diskutujte s přáteli. Upřesněte, jakým způsobem se cítíte být ohrožení, aby vám mohli pomoci. Uvědomte si, že ať je vaše práce jakkoliv důležitá, není důležitější než vy sami. Jak se budete učit po dobu své nemoci odcházet od této sebedefinice, začnete postupně nalézat hlubší oblasti sebe sama, kterým jste ve svém rušném životě nevěnovali pozornost, takže se už dlouho krčily někde v koutku. Nejdříve se musíte naučit se o sebe starat. Zkuste to - možná dokonce přijdete na to, že se vám to líbí. Vaše zkušenosti z práce se vám budou hodit, uplatníte je ve svém novém projektu sebeuzdravování. Když jste například manažerem, budete moci využít svých organizačních schopností k vytvoření týmu a plánu pro své léčení. Nebo naopak může být pro vás příjemné nechat tentokrát někoho jiného, aby to zařídil.

Budete muset nalézt nový životní rytmus, který se bude v průběhu onemocnění měnit. Zdravý člověk má svůj životní rytmus, který považuje za přirozený. Například ráno vstává v určitou hodinu a potom se přes den, třeba v poledne, cítí ospalý. Chodí brzy do postele. Nebo je tomu naopak - je typem noční sovy. V určitou dobu dostane hlad a sní určité množství jídla, které považuje za přirozené a zdravé. Pravděpodobně bude také v určitém čase cvičit.

Neděste se, když se to všechno změní. Nenuťte se k tomu, abyste své staré zvyklosti dodržovali za každou cenu. Zdraví to neprospívá. Přecházíte do jiného rytmu, který je pro vás rovněž zdravý. Může se změnit vaše chuť k jídlu, hodiny spánku. Možná,

že začnete spát v čase, v němž jste vždy byli ospalí, ale museli jste pracovat. Můžete dokonce mít víc energie v době, kdy ostatní poklímávají. Pro vás je zdravý takový rytmus, který si zvolilo vaše tělo. Nastala ta pravá chvíle, abyste se přizpůsobili jeho novému životnímu rytmu. Je také normální, jenom jste ho trochu upravili. Možná, že se už nikdy nevrátíte k tomu, co jste předtím považovali za přirozené a normální, protože vám tento nový rytmus bude vyhovovat lépe.

*Jak pečuji o své fyzické tělo a aurické pole - některé otázky, které je dobré si položit:*

Potřebuji zlepšit některé osobní hygienické návyky ?

Jaký druh fyzických cvičení je pro mne nejvhodnější ?

Jaká strava je pro mne nejlepší ?

Jaké šaty a šperky mi vyhovují nejlépe ?

Jaké barvy potřebuji nosit s ohledem na svou náladu a zdravotní stav ?

Je pro mne má dieta vhodná ?

Vybírám si své jídlo se zřetelem na životní energii, kterou obsahuje ?

Vyhovuje mi můj časový rozvrh v celém rozsahu ?

(4/4)

## JEDENÁCTÁ KAPITOLA

# **SEBEUZDRAVOVÁNÍ POMOCÍ LÁSKY ZNAMENÁ SKONCOVAT S PERFEKCIONIZMEM**

Prvořadou roli při svém léčení hrajete vy sami. Vy jste ten nejdůležitější léčitel. Jednou z nejúčinnějších metod léčení je navázání pozitivního vztahu k sobě samému. Většinu z nás čeká na tomto poli mnoho práce. Jednoduše odmítáme akceptovat, jací jsme. Pocit viny, za níž není nic jiného, než odmítnutí stavu, v jakém se v daném okamžiku nacházíme, vyjadřuje naši neochotu přijmout sebe sama. To znamená, že když cítíme vinu za něco, co děláme nebo naopak neděláme, můžeme buď otálet s provedením činu, který situaci napraví (problém ještě nemáme zpracovaný), nebo se potrestat vinou za to, že naše činy nevyjadřují naši integritu. Cítit se vinným je mnohem lehčí, než udělat cosi, co je nezbytně nutné pro zachování naší integrity - z toho máme vždy strach. A podívat se tomuto strachu do tváře je pro nás těžší, než se obvinit. Vina strach zakryje, ale vede k sebeodmítání. Rozhodneme se pro sebeodmítání.



Sebenenávist je nejnebezpečnější epidemií a největším zdravotním problémem našich dní. Chápu, že to může znít strašně pro toho, kdo ji necítí, nebo tento problém popírá. Ale kdykoliv se při práci s klientem dostanete do dalších vrstev, naleznete uvnitř semínko sebenenávisti, které sahá velmi hluboko.

Myslím, že výstižnější než sebenenávist je termín *nízké sebehodnocení*. Uvnitř každého z nás se vede trvalý boj o sebeuznání, který velmi zřídka ustane. Každý touží být v něčem mimořádně dobrý, aby prokázal svou cenu. Nemusí to být vědomé, ale je to patrné z chování, a to jak z přílišné snahy o dosažení cíle, tak i snahy nedostatečné. Jedni to zkoušejí ještě usilovněji, jiní se ani nenamáhají. Pohybujeme se v začarovaném kruhu. Pokoušíme se (nebo nepokoušíme) dokázat svou cenu pomocí souboru norem, které jsme si stanovili v dětství. A když dosáhneme cílů postavených na těchto požadavcích, jednoduše je znevážíme a najdeme si jiné.

Sebehodnocení postavíme na tom, co sami od sebe očekáváme. Vyžadujeme však od sebe absolutní dokonalost, které není možné dosáhnout. A když se nám to nepodaří, odsoudíme se a odmítneme sebe sama. Vyžadujeme od sebe nikdy nekončící množství výkonů a úspěchů. Jakmile něčeho dosáhneme, ignorujeme to a znehodnotíme. Okamžitě se zaměříme na zdoání další překážky. Nenecháme si žádný čas na vychutnání úspěchu, neblahopřejeme si k tomu, co jsme dokázali, nebo čím jsme se stali, neoceníme pot a námahu, kterou nás to stálo. Nevěnujeme sami sobě tyto dary, které dáváme ostatním. Jen se zkuste zeptat léčitele, kolikrát léčil sebe a kolikrát ostatní. Nebo se zeptejte hudebního skladatele, dokáže-li naslouchat své hudbě bez posuzování.

Nelze se divit, že jsou lidé, kteří se dokonce ani nepokusili čehokoli dosáhnout. Pochopili, jak je tato hra nesmyslná, a odmítli ji hrát. Bohužel tím také ubili svou kreativitu, ducha, životní energii a někdy i zničili svá fyzická těla.

Příčinu tohoto jevu vidím ve dvou úrovních. Jedna je psychická a druhá hlubší - spirituální.

## **Příčina sebenenávisti na úrovni psychické**

Příčinou sebenenávisti na této úrovni je zrada sebe sama, která začíná již v časném dětství. Už jako malé děti jsme se neměli rádi, když jsme nemohli vykonat něco, co jsme považovali za svou mravní povinnost - ať už to vycházelo od nás samých, nebo to bylo vyžadováno rodičem, učitelem či jinou autoritou. Připomínám, že jsme byli malými dětmi. Naše povědomí o tom, co je možné, bylo velmi malé.

Jako všechny děti i my jsme se narodili plni bezpodmínečné lásky pro všechny kolem sebe. Přáli jsme si, aby všichni byli šťastní a milující. Očekávali jsme stejnou lásku také od nich. Naneštěstí to takto funguje velmi zřídka. Podívejme se, co se stalo namísto toho.

Když jsme viděli ostatní - téměř vždy byli větší než my - projevovat negativní pocity, vylekalo nás to. Většina dospělých, buď v hněvu, nebo když jsme my vyjadřovali negativní pocity, měla nad námi navrch a přemohla nás. Dokonce i v tom případě, jestliže jsme pro tyto pocity měli dobrý důvod, neboť pravdivě vypovídaly o situaci, která byla skutečně špatná. Malému dítěti se takovýto způsob jednání dospělých

musel jevit jako život ohrožující. To vedlo k potlačení naší oprávněné reakce na určitou životní situaci.

Navíc jsme se neuměli vyrovnat se skutečností, že naši nejbližší se ne vždy navzájem milují a že vyjadřují strach a nenávisť. Tak jsme udělali z pohledu dítěte jedinou možnou logickou věc: popřeli jsme své pocity, aby zase bylo všechno v pořádku. Popření pocitů však znamenalo zradu na sobě.

Je zřejmé, že to nemohlo fungovat, ale to nás nezastavilo. Čím více jsme se pokoušeli věci uhlazovat, napravovat popíráním negativních pocitů u sebe i ostatních, tím méně pravdivými k sobě a k původnímu impulzu bezpodmínečné lásky, se kterým jsme přišli na svět, jsme se stávali. Čím usilovněji jsme se snažili, aby všechno bylo, jak má být, tím bezmocnější jsme byli a tím víc jsme se cítili jako podvodníci zrazující sebe sama. Pokoušeli jsme se takto dostat lásku, po které jsme toužili. Čím neúspěšnější tato naše snaha byla, tím více jsme se utvrzovali v tom, že lásky nejsme hodni, a tím méně jsme byli schopni milovat sebe sama. (Viz první kapitola, maska našeho Já.)

Má to však ještě další háček. I když jsme jako malé děti uspěli, byli pochváleni a poučili se z toho, jak být ještě úspěšnější a získat ještě více pochval, cítili jsme uvnitř, že to má nějakou chybu. Lásku, kterou jsme chtěli, jsme nedostali. Namísto ní jsme dostali pochvalu. To ale není totéž. Snažili jsme se ještě víc. Každé další kolo běhu v začarovaném kruhu nám přineslo, pokud jsme byli úspěšní, další pochvalu a zároveň ještě intenzivnější pocit, že s námi něco není v pořádku.

To nebylo všechno. V případě, že jsme byli úspěšní v tom, jak „být hodní“ a oceněním byla opravdu láska a uznání, nepatřila nám - skutečnému dítěti, ale dítěti, které něco předstíralo, které vlastně podvádělo. Protože dobrůtky dostal tento „podvodník“, stalo se to pro nás dalším důkazem, že my sami lásky hodni nejsme.

Pokaždé, když jako děti uspějeme v tom, jak „být hodní“, dostaneme další vzkaz, že naše „skutečné Já“ lásky hodno není. Lásku, kterou potřebujeme, nemůžeme dostat. Při tomto procesu se nikdy nedokážeme naučit lásce k sobě. Spíše se učíme zapomínat, kdo vlastně jsme. Naše pravdivá potřeba, aby bylo milováno a oceněno skutečné dítě, ne to, které něco předstírá, se nikdy nenaplní. Tento koloběh plný bolesti pokračuje až do dospělosti.

### **Příčina sebenenávisti na spirituální úrovni**

Tato příčina nenávisti sebe sama je vlastně stejná jako na úrovni psychické, musíme ji však hledat ve spirituálním životě. Jestliže čtete tuto knihu, lze předpokládat, že jste vědomě na spirituální cestě. Akceptovat sebe sama může být pro vás někdy ještě nesnadnější, protože nemálo úsilí v životě věnujete tomu, mít o sobě jasno, pochopit, oč jde, a zlepšit se. Tudíž jste si více vědomi svých nedostatků a způsobu, jakým si vytváříte ve svém životě negativní prožitky, než tomu bylo předtím, než jste začali se spirituální prací. Je opravdu obtížné vědět o svých nedokonalostech, a přesto se přijmout.

Přispívá k tomu ještě další skutečnost. Při spirituální práci se stále pohybujeme z jedné úrovně vědomí do druhé. Práce na vyšších úrovních je plná světla a blaženosti. Když se vrátíme dolů, do fyzické úrovně, musíme akceptovat svou lidskou nedokonalost. Nejtěžší je žít ve fyzické, omezené realitě a zároveň vědět, že naše vyšší realita je nekonečná. Prožívat strach a vědět, že není třeba se bát. Mít

ve své mysli zmatek a ve stejném okamžiku vědět na vyšší úrovni bytí, že jsme tvořeni jasem a světlem.

Ani spirituální učení nám to neulehčují. Někdy působí paradoxně. Na jednu stranu se říká, že se musíme osvobodit z vězení našeho lidství, a na druhou, že musíme svému lidskému stavu důvěřovat. Je nesnadné přijmout myšlenku, že materiální svět je vyjádřením Božského, vlastně je Božím světem, když okolo sebe vidíme chaos, hněv a nenávist. Je nelehké pochopit, že proto, abychom se stali duchovněji, musíme hmotu spiritualizovat. Jediný způsob, jak toho docílit, je přijmout materiální svět takový, jaký je. Nejtěžší je přijmout základní podstatu duality našeho fyzického světa a ještě se pokoušet dostávat nad ni do stavu Jednoty se vším.

Jediná cesta vede přes lásku k sobě a přes poznání, že vždy máte vedení a ochranu a že pro to, co se děje, existuje vždy vyšší důvod. Potom jste schopni přijmout univerzum i své životy takové, jaké jsou. Jestliže se takto pojaté přijímání stane v celém rozsahu součástí vaší vědomé mysli, vašeho vědomého života, váš postup vpřed na duchovní cestě se velmi zrychlí.

Také proces léčení ze spirituálního hlediska není jednoduché pochopit. Spirituální průvodci nám říkají, že jsme duchovními bytostmi plnými Světla. My se cítíme chyceni do pasti těla, které může být plné bolesti a nemoci. Říká se nám, že to musíme přijímat s láskou, akceptovat, že jsme si bolest a nemoc sami vytvořili, a máme dokonce s láskou přijmout i způsob, jak se to stalo. Máme také akceptovat všechny myšlenky a činy, které k bolesti a nemoci vedly. Pokud to uděláme, znamená to, že přijímáme i případnou další nemoc.

Přečtěte si pozorně další větu:

*Přijetí neznamena kapitulaci před nemocí či před jejím postupem. Znamená s láskou a důvěrou akceptovat život a sebe, ať se děje cokoli.*

Skutečně to znamená poznat své hlubší Já, komunikovat s ním, identifikovat se s ním a nalézt jeho Božskou podstatu. Stane-li se tak, zjistíme, že i zdravé tělo je jeho vyjádřením. Pochopíme, že nemoc se v těle objeví, pokud nedovolíme svému pravdivému hlubšímu Já se vyslovit. Tam, kde jsme zůstali zmateni při rozlišování skutečného a předstírajícího Já, získal nad námi náš falešný obraz vládu a začarovaný kruh sebenenávisti se roztočil.

## **Jak se dostat ze začarovaného kruhu sebenenávisti**

Jediná cesta, jak se z tohoto začarovaného kruhu vymanit, vede přes rozpoznání nepravdivého obrazu o sobě a skoncování se snahou předělávat sebe sama tak, abychom se zavděčili ostatním. Zkuste sledovat kolik manipulace, zrady na sobě a odmítání sebe sama se dopouštíte, abyste dostáli tomu, co si myslíte, že od vás ostatní požadují. Takto ztrácíte spojení se svým pravdivým já. Vsadila bych se, že podobně postupujete už od dětství.

*K proniknutí do zmíněného kruhu vám pomohou následující otázky:*

Jakým způsobem se zaprodávám a dělám to, o čem se domnívám, že to autority chtějí ?

Jak v důsledku toho odmítám sám sebe ?

Jakým způsobem nenávidím sebe sama za toto jednání ?

Odmítám sebe sama předtím, než by to mohl udělat někdo jiný ?

V kterých situacích je moje neláska k sobě a sebeodmítání výraznější (např. když neuspějí v soutěži) ?

Jak se trestám, když prohraji ?

Udělejte si seznam. Na jednu stranu napište všechno, co s vámi není v pořádku v souvislosti s výše uvedeným okruhem problémů. Na druhou stranu vše, co v jednotlivých případech k sobě cítíte. Sebepoznávání tohoto druhu vám umožní uvědomit si, jaké mínění o sobě máte a které negativní pocity k sobě chováte. To už je velký skok vpřed. Jakmile to zjistíte, máte v rukou klíč k podstatě problému. Dalším krokem bude, že tyto pocity necháte plynout. Použijí aurické pole, abych vám ukázala, jak to funguje a proč.

## **Jak negativní emoce k sobě samému ovlivňují druhou úroveň aurického pole**

Náš emocionální vztah k sobě se nachází na druhé úrovni našeho energetického pole. Tato úroveň nese pozitivní i negativní pocity, které k sobě chováme. Právě pocity negativní jsou příčinou řady našich problémů. Energie a vědomí spojené s negativními pocity jsou namířené proti životu. Ještě horší je, že pokud nedovolíme negativním emocím, aby proudily, a nevyjádříme je, zadržíme i toto energetické vědomí. Tím se vibrace energie sníží pod úroveň potřebnou pro podporu života a zdraví a energie se přestane pohybovat - uváže ve druhé vrstvě pole. Stagnující energie zasáhne první úroveň pole tím, že blokuje životní energii proudící do fyzického těla.

Negativní emoce udržíme v klidu tím, když část jejich energetického vědomí přesuneme do mentální úrovně, kde se rozptýlí. Toto energetické vědomí se projeví sebeuposuzováním, které vyvolá potlačování negativních pocitů ještě ve větší míře.

Z pohledu transferu energetického vědomí to vypadá následovně: Negativní energii, která by normálně měla být vyjádřena pomocí negativních emocí, přeneseme nahoru do třetí úrovně pole, kde se změní na sebeuposuzování. Naše negativní přesvědčení o sobě potlačí negativní emoce druhé úrovně ještě více a vyvolá stlačení druhé vrstvy pole - zredukuje jeho frekvenci pod úroveň zdraví prospěšnou. Výsledkem je emocionální deprese.

Aurické pole takového člověka je ve druhé úrovni velmi úzké. Obvykle jasné barevné obláčky energie, které by se měly pohybovat podél linií ohraničujících první vrstvu, jsou tmavé a jakoby zašpiněné. Pokud se někteří lidé, kteří mají druhou vrstvu jasnou, dostanou do blízkosti někoho s tímto problémem, nemusí situaci porozumět a může jim to být velmi nepříjemné. Jiní se mohou snažit mu pomoci se z této situace dostat.

Čistit druhou vrstvu pole je relativně jednoduché. Technicky to znamená převedení energetického vědomí zpět do druhé úrovně a uvedení energie do pohybu tím, že ji

nabijeme. Pohybující se energie vyvolá emocionální prožitek, který posune osobu k podstatě problému a nakonec k vlastní esenci a jádru Bytí. Léčitel toho může docílit tím, že vyčistí druhou vrstvu pole a dodá pacientovi odvalu, aby své pocity vyjádřil. Jakmile se jednou seznámíte s tímto postupem, můžete to dělat i sami. Nejdříve si musíte uvědomit své negativní názory o sobě a porozumět, že pod nimi je ukryta bolest. Ale pochopení nestačí. Musíte se dostat hlouběji a bolest procítit. Nechte energetické vědomí sestoupit do druhé úrovně, abyste své pocity cítili. Je to nutné proto, že pouze takto může energie začít proudit, vyčistit stagnující energetické vědomí ve druhé vrstvě a znovu nabít energetické pole.

Procvičujte proměňování negativních názorů o sobě přicházejících ze třetí vrstvy energetického aurického pole, např. „Nejsem dobrá, protože...“ nebo „Měla bych udělat...“ na pocity na druhé úrovni „Jsem zraněná“ nebo dokonce „Nenávidím se“. Nechte je plynout, ať jsou jakékoliv. Skutečně to funguje. Stagnující obláčky energie na druhé úrovni aurického pole se začnou pohybovat a čistit. Prostřednictvím pohybu a čištění dojde k nabití druhé vrstvy. Zanedlouho se „Nenávidím se“ změní na „Jsem zraněná“ a potom na „Miluji sama sebe“ a „Je mi opravdu líto, že se sebou takto zacházím“ a tak dál. Vyjádření emocí navrátí pole do přirozeného stavu s proudícími obláčky energetického vědomí jasných barev naplněného láskou k sobě.

Jeden obchodník, kterému budu říkat Jeffrey, nebyl schopen dostat se ze začarovaného kruhu svého perfekcionismu až do chvíle, než začal vyjadřovat své pocity bolesti. Již od dětství na něj jeho rodina vyvíjela tlak, aby se stal kapacitou ve svém oboru a finančně se zajistil. V dospělosti měl neustále pocit, že všechno, co dělá, je málo. Ani skvělé výsledky mu nedávaly zadostiučinění. Každý další úspěch mu přinášel méně radosti. Cítil, že jeho nitro je úplně prázdné. Jeffrey měl hodně ztuhlou třetí vrstvu aurického pole a ve druhé zase plno stagnující energie. Třetí úroveň stlačovala druhou. Do mé ordinace ho přivedl pocit prázdnoty v životě. Jakmile se do této prázdnoty ponořil, začala se druhá úroveň nabíjet a energie pohybovat. Ve chvíli, kdy vyjádřil názory o sobě a to, jak se nenávidí, barva se změnila z jantarově žluté na jasně červenou. Čtením pole a prací s ním jsem mu pomáhala, aby při vyjadřování pocitů „držel směr“. Brzy se sebenenávisť rozpustila a změnila v bolest. Ze začátku to byla bolest vnitřního dítěte, které je stresováno tím, že se snaží být neustále dokonalé. Občas se uchýlil k sebeuposuzování, aby bolest zastavil. Když k tomu došlo, proudění energie ve druhé vrstvě aurického pole se zastavilo a třetí vrstva začala být aktivní, zejména v zadní části těla. Aktivita čakry zde vyjadřuje vůli a tudíž vůle nám zastavení bolesti umožní. Viděla jsem, co se děje, a pomohla jsem mu nasměrovat vědomí a energetické proudění zpět do přední části těla a do druhé vrstvy pole. Jakmile k tomu došlo, začala se bolest opět uvolňovat. Když se naučil přesměrovat proudění energie ve svém těle sám, navracení se k pocitům bylo pro něj jednodušší.

Jak tento příliv a odliv vyjadřování pocitů pokračoval, současné pocity spojené s posuzováním sebe sama uvolnily průchod bolesti ze sebeodmítání v minulosti. Jeffrey si uvědomil, že to v sobě nosil již od dětství. Velmi usiloval o to, aby dělal, co si přáli jeho rodiče. Usiluje o to ještě pořád, bez ohledu na to, zda on sám chce nebo ne. Považoval sám sebe za někoho, kdo udělá cokoli, aby získal lásku svých rodičů. Cítil, že je to falešné. Ještě i dnes ve světě obchodu se choval podle toho, o čem kdysi v dětství předpokládal, že dělat musí, aby byl „hodný“.

Jeffrey se dostal k podstatě svého problému. Nalezl závěr, který udělal jako velmi malé dítě, a to, že musí ze všech sil usilovat o dokonalost, aby dosáhl rodičovské lásky. Najednou začal vidět celý svůj život jinak. Ze začátku to bylo těžké. Zdálo

se mu, že důvod pro usilování o všechno, čeho dosáhl, byl špatný - chtěl si takto koupit lásku.

Opět se pokusil zabránit pocitu bolesti tím, že upevňoval a rozšiřoval svá negativní přesvědčení o sobě. Dodávala jsem mu odvahy, aby dokázal zůstat se svou bolestí, a on se dostal hluboko do reality svého vnitřního dítěte. Potřeba lásky tohoto vnitřního dítěte byla skutečná. Začal ho milovat celým svým srdcem. Cítil a rozpoznal jeho esenci a esenci jeho jádra. Konečně se vrátil domů.

Jeffreyho život se začal měnit. Od tohoto okamžiku začal vidět sebe i ostatní lidské bytosti jinak. Už by nebyl schopen vyhábat se svým pocitem ani se odsuzovat v takové míře jako předtím. Když se přistihl při přílišné snaze o dokonalost, zpomalil a zeptal se svého vnitřního dítěte, co by chtělo ono. Nevyužil několika šancí získat nové projekty a místo další várky práce si vybral pouhé bytí.

Jak léčení pokračovalo, začala se jeho druhá úroveň dostávat do normálního stavu - naplnila se jasnými, pohyblivými se obláčky barev. Třetí vrstva se také projasnila, stala se pružnější a přední a zadní část byla ve větší rovnováze. I první vrstva doznala změn. Byla silnější a více nabitá. Důsledkem bylo, že se cítil mladší a plný energie. Tyto změny se projeví i ve čtvrté úrovni jeho aurického pole - jeho vztahy s ostatními dostaly hlubší rozměr.

Právě prostřednictvím procesu emocionálního vyjadřování se učíme chápat, jak surově jsme zacházeli se svým vnitřním dítětem při neustálém negativním sebeposuzování. Nedovolovali jsme mu svobodně vyjádřit emoce k sobě samému v celém rozsahu, což je nutné k tomu, aby byl vnitřní život v pořádku. A pokud takto zacházíme sami se sebou, zacházíme tak i s ostatními. Jakmile to přestaneme dělat sobě, neděláme to ani jiným. Když začneme akceptovat svá omezení, potřeby našeho vnitřního dítěte a jeho nedokonalost, akceptujeme to samé i u ostatních.

Poté, co poznáme a přijmeme sebe a své vnitřní dítě, začneme se domnívat, že by toto dítě mělo vyrůst. Jistě, jeho určité části by měly dospět, ale to hlavní, bez čeho se duše našeho vnitřního dítěte neobejde, je svoboda. Musíme jí dát svobodu a možnost žít naplno. Naše vnitřní dítě vrátí naší osobnosti radost ze života a úžas nad jeho záračností. Tuto prostou radost nikdy neobjevíme při činnostech, které provádíme jako dospělí. Vnitřní dítě má klíč k našemu skutečnému Já, je vstupní branou k esenci našeho jádra Bytí. Jestliže s ním strávíte víc času, zjistíte, kdo vlastně doopravdy jste, jaké je vaše opravdové Já. Poznáte, že se skládá z mnoha částí - obsahuje všechny životní prožitky a zkušenosti, kterými jsme prošli.

## **Jak poznat své vnitřní dítě**

Dobrý způsob, jak poznat své vnitřní dítě, je začít si hrát. Zjistíte, že je to také cesta k nalezení vašich potřeb, zejména těch, které jste neuspokojili v dětství. Pomocí hry je znovu objevíte. Když už jsou znovu na světě, mohou některé z nich dozrát do podoby vašich opravdových potřeb v dospělosti. Hraní je také cesta k poznání, že vaše potřeby jsou v pořádku a že vy sami máte svou hodnotu a jedinečnost. Pomocí hraní můžete vyjádřit pozitivní pocity o sobě - nabíjí to druhou úroveň aurického pole a uvádí ji do pohybu.

Nejllepší je vyhradit si každý den čas, asi hodinu, kdy budete dělat jenom to, co se vám dělat opravdu chce, a nic jiného. Zařadte tento čas do svého časového rozvrhu, jako kdyby to byla obchodní schůzka. Splňte si svá přání a touhy, bez ohledu na to, jaký věk má ta část vašeho já, která po tom touží. Noste na sobě, po čem toužíte, bez ohledu na to, jak nevhodné se to může zdát. Jezte, na co máte chuť, běžte, kam chcete, poslouchajte hudbu, jakou chcete. Když se vám něco nelíbí, hned přestaňte, ale pouze proto, že to otravuje vás, ne proto, že vám rodičovské hlasy říkají, že to není v pořádku. Pozorujte, jak rychle můžete měnit to, co děláte podle toho, co v určitém okamžiku dělat chcete. Radujte se a užívejte si to. Přesně to jste přece dělali, když jste byli dětmi. Výsledek vás určitě překvapí.

Poté, co si zvyknete na svou pravidelnou dávku času na hraní, povšimnete si spojitosti mezi potřebami vnitřního dítěte a potřebami dospělého. Dětské hry vždy vyjadřují hluboké teleologické touhy, které v sobě nesou všechny lidské bytosti. Jak duše dozrává, jsou i tyto touhy projevovány dospělým, zralým způsobem. Činnosti, se kterými jsme započali v dětství, mohou pokračovat v dospělosti způsobem, který tomuto věku odpovídá. Nebo mohou zůstat na dětské úrovni. Dovolte jim, aby zůstaly, jak jim to vyhovuje. Nevznášejte na své hry žádné požadavky.

Když byla moje dcera malá, hrávaly jsme si spolu pravidelně. Hrozně ráda jsem ukládala Celií do postýlky. Pomocí maňáska jsem hrála roli nezvedené kachny. Kachna nikdy doopravdy nechtěla, aby Celie usnula, a tak se k ní sice stulila pod při, kryvku, ale po několika minutách vyskočila a odhrnula deku. Nebo se jí neustále vyptávala, jestli už skutečně spí. Bylo to legrační.

Také jsme spolu pravidelně kreslily. Celie vždy kreslila hvězdy a měsíc. Jednou jsem nemohla přijít na to, co bych nakreslila, a tak jsem začala malovat auru. Pak další. Nakonec jsem těch obrázků měla spoustu. O mnoho let později je ilustrátorka mé knihy „Ruce světla“ použila jako předlohy. (Jedná se o obrázky 11-1 a 11-2.)

Hra aktivuje a uvolňuje dětskou fantazii. V dospělosti se z fantazie stává tvůrčí vizualizace.

Když vyšla poprvé moje kniha „Ruce světla“, Dorian, jeden z mých studentů z léčitelských kurzů v Coloradu, mi věnoval krásného bílého medvíka, který byl potom pojmenován Buddha. Každý souhlasil, že když odcházím do světa učit, určitě potřebuji medvěda. Bylo tomu tak. Medvěd Buddha byl velkou posilou pro mé vnitřní dítě. Ze začátku mne dokonce doprovázel i na cestách.

Heyoan mi nedávno při channelingu sdělil, že když už dáváme našemu dětskému Já prostor, aby mohlo svobodně existovat, musíme mu také dát prostor, aby mohlo dospět a integrovat se do naší celé bytosti.

## **Jak se učit lásce k sobě - cvičení**

Lásku k sobě je dobré procvičovat. Uvedu zde několik velmi dobrých cvičení, která vám v tom pomohou. Jestliže se vám při některém cvičení nedaří vyvolat pocity lásky k sobě, zkuste jiné. Vyzkoušejte si je všechny a potom si vyberte ty, které se vám líbí. Věnujte denně nějaký čas tomu, že se budete učit aktivní lásce k sobě. Zařadte to do svého programu - stačí patnáct minut ráno nebo večer. Jiná možnost je věnovat tomu vždy jednu minutu každou hodinu.

Provádění těchto cvičení není tak lehké, jak se na první pohled zdá. Jakmile se totiž soustředíme na sebe, začne analyzování, posuzování a vybavování si všech ošklivých způsobů vnitřního chování se k sobě. To prosím není láska k sobě. Jakmile se přistihnete, že jste negativní, jemně se zastavte a vraťte se k pozitivnímu pohledu. To není sobecké mít rád sám sebe. Představte si sami sebe jako pohár, který se může naplnit. Když přeteče, láska se rozlije na ty, kteří jsou kolem vás. Abyste mohli milovat jiné, musíte nejdřív milovat sebe. Uvědomte si, že všechny negativní věci, které děláte sobě, děláte také, možná podvědomě, i ostatním. Stejně tak je tomu i s věcmi pozitivními.

### *Naplnění svého těla a svého Já láskou:*

Můžete to pro začátek zkusit pouze s nějakou částí svého těla, pokud je to pro vás jednodušší. Vyberte si část těla, která potřebuje vaši pomoc, nebo kterou nemáte rádi, odmítáte ji, či se za ni stydíte. Pouze se na ni soustředte a nasměřujte do ní svou lásku. Laskavě k ní mluvte, naplňte ji energií. Pokud vás něco bolí, věnujte tomuto místu obzvláštní péči. Namísto toho, abychom od něho utekli (děláme to všichni, když nás něco bolí), vědomě vstupte do této části těla a poskytněte jí pozornost plnou lásky.

Teď udělejte to samé pro své celé Já. Jenom se na sebe zkoncentrujte. Obráťte svou lásku na sebe, stejně jako to dělají ti, co nás milují. Pokud rádi pracujete s barvami, použijte jako první zelenou, potom růžovou, zlatou a bílou. Naplňte své tělo těmito barvami.

### *Vyvolání pocitu lásky k něčemu, co je vám milé:*

Soustředte se na něco - věc nebo osobu, např. růži, zvířátko, dítě - o čem víte, že je vám to milé a že je pro vás lehké to milovat. Vstupte do stavu lásky k tomu, co jste si zvolili. Dávejte svou lásku. Když je to např. růže, obdivujte její krásu, těšte se z její vůně. Prociťte své spojení s ní. Vnímejte, jak moc ji milujete a jakou z ní máte radost.

Když v sobě vyvoláte intenzivní pocit lásky, přeneste ho na sebe. Postupujte úplně stejně. Dívejte se přímo na své tělo. Nepoužívejte zrcadlo. Projevte mu uznání. Dívejte se nejdříve na ty části, které máte v oblibě, potom na ostatní. Dotýkejte se jich. Vnímejte jeho povrch. Uvnitř těla jste vy. Jemně se pohladejte. Zkuste, jak jednotlivé části těla voní. Prociťujte, kolik radosti vám tělo dává. Milujte jej. Mluvte k němu něžně. Denně procvičujte až do chvíle, kdy to bude pro vás lehké.

Následující cvičení je trochu těžší, ale velmi účinné. Postupujte pomalu, zpočátku mu věnujte jenom krátkou chvíli a postupně zvyšujte čas až na deset minut. Stanete se mistrem v umění milovat sám sebe.

### *Projevení lásky osobě v zrcadle:*

Posadte se před zrcadlo, dívejte se do očí a mějte se rádi. V průběhu cvičení nepřipusťte žádné sebesposuzování a sebezraňování. Jak možná víte, většina lidí při pohledu do zrcadla okamžitě vidí na sobě věci, o kterých si myslí, že nejsou v pořádku, a odsuzuje je. Jakmile zjistíte, že to děláte také, změňte okamžitě sebesposuzování na myšlenky a činy plné lásky k sobě. Mluvte k sobě s láskou. Zadíváte-li se hluboko do svých očí, naleznete tam duši, lásku, touhu a své životní zápasy. Všimněte si, jak jsou vaše oči krásné. Věnujte pozornost pozitivním aspektům vašich vlasů a rysů obličeje. Dívejte se, jak vyjadřují vaši duši. Hledejte dítě uvnitř.



Sledujte jeho radost, jeho úžas a jeho lásku. Teď se podívejte na ostatní stránky své bytosti. Co ráda dělá? Pozorujte, jak ji tyto oblíbené činnosti pomohly vytvarovat do dnešní podoby. Kvůli čemu přišla tato bytost na zem? Jaké jsou její nejhlubší touhy? Jak jí můžete pomoci je naplnit? Milujte všechno, čím jste.

Pokud máte při tomto cvičení úspěch, můžete postoupit ke čtvrtému cvičení.

### *Projevení lásky osobě v zrcadle a jejímu tělu:*

Postavte se před dostatečně dlouhé zrcadlo nazí. Milujte a přijímejte každou část sebe a svého těla. Soustřeďte se na jednotlivé jeho části tak, jak jsme to dělali předtím. Vyšlete do nich své vědomí. Nebo si můžete představit sebe v mnohonásobně zmenšeném provedení, jak vstupujete do určité části svého těla a jenom tam zůstáváte. Pohladte jemně část těla, na kterou se díváte a kam zaměřujete svou pozornost. Dejte jí svou lásku. Milujte bytost v ní. Jestliže naroste vaše negativní sebeuposuzování, vyslovte své výhrady nahlas a procitíte svou emocionální odpověď na ně. Takhle to vypadá pokaždé, když sami sebe posuzujete negativně. A teď negaci nahradte pozitivním výrokem o oblasti těla, které se věnujete, a naplňte ji milující pozorností a laskavostí. Pracujte takto postupně s celým tělem. Nejdříve si dejte svolení k tomu, aby vše negativní bylo vyřčeno nahlas tak, abyste si to mohli plně uvědomit, a sledujte pocity, které to ve vás vyvolává. Potom negativní nahradte pozitivním.

Připomínám, že je potřeba se nejprve koncentrovat na tělo a potom na bytost v této části těla. Když to uděláte, zkoumejte, jak s každou částí těla a sami se sebou zacházíte. Jste uznalí a laskaví? Nebo zacházíte se svým tělem a sami se sebou jako tyrani, vyžadující pouze dokonalost a výkonnost, kteří nevěnují pozornost zprávám, které jsou vám sdělovány? Zjistíte, že existují části vašeho těla i bytosti, které neustále, pravděpodobně několikrát denně, odmítáte. Tento negativní proces v sobě vyléčíte tím, že si ho budete uvědomovat a těmto částem budete věnovat obzvláštní pozornost a lásku a negativní výroky nahradíte pozitivními.

### *Projevení lásky těm částem vašeho těla, které jsou nemocné nebo deformované:*

Poté, co jste se postupně zabývali celým tělem, zaměřte se teď na tu jeho partii, která je nemocná nebo deformovaná. Věnujte jí ještě více lásky, akceptujte ji takovou, jaká je, naplňte ji bezpodmínečnou láskou a esencí jádra vaší bytosti. Přijměte ji zpět, aby se nemusela cítit zrazovaná a byla znovu součástí celku - vás. Klíč, který k tomu vede, je nalezení účelu, kterému má tato část těla ve vašem životě sloužit. Můžete si být jisti, že vás má něčemu naučit nebo převzít zodpovědnost, kterou nejste schopni unést. Pomáhá vám žít. Pomáhá vám unést určité prožitky, které byste jinak nebyli schopni snášet. Například tumory někdy přinášejí energetické vědomí vyplnění prázdnoty (díry, dutiny) v osobním životě. Naplní člověka, který se cítí prázdný. Slabé nohy pomohou lidem, aby se mohli posadit, když už nemají sílu postavit se za sebe. Vybočení páteře v části zad a krku pomáhá lidem kontrolovat hněv, protože utlumí množství červené energie, které může stoupat páteří při záchvatu vzteku. Pokud toto onemocnění přinutí člověka ulehnout na několik týdnů na lůžko, je to proto, že potřebuje klid a odpočinek.

Jakmile přijmete tuto „cizí“ část svého těla za svou a jste s ní zajedno, můžete také provádět pozitivní vizualizaci. Říkejte, že to určitě spěje k lepšímu. Buďte konkrétní. Pokud máte tumor, který má sloužit tomu, aby vyplnil prázdné místo ve vás, řekněte mu, že to už nebude potřeba. Může se rozpustit a stát opět částí těla. Požádejte

tkáně, které jsou okolo něho, aby přijaly jeho navrácení do celku. Nebo pokud se vaše zlomená kost nechtěla hojit, vizualizujte si, jak se spojuje a normálně roste -tak jak je to pro ni nejpřirozenější. V případě chronického vyosení vizualizujte, jak se svaly uvolňují a jsou dost silné, aby držely kosti ve správné poloze, a čistěte strach a negativní pocity spojené s tímto fyzickým problémem.

Například Bob pořád odmítal svůj krk. Měl silnější krk a dvojitou bradu. Trvalo to léta. Několikrát měl krk poraněn a také trpěl nedostatečnou činností štítné žlázy. Krk měl vyosený, a to bylo příčinou velkých bolestí a někdy dokonce mentálního zmatku. Začal cvičit před zrcadlem a také cvičil v posteli před usnutím.

Když začal s léčením krku, soustřeďoval se na projevování lásky všem jeho částem včetně dvojité brady. Každý večer, když ulehl do postele, položil prsty na ta místa na krku, kde cítil bolest nebo která nebyla v pořádku, a laskavě k nim promlouval. Nechal energii ze svých prstů plynout do krku. Jak se tam začaly otevírat energetické bloky, mohl slyšet z těchto míst mnoho stížností a projevů strachu. Ve druhé úrovni pole bylo uloženo všechno, co si nedovolil říci ostatním. Namísto toho, když došlo k aktivaci bloku, tyto věci opakovaně říkal sám sobě. Tímto způsobem se pokoušel nalézt přijatelnou cestu, jak říci, co potřeboval, aniž by to v něm vyvolalo strach, který byl uložen na tom samém místě. Jenomže to nefungovalo. Bloky v jeho krku se stávaly ještě silnějšími.

Z pohledu aurického pole bral neustále energii ze čtvrté úrovně, kde se nacházejí „Já-ty“ vztahy (věci, které chtěl říci ostatním), a přesunoval ji do úrovně druhé, říká je sám sobě. Tudíž tuto úroveň zahlcoval energií.

V průběhu léčení musel Bob přenést energii zpět do čtvrté úrovně a uvolnit ji tím, že vykřičel všechno, co si ostatním říci nikdy předtím nedovolil. Hlasy zadržuté v jeho hrdle se uvolnily. Tím se však provalil i strach - procítil ho, a tím se uvolnil. Něco z těchto strachů pocházelo z velmi raného dětství, když mu nebylo dovoleno „odmlouvat“ rodičům.

Pod tím vším byla neschopnost požádat o uspokojení svých potřeb. Krční čakra je spojena s mluvením pravdy. V případě Boba to bylo o vyslovení pravdy o jeho potřebách. Uvědomil si, že jediná možnost, jak mohl naplnit své potřeby v dětství, bylo věčné žebrání o ně. Potom, po dlouhém čekání, mu některé byly dopřány. Bob pochopil, že zvětšená štítná žláza souvisela s vyplněním díry hladu v jeho hrdle, která tam zbyla, když musel tak dlouho čekat, aby byl nasycen. Jak proces léčení postupoval, byl po několika měsících schopen vyslovit pravdu o svých potřebách. Energetické bloky v jeho krku se čistily a krk zesílil.

Potom přišel na velmi zajímavou věc, kterou si nikdy předtím neuvědomil. Při několika příležitostech zjistil, že když v určitých situacích dostal najednou na někoho hrozný vztek a přival hněvu se začal zvedat nahoru po páteři, zastavil ho tak silným stažením svalů na krku, až se krk vychýlil na stranu. Uvědomil si, že toto vychýlení mu pomáhalo vztek kontrolovat, pomáhalo mu nezraňovat ostatní. Jinými slovy - rozhodl se zraňovat sebe, aby neublížil jiným. Poté, co si uvědomil, jakou službu mu jeho krk prokazoval, začal si ho víc vážit. Nalezl také lepší způsob, jak hněv řídit. Začal si všimnout, jak se dostává do situací, které hněv vyvolávají, a jak se pocit hněvu vytváří tím, že nebyl schopen požádat o své potřeby a nevěnoval pozornost sám sobě. V každém případě, pokud bral své potřeby vážně, k záchvatům vzteku nedocházelo. Objevoval se pouze tehdy, když ostatní jeho potřeby nerespektovali.

Pokaždé, když se večer dotýkal svého těla a žádal bloky, aby se vyčistily, byl jeho krk o trochu silnější a štítná žláza se o kousek zmenšila. Svaly na krku mu zesílily natolik, že mohl začít s cvičeními, která nebyl schopen provádět už po mnoho let. Krk se začal narovnávat. Bob užíval po několik měsíců lék Synthroid a štítná žláza začala normálně fungovat. Ke zraněním krku už nedocházelo.

Při praktikování cvičení před zrcadlem se vám začne vybavovat mnoho pocitů. Dovolte jim, aby se projevíly. V dalších řádcích se dočtete, jak tomu napomoci.

## **Nechte své pocity proudit**

To, že dovolíte svým pocitům, aby volně proudily, je možná jedna z nejtěžších věcí, kterou při sebeuzdravování budete dělat, pokud s tím nemáte zkušenosti. Uvědomte si, že energetické vědomí druhé vrstvy tvoří pocity, které máme sami o sobě. Jestliže chcete, aby se druhá vrstva vašeho aurického pole dostala do rovnováhy, byla čistá, nabitá a zdravá, musíte nechat své pocity o sobě plynout. Při nemoci budete prožívat celou škálu nejrůznějších pocitů o sobě - smutek, štěstí, klid, hněv, strach, nepředstavitelnou hrůzu, slabost, vinu, hnus, chuť se zabít, osamělost, žárlivost, lásku a tak dál. Všechny tyto pocity jsou v korelaci s energií druhé úrovně pole a čím volnější průběh jim necháte, tím více se pole může čistit. Uvolnění pocitů, které byly tak dlouho blokovány, je součástí léčebného procesu. Pomohlo to Bobovi i Jeffreymu a bude to pomáhat i vám.

Pracovala jsem opravdu s velkým množstvím pacientů a nenašla jsem nikoho, pro koho by to neplatilo. Všichni jsme aktivní, když se jedná o to, vyhnout se nepříjemným pocitům, které máme. Mnoho lidí si neuvědomuje, jak zadržování pocitů blokuje naše tvůrčí síly a zvyšuje pravděpodobnost, že to, čeho se obáváme, se opravdu stane. Na druhou stranu, když se svým pocitům podíváme do tváře a projdeme jimi, otevře nám to cestu k dosažení toho, co od života chceme.

Teď je příležitost dostat své pocity ze sebe. Akceptujte je, ať jsou jakékoliv. Jenom sledujte, jak proudí a čistí vás. Neobávejte se vyjádření negativních pocitů. Nemocní klienti, kteří se zabývali pozitivní vizualizací, se někdy domnívají, že by neměli mít negativní pocity a myšlenky, protože potom dojde k vizualizaci negativní, a tak se jejich nemoc ještě zhorší. Tento strach je někdy zavede do nových úrovní popírání vlastní negativity. Mohou třeba rozhodnout, že je negativita dovolena pouze do určité míry. Když ji vyjádří, zbytek popřou.

Nezjistila jsem, že by vyjádření negativních pocitů nebo myšlenek někomu ublížilo, pokud jsou dodržena určitá pravidla. Za prvé, vyjádření negativity nesmí být prováděno ze zvyku. Jakmile tomu tak je, nepřináší úlevu - nemá už katarzní účinek. Dále musí být prováděno s vědomím, že se jedná o pozitivní úmysl - léčení. Jestliže dovolíte všem negativním myšlenkám, aby se dostaly do vědomí, a všem negativním pocitům, aby se začaly uvolňovat *s pozitivním záměrem pracovat tak na svém sebeuzdravování*, potom nebudete chyceni do negativity, která by mohla ve vás napáchat škody. Důležité je mít jasný úmysl. Vyjádřit negativní pocity se záměrem uvolnit je, nechat proběhnout, ale zůstat nad nimi. Pomůže to při vašem léčení. Jakmile se dostanete do popírání svých negativních pocitů, budete pracovat na tom, aby vám bylo ještě hůř. Pro pozitivní růst je nejlepší kombinovat vyjádření negativních pocitů tak, aby mohlo dojít k jejich uvolnění s pozitivní vizualizací.

Nejdříve vyčistíme pole od negací a prázdný prostor, který po nich zůstane, vyplníme pomocí pozitivní vizualizace jasnými barvami. To, co chceme, je obvykle opakem toho, čeho se nejvíc obáváme. Jinými slovy, mezi předmětem našeho strachu a tím, co toužíme vytvořit, je obrácený poměr. Uvedu zde na toto téma překrásnou báseň zachycenou při channellingu paní Evou Broch Pierrakosovou a uvedenou v Pathwork Guide Lecture pod číslem 190.

### **Otevři bránu**

*Branou procítění své slabosti vejdeš do své síly.*

*Branou procítění své bolesti vejdeš do své radosti.*

*Branou procítění svého strachu vejdeš do bezpečí.*

*Branou procítění své osamělosti vejdeš do své schopnosti naplnění, lásky a přátelství.*

*Branou procítění své nenávisti vejdeš do své schopnosti milovat.*

*Branou procítění svého zoufání vejdeš do své pravdy a oprávněné naděje.*

*Branou procítění nenaplněných potřeb svého dětství dojdeš k jejich naplnění v současnosti.*

### **Meditace, které léčí**

Následující meditace vám pomohou pokračovat v léčebném procesu na druhé úrovni aurického pole. Jsou velmi lehké a jednoduché, ale opravdu účinně čistí, vyrovnávají a nabíjejí pole.

### **Vdechování a vydechování barvy**

Druhá úroveň pole obsahuje všechny barvy, tuto vrstvu lze tedy jednoduchým způsobem nabít - do dechu vložíme představu určité barvy. Můžete použít jakoukoliv barvu, která se vám líbí. Doporučuji vyzkoušet následující: červenou, oranžovou, žlutou, zelenou, modrou, indigovou modř, purpurovou, levandulovou a růžovou. Jestli chcete, přidejte bílou, stříbrnou, zlatou a černou. Připravte si vzorek každé barvy, se kterou budete pracovat - např. kousek látky, papíru, plastu nebo skla. Můžete použít i barevnou duhu, která vzniká, když olovnatým sklem umístěným ve vašem okně prochází sluneční paprsky.

Následujte, prosím, přesně uvedené instrukce. Nesmíte na barvy pouze myslet, nebo se objeví žlutá. Myšlením aktivujete třetí úroveň pole a přitahujete energii k ní. Při tom vždy vzniká žlutá barva. Abyste drželi energii na druhé úrovni, musíte se naučit barvu cítit, „být v barvě“. Musíte se touto barvou stát. Stát se barvou znamená být ve stavu této barvy.

1. Držte vzorek barvy v ruce, prociťujte barvu, dívejte se na ni.

2. Vdechněte barvu. Naplňte jí celé své tělo.
3. Staňte se barvou.
4. Teď barvu vydechněte.
5. Znovu ji vdechněte. Tentokrát naplňte barvou celé aurické pole. Představte si, že jste tou barvou.
6. Prociťujte, jaké to je být barvou.
7. Teď barvu opět vydechněte.
8. Opakujte několikrát.
9. Začněte vdechovat další barvu. Opět naplňte barvou tělo i energetické pole.
10. Vždy několikrát opakujte, než přejdete k další barvě.

Budete-li provádět toto cvičení, zjistíte, že různé barvy mají na vaši náladu různý dopad. Každá barva je přidružena k určitému principu nebo vlastnosti. Pokud ve svém životě potřebujete tento atribut, meditace na příslušnou barvu vám pomůže ho rozvinout. V tabulce 11-1 je uveden seznam barev ve vztahu k čakrám a částem těla, které vyživují.

## Meditace na barvy čaker

Ve druhé kapitole jsem obecně popsala aurické pole a čakry. Připomeňme si, že čakry slouží k metabolizování energie - zásobují vždy tu oblast těla, ve které jsou umístěny. Pokud je některá část vašeho těla oslabena, trpí nedostatkem energie, je dobré nosit oděv barvy, kterou potřebujete, nebo provádět meditaci vdechování a vydechování této barvy. (K určení barvy, kterou potřebujete, vám napomůže tabulka 9-2. Rozmístění čaker naleznete na obrázku 2-5.)

Začněte první čakrou. Přeneste pozornost do té oblasti těla, ve které je situována. Představte si barvu čakry v této části. Vytvořte z barvy směrem dopředu i dozadu disk o průměru 15 cm. Jestli umíte vizualizovat trojrozměrně, vytvořte z disku trychtýř. Úzký konec trychtýře rozšiřte až do svého těla tak daleko, aby se dotýkal páteře. Disk nebo trychtýř roztočte ve směru hodinových ručiček.\* Při nádechu vtaňujte barvu trychtýřem do těla. Když vydechujete, barva vstupuje do vašeho těla dál. Představujte si, jak proudí do příslušného orgánu v dané partii těla - držte se tabulky 11-1. Potom přejděte k následující čakře. Pro každou čakru několikrát zopakujte.

*\* Směr hodinových ručiček určíme tak, jako kdybychom stáli před tělem nebo v případě zadních aspektů čaker za tělem a dívali se na hodinky umístěné na každé čakře. Nebo jiný způsob: zatnout pěst pravé ruky a potom namířit palec na čakru. Pokrčené prsty ukazují směr otáčení čakry. Pravá ruka se používá pro přední i zadní aspekt čakry.*

Je třeba, abyste pracovali se všemi čakrami. Začněte první a postupujte směrem nahoru. Jak postupujete, věnujte mimořádnou pozornost těm částem svého těla, o kterých víte, že nejsou v pořádku.

## Meditace na sebeuzdravování při konkrétních onemocněních

Konkrétní meditace pro specifická onemocnění naleznete ve dvou výborných knihách. Ta první je *Healing Visualizations (Vizualizace s léčebným účinkem)* a napsal ji dr. Gerald Epstein. Je zpracována tak, že můžete vyhledat svůj problém a k němu připojenou příslušnou vizualizaci. Uvádí se zde dokonce i to, jak často je nutné vizualizace provádět. Druhou knihou, kterou vám mohu doporučit, je *You Can Heal Your Life (Svůj život můžete léčit)* od Louisy Hayové. Zde nalezneme pro každý problém jednoduché mantry, které si opakujeme. Mantry souvisí se systémem přesvědčení, který pravděpodobně máte a který je spojen s vaším onemocněním. Například při onemocnění štítné žlázy je negativní prohlášení nemocného člověka takovéto: „Kdy přijde řada na mne?“ Pozitivní vizualizace, která vede ke změně, je: „Všechn čas, co ho jenom na světě je, mám pro sebe.“

TABULKA 11-1

### BARVY ČAKER NA DRUHÉ ÚROVNI AURICKÉHO POLE A OBLASTI TĚLA, KTERÉ VYŽIVUJÍ

První čakra	<b>červená</b>	spodní část těla, nadledvinky, kostrč
Druhá čakra	<b>oranžová</b>	spodní část pánve, pohlavní orgány, imunitní systém
Třetí čakra	<b>žlutá</b>	oblast solárního plexu, žaludek, slezina, játra, slinivka břišní, ledviny
Čtvrtá čakra	<b>zelená</b>	oblast srdce, oběhový systém
Pátá čakra	<b>modrá</b>	hrdlo, plíce, uši
Šestá čakra	<b>indigová</b>	oči, hlava, spodní část mozku
Sedmá čakra	<b>bílá</b>	vrchní část mozku, oči

## Jak nalézt léčitele v sobě - úvod

Fantazie nebo mýtus jsou velmi mocnými nástroji léčení, které nás povznesou z každodenní reality do světa symbolů a pomohou nám získat širší pohled na naši cestu životem. Musíme-li se postavit vážnému onemocnění nebo nenadálým změnám v rodině, potřebujeme pomoc právě tohoto druhu. V rámci mýtu se můžeme spojit s Boží mocí, dostat se nad věci pozemské a vykonat hrdinské činy. Metaforický příběh pomůže napojit se na ohromnou léčivou sílu a mohl by dokonce pomoci nalézt odpovědi na otázky, které nemohou být zodpovězeny v termínech každodenní reality. V této kapitole jsme se setkali se svým vnitřním dítětem, které bylo týráno a zraňováno. Hráli jsme si s ním a poskytli mu prostor k vlastnímu vyjádření života. Teď ho začneme léčit. Rány a nemoci našeho fyzického těla jsou totiž ranami a nemocemi našeho vnitřního dítěte. Hlubší proniknutí do ran může být zničující, až do chvíle než v sobě nalezneme léčitele. Vnitřnímu dítěti je nejbližší vnitřní léčitel. Nosíme ho v sobě, je schopen zvládnout vše, na co v životě narazíme. Zná náš příběh od úplného začátku, zná úkol, pro který jsme se inkarnovali, a hledí na všechny naše problémy ze širší, moudřejší perspektivy. Setkat se s ním nám pomůže vizualizace. Mýtus a fantazie slouží našemu sebeuzdravování.

## **OBJEVENÍ LÉČITELE V SOBĚ** (Podle Heyoana)

Dávno, pradávno, kdy čas nebyl časem, jak ho známe dnes, plála v Božím srdci jiskra světla, která se rozletěla na miliony hvězd. Každá hvězda měla své jméno napsané ve slově Božím. Jednou z těchto hvězd jste i vy. Rostete, rozvíjíte se a zpíváte na nebesích s ostatními hvězdami.

Předtím, než jste se narodili do lidské podoby, znali jste světlo, lásku a moudrost. Neměli jste tělo, a to vám dávalo hodně svobody. Plně jste si uvědomovali esenci svého Bytí. Mohli jste se pohybovat vesmírem, jak jste chtěli, stačilo se zaměřit na určitý směr. Byli jste schopni vytvářet věci pouhým záměrem. Pokud jste si něco přáli, automaticky jste si to dokázali vytvořit.

Vytvořili jste kámen i zemi; strom i květinu; hvězdu i planetu; mraky i vítr. Vaše esence se lehce pohybovala měníc se z jedné formy na druhou. Prožívali jste, co je to být mrakem, měsícem, sluncem nebo rybou či kočkou. Pokračovali jste v proměnách podle libosti. Jak jste se pohybovali z jedné formy do druhé vytvářejíc ještě více forem, začali jste se pomalu s formou identifikovat. Tak se zrodil stín. Byli jste formami tak zaujati, že jste pozapomněli, kdo jste byli - ztratili jste paměť. Tak pilně jste tvořili, že jste si ani nepovšimli, že už i sebe začínáte považovat za formu.

Stín byl tmavší a tmavší a ze zapomínání toho, že naše pravdivé Já je esence, se zrodila bolest. Pravdivé Já je tvůrcem, který stojí nad formou. Bolest a stín vznikly tímto způsobem. Zapomněli jste, kdo jste. Rozdělili jste se: část vás zapomněla, ale celek si pamatoval. V každé lidské bytosti je Boží jiskra, je i v každé buňce vašeho těla. Je to vaše esence. V pravdivém poznání kdo jste, se skrývá váš uzdravovatel, který vládne veškerou tvůrčí silou vesmíru. Léčitel ve vás je nazván podle slova Božího.

Teď přeneste své vědomí ke své vnitřní esenci, síle a světlu. Jsou jedinečné, unikátní. Jste zjeveným slovem Božím. Přesuňte vědomí k celé esenci Bytí - to je ten uzdravovatel, kterého v sobě nosíte celý život. Zlaté nitky této síly byly vetkány do goblénu vašeho života ještě předtím, než jste se narodili. Jako malé děti jste věděli, co to znamená, a teď to víte také. Prociťte esenci, sílu, která vámi proudí. Je to vaše láska. Je to sladkost života, na kterou se pamatujete z dětských let.

Uvnitř sladkosti poznání, kdo jste, leží vaše síla. Jste jako květina rozvíjející se na slunci. Vnímejte moc a podstatu své božskosti nepodobné žádné jiné. Zafixujte to ve svém těle. Tato část vás je stále svobodná. Může se pohybovat prostorem, časem a ostatními realitami. Prociťte sebe sama v této svobodě.

Jak se budete pohybovat prostorem a časem k jiným typům reality, uslyšíte zdálky nářek. Pláč sílí, je stále více slyšitelný a vy se ptáte: „Co by to jen

mohlo být ?" Ozývá se v něm volání o pomoc. Zastavíte se a spatříte na nebi překrásnou, modře a bíle zářící planetu. Nářek potřebných vás k ní přitahuje blíž a blíž. A pak si položíte otázky: „Co mohu udělat, aby se planeta uzdravila ? Jak odpovědět na to zoufalé volání ? Jak pomoci léčit tu hroznou bolest, která se na zemi vyskytuje ?"

Dostanete nápad. Rozhodnete se vytvořit fyzickou formu, abyste tu hroznou bolest mohli uzdravovat. Sestoupíte do drobného dětského tělíčka. Až uplyne přibližně devět měsíců, narodíte se do světa jako lidská bytost. Čím déle jsme s tělem spojeni, tím nejasnější jsou vzpomínky na naši původní esenci.

Jako děti, možná ještě před narozením, začínáme pociťovat bolest. Prožívání bolesti způsobí, že na to, kdo jsme, zapomeneme úplně. Když se bolest ztratí, můžeme si vzpomenout. Když se znovu objeví, opět zapomeneme. Bolest, kterou jsme přišli na zem léčit, vyrostla v našem těle.

Rozpomeňte se na své dětství. Hledejte tu nejhlubší bolest, kterou jste prožili. Pomocí této bolesti naleznete svou nejhlubší, nejnítějnější touhu. Po čem jste tak velmi toužili ? Čím jste chtěli být jako děti ? Toužíte po tom ještě i dnes, ale myslíte si, že je nemožné to uskutečnit ? Chtěli jste se dostat ke hvězdám ? Přáli jste si každého na zemi vyléčit ? Chtěli jste malovat nebo skládat hudbu ? Toužili jste, aby se každý cítil v bezpečí ? Co to bylo, po čem jste dychtili nejvíc ? Jestliže můžete být čímkoli, co si přejete, nebo mít cokoli, po čem toužíte, a jakákoli fantazie se stává skutečností, o čem sníte ? Jak souvisí vaše nejhlubší bolest s nenaplněním vašeho snu ?

Projděte celý život, vraťte se až na začátek. Zjistíte, že každý okamžik, ve kterém jste nesli tuto bolest, spolu nějak souvisí, je spojen pomyslnou červenou nití. Je to cyklus, který se na spirále života opakuje, kde nejhlubší bolest z dětství se vrací znovu a znovu v různých životních situacích a prožitcích. Když se nad tím zamyslíte, jistě se vám podaří klubko rozmotat. Jakmile naleznete prvotní bolest, prociťte ji, nechte se jí zaplavit. Dovolte svému tělu ji prožít. Ve kterém místě zasáhla vaše tělo ? Kde jste cítili napětí, když se objevila ?

Ted' prozkoumejte, jak a kde bolest zasáhla vaše spirituální, mentální, emocionální a fyzické bytí. Uvidíte, že probíhá holograficky každou částí vašeho bytí, a v určitých místech ji zasahuje, až se nakonec promítne do hmotného těla jako bolest fyzická. Pokud citlivě vnímáte aurické pole, prozkoumejte i je.

Poté, co bolest naleznete a určíte, na které úrovni se nejvíc projevuje - možná jako strach nebo problémy ve vztazích či v profesi, položte si otázku: Co to má společného s mou nejnítějnější touhou ? Jak tento konkrétní problém souvisí s tím, kým si přejí být, co chci dělat se svým životem, kde toužím žít ?

První, co musíte udělat, je léčit tuto bolest uvnitř těla. Bolest ve vašem těle a v životě má tento důvod - učí vás pochopit, že svou touhu, ať se týká čehokoli, potřebujete naplnit.



**Položte ruce na místo, kde vaše bolest sídlí - je tam ukryta po celý váš život, nese s sebou ten nejtemnější systém přesvědčení naplněný zapomínáním. Zaplavuje vaše srdce, útroby i hrdlo. Prožijte vědomí, které k ní patří - víru v separaci. Nalezli jste svůj stín. Stín, který věří, že je oddělený a izolovaný ode všeho a nemá naději. Dejte průchod bolesti, s níž žijete od svých prvních dnů, a nechte stín, aby se pomalu rozpouštěl.**

**Vstupte do něj. Následujte ho do nejtemnějšího vězení uvnitř svého Já. Vaše Já potřebuje být uzdraveno. Neodmívejte zakoušení této reálné bolesti z lidského hlediska. Není přece nová, byla tam, až kam vám paměť sahá. Neuvolňuje se lehce, její kořeny sahají do velké hloubky. Musíte s ní strávit nějaký čas.**

**Cítíte-li se být připraveni jít dál, zaměřte své vědomí na léčitele, kterého máte v sobě. V něm je vaše moudrost. V něm naleznete touhu a světlo, se kterými jste přišli sem, abyste léčili bolest, kterou nosíte uvnitř svého těla.**

**Vraťte se zpět k bolesti a znovu ji procitíte. Potom se přesuňte k touze a vnímejte svou touhu. Opakujte tento postup až do okamžiku, kdy pochopíte spojení mezi nimi, kdy jste schopni odpovědět na otázku: „Co tato bolest v mém životě znamená? Co se mi pokouší sdělit? Jakou zprávu mi přináší?“**

**Až budete cítit rukama bolest protékat, zeptejte se uzdravovatele v sobě, co máte udělat. Co je její pravou příčinou? Požádejte o pomoc při jejím léčení. Poproste, aby vám pomohl s tím, co jste až do té chvíle nebyli schopni sami v sobě uzdravit. Upřímně se zeptejte. Dostane se vám odpovědi. Ptejte se velmi konkrétně, co můžete udělat. Co je příčinou? Jaký systém přesvědčení? Co potřebujete denně dělat?**

**Dovolte esenci uzdravovatele uvnitř vás, aby pracovala prostřednictvím vašich rukou na léčení vašeho těla. Staňte se prostředníkem. Nechte světlo, aby vámi proudilo jako řeka korytem a uzdravovalo.**

**Poté, co získáte potřebné informace, povzneste se do nejvyšší vám dostupné spirituální reality: k vašemu vyššímu Já nebo k vašim duchovním průvodcům. Tam se nachází vzpomínka na to, kdo vlastně jste z hlediska nejvyšší spirituální reality. Tam porozumíte, že vaše vnitřní bolest je bolestí, která vás - nádherné spirituální bytosti - přitáhla k zemi, kterou jste přišli pomoci uzdravovat. Proto jste se rozhodli inkarnovat.**

**Vzali jste bolest na sebe a inkarnovali se s nejlepší možnou kombinací energií, moudrosti a lásky, abyste mohli uzdravovat přesně ten druh bolesti, který jste si vybrali.**

**To je váš úkol a jste pro něj plně vybaveni. A ta nádherná spirituální bytost přitažená k zemi nářky a touhou, kterou jste byli před svým zrozením - to je ten léčitel uvnitř vás. Vy přece víte lépe, než kdokoli jiný, jak bolest léčit. Vyléčte bolest, která se jako červená nitka vine celým vašim životem. Dotýkejte se svého těla v místech, kde bolest cítíte.**

**Opět přesunujte vědomí mezi léčitelem a vnitřní bytostí plnou bolesti. Když to budete opakovaně provádět, najednou porozumíte vztahu mezi vnitřním léčitelem a bolestí, kterou jste přišli léčit. Odebíráte bolest ze země, abyste ji mohli transformovat. Nechte si dostatek času na to, aby byl tento proces dokončen. Sjednocujete vnitřní bolest, touhu, kterou nesete ve svém srdci, a vnitřního léčitele.**

**Dovoďte uzdravovateli v sobě, aby odstranil bolest a navrátil vás k jednotě. Buďte chvíli lidskou bytostí plnou bolesti a chvíli léčitelem, který vládne univerzální silou. Několikrát to opakujte. Nechte je přicházet k sobě blíž a blíž, až úplně splynou. Když se vám to podaří a máte pocit, že splynutí je stabilizováno, doporučuji vám setrvat ještě nejmíň hodinu v tichu. Meditujte nebo se běžte projít do lesa.**

\*\*\*

Všechna cvičení se vám po čase přestanou zdát tak obtížná. Je dobré věnovat pozornost tomu, jak se procvičováním lásky k sobě a uvolňováním pocitů začne váš život měnit. Následující otázky vám pomohou zjistit, jak o sebe pečujete. Začněte s uspokojováním svých potřeb v oblastech, které jste zanedbávali. Pokud vám to váš zdravotní stav momentálně nedovoluje, najděte někoho, kdo vám pomůže vytvořit si plán péče o sebe, abyste byli připraveni začít, jakmile se vám zdraví vrátí.

*Jak přistupujete k péči o sebe:*

V kterých oblastech vašeho života se cítíte naplněni a ve kterých strádáte ?

Kde a jakým způsobem si nedáváte lásku, kterou nejen potřebujete, ale kterou si také zasluhujete ?

Jak na sebe zapomínáte v péči o své zdraví ?

Pokoušíte se od sebe odehnat představu o něčem, o čem tvrdíte sami sobě, že to nemůžete mít nebo udělat ?

Co to je ?

Existuje něco, co od života opravdu chcete a co se vám ještě nepodařilo vytvořit ?

Jakou dovednost jste toužili celý život si osvojit ?

Zkuste nalézt způsob, jak se tomu naučit teď anebo až se váš stav zlepší.

## DVANÁCTÁ KAPITOLA

**LÉČENÍ PROSTŘEDNICTVÍM SEBEUVĚDOMĚNÍ**

Energie spojená s mentálními procesy se nalézá na třetí úrovni aurického pole. Připomeňme, že v tvůrčím procesu, prostřednictvím kterého vytváříme celý svůj život, se tvořivá energie pohybuje z jádra přes harickou úroveň, potom jednotlivými vrstvami aurického pole až dolů do fyzické úrovně. V každé úrovni se energie naplňuje tím aspektem lidského života, který k ní patří. Ve třetí úrovni aurického pole se energie z našeho jádra naplňuje individuální myslí. Právě prostřednictvím individuální mysli dochází k sebeuvědomování.

Heyoan říká, že to je hlavní práce naší mysli. Jestliže se na sebeuvědomování zaměříme, můžeme využívat své smysly k rozlišování a integrování všech informací, které k nám přicházejí. Potom je nám všechno, co se nás týká, jasné, ať už se ocitneme v jakékoli situaci. Rozumíme tomu a „jsme v obraze“. Diferenciace, integrace, jasnost myšlení a náležitý způsob života jsou pro tvůrčí proces podstatné. Pokud scházejí, nevznikne to, co bylo naším záměrem, nebo to není úplné. Cítíme se nepříjemně, situace nás obtěžuje, nebo jí trpíme.

Léčení na třetí úrovni aurického pole znamená být si více vědom toho, jak si v životě vytváříme radost, štěstí a příjemné pocity nebo bolest a nemoc. Na této úrovni potřebujeme racionální pochopení sebe a svého těla. Jestliže se vidíme reálně, přijímáme pouze svá skutečná omezení a jsme si vědomi svých opravdových možností. Nevytváříme si nereálná očekávání, pocházející z říše naší fantazie, a nedochází tedy potom ke zklamání.

Abychom si mohli o sobě vytvořit reálný obraz, musí být třetí vrstva našeho aurického pole zdravá. Zdravé aurické pole ve třetí vrstvě je jasné, čisté, dobře strukturované, má citrónově žlutou barvu. Je pružné a odolné. Pokud je naše třetí úroveň v pořádku, integrujeme informace proudící z úrovně pole umístěné nad a pod ní, naše myšlení však neovládají. Jinými slovy - vyrovnané myšlení dovoluje vstup fyzických vjemů a pocitů o sobě z nižší vrstvy. Dále dovoluje přijetí informací o vztazích (čtvrtá vrstva pole), které nám pomáhají porozumět sami sobě a prostřednictvím vztahu k ostatním naplnit své myšlení láskou.

Proudí-li energie z vyšších spirituálních úrovní do úrovně třetí volně, bude naše myšlení naplněno tvůrčími principy, inspirací a postupně se vyvíjejícím modelem záměru/účelu - stane se holistickým. Potom můžeme sledovat zprávy vysílané z našeho balančního systému, které nám umožní zvrátit možné onemocnění, vytvořit radost a štěstí a porozumět jim. To, že vyčistíme z pole své strachy a negativní posuzování sebe sama, nám umožní zvolit si tým pro své léčení, aniž by docházelo k rušivým zásahům.

Jestliže se obáváte, že byste mohli mít rakovinu, nemusíte mít chuť jít na testy. Nebo se můžete nutit ke spěchu a nenecháte si dostatek času, abyste si zvolili dobrý tým. Můžete se snažit mít to co nejrychleji za sebou, a tak si nevyberete cestu nejlepší, ale nejkratší. Pokud něco na sobě posuzujete negativně, například svou nadváhu, může vás to uvést do takových rozpaků, že se nerozhodnete vyhledat pomoc nebo můžete popírat, že ji vůbec máte zapotřebí. Přejídání přece neznamená, že jste špatní. Je to emocionální obrana. Nadváha může mít podle odborníků mnoho jiných příčin, než je přejídání.

Ovšem uvažujeme opravdu racionálně? Jedním z největších problémů, který se týká nás všech, je náš sklon k racionalizaci. Považujeme své jednání za racionální. Ve skutečnosti náš rozum vyrábí „racionální“ omluvy pro své nezdravé chování, které plyne z toho, že odmítáme věnovat pozornost svému balančnímu systému. Z hlediska aury dochází k tomu, že následkem podvědomého strachu naše emoce nebo vůle příliš ovlivňují náš rozum.

Jakákoli nerovnováha ve třetí úrovni aurického pole a v integraci všech informací z ostatních úrovní našeho bytí přináší iracionalitu.

Jestliže je tato úroveň pole tuhá a nepružná, změní se její barva z citrónově žluté na jantarovou. Neumožňuje zdravé proudění informací z ostatních vrstev pole a zůstává v izolaci. Důsledkem přílišné ztuhlosti vrstvy je omezené myšlení plné předsudků, myšlení, které je odtržené od širších aspektů vnímání života. Souhrn energií v tomto případě přináší snahu zařadit všechno v životě do příslušných přihrádek. Tento typ lidí prožívá život primárně prostřednictvím mysli. Přehnaná racionalita vede vlastně k iracionalitě. Uvedený způsob myšlení všechno nadměrně komplikuje a rozděluje. Sebe sama vidí jako mistra.

Na druhou stranu, je-li třetí úroveň světle žlutá, příliš slabá a nadměrně pružná, nadměrně podléhá vlivu ostatních vrstev, obzvláště emocí. V tomto případě nám činí problém odlišit okamžitý nadsazený pocit od dlouhodobější reality.

Výsledkem je fantazie, v níž tato osoba vidí svůj život a sebe samu buď v mnohem lepším, nebo mnohem horším světle, než jaká je v daném okamžiku skutečnost. Smíchá přítomnost s možnou budoucností, kterou tito lidé mohou být schopni vytvořit prostřednictvím vizualizace, sebezdokonalování a spousty práce v dlouhém časovém úseku.

Přirozeně existuje mnoho různých dalších konfigurací, ve kterých je třetí úroveň buď příliš, nebo naopak nedostatečně ovlivňována některými z ostatních úrovní. Důležité je zjistit, jak a proč naše iracionalita vzniká. Rovněž potřebujeme vědět, proč racionalizujeme, jaké jsou naše racionalizace a jaký mají dopad, a také, co je pod nimi ukryto.

## **Opilá opička - naše důvody „proč ne“**

Před pár lety jsem se zúčastnila krátkého kurzu plánování a organizace. Lektor konstatoval, že v podnikání můžeme buď dosáhnout toho, co chceme, nebo najít důvody, proč to nejde. Skutečně existují pouze tyto dvě možnosti. Důvody „proč ne“ jsou rafinovanou formou odmítání, kterou můžeme uplatnit ve všech sférách. Pomocí nich získáváme výmluvy, alibi, racionalizace, ospravedlnění, příběhy vysvětlující, proč

nemůžeme kýženého výsledku dosáhnout. Co nám ovšem nemohou poskytnout *nikdy*, je dosažení toho, oč usilujeme. Naší myslí se velmi dobře daří vynalézat tyto důvody a nějak nás přesvědčit, že naše „proč ne“ je téměř tak dobré, jako to, co chceme !

Důvody „proč to nejde“ nám pomáhají setrvávat v odmítání. Jejich prostřednictvím unikáme před něčím v sobě, před něčím, z čeho máme strach. Jinak bychom je nepotřebovali. Prostě bychom si řekli, že to něco, ať už se jedná o cokoli, nebudeme dělat.

Východní mystika nazývá tu naši část, odkud důvody, proč něco nedělat, pocházejí, „opilou opičkou“. Všichni nasloucháme opičce sedící v naší mysli, když se nám to hodí, obzvláště když se například rozhodneme držet dietu, začít pravidelně cvičit nebo studovat nový předmět. Ať se zavážeme k čemukoli, naše nuzné vnitřní dítě pořád „chce, co chceme my, chceme-li to“. Takže si podvědomě přivoláme svou opilou opičku, aby nám dodala nějaké vhodné racionalizace, a tak nám pomohla to dostat.

Opilá opička nám s potěšením vyjmenuje všechny důvody, proč vůbec není podstatné sníst občas jeden kousek čokolády - rozhodně to neznamená, že nedržíme dietu. Nebo si dáme jinou dobrůtku. Prohlašujeme sice, že už mnoho dnů držíme dietu, ale ve skutečnosti se jedná o pouhé hodiny ! Kuřáci jednají podobně, když se rozhodli skoncovat s kouřením. Jedna cigareta přece nemůže vadit. Slyšela jsem dokonce tento výrok: „Přestal jsem kouřit, snížil jsem to na jeden balíček cigaret denně.“ Opilá opička věrně slouží našemu zapírání. Nadšeně nás bude přesvědčovat, že vynechat jeden den cvičení není nic významného. Když porušíme jednou časový rozvrh a necvičíme třeba po několik dnů, ani ji nenapadne nám to připomínat. Kdybychom necvičili třeba několik měsíců, příliš by ji to nevzrušovalo. Když si na svůj závazek náhodou vzpomeneme nebo nám jej připomene někdo jiný, ihned vyskočí a zásobí nás nekončícím seznamem důvodů „proč ne“. Uvedu zde aspoň pár nejoblíbenějších:

„Nemám na to čas.“

„Jsem strašně zaneprázdněná.“

„Nevím, jak to mám dělat.“

„Přestanu, když přestaneš i ty.“

„Jelikož jsi nepřestal, tak já se o to také nebudu pokoušet.“

„Je to jeho/její vina, že to musím/nemohu dělat.“

„Jsem na to příliš slabá.“

„Je mi to jedno, nezám.“

„Nemá to smysl.“

„Jsem příliš hloupá.“

„Nejsem v tom dost dobrá.“

„Nevěděla jsem to.“

„Opravdu jsem nevěděla, že tam byla omezená rychlost nebo že jsem se měla vrátit do deseti.“

Obvykle upřednostňujeme několik málo důvodů „proč ne“ a ty používáme na všechno. Tyto důvody holograficky pracují v každém aspektu našeho života. Jakmile použijeme důvod v jedné oblasti, automaticky ho upotřebíme ve všech ostatních. Stane se z toho zvyk. Například jestliže v oblasti péče o sebe „nemáme čas“ cvičit nebo si připravovat čerstvé jídlo, tak „prostě musíme“ jíst konzervy nebo hranolky a hamburgery, v jiné oblasti „nemáme čas“ odpovídat na dopisy, vyřizovat telefonáty, platit včas účty nebo dokončit projekt v práci.

V péči o své zdraví máme po ruce také mnoho prohlášení:

„Ale mně opravdu nic není.“

„Když se tím nebudu zabývat, určitě to přejde.“

„Doktor mi stejně nepomůže.“

„Budu se léčit sám/sama.“

Jenže potom nikdy nedojde k tomu, abychom dělali sebeléčení pravidelně - nemáme na to čas. Vyhýbání se problémům a jejich odmítání udržuje náš strach v bezpečné vzdálenosti. Nemusíme se postavit svému vnitřnímu tygrovi, nemusíme se svému strachu podívat do očí. Bohužel nás odděluje také od našeho balančního systému, od jeho poselství, a tak pravděpodobně nakonec onemocníme. Není jiné možnosti, jak se znovu spojit se svým balančním systémem, než svému strachu čelit.

## Jak nalézt strach, který nám nedovoluje, abychom se řídili podle informací, jež dostáváme ze svého balančního systému - cvičení

Poté, co jste věnovali určitou dobu tomu, abyste se naučili rozpoznat, jakou opilou opičku v hlavě nosíte, zkuste odkrýt strach, který vám pomáhá popírat. Mělo by vám to pomoci naučit se rozeznat rozdíl mezi radami opičky a zprávami vašeho balančního systému. Připomínám, že odmítání je prvním stadiem léčení. Abychom se dostali k dalšímu stupni procesu léčení, musíme odmítání opustit. Poradím vám, jak to udělat.

V desáté kapitole jsme se zabývali pečováním o své fyzické tělo a udělali jsme seznam otázek, týkajících se naší péče o fyzické tělo a aurické pole. Projděte teď seznam znovu a věnujte pozornost oblastem, se kterými máte nejvíc problémů. Připravte si nový seznam, kde bude pět kolonek, tak jak to můžete vidět v tabulce 12-1. Do první rubriky zapište zprávy svého balančního systému či oblast péče o své tělo, která vám působí problémy. Pak si položte otázku, proč nejste schopni o sebe takto pečovat. Druhá rubrika slouží pro uvedení výsledku, kterého byste dosáhli, pokud byste o sebe pečovali správně. Příklad: budete-li si pořádně čistit mezizubní prostory, budete mít zdravější zuby a dásně. Do třetí kolonky uveďte pro každý ze zmíněných problémů důvody své opilé opičky „proč ne“. Příklad: zubní nit večer nepoužíváte, protože jste příliš unaveni. Ráno zase pravděpodobně nemáte čas.

**TABULKA 12-1: NALEZENÍ STRACHU, KTERÝ LEŽÍ POD DŮVODY „PROČ NE“**

<b>Zpráva balančního systému</b>	<b>Výsledek, který chceme dosáhnout</b>	<b>Důvody „proč ne“</b>	<b>Ostatní oblasti, které jsou tím zasaženy</b>	<b>Strach, kterému se vyhýbáme</b>

**Příklady z oblasti péče o zdraví:**

<i>Roger:</i> bolest ve spodní části zad	úleva od bolesti; odpočinek	Jsem příliš zaneprázdněn, nemám čas shánět pomoc.	neschopnost dokončit práci - ve všech oblastech	strach udělat chybu i mít úspěch; strach z kritiky
<i>Emily:</i> bolesti a bulky v prsou	žádné bolesti, zdravá prsa	Mně se to nemůže stát. Doktorům nevěřím.	celkově se necítí zdravá; připadá si jako podvodník v celém životě; neurčitý pocit viny	strach z rakoviny a jejího léčení; strach ze smrti

**Příklady z ostatních oblastí života:**

<i>Pat:</i> žádný volný čas	zábava, radost	Jsem příliš zaneprázdněná.	důvěrný vztah	strach z vyloučení ze společnosti
<i>George:</i> zablokování kreativity ve výtvarném umění	krásné malby; uznání jeho práce	Nejsem dost dobrý; jsem příliš líný.	bagatelizování všeho jako ne dost dobře udělaného nebo nedůležitého i v případě, že se jedná o výbornou práci	strach ze svého Já; strach z kritiky; strach z hlubšího Já, které se může dostat na povrch v jeho pracích

Čtvrtý sloupec přináší holografický pohled. Když pečlivě prozkoumáte ostatní oblasti svého života, povšimnete si, že používání oblíbených výmluv se stalo zvykem. Používáte je na všechno. Funguje to holograficky.

Víte, chápu, že se třeba nemůžete věnovat určitým činnostem, protože pečujete o děti nebo máte namáhavé zaměstnání. Ale záleží na vás, jak vyvážený váš život je, v závislosti na tom, co od něj očekáváte. Je jisté, že abychom své potřeby naplnili, musíme se pro ně rozhodnout - vybrat určité činnosti, odmítnout jiné. Ale vsadím se, že používáte stejné „nemám čas“, i když jste se svými dětmi nebo v zaměstnání, abyste se něčemu v sobě mohli vyhnout. Možná péči o děti používáte jenom jako alibi, abyste nemuseli pečovat o sebe. Nebo je zaměstnání zástěrkou pro to, abyste sami sobě nedávali radost všemi způsoby, které potřebujete. V tomto případě jsou to pouze další důvody „proč ne“.

Vyplnit tuto kolonku vyžaduje pořádně se zamyslet nad svým životem. Ve kterých dalších oblastech ještě používáte tyto výmluvy? Zkuste sledovat po celý den, jak používáte důvod „proč ne“, abyste se něčemu vyhnuli - například ve vztahu ke svému

partnerovi nebo dětem. Pro co dalšího si nenajdete čas nebo se cítíte příliš unaveni ? Hraní s dětmi ? Milování ? Všechny oblasti života, ve kterých používáte své oblíbené výmluvy запиšte do čtvrtého sloupce.

Potom si položte otázku: „Čeho se to bojím ?“ Dovolte otázce vstoupit do vašeho nitra a zůstaňte po několik minut se svými pocity. Ponořte se do nich tak hluboko, až ucítíte strach. Čemu se neodvažujete pohlédnout do tváře ? Tento strach patří do páté kolonky. Najděte všechny oblasti, které ve vašem životě zasahuje. Strach, kterému odmítáte čelit, zasahuje nějakým způsobem celý váš život. Nejsilněji působí tam, kde se cítíte nenaplněni a kde máte těžkosti. Pátrejte po tom, co spojuje váš strach s těmito oblastmi. Věnujte pozornost pocitům, které se toho týkají.

Jak to celé probíhá, si ukážeme na příkladech uvedených v tabulce 12—1.

Roger pracoval jako stavební dělník a trpěl chronickými bolestmi zad. Pocházely ze starého zranění, které nikdy neléčil. Každé další poranění zad ignoroval, neléčil a pouze doufal, že bolest přejde. Věděl, že si musí na chvíli lehnout a bolest zmizí. Jeho důvod „proč ne“ byl, že je pořád strašně zaneprázdněný. Musel pracovat. Byl jediným živitelem rodiny a byl na to patřičně hrdý. Pokračoval v ignorování zpráv, které mu bolesti zad sdělovaly. Jeho stav se zhoršil. Nakonec se jednou pokusil zvednout těžký kufr. Příštího dne se nemohl hnout a musel zůstat dva týdny ležet v posteli. Jeho tělo mu darovalo dva týdny, aby jenom ležel a věnoval pozornost svým pocitům. Tak se dostal do kontaktu s pocity, o kterých ani netušil, že je má. Pocítil příšerný strach, že když nevstane a nepůjde do práce, jeho rodina ho opustí. Báł se, že by ho mohli odsuzovat, protože je líný a povaluje se v posteli. Věděl, že tento strach je iracionální, jelikož se opravdu nemohl ani pohnout, ale nemohl se ho zbavit. Potom si uvědomil, že jeho rodiče vždy kritizovali jeho staršího bratra pro lenost. Vzpomněl si na své dětské rozhodnutí, že on nikdy nebude líný. Bude správný chlap - „macho“. A tak, aby se mohl postavit svému dětskému strachu a začít s léčením svých zad, musel přestat být mužným hrdinou.

Dva týdny v posteli postačily k tomu, aby si uvědomil, že už není nutné, aby se choval jako „macho“. Připustil, že jeho záda potřebují péči. Nějakou dobu se zabýval hledáním nejlepšího způsobu léčení. Začal pravidelně cvičit velmi jednoduchou sestavu cviků na protažení a posílení zad. Navštívil léčitele. Dával si pozor na zvedání těžkých břemen. Po fyzické zátěži si v lehu srovnal záda a na deset minut na ně dal led. Jedl jen, když pocítil hlad - věděl, že nízká hladina krevního cukru zvyšuje možnost případného zranění.

Léčení ale ovlivnilo také jinou oblast jeho života: jeho vztah s bratrem. Přestal negativně posuzovat jeho domnělou lenost a stali se lepšími kamarády.

Dalším případem je Emily, fyzioterapeutka s rozsáhlou soukromou praxí. Emily zjistila, že má v prsou bulky, ale odmítala jít na mammografické vyšetření. „Ona přece nemůže mít rakovinu, protože je na spirituální cestě.“ Říkala, že doktorům nikdy nedůvěřovala. Je jasné, že se obávala rakoviny prsou. Důsledkem byl trvalý pocit strachu a nemoci. Trpěla také neurčitým pocitem viny - pracovala přece v oblasti péče o zdraví. Její jednání jí připadalo nečestné. Pociťovanou vinu za své zdánlivě nečestné jednání přenášela na lékaře, proto jim nedůvěřovala.

Když se konečně odhodlala jít na vyšetření, zjistilo se, že se nejedná o zhoubný nádor. Pocity strachu a viny z nečestného jednání zmizely. Cítila se zase zdravá.



V důsledku toho měla víc energie, cítila se celkově lépe a byla se sebou spokojenější, což se projevilo hlavně v její práci.

Začala také vidět, ve kterých dalších oblastech sama sebe podváděla. Přestala brát příliš mnoho klientů a trvale se vyčerpávat namáhavou prací. Pochopila, že to bylo pouze alibi - když někdo tolik pomáhá lidem a je na spirituální cestě, nemůže přece dostat rakovinu. V podstatě jí její nadměrné pracovní vytížení sloužilo jako výmluva pro to, aby nemusela pečovat o sebe. Přišla na to, že cysty v jejích prsou symbolizovaly strádání a hladovění jejího vnitřního dítěte. Změnila způsob stravování - omezila tuky a cysty se začaly zmenšovat. Když nasýtla své vnitřní dítě (děti sají potravu z prsou), uzdravila se.

Z širšího hlediska byly bulky v jejích prsou důsledkem neschopnosti nebo neochoty se starat o sebe. Její workoholismus, jak jsme již uvedli, byl pro to jenom záminkou. Následný strach, pocit, že po zdravotní stránce není v pořádku, a vina byly jenom částí ceny, kterou na emocionální úrovni zaplatila. Další bylo to, že zůstávala v profesi, která pro ní nebyla vhodná. Neměla čas pro své vnitřní dítě, neměla čas poznat hlouběji sama sebe. Když nasýtla své vnitřní dítě a dala mu dost času, pochopila, že potřebuje změnit profesi. Zůstala ve zdravotnictví, ale spíše se věnovala učení a soukromou praxi omezila.

## Jak vyčistit odmítání ukryté za vašimi důvody „proč ne“ - cvičení

Opět použijte tabulku 12-1 a udělejte stejné cvičení jako předtím, ale pro jinou oblast vašeho života, s níž máte problémy - může to být vaše profese, partnerské vztahy nebo volný čas. Je to úplně stejné. Do prvního sloupce uveďte oblast, o kterou se jedná, do druhé napište, co chcete. Uveďte své důvody „proč ne“ a zjistěte, do kterých dalších oblastí to zasahuje, a nakonec napište strach, kterému se vyhýbáte. Když jednou strach naleznete, podíváte se mu do tváře a prožijete ho, jeho odmítání přestanete potřebovat.

Žena, která se jmenovala Pat, neměla čas na zábavu. Její důvod „proč ne“ byl, že je příliš zaměstnaná. Mělo to dopad i na ostatní oblasti jejího života - měla málo důvěrných přátel či partnerů a byla osamělá. Pod odmítáním ležel strach, že bude vyloučená ze společnosti, a strach z důvěrnosti. Jako malé jí rodiče nedovolovali hrát si s dětmi ze sousedství. Nikdy mezi nimi neměla kamarády a cítila se ze společenství vyloučená. Stejně tak tomu bylo i teď. Když si tento strach uvědomila, čelila mu tím, že se rozhodla úmyslně a pravidelně navazovat kontakty s lidmi. Bude to pro ni ze začátku velmi obtížné a pravděpodobně bude v průběhu učení několikrát odmítnuta a bude se cítit odstrčená. Ale učený z nebe nespádl a cvičení dělá mistra. Jistě časem najde nové přátele, se kterými bude sdílet i společné zájmy. Hodně se toho od ostatních naučí. Vztahy k lidem jí přinesou mnoho radosti a bude jim věnovat mnoho času. Je velmi pravděpodobné, že nalezne i partnera.

George, kterého jsem uvedla jako další příklad, chtěl malovat, ale zablokoval se výmluvami - nejsem v tom dost dobrý, jsem příliš líný. To ovlivnilo hodně dalších oblastí. Nic dalšího nepovažoval za stejně důležité jako malování. Takže, když se mu podařilo cokoli jiného, neuspokojovalo ho to, považoval to za bezcenné, i když odvedl dobrou práci. Myslel si o sobě, že je líný. Pod tím vším byl strach ze selhání,

kritiky, a co bylo ještě důležitější, strach, že se jeho hlubší Já projeví v průběhu tvůrčího procesu při malování.

Nezbytnou podmínkou tvůrčího procesu je volné proudění energie. Jediným způsobem, jak toho dosáhnout, je nic v sobě nezadržovat, všechno ze sebe dostat, a to včetně negativního vědomí, které se nachází v blokované energii aurického pole. Proto je mnoho umělců a spisovatelů považováno za výstřední a jejich chování za nepřijatelné. Jejich Já nemůže žít v masce společensky vhodného chování. Nejde to dohromady. Skladatel Salieri, jak jsme mohli vidět ve filmu Amadeus, nemohl pochopit, jak se Mozart může tak příšerně chovat, a přitom skládat tak nádhernou hudbu. Neporozuměl, že to byl jeho způsob, jak vyjádřit svou negativní stránku, aby energie v jeho aurickém poli mohla volně proudit.

Dnes máme lepší způsob, jak docílit, aby energie volně proudila - výrazovou terapii. V této terapii zabere vyjádření negativních pocitů pouze pár minut - lidé mohou ječet do polštáře nebo do něj bušit pěstmi či odreagovat se štípáním dříví a hlasitě vykřikovat všechny ty strašné věci, které by chtěli někomu udělat.

Chování tvůrčích osobností, které nemá zábrany, je hodnoceno společností jako nesnesitelné a nebezpečné. V naprosté většině případů vůbec ničemu neškodí, ale pouze rozbíjí společenská pravidla, která lidé řídí a mají nad nimi moc. Lidé se toho obávají, protože rozbití pravidel iniciuje transformační proces a dochází k rozplynutí masky a odkrytí hluboké vnitřní bolesti. Mnozí dobře nechápou, že ke světlu a osobní síle lze dojít pouze uzdravením se z této bolesti. Než započneme s léčením, musíme nejdřív bolest odkrýt. Vřed také musíme rozříznout, aby hnis mohl vytéci a rána se dala vyčistit. Je to stejný princip. Bohužel to většina lidí neví, a tak považují chování, které vede k rozplynutí masky, za nebezpečné. George prochází procesem, při kterém se dostává do styku se svým odmítáním a strachem a vztekem, které se pod ním ukrývají. Jakmile je začne vyjadřovat, bude schopen pustit se do malování. Bude-li pokračovat v cestě k jádru své kreativity, bude se jeho umění dál rozvíjet, ale také každá fáze cesty vynese na povrch víc strachu a vzteku. Jak se bude od strachu a hněvu očišťovat, uvolní v obě další tvůrčí síly.

George by se také mohl obávat úspěchu. Čím více bude tvořit, tím více musí pracovat na čištění pole, aby energie mohla volně proudit. Mohl by se dokonce obávat i toho, jak v tom případě naloží se svou silou. Nárůst moci ve světě znamená nárůst energie/síly proudící energetickým polem. Čím je tok energie silnější, tím hlouběji uložené a pevněji držené negativní energie se uvolňují. Jediný způsob, jak se s tím dobře vyrovnat, je ustavičně čistit negativní energetické vědomí, které se uvolňuje ze stále hlubších úrovní pole (a podvědomí).

Tento cyklus může pokračovat donekonečna. Kreativita je neomezená. Po čase bude přirozeně postup při čištění negativity jednodušší a kratší a změní formu. Jakmile se totiž z něčeho stane zvyk, přestane mít očistné účinky - nedochází potom ke katarzi. Když Georgův vztek bude pořád zaměřen na matku, může se z toho stát zvyk a může ho začít používat jako obranu proti tomu, aby se nemusel zabývat strachem ukrytým pod ním. Pak je potřeba vstoupit do dalších neznámých oblastí duše, kterých se možná děsí ještě víc.

Léčitel, který s ním pracoval a pomáhal mu při čištění pole, používal léčebnou techniku, kterou neovládá příliš mnoho terapeutů. Odstraňoval bloky, jež se nepodařilo rozpustit při expresivní terapii, čistil zanesené oblasti a nabíjel je a rekonstruoval narušené části pole. Naučil ho také, jak poznat poruchy pole a bloky,

které vznikly z odmítání a obranných reakcí, a jak následně pole vyčistit. Tím se proces urychlil.

Jak George víc a víc maloval, vzrostla jeho kreativita i v ostatních oblastech jeho života, například ve vztazích nebo v práci. Práce v galerii ho začala více bavit. S překvapením a potěšením zjistil, že vzrostla také jeho schopnost navázat hlubší intimní vztah. Velká část odmítání - a starého strachu a vzteku, které ležely mezi ním a ostatním světem, zmizela.

Pokud jste nikdy nepracovali s uvolňováním negativní energie, doporučuji, abyste se obrátili na léčitele nebo psychoterapeuta, který používá některou z technik práce s tělem. Je to velmi účinná pomoc. Jakmile se technice uvolňování negativních pocitů a tedy i uvolňování negativního energetického vědomí, které zadržujete ve svém poli, jednou naučíte, jste schopni pracovat dál sami. Dávejte pozor, abyste při cvičení měli zavřená okna. Ne, že by to mohlo někomu ublížit, jedná se o to, aby energie byly v pohybu. Když to zvládnete, uvolněná energie se velmi rychle mění na lásku.

## Jak pročistit negativní posuzování a jeho následky

Teď se zaměříme na oblasti, ve kterých sami sebe nemáme rádi a máme o sobě negativní mínění. Připravte si tabulku se šesti sloupci, podle vzoru 12-2.

Udělejte si seznam všech odsudků, které vám vytanuly na mysli, když jste dělali cvičení na posílení lásky k sobě v kapitole 11. Dejte je do prvního sloupce. Do druhého sloupce napište všechny věci, které byste rádi dělali nebo jací byste chtěli být, pokud by vaše mínění o sobě bylo klamné. Představte si, že tomu tak je. Seznam dobrých pocitů, které z toho máte, zapište do třetí kolonky.

Pokračujte a do svých pocitů se ponořte hlouběji. Když tak chvíli zůstanete, dobré pocity se rozplynou a dostaví se strach. Ze začátku vám to nemusí dávat žádný smysl, ale vytrvejte. Uvnitř naleznete rodičovské hlasy, hlasy ostatních autorit vašeho dětství nebo vaše vlastní dětské hlasy, které vás varují. Tyto hlasy jsou odrazem našich negativních závěrů o realitě, které nazýváme negativními představami nebo negativními přesvědčeními. Varují nás před strašnými následky, které na nás dopadnou, pokud budeme cítit radost z naplňování své touhy.

Připomínám, že hlasy pocházejí od naší masky a jejich původním záměrem bylo, abychom se cítili v bezpečí a bylo nám dobře. Ovšem v bezpečí podle naší dětské interpretace toho, co nám o tom říkali rodiče nebo ostatní autority. Nemuselo to mít nic společného s realitou. Tyto hlasy nám vlastně naháněly hrůzu tím, že nám neustále připomínaly, jak nebezpečný život je. Radily nám, co máme dělat, abychom byli v bezpečí. Problém je v tom, že se vám nikdy nemůže podařit udělat vše, co říkají, že byste dělat měli. Z toho vyplývá, že v bezpečí nejste ! Své strachy, které se vám tímto způsobem podaří najít, zapište do pátého sloupce.

TABULKA 12-2 PROČIŠŤOVÁNÍ NEGATIVNÍCH MÍNĚNÍ A JEJICH NÁSLEDKŮ

Sebe- posuzování	Co byste si přáli	Dobré pocity	Rodičovské hlasy	Strach ukrytý pod odmítáním	Ostatní oblasti, které jsou tím zasaženy

**Příklady:**

**Roberta:**

Jsem moc tlustá.	Cítit se ve svém těle svobodnější; chodit více mezi lidi; méně často zaujímat obranný postoj; cítit se víc sexy; důvěrnost v životě.	Cítit se krásná ; cítit se silná; mít o sobě dobré mínění; chci sex.	„Kdo si myslíš, že jsi ?“ „Jsi nestoudná. Ostatní poznají, že chceš sex.“	Strach z toho, že vzbudí pozornost; strach z energie; strach ze sexuality.	Potlačování sexuálních pocitů; omezování kreativity kdekoliv v životě; nenasycení v sexuální oblasti.
------------------	--	--	---	--	---

**Terry:**

Nikdy si nenajdu muže/ženu.	Žít v manželství, mít děti, dům.	Cítit se naplněná, šťastná, silná.	„On/ona mne zradí a všechno mi vezme.“	Strach z důvěrnosti; strach ze sdílení; strach ze zrady.	Žádné důvěrné vztahy s muži/ženami v ostatních oblastech života.
-----------------------------	----------------------------------	------------------------------------	--	--	--

Jak jsme uvedli v první kapitole, způsob, jakým se nás rodičovské hlasy snaží držet v bezpečí, spočívá v tom, že nás chrání před procítěním našeho zranění. Bohužel nás takto „ochrání“ i před tvůrčí energií. Jestliže negativním rodičovským hlasům nasloucháme a následujeme jejich rady, naše tvůrčí energie zůstane uzavřena v masce. Pokud je neposlechnete, uvolníte v sobě energie, které jste nezakoušely velmi dlouho, možná od raného dětství. Váš stav bude stejný jako v případě umělecky zaměřených jedinců, o kterých jsme již psali. Odkryjete ránu a budete se muset vyrovnat s bolestí a vztekem. Ale vysvobodíte svůj život !

Navíc vaše činy přestanou brát ohledy na masky ostatních. Ti začnou mít strach a budou rozzlobení. Neagituji tady za vychrlení vašich negativních pocitů na kdekoho. Mluvím o tom, že to znamená vyhlášení vaší nezávislosti. Může být správné, že přestanete omezovat své činy, jenom kvůli tomu, co by si mohli ostatní o vás myslet. Máte právo opustit zaměstnání, které vám nevyhovuje, i manželství, jestliže vás neuspokojuje.

Tabulka 12-2 obsahuje také pár příkladů negativních účinků sebeuposuzování a změn, které nastanou, když se jich vzdáme. Robertino negativní mínění o sobě bylo: „Jsem tlustá.“ Díky jemu se cítila hůř, a proto jedla ještě víc. Když se pokoušela začít s dietou, ozval se v ní nějaký hlásek: „To mi přece nemůžeš udělat.“ Když s tím

pracovala na sezení, vyšlo najevo, že v jejím mládí se rodiče také pokoušeli docílit, aby držela dietu. Ukázalo se, že těch věcí, které si přáli, aby dělala, bylo hodně. Jídlo se stalo výrazem její svobody. S dietou nezačala ze vzdoru. Problém byl v tom, že když vyrostla, ztratila schopnost rozlišovat mezi tím, co chce dělat ona sama, a tím, co si přáli její rodiče.

Když nějakou dobu pracovala se svým vnitřním dítětem, začala Roberta rozlišovat mezi tím, co chtěla doopravdy dělat, a mezi tím, co dělala ze vzdoru. Rozhodla se, že chce skutečně zhubnout, protože věřila, že pak bude svobodnější, bude chodit víc mezi lidi a nebude tak často zaujímat obranné postavení.

Začala s dietou a zhubla. Připadala si krásná, silná, dobrá a sexy. Potom přišla krize. Vnitřní rodičovské hlasy, pocházející z masky, na ni znovu křičely: „Kdo si myslíš, že jsi?“ a „Jsi nestoudná, ostatní poznají, že chceš sex.“ Začala se bát a ze strachu znovu jíst. Když opět nabrala, hlasy utichly. Na sezeních se zabývala zvýšením váhy a rozpoznáním svého strachu. Začala s dietou znovu a učila se čelit strachu. Pod ním ležely hlubší strachy - strach, že by mohla vzbudit pozornost; strach ze své vlastní energie a strach týkající se její sexuality. (Tyto strachy jsou uvedené v pátém sloupci.) Hlubší strachy zasáhly i ostatní sféry jejího života, kde potlačovala pocity, sexualitu i tvůrčí síly. Jakmile se těmto strachům postavila, začala být schopna akceptovat svou přecitlivělost v kontaktu s ostatními, takže se už tolik neobávala být středem pozornosti. Její sexualita jí přinášela víc radosti a dost zhubla. Výrazně se projevilo uvolnění kreativních sil v oblasti umění. Namalovala spoustu krásných obrázků.

Jméno Terry, uvedené ve druhém příkladu, se používá pro muže i ženy. Vybrala jsem ho proto, že problém, o kterém píšu v této souvislosti, je typický pro obě pohlaví. Jedná se o osoby, které žijí dlouhou dobu sami - buď do manželství nikdy nevstoupily, nebo jsou rozvedené. První jejich závěr, ke kterému je přivedlo negativní sebeposuzování, je tento: Nikdy nenajdu partnera. Obávají se, že toho pravého či tu pravou nikdy nepotkají. Jim se to podařit nemůže a nemohou proto nic udělat. Přitom touží po plném životě, touží mít domov a děti. Představují si, že rodina jim poskytne pocit naplnění, štěstí a síly. Ovšem ať je množství potenciálních partnerů, kteří jim přijdou do cesty, jakékoli, určitě mezi nimi není ten pravý. Jakmile se totiž vztah stane důvěrným, začnou je rodičovské hlasy varovat před tím, že je partner zradí a opustí. Takže oni potom na tomto člověku začnou hledat chyby a dojdou k závěru, že by to nebyla pro ně vhodná volba. Když tito lidé vstoupí do terapie, musí v sobě odkrýt velmi hluboce zakořeněný strach z intimity. Prohlášení, že nikdy nenajdu partnera (negativní sebeposuzování), je ve skutečnosti motivováno hlubokým strachem z intimity. Pokud v sobě nenajdou odvahu se tomuto strachu postavit, nepustí k sobě nikdy nikoho tak blízko, aby se mohl důvěrný vztah vytvořit.

## Jak nalézt pravdu, která leží pod sebeposuzováním

Viděli jsme, jak používáme negativní posuzování sebe sama k tomu, abychom se vyhnuli strachu. Pěkně mazané, že? Dokonce ještě mazanější, než si myslíme! Naše sebeposuzování jsou vlastně naše důvody „proč ne“. Takže teď znovu použijeme tabulku 12-2, ale v první a čtvrté kolonce budou naše důvody „proč ne“ a ve druhé „výsledek, kterého chceme dosáhnout“. Až se příště zase začnete negativně

posuzovat, uvědomte si, že sebeuposuzování jsou jenom vaše důvody „proč ne“ převlečené do ošklivějších šatiček.

Pokud se vaše sebeuposuzování týká vyhledání pomoci u lékaře nebo léčitele, máte pravděpodobně důvody, proč nejít a nestarat se o sebe. Nejčastěji užívané jsou tyto:

„Chovám se jako hypochondr.“ „Neumím jenom snášet bolest.“ „Jsem zbabělec. „

„Nemohu zase otravovat svého lékaře s nepodstatným stěžováním. “

Tyto a jim podobné důvody ukrývají strach z pravdy o vaší situaci - pak byste s ní museli něco začít dělat.

Následující cvičení vám ukážou, jak zastavit negativní účinky strachu na vaše racionální myšlení a jak dospět k formulování jasných myšlenek. Poté, co přestanete s odmítáním, navštívíte lékaře nebo jiného odborníka v oblasti zdravotní péče a získáte diagnózu nebo popis své nemoci, musíte procesem projít znovu. Připomínám, že to bude pro vás asi ještě těžší, protože už budete pravděpodobně vědět, že s vámi není něco v pořádku. Jestliže se cítíte velmi bídne fyzicky, jste dezorientovaní a nemáte mnoho energie, zákonitě to musí být těžší. Požádejte někoho, kdo je vám blízký, aby vám pomohl.

Při výběru svého týmu odborníků z oblasti zdravotní péče neopomeňte využít tabulek 12-1 a 12-2. Tyto tabulky vám poskytnou velmi cenné praktické informace. Jakmile budete mít všechny informace, které potřebujete, budete schopni utřídit své důvody „proč ne“, pochopit je a najít způsob, jak se chovat, abyste onemocnění zvládli.

## **Jak racionálně pochopit svou nemoc a cestu léčení**

O důležitosti pochopení toho, co se děje ve vašem těle a aurickém poli, stejně jako seznámení se s dostupnými léčebnými technikami, jsme psali již v osmé kapitole této knihy. Je dobré se tím zabývat předtím, než onemocníte. Ale jestliže se vám tato kniha dostala do rukou až v době nemoci, musíte se pochopením fungování onemocnění a léčebného procesu, kterým na základě svého výběru budete procházet, zabývat teď. Pomůže vám to zaměřit se na léčebný proces a přijmout ho.

Máte-li například nemocná záda a víte, že dva týdny musíte strávit v posteli, pak vám nezbude nic jiného, než se tomu přizpůsobit. Budete mít víc času věnovat se sami sobě - jít hlouběji dovnitř a nalézt hlubší problémy ležící pod bolestí zad. Samozřejmě, že po pár dnech, kdy se budete cítit lépe, můžete prohlásit, že jste v pořádku a přestat odpočívat. To je ten nejlepší způsob, jak znovu onemocnět.

Je také potřeba vědět, že léčebný proces je individuální - každý kráčíme svým vlastním krokem. Lékař či léčitel vám mohou pouze obecně naznačit, co můžete očekávat. Jak tím projdete, záleží pouze na vás. Bude to vaše zkušenost a sami si zvolíte tempo. Žádná z informací o tom, jak bude léčebný proces probíhat nebo jak dlouho bude trvat, není tvrzením, že tomu tak opravdu bude. Spíše sdělením, že tomu tak obvykle bývá. Důležité je, nemít striktní očekávání toho, jaká naše zkušenost bude. Pokud totiž potom nejsou očekávání naplněna, vyvede nás to z míry. Jedná se spíše o to, získat určitý přehled o tom, jak asi bude léčení postupovat, abychom si podle toho mohli zařídit život.

## Jak nalézt vhodné odborníky

Znovu připomínám, že je vždy lepší mít informace o nemocích a různých metodách jejich léčení, než onemocníte. Pokud se tím nechcete teď zabývat, věnujte čas aspoň tomu, abyste získali (pro případ, že byste to potřebovali) kontakty na lidi, kteří mají k těmto informacím přístup. Institut rodinného lékaře je výborná věc. Znáte se po léta a máte k sobě důvěru. Zjistěte také, která nemocnice připadá v úvahu. Věnujte pozornost léčebným metodám, jako jsou akupunktura, homeopatie, body psychoterapie, práce s tkáněmi, přírodní medicína, a jejich dostupnosti ve vašem okolí. Zabývejte se všemi možnostmi profesionální péče o zdraví. Je to určité jištění jako např. znalosti o první pomoci. V dodatku B této knihy naleznete jejich seznam. Je tam také uvedeno, jak vám mohou pomoci.

Když onemocníte, doporučuji, aby se vám kromě vašeho lékaře věnoval také odborník na výživu, léčitel, zabývající se vkládáním rukou, a terapeut, který vám pomůže zvládnout psychologické aspekty vaší nemoci. Je tedy dobré mít nejméně čtyřčlenný tým, který je ovšem ochoten spolupracovat.

Popis nemoci záleží na tom, o kterou disciplínu se jedná. Pomůže vám to k širšímu náhledu na proces onemocnění. Navrhuji, abyste se seznámili aspoň se čtyřmi hlavními disciplínami. V bibliografii naleznete příslušnou literaturu popisující onemocnění z různých úhlů pohledu.

Teď, když víte koho se ptát, kde ho najít a jaký bude jeho pohled na nemoc, můžete spolu se svým týmem odborníků sestavit léčebný plán. V následujícím odstavci uvedu ideální seznam pěti hlavních oblastí, ve kterých budete potřebovat profesionální pomoc. Jsem si vědoma, že se vám to nemusí podařit v plném rozsahu, ale snažte se jich obsáhnout co nejvíce.

*Pět hlavních oblastí profesionální pomoci ve vašem léčebném plánu:* 1. Získat diagnózu od svého doktora (lékař, odborník na přírodní medicínu, osteopat nebo homeopat) s prognózou a doporučeným postupem léčení. 2. Získat popis onemocnění ve vztahu k vašemu tělu a aurickému poli od léčitele s předpovědí postupu nemoci a léčebným programem.

3. Získat nutriční analýzy a návrh diety.

4. Získat diagnózy vašeho problému od ostatních odborníků na zdravotní péči, např. zabývajících se akupunkturou nebo technikou strukturální práce s tělem.

5. Navštívit psychoterapeuta, abyste se podívali na emocionální položky související s vaším onemocněním.

Měli byste si vybírat z více kandidátů. Víím, že to může být problematické, protože mnoho odborníků nemá na takovýto rozhovor čas anebo jste příliš nemocní na to, abyste mohli rozhovory absolvovat. Možná bude dobré, když se vy nebo někdo, kdo vám pomáhá, zeptá personálu. Nebojte se toho. Jste to přece vy, kdo si je najímá na tuto službu. Proto potřebujete mít k dispozici co nejvíce informací o službách, které poskytují. Opět musím říci, že je lepší věnovat se těmto otázkám dříve, než onemocníte. Pokud jste to neudělali, věnujte se tomu teď. Neostýchejte se požádat o pomoc. Vaši přátelé vám mohou být velmi nápomocni. Třeba mohou mít v této

oblasti zkušenosti, o kterých jste nevěděli, tak neváhejte se jich zeptat. Nemusí to vždy fungovat, ale stojí za to se zeptat.

Vybrala jsem otázky, uvedené dále, na které se pacienti obvykle neptají. Když si vybíráte někoho, kdo pro vás bude zajišťovat jakoukoli službu, můžete si přece vyžádat informace o jeho práci. Vzhledem k tomu, že léčitelství je relativně nová profese, lidé mi pravidelně kladou řadu dotazů. Napomáhá to k vylepšení komunikace mezi klientem a léčitelem a slouží to k vyjasnění oblasti, v níž jim mohu pomoci. Zním mnohé lékaře a ostatní odborníky na zdravotní péči, kterých se můžete zeptat na cokoli. Bude-li se ptát víc pacientů, začne to akceptovat víc lékařů a léčitelů. Tím, že kladete otázky, přece nechcete nikoho napadat, ukazuje to pouze, že máte zájem, aby se vám dostalo té nejlepší péče. To by mělo být respektováno.

*Jak se zeptat na profesionální zkušenosti* Jaké máte v oboru vzdělání? Jakou praxi provozujete? Co mi můžete nabídnout?

Jaké nejlepší a nejnovější metody léčení mi můžete nabídnout?

Jak dlouho v tomto oboru pracujete?

Kolik pacientů se stejným onemocněním jste léčil?

S jakým výsledkem?

Jaké informace mi můžete/jste ochoten poskytnout?

Medicína je dnes už tak složitá, že budete s největší pravděpodobností shánět odborníka, který delší dobu pracuje v té oblasti, ve které potřebujete pomoc. Zkušenosti a kontakt s nejnovějšími poznatky a metodami léčení jsou u mnoha druhů onemocnění velmi důležité. Statistiky o nemocích jsou zpracovávány celostátně a nemusí platit pro nemocnici, do které chcete jít. Dávejte další otázky (např. s kolika pacienty se stejným onemocněním lékař pracoval a s jakým výsledkem), abyste se dostali k informacím, které potřebujete. Někteří odborníci věří, že je lepší poskytovat pouze minimum informací. Jiní vyčkávají, až bude klient připraven je přijmout, a další je sdělují poněkud necitlivou formou. Věnujte pozornost tomu, jak s vámi mluví. Dříve, než vám sdělí závažné informace, musíte mít jistotu, že vám jejich styl vyhovuje a neodporuje vaší povaze a emocionálnímu uspořádání.

Lékaři a léčitelé spolupracují s dalšími institucemi. Také na ně se zeptejte.

*Co si zjistit o podpůrném systému* Do jakých zařízení mi můžete umožnit se dostat?

Do jaké nemocnice bych šel, pokud by to bylo potřeba?

Jakou má tato nemocnice odbornou reputaci?

Jakými zařízeními disponuje?

Je to ta správná nemocnice pro léčení mé nemoci?

(Nemocnice se specializují na určitá onemocnění, obzvláště když jde o onemocnění vzácně se vyskytující nebo obtížně léčitelná.)

Jak dlouho se zabývají léčením pacientů s touto nemocí?



Jsou s léčbou dobře obeznámeni ?

Vyskytuje se mezi personálem někdo, kdo chápe váš pohled na věc, kdo bude podporovat váš způsob léčení ?

Musíte jít na testy do speciálních laboratoří. Kde se tyto laboratoře nacházejí ?

Je také mnoho druhů chemoterapie. Třeba s tím, který je pro vás nejvhodnější, v místní nemocnici nepracují. Je lepší raději jít jinam, abyste ho dostali. Jestliže vás čeká transplantace srdce, potřebujete si také mnoho věcí prověřit. Od první transplantace uběhlo hodně času a dnes se jí zabývá mnoho nemocnic. Pravda, jejich úspěšnost velmi kolísá. Potřebujete mít výsledky o úspěšných a neúspěšných operacích srdce přímo z konkrétní nemocnice, nestačí znát celostátní průměr. Uvědomuji si, že zjistit všechno, o čem teď píšu, může být pro vás obtížné ba téměř nemožné, když už jste nemocní. Najděte někoho, kdo vám s tím pomůže. Pokud mu to nedokážete vysvětlit, ukažte mu tuto knihu.

Pokud jste si vybrali lidi do svého léčebného týmu a seznámili se lépe s jejich způsobem nazírání na proces onemocnění, můžete se věnovat plánu svého léčení. Pro volbu léčebného postupu potřebujete znát následující informace:

Jaké budou jednotlivé kroky léčení ?

Jak účinné léčení je ?

Kde je nejbližší zdravotnické zařízení, které se léčením příslušného onemocnění zabývá ?

Jaké jsou vedlejší účinky léčení ?

Jak je může vkládání rukou zredukovat ?

Kolik to bude stát ?

Kolik z toho hradí pojišťovna ? (Zeptejte se u své pojišťovny.)

Co musíte dělat, aby byl léčebný program dokončen v celém rozsahu ?

Jak se budete cítit ?

Jak dlouho to bude trvat ?

Jaká bude doba rekonvalescence ?

Jak může pomoc léčitele tento čas zkrátit ?

Kolik a jaké pomoci budete potřebovat doma a na jak dlouho ?

Kolik času strávíte na lůžku ?

Jak vám mohou pomoci vyčistit si tělo od užívaných medikamentů čisticí diety, bylinky, homeopatika, vitaminy a vkládání rukou ?

Jakmile obdržíte tyto informace, nebude pro vás tak těžké vybrat si kombinovaný léčebný plán.

Pamatujte, že jeho úspěch bude hodně záviset na vašem přístupu a ochotě podle něj pracovat.

## Příprava plánu pro léčení s odborníky

Až si vyberete svůj tým odborníků, udělejte spolu s nimi ten nejpodrobnější plán, kde zachytíte, co budete potřebovat, jak budete postupně procházet jednotlivými stadii procesu léčení. Plán bude obsahovat také dietu, podpůrné potravinové doplňky jako vitaminy a minerály, cvičení, meditace, léky nebo bylinky a specifické léčebné metody. Tuto úroveň léčení podpoříte svým osobním transformačním procesem. Uvědomte si, že budete procházet jednotlivými etapami nemoci, jak bylo popsáno v sedmé kapitole.

Jestliže se vám podaří najít lékaře a léčitele, kteří budou ochotni pracovat společně, podívejte se znovu na šestou kapitolu, kde se píše o lékařsko-léčitelském týmu. Povzbudte tento tým, aby se pokusili najít jednoduchý společný jazyk, který jim umožní spolupráci při vytvoření plánu léčení, který bude pro vás nejvhodnější.

## Vizualizace jako prostředek sebeuzdravování

Vizualizace, tak jak jste měli možnost se s nimi v této knize seznámit, vám mohou, spolu s ostatním léčením, velmi pomáhat. Můžete je používat pro každou úroveň bytí, jak při čištění vašeho aurického pole, při práci s těmi částmi těla, které jsou nemocné, tak i pro uvolňování procesů tvoření. Další zdroje pro léčivou vizualizaci můžete nalézt v bibliografii. Je dobré si uvědomit, že proces vizualizace, který vyžaduje, abyste si představovali, jak chcete, aby věci byly dobré a jak dobře se budete cítit, vyvolává negativní reakce, popsané v tabulkách 12-1 a 12-2. Když tyto negativní hlasy zazní hlasitěji, vyslyšte je, nechte je mluvit. Jinak je zatlačíte znovu do odmítání. Víím, že je *to* pro vás těžké, nechat jim volný prostor. Nechte je mluvit, ale nedovolte jim zvítězit. Když je vyslechnete, poznáte, k čemu slouží, a to jim vezme vítr z plachet. Může se stát, že v některých dnech budou vítězit. Neobávejte se toho. V dlouhodobém horizontu prohrají. Váš záměr vyléčit se vám pomůže se sebrat a směřovat k vašemu skutečnému Já, které vás bude uzdravovat. Ve dnech, kdy se zdá, že negativní hlasy mají navrch, přijměte to a nedělejte nic, jenom se modlete. Mír se vrátí. Příští ráno vám bude lépe.

Když pochopíte, k čemu negativní hlasy slouží, nahradte je pozitivními. Tím, že se vrátíte k představám, jak dobrý bude váš život, a setrváte v nich pokaždé, když se negativní hlasy a pocity ohlásí, vytvoříte, co si přejete. Takto projdete vším - všechny negativní hlasy nahradíte pozitivními představami a kreativní energií. V podstatě je vizualizace prostředkem pro nasměrování energie tvoření, která se uvolňuje prostřednictvím procesu čištění odmítání negativních pocitů. Vytváříte jiný druh navyklého chování - tentokrát pozitivní. Lidská mysl má jednu zajímavou vlastnost: jestliže něco opakujeme dostatečně často, začne se chovat a konat, jako kdyby to byla pravda. Proto věřte v první řadě negativním hlasům, na které jste zvyklí. Tak je teď nahradte hlasy pozitivními. Skutečně to funguje! Vizualizace je tedy další velmi pozitivní způsob, jak čelit strachům a uvolňovat pocity.

(5)

## ČÁST V

# LÉČENÍ A VZTAHY

Když se ohlížím zpátky na svůj život, pociťuji lítost spíše nad věcmi, které jsem neudělal, než nad věcmi, které bych býval udělat neměl.

MALCOLM FORBES

(5/1)

ÚVOD

## VÝZNAM VZTAHŮ PRO NAŠE ZDRAVÍ

Jak pokračovala moje práce a učení o zdraví a lidském energetickém poli, začala jsem si čím dál víc uvědomovat, jak důležitou roli pro naše zdraví hrají vztahy. Mohu říci, že vztahy jsou pro zdraví kardinální. Všechno se vším souvisí. Všechno je propojené, nic izolované. Nic také nemůžeme udělat odděleně, bez toho, aby to zasáhlo ostatní. Dokonce ani naše myšlenky nejsou izolované. Všechno, co cítíme, myslíme si a děláme, je ve vztahu k ostatním, k planetě, k univerzu. Jak dobře vědí vědci, každá událost, která probíhá, je vždy ve vztahu k ostatním událostem. Všechny události spolu souvisí. Jsme holograficky spojeni se vším ostatním, se všemi událostmi. Z toho plyne, že naše zdraví a pohoda jsou také vždy ve vztahu ke všemu ostatnímu. Jakmile jsem se touto otázkou začala zabývat ve vztahu k léčení, zjistila jsem, že příčina každé nemoci, kterou máme, souvisí s našimi vztahy. Sebeuzdravování se zřetelem na naše vztahy se stalo ústředním tématem mé práce. Následující tři kapitoly věnuji tomu, abych vám ukázala, jaký dopad mají vztahy na naše zdraví a jak úžasným způsobem uzdravování ve spojitosti s našimi vztahy a lidským energetickým polem mění naše životy a fyzická těla.

## TŘINÁCTÁ KAPITOLA

**VYTVÁŘENÍ ZDRAVÝCH VZTAHŮ**

Jak vzrůstá naše uvědomování si sebe sama, začneme si uvědomovat, jaké vztahy vytváříme. Zjistíme, že stejné důvody „proč ne“, které jsme používali u sebe, používáme také ve vztazích. Diskutovali jsme o tom, jak tyto důvody vyčistit tak, abychom dosáhli ve svém životě výsledků, po kterých toužíme. Teď se budeme zabývat tím samým problémem, ale ve vztazích. K tomu použijeme jednoduchou pomůcku - kontrakty neboli smlouvy.

**Nevyslovené smlouvy, které vytváříme ve vztazích**

Na všechny naše vztahy se můžeme dívat jako na smlouvy. Smlouvy vytvářejí hranice definované a udržované přijatelnými modely chování ve vztahu. Smlouva o vztahu je uzavřena na základě nevyhlášené, obvykle podvědomé dohody mezi lidmi o tom, jak se budou k sobě chovat včetně toho, co budou či nebudou říkat a dělat. Kontrakty mohou být uzavírány mezi dvěma lidmi, uvnitř skupiny nebo mezi skupinami, kde jsou vyjádřeny jako sociální normy. Soustředíme se hlavně na kontrakty mezi dvěma lidmi. I když vše, co bude o nich řečeno, lze také aplikovat na smlouvy mezi jednotlivcem a skupinou a mezi skupinami, přičemž nezáleží na tom, o jak velké skupiny se jedná. Platí to také o vztahu jednotlivce nebo lidstva k planetě, na který se zaměřím na konci této kapitoly.

Zdravé pozitivní vztahy jsou nezávislé a mají stanovené smlouvy o čestnosti, upřímnosti, podpoře a vzájemné péči. Je v nich dostatek místa pro svobodu, tvůrčí činnost a sebevyjádření stejně jako pro zdravou péči a zájem o druhého. Pozitivní kontrakty napomáhají růstu osob, kterých se týkají. Naproti tomu vztahy závislé (kodependní) jsou vytvářeny prostřednictvím negativních nezdravých kontraktů, které omezují, chytají do pastí, využívají, řídí a kontrolují či dokonce zastráší zúčastněné osoby. Blokují kreativitu, sebevyjádření i osobní svobodu a nepříznivě ovlivňují osobní růst každého, koho se týkají.

Všichni vytváříme jak pozitivní tak negativní kontrakty. Převážnou většinu času jsou kontrakty podvědomé a fungují automaticky. Sféry našeho života, ve kterých všechno probíhá hladce a které nám přinášejí pocit naplnění, jsou oblastmi, kde vytváříme s ostatními kontrakty pozitivní, založené na vzájemně pozitivních přesvědčeních. Jako příklad uvedu práci na společném úkolu. Jestliže jde všechno lehce a práce se daří, vychází z pozitivního kontraktu, který říká, že jednotlivci o ní přemýšlejí, chtějí ji dělat a jsou ochotni spolupracovat tak, aby byl úkol co nejlépe dokončen. Tento kontrakt je založen na pozitivním přesvědčení, že svět je místo, které takovouto vzájemnost podporuje.

Tam, kde máme problémy, vytváříme s ostatními kontrakty negativní. Jakmile je náš pohled na realitu omezený, přebíráme určité postoje, vztahy k životu a způsoby, jak žijeme, které nám tento limitovaný pohled pomáhají zdůvodnit. Přitom uzavíráme negativní psychologické smlouvy, abychom si mohli být jisti, že ostatní se k nám budou chovat určitým způsobem, který bude náš pohled na realitu reflektovat. Primárním důvodem těchto smluv je naše snaha vyhnout se pocitům a prožitkům, které nechceme mít. Spolu s nimi však zamrzá naše životní energie a tedy i tvůrčí energie, kterou v sobě máme.

Pod negativními kontrakty neleží pouze náš strach ze životních zkušeností, ale také naše negativní přesvědčení o tom, jaký svět je. Obvykle je toto přesvědčení podvědomé a pochází z dětských traumat. Například holčička, kterou otec tvrdě trestal nebo zneužíval, může v sobě nosit přesvědčení, že muži jsou krutí. Její raná zkušenost s otcem, prvním mužem v jejím životě, ji to naučila. Až vyroste, bude se asi mužům vyhýbat nebo mít problémy v partnerských vztazích, vyvolávané jejími negativními očekáváními. Uzavře negativní kontrakty, při nichž drží muže od sebe dál anebo vytvoří vztah s krutým mužem. Tento vztah bude sloužit jako důkaz pro její přesvědčení o krutosti mužů.

Kontrakty, které jednou vznikly, se pohybují a v pohybu zůstávají. Každé naplnění negativní smlouvy slouží k posílení negativního postoje k životu a typu reality, která ho podporuje. Pokaždé, když procházíme nějakým negativním prožitkem, stanou se naše negativní přesvědčení silnějšími a více nás v životě omezují. Konfigurace aury odpovídající negativním přesvědčením vykazuje při každém naplnění negativní smlouvy větší deformaci. Jinými slovy negativní kontrakty posilují negativní myšlenkové formy.

Energetické vědomí související s negativním přesvědčením se projeví v sedmé vrstvě energetického pole jako stagnace (energie se nepohybuje, stagnuje) a zdeformování. Deformace postupují pomalu do nižších úrovní aurického pole. Na čtvrté úrovni, ke které přísluší vztahy, se projeví deformace v podobě bloků v poli jednotlivce nebo negativními interakcemi mezi lidmi. Znamená to, že deformace pole v sedmé úrovni, vypovídající o systému negativních přesvědčení, je přenesena dolů do úrovně čtvrté. Zde je vyjádřena formou negativních kontraktů prostřednictvím interakcí s ostatními. Čím více negativních smluv uzavíráme, tím větší jsou deformace v této úrovni pole. Deformace postupují dál do nižších úrovní pole, až se dostanou do úrovně fyzického těla. Tady je vnímáme jako vnitřní neklid, starosti a nemoc.

Oba typy smluv - negativní i pozitivní - fungují holograficky a my ze zvyku uzavíráme stejné kontrakty s mnoha lidmi. Jakýkoliv proces léčení vyžaduje odhalení a „vypovězení“ všech kontraktů, které jsou negativní. Tím, že se negativní formy nebo modely vztahové úrovně aurického pole pomocí vkládání rukou nebo prací na osobním růstu čistí, negativní postoje, negativní přesvědčení či vzorce chování, které jim odpovídají, se uvolňují a jsou nahrazovány pozitivními.

## **Negativní kontrakty**

Nejdříve prozkoumáme, o jaké negativní kontrakty se jedná, jaký mají charakter, a zjistíme, jak je zrušit. Potom se naučíme, jak vytvářet pozitivní kontrakty s partnery, přáteli i odborníky z oblasti péče o zdraví.

Typický negativní kontrakt se vytváří v dětství mezi rodiči a dětmi, zejména pokud rodina nějakým způsobem strádá. Uvádím příklad Garyho, chlapce, jehož matka musela tvrdě pracovat a domů se vracela vyčerpaná a plná strachu, zda budou mít dost peněz. Nebyla schopna dát svému dítěti, co potřebovalo. Gary zkoušel úplně všechno, aby získal její pozornost. Když něco takového objevil, začal to používat a pokračoval v tom, pokud to fungovalo. Přišel na to, že když jí pomáhá nebo se o ni stará, když se necítí dobře, dostane se mu její pozornosti. Podvědomě zaměnil tuto pozornost s láskou. Zpráva, kterou dostal, zněla: „Abych získal matčinu lásku, musím o matku pečovat.“ Mělo by to ovšem být obráceně. Rovněž podvědomě učinil Gary závěr, že když se nebude o maminku starat, nedostane se mu její lásky. Tedy za lásku se platí. Jakmile se situace několikrát zopakuje, dynamika se stává habituální - jednáme ze zvyku. Gary se choval stejným způsobem i jako dospělý, forma péče však byla nezdravá, přehnaná. Jakýkoliv jeho vztah se ženou končil tím, že o ni přehnaně pečoval, ať už se jednalo o manželku, obchodní partnerku nebo zaměstnankyni. Hluboko v sobě nosil přesvědčení, že se takto musí chovat, pokud chce, aby ho někdo miloval. Vše se odehrávalo na podvědomé úrovni. Gary pouze věděl, že v každém vztahu se ženou bere na sebe příliš mnoho odpovědnosti a cítí se úplně vyčerpaný. Začal se vztahům vyhýbat, protože cena za ně se mu zdála příliš vysoká. Dostal se do začarovaného kruhu: potřeba vztahu, zoufalství, zášť, stažení se. Po čase se začal dostávat do izolace.

Tabulka 13-1 vám pomůže najít kroky, které Gary v negativním kontraktu habituálně dělal. Připomínám, že v tomto negativním kontraktu se jednalo o péči nadměrnou. Je to případ, kdy pečujete o dospělého, jako kdyby to bylo dítě, to znamená i v situacích, kdy péči nepotřebuje. První sloupec je nadepsán „Jestliže udělám/neudělám“. Vztahuje se to ke Garyho činům, o kterých byl podvědomě přesvědčen, že je musí dělat, aby dostal to, co potřebuje. V tomto případě věřil, že se musí starat o svou matku nebo jinou ženu, které se to týkalo. Typ péče „all inclusive“ (vše obsahující) používáme pro malé děti, ne pro dospělé. Gary přebíral úplnou odpovědnost za ni a její život, jako kdyby ona sama nebyla schopna to zvládnout. Do rubriky napíšeme: „Když se budu o maminku starat. “

Druhý sloupec nazvaný „On/ona bude/nebude“ slouží pro zapsání výsledku, o kterém Gary věří, že ho dosáhne, když bude jednat podle svého podvědomého přesvědčení. V tomto případě věří, že získá lásku matky nebo jiné ženy. Napíšeme: „Bude mne milovat. “

Třetí sloupec „Podvědomé přesvědčení“ je o tom, co si Gary podvědomě myslí, že musí dělat, aby dostal to, co chce: „Musím se starat o matku, aby mě milovala. “

„Okamžitá cena“ patří do čtvrtého sloupce. Je to cena, kterou Gary zaplatí za své chybné přesvědčení v krátkodobém horizontu. Nejenže se musí starat o matku nebo ženu ve svém životě, ale dokonce ani jejich lásku nezíská: „Starám se o matku, ale nedostávám její lásku. “

Pátý sloupec je nazvaný „Podpurné negativní přesvědčení“. Je určen pro obecnější podvědomé negativní přesvědčení, které je potvrzováno zkušeností. U Garyho to je takto: „Vztahy ze mne vysávají energii a vlastně nenaplnují mé potřeby. “

Šestý sloupec „Ostatní oblasti, které jsou tím zasaženy“ slouží pro zaznamenání holografického účinku, který má obecnější podvědomé negativní přesvědčení na ostatní části života. „Všude za lásku platím - penězi, dáváním dárků, vlastním časem. “

Poslední sloupec „Pravdivá cena“ zachycuje důsledky negativního podvědomého přesvědčení na osobní psychologické úrovni - dlouhodobé účinky na Garyho život. Za dárky lásku, kterou se snaží získat, nekoupí. Tato skutečnost mu přináší zklamání, deziluzi a odpor vůči vztahům. Závěr, ke kterému dochází, je tento: „Vztahy mne příliš tíží, jsem z toho unaven. Budu se jim vyhýbat. Cena je příliš vysoká.“

**TABULKA 13-1 GARYHO NEGATIVNÍ KONTRAKT**

*JMÉNO OSOBY: matka*

<b>Jestliže udělám/ neudělám</b>	<b>On/ona bude/ nebude</b>	<b>Podvědomé přesvědčení</b>	<b>Okamžitá cena</b>	<b>Podpůrné negativní přesvědčení</b>	<b>Ostatní oblasti, které jsou tím zasaženy</b>	<b>Pravdivá cena</b>
Když se budu o maminku starat,	Bude mne milovat.	Musím se starat o matku, aby mě milovala.	Starám se o matku, ale nedostává m její lásku.	Vztahy ze mne vysávají energii a vlastně nenaplnují mé potřeby.	Všude za lásku platím - penězi, dáváním dárků, vlastním časem.	Vztahy mne příliš tíží, jsem z toho unaven. Budu se jim vyhýbat. Cena je příliš vysoká.

**TABULKA 13-2 POZITIVNÍ DŮSLEDKY, KTERÉ PŘINÁŠÍ Odstoupení Garyho od negativního kontraktu**

*JMÉNO OSOBY: matka*

<b>Jestliže udělám/ neudělám</b>	<b>On/ona bude/ nebude</b>	<b>Skutečný výsledek</b>	<b>Podpůrné pozitivní přesvědčení</b>	<b>Ostatní oblasti, které jsou tím dotčeny</b>	<b>Pozitivní důsledky pro mne</b>	<b>Pozitivní důsledky pro ostatní</b>
Když se nebudu o maminku starat,	nebude mne milovat.	Matka mne pořád miluje. Už si nemusím kupovat její lásku !	Jsem hoden lásky. Láska se nekupuje.	Nemusím si už lásku nikde kupovat.	Dávám i dostávám víc lásky a vytvářím vztahy, které mne naplňují.	Matka stojí na svých vlastních nohou. Dostává lásku, ne jen službu.

Gary je teď pořádně nešťastný. Jeho pocity pravděpodobně kolísají mezi „Nesu dál těžké břemeno a jsem plný zášti“ a „Uteču do izolace“. Může se stát, že zůstane v začarovaném kruhu po mnoho let - bude se potácet mezi poskytováním nadměrné péče a izolací.

Aby cyklus přerušil, musí se podívat na své negativní přesvědčení a postavit se svému strachu. Chování, diktované podvědomým přesvědčením, musí změnit. Bude-li dostatečně dlouho pokračovat v přehnaném opečovávání všech žen ve svém životě - matky, manželky, obchodní partnerky, zaměstnankyně, sestry nebo kamarádky, může skončit v psychiatrické léčebně. Potom se s největší pravděpodobností přestane chovat jako hodný chlapec, a nechá toho.

Aby k tomu nedošlo, může se pokusit změnit typ vztahu, který používá k většině žen ve svém životě, aspoň u jedné. Podaří-li se mu to, bude schopen negativní

přesvědčení transformovat a budou tím ovlivněny i všechny jeho následné činy v ostatních oblastech života. Sám bude překvapen, jak se všechno změní.

V tabulce 13-2 si ukážeme pozitivní důsledky, které Garymu přinese uvolnění negativního kontraktu a vytvoření zdravého vztahu k matce a ostatním ženám.

Do prvního sloupce „Jestliže udělám/neudělám“ zapíšeme, co Gary nebude dělat. V tomto případě to je: *Když se nebudu o maminku starat.*

Druhý sloupec „On/ona bude/nebude“ je určen pro důsledek, kterého se obáváme. Strach Garyho je tento: *Nebude mne milovat.*

Je možné, že Garyho maminka si bude ze začátku stěžovat. Bude stále něco potřebovat a bude chtít zachovat starý status quo. Gary se asi bude bát, že ho opustí nebo že onemocní. Taky z toho může mít na chvíli špatný pocit. Obvykle tomu tak ve skutečnosti není a přehnaná péče, kterou jí věnoval, nebyla to pravé, co potřebovala. Jistěže v případě, že je někdo nemocný, není dělicí čára mezi přehnaným a přiměřeným pečováním tak zřetelná a je obtížnější ji stanovit. Budeme se tím zabývat v textu na straně 187 „Jak vytvořit zdravé vztahy s rodinou a přáteli“. V dlouhodobém časovém horizontu se dostaví úspěch. Maminka ho bude milovat, i když o ni nebude pečovat nezdravým způsobem, který předtím používal. Třetí sloupec „Skutečný výsledek“ ukáže, jak se po rozbití negativní smlouvy vše v dobré obrátí: *Matka mne pořád miluje. Už si nemusím kupovat její lásku !*

Ze začátku tomu Gary nemusí věřit a bude si to chvíli ověřovat. Bude kolísat mezi péčí nezdravou a zdravou. Ale když se naučí mezi nimi rozlišovat, otevře se mu nový svět. Zjistí, že maminka ho stále miluje, i když už péči o ní nepřehání a jeho nové pozitivní přesvědčení mu v životě pomáhá. Zapíšeme ho do čtvrté rubriky nazvané „Podpurné pozitivní přesvědčení“: *Jsem hoden lásky. Láska se nekupuje.*

Gary pochopil, že nikoho nemůžeme donutit, aby nás miloval, ať se snažíme jakkoli. Láska přirozeně proudí z lidí, kteří milovat umí. Je to dar života. Toto poznání se promítá do všech oblastí jeho života. Zaznamenáme ho do pátého sloupce „Ostatní oblasti, které jsou tím dotčeny“. Gary to vyjádřil takto: *Nemusím si už lásku nikde kupovat.*

Gary si přestal lásku kupovat i v ostatních oblastech svého života, protože pochopil, že jí je hoden. Už nemusel utíkat do izolace. Mohl vztahy volně navazovat, protože už pro něj nebyly přítěží. Byl schopen ve vztahu dostat, co potřeboval. Namísto potáčení se mezi přehnaným pečováním a jeho následky a útekem do izolace, mohl svobodně dávat lásku. Sloupec šest „Pozitivní důsledky pro mne“ nám ukazuje Garyho osvobozeného od břemena, které ho tížilo: *Dávám i dostávám víc lásky a vytvářím vztahy, které mne naplňují.*



**TABULKA PRO VYJASNĚNÍ VLASTNÍCH NEGATIVNÍCH KONTRAKTŮ**

JMÉNO OSOBY:

<b>Jestliže udělám/ /neudělám</b>	<b>On/ona bude/ nebude</b>	<b>Podvědomé přesvědčení</b>	<b>Okamžitá cena</b>	<b>Podpůrné negativní přesvědčení</b>	<b>Ostatní oblasti tím zasažené</b>	<b>Pravdivá cena</b>

Všechny ženy v Garyho životě okamžitě pocítí pozitivní dopad této změny. Přestane o ně nezdravě pečovat, a tím si uvolní prostor, aby je mohl mít rád. Pro ně to znamená výzvu - uvědomí si svou sílu a dokážou se o sebe postarat samy. Teď se jim bude dostávat lásky, ne péče jako náhražky za ni. Také ony mají volbu - mohou zrušit svou část smlouvy a ve vztahu zůstat anebo ze vztahu odejít. Sloupec sedm se zabývá „Pozitivními důsledky pro ostatní“. Nejvíce pravděpodobné je, že jeho matka nalezne v sobě vůči němu skutečnou lásku: *Matka stojí na svých vlastních nohou. Dostává lásku, ne jen službu.* A tak tomu bude i s ostatními ženami v jeho životě.

To je přece úžasný výsledek ! Je to dobré pro každého ze zúčastněných. Totéž bude přirozeně fungovat i pro dívku, jejíž otec byl jak „pečovatel“ tak i „ochránce“.

### **Jak vytvořit zdravé vztahy s rodinou a přáteli**

Budete potřebovat změnit interakce (vzájemné působení) v mnoha důvěrných vztazích. V průběhu procesu léčení sami zjistíte, že vztahy s přáteli se začnou měnit, některé velmi podstatně. Jestliže se naučíte rozlišovat, o jaký druh kontraktu se ve vztahu jedná, jejich uvolňování nebo ukončení a uzavírání kontraktů nových bude pro vás mnohem snazší. Čím více si budete tohoto procesu vědomi, tím méně pravděpodobné bude, že uzavřete opět nový negativní vztah.

Všimli jste si někdy, že abyste mohli být s určitými lidmi, musíte hrát určitou roli nebo se chovat určitým způsobem ? Tak to je první znak negativního kontraktu. Jistě si však vybavíte vztahy, ve kterých můžete být sami sebou. Nemusíte nic skrývat, ani partnery o něčem přesvědčovat. Víte s jistotou, že vám otevřeně řeknou, co si o dané situaci myslí i v případě, že se vám to nebude líbit. To je znak pozitivního vztahu.

### **Cvičení pro nalezení vlastního negativního kontraktu**

Pro prozkoumání vztahů vám poslouží tabulka 13-3, která je podobná tabulce 13-1, se kterou jsme se už seznámili. Tato tabulka vám může ukázat váš negativní kontrakt. Lze ji použít jak pro dlouhodobý vztah, tak i pro vztah začínající. Doporučuji, abyste začali se vztahem, který se vám jeví jako problematický, ve kterém máte těžkosti. Vyberte si vztah, ve kterém se necítíte volně a kde jednáte a chováte

se způsobem, který vám nevyhovuje. Možná si dokonce ani toho v přítomnosti této osoby nejste vědomi, ale později, když od ní odejdete, začnete se cítit špatně a je vám těžko. Nemusíte vědět přesně, o co se jedná, ale cítíte, že něco není v pořádku. Prozkoumejte, jak jednáte, když jste s tímto člověkem, a čím se to liší od vašeho jednání, když jste s lidmi, se kterými se cítíte volně. Co děláte jinak? V tom to je - o takovémto jednání jste podvědomě přesvědčeni, že přesně takto se musíte chovat, abyste dostali, co od té osoby potřebujete. Zapište své klamné jednání do prvního sloupce pod hlavičku „Jestliže udělám/neudělám“. Abychom zjistili, proč takto jednáme, musíme nalézt emoci, která je pod ním ukryta. Obvykle to bývá strach. Co tato osoba může udělat nebo neudělat, jestliže budete/nebudete jednat podle svého negativního přesvědčení? Z toho máte strach. Abyste mohli svůj strach objevit, vybavte si sami sebe v typické situaci s tímto člověkem. Teď si zkuste představit, že uděláte přesný opak toho, co si myslíte, že udělat musíte. Dívejte se, jak ten člověk zareaguje. A všechno, co si myslíte, že by mohl udělat, zaznamenejte do druhého sloupce „On/ona bude/nebude“.

Už chápete, že máte strach z toho, co by váš partner mohl udělat a co jste uvedli ve druhém sloupci, pokud byste vy přestali se svým klamným jednáním? Takže vaše klamné akce jsou zde proto, aby řídily a měly pod kontrolou jeho chování. Upozorňuji na to, čemu věříte, že musíte dělat, aby dotyčný nebo dotyčná konali, jak vy chcete. Třetí sloupec je pro vaše „Podvědomé přesvědčení“. Reflektuje okamžitý následek toho, že obě strany dodrží tento negativní kontrakt. Napište do něj: *Jestliže udělám/neudělám (vaše klamné jednání), potom on/ona udělá/neudělá (popište, jaké si představujete, že by z jeho strany následovalo chování vůči vám).*

Představte si například někoho, komu se obáváte odporovat, nesouhlasit s ním, či se proti němu postavit. Mohli byste napsat: *Jestliže se nepostavím proti (jméno), podpoří mne.* Nebo: *Jestliže se postavím proti (jméno), nepodpoří mne. Může mne ponížit, možná i veřejně.*

Nebo jiný příklad: Jste nemocní a ostýcháte nebo obáváte se požádat svého partnera o uspokojení svých potřeb. Vždy jste byl tím, kdo pečoval o druhé, a nyní se role obrátily. Váš partner si přeje, aby se co nejrychleji zase všechno vrátilo do zaběhlých kolejí. Ale vy opravdu potřebujete, aby se vaše potřeby naplnily: *Jestliže požádám o to, co potřebuji, nebude se ke mně chovat hezky.* Nebo: *Jestliže požádám o to, co potřebuji, bude se zlobit.*

Další sloupec je pro „Okamžitou cenu“, kterou za to zaplatíte. Jaký následek má vaše klamné konání, to, že se nechováte podle své přirozenosti? Jakým způsobem jste se zpronevěřil sám sobě? Co jste nevyjádřil? Uvedte do čtvrtého sloupce.

V prvním příkladě by to bylo asi takhle: *Jestliže se nepostavím (jméno osoby), nevyslovím svou pravdu nebo nebudu konat podle svého přesvědčení. Nevyjádřím, kdo skutečně jsem. Nevytvořím v sobě sílu, která pochází z toho, že žiji pravdivě.* Nebo: *Jestliže se nepostavím (jméno osoby), nedostanu její odpověď a nebudu mít příležitost zjistit, co v sobě potřebuji změnit.* Ve druhém případě bychom asi uvedli: *Jestliže nepožádám o to, co potřebuji, když jsem nemocný, mohl bych onemocnět ještě víc.*

Neuspokojení vašich nezbytných potřeb způsobí, že se začnete vnímat způsobem, který není pravdivý, je klamný. Začnete věřit, že jste něco míň, než doopravdy jste. Vaše falešné činy omezují vaše sebevyjádření a vy uvěříte, že to omezené já je vaším skutečným já. Co si můžete o sobě myslet, když takto konáte? Jak se projeví toto

jednání na vaší kreativité ? Jak hodně ji utlumí ? Co vaše prožívání života ? Váš životní úkol ?

V prvním příkladě, který jsem uvedla, si člověk musí připadat jako baba. Je zbabělý, nevyjadřuje svou tvůrčí sílu, protože se obává někoho, kdo se proti němu může postavit a může ho veřejně napadnout či ponížit. Tím, že nevyjadřuje kreativitu, nevytváří životní sen. Ve druhém příkladě musí být zhnusen sám sebou, protože je nemocný. Může se mu zdát, že je přítěží pro všechny. V takovém případě začnete věřit, že tento svět je světem, který falešné, omezené já podporuje. Které vaše hlavní negativní přesvědčení vede k závěru, že svět je místo, kde mít výše zmíněná omezení je dobré ? Do pátého sloupce запиšte všechna „Podpůrná negativní přesvědčení“ a myšlenkové formy, které vám dávají energii pokaždé, když takto falešně jednáte.

**TABULKA 13-4 POZITIVNÍ DŮSLEDKY, KTERÉ PŘINÁŠÍ  
ODSTOUPENÍ OD VLASTNÍHO NEGATIVNÍHO KONTRAKTU**

JMÉNO OSOBY:

<b>Jestliže udělám /neudělám</b>	<b>On/ona bude/ nebude</b>	<b>Skutečný výsledek</b>	<b>Podpůrné pozitivní přesvědčení</b>	<b>Ostatní oblasti tím dotčené</b>	<b>Pozitivní důsledky pro mne</b>	<b>Pozitivní důsledky pro ostatní</b>

Základní podpůrné negativní přesvědčení v prvním případě by mohlo být formulováno takto: *Vyjadřovat svou pravdu a kreativitu je nebezpečné a vede k veřejnému útoku.* Ve druhém by to bylo toto: *Když něco potřebuji nebo jsem nemocný/nemocná, lidé se rozzlobí. Nesmím nikdy onemocnět. Něco potřebovat je nebezpečné.*

Vaše negativní přesvědčení působí holograficky a omezuje celý váš život. Uvedte všechny „Ostatní oblasti, které jsou tím zasaženy“, do šestého sloupce.

Pokud to vztáhneme k prvnímu příkladu, mohli byste se vyhýbat výzvám v mnoha oblastech a mnohými způsoby v celém životě. Můžete se vyhýbat naplnění vlastních velkých úkolů. Můžete zablokovat svou kreativitu kdykoli a kdekoli se před vámi objeví nějaká výzva. Ve druhém příkladu byste pravděpodobně nedokázali požádat o své potřeby v mnoha ostatních oblastech svého života. Cena, kterou za to platíte, není pouze ta krátkodobá, uváděná ve čtvrtém sloupci. Úplná pravdivá cena je, že váš negativní kontrakt nebo negativní přesvědčení vás omezují ve všech oblastech života a brání vám pohnout se dopředu. Zapište „Pravdivou cenu“ do sedmého sloupce.

Když se vrátíme k prvnímu příkladu, může být skutečnou cenou život bez výzev a zajímavých úkolů, tedy život ustrnulý ve vývoji, stagnující, jednotvárný a nenaplňující. Ve druhém případě bude pravdivou cenou život plný nenaplňených potřeb a strádání. Nemusíte své potřeby dokonce ani znát. Taky nemusíte chápat potřeby ostatních.

## Cvičení pro zrušení vlastních negativních kontraktů

Na druhou stranu, jestliže však svůj negativní kontrakt zrušíte, reakce vašich přátel ani okamžitá důsledky, které to vyvolá, se vám velmi pravděpodobně nebudou líbit. Ale za nějaký čas uvidíte, že se to skutečně vyplatilo. Udělejte si další tabulku podle tabulky 13-4, která vám ukáže dobré výsledky zrušení negativního kontraktu. (Bude to jako v případě Garyho v tabulce 13-2.)

První sloupec je „Jestliže udělám/neudělám“. Vyplňte jej. Do druhého sloupce zapíšeme „On/ona bude/nebude“ - to je to, čeho se obáváme. Je to cena, o které věříme, že ji budeme muset zaplatit, ale zároveň doufáme, že se tomu vyhneme. Vyplňte to také.

První příklad: *Jestliže se postavím, proti (jméno), nepodpoří mne. Může mne ponížit, možná i veřejně.* Druhý příklad: *jestliže požádám o to, co potřebuji, bude se zlobit.*

Je čas zaplatit. Určitě nechcete začínat nový způsob bytí s dluhy. Budete překvapeni tím, co se stane. Zkuste jednat pravdivě, ne falešně a uvidíte, co se bude dít. Vaše pravdivé jednání může být opačné, než vaše jednání klamné, ale nemusí tak tomu být vždy. Možná naleznete nějaký lepší způsob. Třetí sloupec, nazvaný „Skutečný výsledek“, rovněž vyplňte. V našem prvním příkladě by váš pravdivý způsob jednání mohl být opakem vašeho jednání nepravdivého: osobě, s kterou se obáváte nesouhlasit, řeknete svůj názor. Sdělíte svůj názor na věc, který bude úplně protichůdný jejímu. Nepotřebujete vyvolat konflikt. Jenom bez negativního energetického náboje vyslovte svůj názor. Váš partner může reagovat různě. Může se postavit proti vám, a tak se mezi vámi může rozvinout velmi živá diskuze, ze které se oba hodně poučíte o naslouchání druhému a budete se snažit vysvětlit své stanovisko více způsoby. Shledáte, že situace není tak černobílá, jak se zdálo vašemu vnitřnímu dítěti. Jestliže vás ten druhý veřejně poníží, postavte se mu také. Budete-li nezaujatě trvat na své pravdě, hodně se naučíte a uvědomíte si svou sílu. Ale především touto výzvou v sobě uvolníte vlastní kreativitu. Prostřednictvím vzájemného ovlivňování dojdete k dalšímu poznání. Tedy „Skutečný výsledek“ je: *Mohu se bez rizika postavit (jméno osoby), nevystavuji se tím nebezpečí a dokonce se přitom i něco naučím.* "

V tomto případě se obáváte nejen toho, že osoba se obrátí proti vám, ale musíte čelit i případnému veřejnému řešení problému. Úkolem je rozlišit pravdivou realitu a vlastní projekce pocházející z vašeho systému negativních přesvědčení.

Teď k druhému příkladu: Jestliže požádáte o své potřeby, když jste nemocní, překvapí vás, když partner, kterého jste požádal, bude reagovat jinak, než jste očekávali. Může k vám být velmi pozorný a laskavý. Možná jenom potřeboval připomenout, co vlastně potřebujete. Mohl by také hned začít přemýšlet o vašich ostatních potřebách, které by měly být uspokojeny. Může se chovat podrážděně a rozmrzele, zejména, když už stonáte dlouho. Ale když o tom budete mluvit, společně naleznete řešení. Začnete vidět a chápat své potřeby jinak. Zjistíte, že jsou přiměřené a rozumné. Takže „Skutečný výsledek“ je: *Když o to požádám, mé potřeby budou naplněny.*

Čtvrtý sloupec je pro „Podpůrné pozitivní přesvědčení“ a vypovídá o vašem novém přesvědčení. Abychom vám pomohli najít, o co se bude jednat, uvedeme zase naše dva známé příklady. V prvním případě to bude: *Tento svět je místem pravdy. Pravda neznamena nebezpečí, dává sílu a otvírá v nás kreativitu.* V druhém případě by to

mohlo znít takto: *Mé potřeby jsou přirozené lidské potřeby. Mohu je poznat, požádat o pomoc, dostane se mi jí a mé potřeby budou uspokojeny. Tento svět je místem, kde mít potřeby je přirozené a kde dochází k jejich naplňování.*

V pátém sloupci „Ostatní oblasti, které jsou tím dotčeny“, uvedeme všechny části našeho života, které jsou naším novým pozitivním přesvědčením ovlivněny. Toto pozitivní přesvědčení je výzvou pro náš strach. V prvním příkladu platí, že odhodláme-li se postavit někomu, komu jsme se předtím postavili neodvážili, pravděpodobně se tak začneme chovat ve všech oblastech života a jednat s lidmi jinak, než jsme to dělali předtím. Je to výzva k sobě, abychom žili v pravdě a byli tvořivější ve všech směrech. Ve druhém případě začneme žádat nejen o to, co potřebujeme, ale i o to, co chceme. Začneme být schopni mezi tím rozlišovat. A je velmi pravděpodobné, že se to rovněž projeví ve všech oblastech. „Pozitivní důsledky pro mne“ (v šestém sloupci) budou rozsáhlé. Vztaženo k prvnímu příkladu získáme více sebedůvěry, svobody a kreativity tím, že přijmeme více výzev, více zajímavých úkolů k řešení. Vaše sebehodnocení bude značně vyšší. Ve druhém příkladě naleznete v životě více uspokojení a naplnění tím, že se dozvíte víc o svých opravdových potřebách a o tom, jak je uspokojovat. Naučíte se také víc o tom, co chcete a jak toho dosáhnout.

Poslední sloupec je nazván „Pozitivní důsledky pro ostatní“. Jaký užitek budou mít ze změny vašeho chování ostatní? Uvedte to. V našem prvním příkladě má z vašeho změněného chování kromě vás prospěch i druhá strana. To, že vám oponovala, jí, pokud chtěla, umožnilo růst, jelikož se z toho mohla naučit mnohemu o sobě. Pro vaši rodinu bude přínosem vaše narůstající síla a tvořivost, protože je nejen vyzýváte, aby stáli za svým názorem, ale poskytujete jim i osobní příklad. Přirozeně je takto vyzýváte i ke změně jejich navyklých modelů chování.

Ve druhém příkladu je partnerovi, kterého žádáte o pomoc při uspokojení svých potřeb, okamžitě poskytnuta možnost vyjádřit svou lásku a schopnost dávání. Může přitom zjistit, jak hodně je ochoten dávat a milovat a najít v sobě ještě víc lásky. Může se také učit, jak lépe komunikovat cestou vzájemného porozumění prostřednictvím péče o někoho, kdo je nemocný. Pokud k tomu nedošel již předtím, může také pochopit, jak rozpoznat a naplnit potřeby vlastní. Také se naučí požádat o to, co chce.

## Výhody plynoucí ze zrušení negativních kontraktů

Čím větší bude množství negativních kontraktů, s nimiž se takto rozloučíte, tím více svobody, kreativity a síly získáte a tím bezpečněji se budete cítit. Jakmile se uvolníte, abyste mohli být jiní, začne se aktivovat váš systém pozitivních přesvědčení a holograficky se promítne do vašeho celého života. Budete překvapeni, jak obrovský pozitivní účinek to bude mít nejen na život váš, ale i na život toho, s kým jste kontrakt uzavřel. Rozpadnutím negativního kontraktu se osvobodí množství tvůrčí energie, které je potom možné využít v ostatních oblastech. Váš proces léčení tím bude velmi obohacen. V životě vašeho partnera z kontraktu dojde také k uvolnění kreativity.

Někdy mohou přátelé trvat na udržení starého kontraktu. Protože vy kontrakt zrušíte, může vaše přátelství skončit. Váš bývalý přítel najde možná někoho jiného, kdo bude ochoten s ním starý kontrakt obnovit. Nechte ho jít a řekněte mu sbohem. Až bude

připraven na takovéto změny v životě, dojde k nim. Nevynášejte nad nikým žádné soudy -každý musí mít volnost měnit se a růst svým vlastním tempem. Může se to stát i v intimních vztazích. Je to jistě mnohem těžší ztratit důvěrný vztah, ale i to se stává, když se lidé mění rychle.

V těchto situacích, když vás stále více bolí ztráta přátelství nebo důvěrného vztahu a váš zármutek narůstá, pomáhá, když si připomeneme, že láska a učení se vytvářejí v každém druhu vztahu. To, co z přátelství a důvěrného vztahu vždy přetrvává, je láska. Rozpustí se jenom to negativní. Bolest a deformace zmizí prostřednictvím učení. Čas zahojí všechny rány. Ale láska vždy zůstává a nikdy jí neubude. Jak vaši staří přátelé procházejí v životě změnami, které jsou pro jejich vývoj nutné, může dojít i k tomu, že se znovu setkáte a váš vztah znovu vzplane. Láska tam bude pořád.

Jste-li nemocní a procházíte procesem léčení, budete transformovat mnoho starých negativních kontraktů s přáteli i partnery. Zjistíte, že ti, kteří souhlasili se změnami ve vašich vzájemných kontraktech, rostou v průběhu jednotlivých etap léčení stejně jako vy. Jak budete procházet a měnit se s každou ze sedmi úrovní (jak bylo podrobně popsáno v osmé kapitole), přinesete těmto přátelům a partnerům vyšší náhled na celý proces. Při tomto procesu se začnou dít hluboké změny i v lidech okolo vás. I jejich životy se tím začnou měnit.

## **Jak vytvářet zdravé vztahy s profesionály v oblasti péče o zdraví**

Vytvořit pozitivní vztahy s odborníky, kteří pečují o vaše zdraví, je velmi důležité. Účelem pozitivního kontraktu je vyjasnit vaše potřeby, najít ty pravé odborníky, aby vám je pomohli naplnit, a citlivě vytvářet bezpečné prostředí plné důvěry, ve kterém budete schopni dělat svou práci a podvolit se procesu léčení a přijetí pomoci a moudrosti těch odborníků, které jste si vybrali. Udělejte to tak pečlivě, jak jen je to možné, protože po určitý čas v průběhu procesu *budete muset důvěřovat, nechat vše běžet a žít vírou a nadějí*. Musíte mít jistotu, že máte kolem sebe správné lidi a vytvořené správné místo a situaci, ve které se budete léčit.

Než navážete vztah s profesionály v oblasti péče o zdraví, navrhuji, abyste si udělali cvičení popsaná v předcházející sekci, týkající se osobních vztahů. Dostane se vám informací o struktuře vašich negativních kontraktů, kterou byste automaticky, podvědomě mohli uplatnit i pro své odborníky. Bude pro vás potom jednodušší projít materiálem, který následuje. Využijte informací uvedených ve dvanácté a třinácté kapitole, připravte si některé důležité otázky, které vám pomohou vytvořit pozitivní vztah s vaším léčitelem, lékařem a ostatními profesionály, jejichž služeb budete využívat. Cílem je vytvořit ten nejlepší tým, jaký je možný. I vy jste součástí tohoto týmu. To se vztahuje i na odborníky na výživu, terapeutky či ostatní odborníky.

Jste-li příliš nemocní, abyste to zvládli sami, požádejte někoho blízkého, aby to udělal za vás. Pokud na druhou stranu pečujete o někoho ze své rodiny, kdo není schopen to zařídit, pokuste se to provést na základě informací, které máte k dispozici. Je to velká pomoc.

Použijte tabulku 12-1 tak, jak jsme to dělali ve dvanácté kapitole, a odpovězte na tyto otázky.

*Položte si některé otázky, kterými si ověříte, zda je vám jasné, z jakých systémů přesvědčení vycházíte a co potřebujete:*

Jaký výsledek je pro mne žádoucí ?

Co je mým důvodem „proč ne“ a proč jsem tento vytoužený výsledek nedosáhl předtím ?

Jaký je strach, kterému se vyhýbám a kterému budu muset čelit ?

Na jakém systému negativních přesvědčení je tento systém založen ?

Vaše polovina negativního kontraktu s jakoukoliv osobou bude vždy založena na tomto systému negativních přesvědčení. Zjistíte, že systém negativních přesvědčení, který jste zapsali, je vám dobře známý. Užíváte ho v mnoha oblastech. Pravděpodobně jste už na něj narazili, když jste dělali cvičení uvedená v této kapitole na prozkoumání negativních kontraktů ve vztazích. Možná, že odpovídá jednomu ze dvou uváděných příkladů, které jsou velmi příhodné pro vztah při léčení. První příklad říká, že je nebezpečné postavit se někomu, kdo s vámi nesouhlasí. Je to založeno na negativním přesvědčení, že vesmír není místo, které podporuje pravdu nebo proces hledání pravdy nebo řečeno více osobně: *Vyjádření mé pravdy a mé kreativity je nebezpečné.*

Nosíte-li v sobě toto negativní přesvědčení, potom bude pro vás těžké při komunikaci se svými odborníky z oblasti péče o zdraví trvat na tom, v co věříte. Pokud vám není vlastní postoj či nejste v pozici toho, kdo je přesvědčen, že vaši odborníci budou brát ohled na vás a váš proces léčení, pravděpodobně je k diskuzi nevyzvete. Pochybnosti ohledně plánu, který vám předkládají, neprojevíte a nevyslovíte vlastní nápady, které ke svému léčení máte. Bohužel právě takové starosti, pochybnosti a tvůrčí myšlenky mohou být klíčem k vašemu procesu léčení.

Přejete-li si procházet procesem léčení s narůstajícím sebeuvědoměním a nalézáním své pravdy na každém kroku cesty, potřebujete, aby se vám dostalo pomoci od někoho, kdo je svolný pracovat s vámi tímto způsobem. Nemůže to být někdo, kdo vám jenom řekne, jak to musí být. Musíte nalézt někoho, kdo položí plán léčení na stůl a bude s vámi o něm otevřeně mluvit. Potřebujete objasnit, jaké možnosti volby máte a jaké důsledky z nich vzejdou, a to nejlepším způsobem, jakým je odborník schopen vám to vysvětlit. Dnes už naleznete řadu lékařů, kteří jsou ochotni to pro vás udělat.

Rozpoznání, který plán je pro vás vhodný a který ne, bude mnohem snazší, jestliže máte jasno v tom, že systém pozitivních přesvědčení, z něhož vycházíte, je založen na poznání, že vesmír podporuje pravdu, hledání pravdy a vyjádření kreativity při řešení problému. Čím hlouběji budete v této realitě předtím, než budete potřebovat udělat rozhodnutí, tím více budete mít jasno, jaké rozhodnutí udělat, když pro něj nastane čas.

Ve druhém příkladu, se kterým bychom se také mohli ztotožnit, je základní negativní přesvědčení: *Když něco potřebuji nebo jsem nemocný, lidé se rozzlobí. Nesmím nikdy onemocnět. Mít nějaké potřeby je nebezpečné.*

Je zjevné, že to souvisí s vaším procesem léčení a s vaším vztahem k odborníkům, kteří vás budou léčit. Budou příliš zaneprázdněni, aby zkusili přijít na to, co všechno potřebujete. I kdyby dokonce čas měli, nemusí to udělat. Je to na vás - vy musíte

začít chápat, že máte skutečné dospělé potřeby a že vaše potřeby jsou větší, pokud jste nemocní, než když jste zdraví. Je to úplně v pořádku, že se vám dostane pomoci, abyste mohli tyto potřeby naplnit. Jestliže víte, že máte tendenci nepožádat o uspokojování svých potřeb, musíte se soustředit na to, abyste žili v pozitivním přesvědčení, že žijeme ve světě, kde má každý své přirozené lidské potřeby a kde tyto potřeby lze uspokojit. Můžete tudíž požádat osoby pečující o vaše zdraví, aby vaše potřeby naplnili. Dokonce, i když jim to vadí, je lepší o to požádat. Jestliže je neuspokojí, nebo mají pocit, že to není vhodné nebo přiměřené, stále jste na cestě k naplnění svých potřeb. Můžete to požadovat dál, až naleznete vhodnou osobu, která vám pomůže.

Požádat o to, co potřebujete, a postavit se agresivní léčbě, která se používá pro život ohrožující onemocnění, je velmi, velmi těžké. Vyžaduje to mít jasno v tom, odkud odpor pochází. Nikdo například nechce chemoterapii, nikdo nechce být ozařován. Ale pochází odpor vůči této léčbě opravdu ze závazku žádat o to, co potřebujeme, a stát za svou pravdou, že se chcete léčit způsobem, který považujete pro sebe za správný? Anebo je to cesta, jak se vyhnout velmi nepříjemnému léčení, a to znamená, že zůstáváme v popírání? Toto jsou otázky, kterým musí mnoho lidí čelit. Není to lehké. Poznání, na kterém systému přesvědčení máte tendenci zakládat své jednání, se jeví v takovéto situaci jako velmi užitečné.

Jestliže máte sklon nikdy neodpovědět na výzvu, bude tomu pravděpodobně tak i v tomto případě. Pokud patříte k tomu druhu lidí, kteří reagují na každou výzvu od kohokoliv, vycházíte pravděpodobně z negativního přesvědčení, jež říká, že lidé nejsou spolehliví a důvěryhodní. V tomto případě by takové akce mohly být pro vaše léčení nežádoucí. Významná je otázka, zda vycházíte z lásky nebo ze strachu. Pokud to není láska, zkoušejte dál.

Hry, které lidé hrají s odborníky na léčení, mají mnoho variací. Řada pacientů chce, aby jejich lékaři či léčitelé byli víc než lidé, bez jakýchkoli nedostatků, a aby za jejich léčení převzali plnou odpovědnost. Například systém negativních přesvědčení, který podporuje to, že nejsme schopni požádat o naplnění svých potřeb, má i opačnou stranu - o lékaři nebo léčiteli se předpokládá, že je vševědoucí a pečuje úplně o všechno. To je ta část nás samých, která se chce vrátit do dělohy, kde byly všechny naše potřeby automaticky uspokojovány, aniž bychom o to museli žádat. Ale reálný svět tak nevypadá. Každý z nás má svá omezení. Každý z nás je pouze člověk.

Musíme si uvědomit, že znalosti odborníků mají nutně své meze. Poznání lékařské vědy má své hranice. Ačkoli je věda v této oblasti velmi pokročilá, stále víme méně, než bychom potřebovali. Navíc vše bylo a stále je formulováno lidmi, kteří se pokoušejí naučit se tolik, co jen je možné, ovšem uvnitř určitého rámce znalostí. Tak to tedy je s léčením a léčitelstvím. Co se týče poznání a znalostí, léčitelství má styčné plochy s medicínou. Žádný z mnoha způsobů léčitelství ani medicína však nesnímají odpovědnost z člověka, který se narodil do tohoto těla. Vždy jste byli a budete za svoje tělo odpovědni na prvním místě vy sami.

Jako učitelka léčení se setkávám s mnoha lidmi, kteří ke mně přicházejí studovat. Protože umím číst pole a vidím do těla, myslí si někteří z mých studentů, že automaticky čtu všechno o jejich zdraví, kdykoliv se účastní kurzu. Několikrát se mi stalo, že se lidé na mne rozzlobili, že jsem je před časem nevarovala před nějakým zdravotním problémem, který se ukázal při pravidelné celkové prohlídce, kterou absolvovali u svého lékaře. Jakmile se zotavili z prvního leknutí, pochopili, že se vyhýbají tomu, aby poznali, jak pracuje jejich vlastní tělo. Je to obvykle



založeno na našem strachu z toho, že jsme lidé, tj. ze stavu, v němž žijeme jako zranitelné fyzické bytosti.

Dlouhodobě platí, že čím více udržujeme své přirozené do fyzického těla zaměřené vědomí, tím lépe jsme schopni naslouchat zprávám ze svého balančního systému, následovat je a tak stále pečovat o své zdraví. Velmi to posiluje. Kontaktem s balančním systémem zůstáváme spojeni se svým fyzickým obydlím - tělem a s tím, co se v něm děje v nejvyšší možné míře. Z toho plyne, že tím, kdo pro své zdraví může udělat nejvíce, jsme my - uvnitř svého těla jsme přece vždy my sami !

V předcházející kapitole jsem se zmiňovala o léčení bolestí zad. Přišla jsem na to, že pro klienta, v tomto případě muže, bylo nutné nosit si malou svačinku, aby mohla být udržována správná hladina cukru v krvi, a tak nedošlo k opětovnému poranění páteře. Velmi dobře to fungovalo. Daleko více si byl vědom toho, co se v jeho těle minutu za minutou děje. Tím, že si uvědomoval své potřeby a reagoval na ně, léčil svá záda. Dáma, s níž jsem pracovala ve stejném čase, to dělat odmítla. Nechtěla udržovat do těla zaměřené vědomí na vysoké úrovni. Nejedla, co a kdy potřebovala, aby hladina krevního cukru mohla být stále na přiměřené úrovni, a skutečně došlo k dalšímu poranění. Měla hlubší problém s odpovědností za sebe, který potřebovala vyřešit předtím, než mohla zvládnout tento úkol.

Jakmile podle návodu v této kapitole naleznete typy negativních kontraktů, ke kterým se zavazujete, můžete prozkoumat, jak by stejné typy kontraktů mohly vypadat v oblasti péče o zdraví, kdybyste je uzavírali se svými lékaři a léčiteli, či jinými odborníky. Přemýšlejte o zde uvedených příkladech a potom si položte tyto čtyři otázky:

Jaké negativní kontrakty, které jsem uzavřel/uzavřela v minulosti bych mohl/mohla nevědomky použít v kontaktu s odborníky na péči o zdraví ?

Jaký je můj pozitivní systém přesvědčení, který nedovolí, aby k tomu došlo ? (Budete chtít, aby ho podpořil každý, koho si zvolíte, aby s vámi spolupracoval.) Co potřeboji, aby udělal můj lékař, léčitel nebo jiný odborník, aby mi pomohl dosáhnout kýženého výsledku ?

Jaká jednoduchá mantra vyjadřuje pozitivní přesvědčení, které mohu kdykoliv použít ? (Můžete použít jednoduchou mantru sestávající z jednoho slova, např. zdraví, kreativita, mír, pravda, výzva, hojnost, radost nebo láska. Používejte tuto mantru, kdykoli vás to napadne. Jestliže máte rádi přesnější návody, myslete na to několikrát v průběhu každé hodiny, nebo když ráno vstáváte či jdete večer spát. Můžete ji použít i ve formální meditaci, když sedíte v klidu se vzpřímenou a narovnanou páteří. Nebo jenom ležte v posteli a soustředte se na jedno či dvě slova, která pro vás hodně znamenají.)

Teď, když víte, co potřebujete, můžete to použít při hledání vhodných odborníků (viz dvanáctá kapitola). Uzavřete s každým z nich imaginární kontrakt. Vyjasněte si, co od nich chcete. Tento proces je kontinuální a bude pokračovat s tím, jak budete získávat další informace. Určitě potřebujete *mít* jiný kontrakt pro svého lékaře než pro svého léčitele. Před tím, než začnete pracovat na těchto kontraktech, podívejte se znovu na pátou a šestou kapitolu. Čím více času a energie tomu věnujete teď, když jste zdraví, tím jednodušší to bude v případě, když onemocníte. Je to jakési preventivní opatření, které slouží k udržení vašeho zdraví a také vám umožní vytvořit s lidmi, které budete žádat o pomoc v případě, že onemocníte, správné vztahy. Jestliže

potřebujete pomoc při objasňování procesu, neostýchejte se o ní požádat někoho, kdo chápe co a proč děláte.

Jelikož většina odborníků z oblasti péče o zdraví vás přijme až při vyšetření v ordinaci, a tak není možné s nimi mluvit o svých názorech předtím, nezapomeňte se o nich zmínit už na začátku první návštěvy. Potom může být příliš pozdě. Po léčení se budete pravděpodobně nacházet ve změněném stavu vědomí a nebude vhodné, abyste dlouze mluvili.

*Položte si některé otázky, abyste se ujistili, že jste se svým lékařem, léčitелеm nebo jiným odborníkem z této oblasti schopni vytvořit pozitivní kontrakt: Je ochoten dát vám ten typ informací, který potřebujete, a to tak podrobně, aby to naplnilo vaše potřeby ? (Musíte mít jistotu, že vám popíše různé možnosti a budete si moci vybrat z plánů vašeho léčení.)*

Má jasno v tom, co vám může poskytnout a jaké jsou hranice jeho možností ?

Řekne vám to pravdivě ?

Z jakého systému přesvědčení při své práci vychází ? Je jeho přesvědčení podobné vašemu, které chcete podporovat ? (Na tuto otázku by mohlo být těžké odpovědět. Je-li tomu tak, nechte to být, časem se ukáže.)

Shodnete se na očekávaném výsledku ?

Co chce od vás ?

Za co budete při realizaci procesu léčení odpovědní ?

Jakmile je váš tým sestaven, potřebujete někoho, kdo naplánuje a vezme si na starost věci, které je potřeba udělat, a pomoc, kterou budete potřebovat, například zajištění návštěv u léčitelů a lékařů, nákupy potravin tak, abyste mohli dodržovat předepsanou dietu. Požádejte přátele, aby vám pomohli vytvořit prostor, ve kterém se budete léčit. Musíte mít vyhrazen čas jenom pro sebe. Bude sloužit tomu, abyste se lépe poznali.

## **Jak vytvářet zdravé vztahy se Zemí**

*Mezi vaším osobním léčením a léčením Země existuje holografický vztah. Mnoha z nás se dotýká spousta bolesti, která dnes na Zemi je. Chceme vědět, jakým způsobem ji my osobně pomáháme vytvořit a jak bychom mohli pomoci ji léčit. Jak jsem uvedla na začátku této kapitoly, vše, co bylo napsáno o individuálních vztazích, lze aplikovat i na náš vztah k Zemi. Všeobecně jsou naše negativní kontrakty vidět při našem léčení planety. Na úrovni osobní všechny naše negativní kontrakty, které používáme v osobních vztazích, fungují holograficky také v našem vztahu k Zemi.*

Spojení se Zemí a vytváření vztahu k Zemi se stejně jako vytváření našich vzájemných vztahů nachází na čtvrté úrovni pole. Z hlediska aury je Země živá vnímající bytost a my jsme částí jejího těla. Tato myšlenka dává smysl v metafyzice M-3. Protože mysl a vědomí tvoří všechnu hmotu, vytváří vědomí i fyzické tělo Země. Fyzická Země, stejně jako naše těla, pochází z vědomí, které ji vytvořilo. Naše vědomí

je spojeno s naším tělem prostřednictvím aurického pole. Také Země má své vědomí a je s ním spojena stejně -přes své aurické pole. Některé skutečnosti o auře Země jsou známé díky naší studii o magnetosféře a Van Allenových pásech, které jsou součástí zemského magnetického pole. Mnoho lidí vidělo úžasné barvy polární záře, velmi podobné lidské auře.

Jelikož jsou naše těla částí Země, jsme s ní holograficky spojeni. Z ní pocházíme a ona je naší matkou. Původní obyvatelé Ameriky uctívali toto spojení a hluboce vnímali naši závislost na ní.

Mnoho lidí naší současné kultury jakoby na tuto závislost a naše spojení se všemi bytostmi na ní žijícími zapomnělo. Jednáme, jako kdyby nám patřila, a dokonce skutečně věříme, že její části můžeme vlastnit. Jak to hezky řekl krokodýl Dundee ve filmu: „Je to jako když se dvě blechy dohadují, které z nich patří pes, na kterém žijí.“ Velká část našeho špatného zacházení se Zemí pochází z osobní bolesti, kterou nám vždy znovu přináší naše negativní přesvědčení. Společně zůstáváme plni této bolesti a společně také naši planetu ničíme.

V holografické teorii jsme se už naučili, že naše činy ovlivňují všechno, co existuje. Nějak - možná malým dílem musíme být tedy zodpovědní za to, co se dnes na Zemi děje. Koneckonců menší systém uvnitř většího je s ním přímo spojen a na větší systém okamžitě působí. To je pro mnohé z nás ochromující myšlenka. Máme dost co dělat se svými vlastními životy bez toho, abychom na sebe brali odpovědnost za planetární problémy. Rada z nás se točí zády k problémům lidstva jako celku.

Aby pomohl řešit tak velký úkol, někdo se dokonce zeptal Heyoana: „Co mohu udělat pro světový mír?“ Odpověď mnou tlumočená nejenže objasnila, jak pomáháme problém vytvářet, ale také ukázala, jak máme pracovat na své části úkolu bez toho, že bychom se cítili jeho grandiózností zavaleni a odešli od něj.

Heyoan v podstatě řekl, že když se držíme systému negativních přesvědčení, který vytváří v našem životě bolest, pomáháme také udržovat tento systém v kolektivním nevědomí lidstva, takže lidská bolest narůstá. Dále uvádím channelovanou odpověď - postupně si můžete najít pro sebe vhodnou oblast služby.

\*\*\*

## **CO MOHU JÁ OSOBNĚ UDĚLAT PRO SVĚTOVÝ MÍR ?** (Podle Heyoana)

**To je úžasná otázka a doufám, že si ji klade víc lidí. Je čím dál důležitější, že si větší počet lidí začíná uvědomovat, že jsou obyvatelé světa. První krok k tomu je začít se vnímat z tohoto vyššího místa a nechávat svá rozhodnutí a činy vyrůstat z tohoto širšího poznání.**

**Z našeho pohledu jste spolutvůrci Země a všeho, co na ní existuje. Vytváříte všechno to, co ve svém životě prožíváte, a když je tam bolest, tak jenom proto, že jste ji svým jednáním vytvořili. To neznamena, že jste špatní, to znamená, že jste se nenaučili lekci, které jste se přišli naučit. Tak vytváříte situaci, která nejenže vyrůstá z této nevědomosti, ale dává vám**

také přesně ty nástroje, které potřebujete, a směr, kterým se máte dívat, abyste pochopili.

Zkuste se dívat z naší perspektivy a aplikujte to na světovou situaci. Nejdříve si položte otázku, kterou byste si dali, kdyby se jednalo o nějaké osobní problémy. Co tato světová situace znamená pro mne osobně? Jakou zprávu vyššího světa (jako zrcadla mého já) mi zkouší dát o tom, co se potřebuji naučit? Jaká je povaha bolesti, kterou pomáhám spoluvytvářet? Co je potřeba s tím udělat a co mohu udělat já osobně? Jak mohu já osobně přispět?

Ted' byste mohli říci „Já jsem to nezpůsobil.“ Můžete dokonce začít obviňovat ostatní - „To všechno ti politici“ nebo byste si mohli vybrat pro obviňování nějakou národnost či etnickou skupinu. Ale byli jste to vy, kdo se účastnil voleb, nebo k nim naopak nešel. Jste to vy, kdo v sobě nosíte předsudky vůči ostatním, kteří jsou jiní, než jste vy. Jednáte tak, ať se jedná o lidi, které znáte, nebo o úplné cizince. Tyto generalizace a domněnky, které uplatňujete na ostatních, také automaticky a často podvědomě používáte na sebe. Jsou příčinou velké části naší vnitřní osobní bolesti. Když se slyšíte negativně mluvit o někom jiném, zeptejte se sami sebe, jaký účinek to má na vás, když to říkáte o sobě. Touhy lidské duše nejsou omezené hranicemi, jazykem nebo vírou. Ale tyto rozdíly umožňují, aby si duše našla vhodnou školní třídu (nebo hřiště), kde se bude učit. Je to právě tato různost, která dělá ze Země tak úžasné místo pro inkarnaci. Národnosti byly vytvořeny proto, aby do našich životů přinesly rozmanitost a rozruch. Nebylo to nikdy míněno jako bitevní pole. Takto může jedinec prožít na Zemi mnoho životů v různých prostředích a opravdu se nebude nudit.

Tak co se to stalo? Věci, které vás dovedly na Zemi, kde se jim máte naučit, jsou přesně ty, které způsobují problémy. Principiálně vás pokaždé vrátí na Zemi vaše víra v oddělenou realitu. Tato víra je také příčinou vašeho strachu. Přicházíte sem, aby se váš strach rozplynul, ale právě skrze tento strach, který potřebuje zmizet, se bojíte ještě víc. Zeptejte se sami sebe: čeho přesně se nejvíc obávám, a to jak v osobním životě, tak ve světovém měřítku? Uvidíte, že se jedná o stejný strach. Víte, že většina lidí se bojí přesně stejných věcí jako vy a z toho vychází i jejich konání? Tyto společné strachy jsou původem světových konfliktů.

Všichni se bojíte ztráty, onemocnění, smrti a nedostatku svobody. Bojíte se, že vám někdo vezme něco cenného, co ve vašem životě funguje. Ale říkám vám, že jediný člověk, který to může udělat, jste vy sami. Jakého množství osobní svobody se vzdáte ze strachu? Přesně tolik se budete pokoušet vzít někomu jinému. V jakém rozsahu si ve svém těle vytvoříte nemoc, přesně v takovém dovolíte ostatním, aby ji v sobě živila a nepřijímali nabídnutou pomoc. Míra fyzického, emocionálního, mentálního a spirituálního nenasycení, kterou si vytvoříte ve svém životě, je přesně mírou vaší tolerance fyzického, emocionálního, mentálního a spirituálního ochuzení u ostatních. Jestliže to uděláte sobě, uděláte to i ostatním. Takže prvním místem, kde se vytváří světový mír, je váš domov. Vytvářejte harmonii doma, v práci a ve společenství a potom ji rozšiřujte dál. Nechali byste své dítě hladovět? Tak proč necháte hladovět nejbližšího souseda, Afričana nebo Inda? Kdekoliv vedete dělicí čáru, tam omezujete i sebe: své sebevymezení, svou lásku a svou sílu.

Doporučuji, aby každý zasvětil deset procent svého času a energie soukromému projektu za účelem dosažení světového míru. Může to být v oblasti vzdělávání, politických aktivit, komunikace, nebo prostě dejte peněžní příspěvek na účel, s nímž se cítíte být spojeni. Udělejte to z hlediska toho, že jste stávající situaci pomáhali vytvořit, a tedy ji chcete léčit jako léčitel, kterým jste, a mocí, která je vám jako spolutvůrci dostupná. Takže místo konání něčeho pro světový mír, protože by se s tím mělo něco dělat, budete pracovat, protože to chcete. Spíše než ze strachu a viny budete pracovat jako tvůrci, kteří dávají své dílo do pořádku. Nikdy se k tomu nestavte s názorem, že jste téměř bezmocní a nemůžete s tím nic udělat. To není a ani nikdy nebude pravda. Jste spolutvůrcem všech svých zkušeností a zážitků včetně světové situace. Jestliže se vám vaše výtvoření nelíbí, nalezněte lekce, které vám umožní poučit se ze svých nedokonalých tvůrčích aktů, a vytvořte to jiným, vhodnějším způsobem.

Pokud se obáváte chudoby, potom vaše akce, které vycházejí z tohoto strachu - pokusy zastavit svou osobní chudobu -, pomáhají vytvářet chudobu ve světovém měřítku. Váš strach napomáhá udržení masové víry v chudobu. Tato masová víra vyvolává reakci odporu vůči chudobě, v níž se každý snaží získat víc a víc a držet si to pro sebe. Hrabivost vede k bojům o ekonomický zisk, který zase přináší vyčerpávání světových zdrojů. To s sebou nese vytváření ještě větší chudoby a udržuje ji tady ve fyzickém světě.

Uvažte to, přátelé: vytváříte strach a věci, kterých se nejvíc děšíte. Nejenže jste zabořeni do vaší víry v osobní chudobu a co všechno pro vás znamená, ale ještě deset procent svého času budete věnovat tomu, abyste hledali řešení světové chudoby. Světové řešení problému bude stejné jako vaše osobní. Lakota a chamtivost jsou založeny na strachu, že nebudete mít dost. Co se jeví jako lakota, je vlastně strach z chudoby. Ten na oplátku vytváří chudobu, která vede k vyčerpávání zdrojů surovin a ohrožuje vaši existenci. Ale co je podstatné - pod vašim strachem z chudoby leží váš existenciální strach, a tedy vaše hrabivost spočívá na chatrném základu vašeho hlubšího existencionálního strachu. Co může být ještě řečeno o lakotě? Určitě si nikdy nepřejete, aby byl tento výraz použit o vás. Trochu to zjemníme: když se podíváte do sebe, naleznete tam mnoho „chtění“. Udělejte seznam vašich „chci“. Zjistíte, že mnohé z nich jste si vymysleli, abyste se cítili v bezpečí - ale to vám přece nikdy nemohou poskytnout. Teď si položte otázku: „Která z těchto chtění přinesou, co si přejí vytvořit podle svého vyššího vědomí, a jsou založena na systému pozitivních přesvědčení?“ Která chci vytvořit, abych se cítil v bezpečí, a pocházejí z mého systému negativních přesvědčení? Tímto způsobem seznam rozdělte. Zaměřte se na část pozitivních přesvědčení a zeptejte se: „Jak každé z těchto mých, chci' poslouží stejně světu jako mně osobně?“ Když skončíte, určete každou položku, která by měla jenom zmírňovat váš strach, a opět se zeptejte: „Jaký strach se to pokouším zmírnit a jakým způsobem?“

Když budu jednat podle těchto chtění, jak moje činy ovlivní svět?“ Jak už víte z předcházejícího textu, v podstatě platí, že když jednáme ze strachu, prostřednictvím těchto činů potvrzujeme správnost strachu ve světě. Povšimněte si, že v tom případě některé z položek patří do druhé části seznamu.

**Toto cvičení vám umožní lépe porozumět tomu, jakým způsobem jste odpovědní nejen za vytváření vlastních životních zkušeností a prožitků, ale i světové situace. Vy jste za ni značně zodpovědní! Vaše jednání má obrovský účinek!**

**Milí přátelé, uvědomte si přímý dopad vašeho systému přesvědčení jak na vaše osobní vztahy, tak i na světovou situaci. Protože tento přímý následek existuje, můžete to změnit tím, že naleznete své systémy negativních přesvědčení a přetvoříte je tak, aby přinášely tomuto světu lásku, péči a důvěru. Pokoj a láska vám.**

\*\*\*

### **Domácí úkol od Heyoana:**

1. Sestavte seznam svých strachů na osobní úrovni. Napište to samé na úrovni světové. Zjistěte, zda jsou podobné.
2. Sestavte seznam svých „chci“. Rozdělte je na ty, které zmírňují strach pocházející z negativních přesvědčení (negativní chtění), a na ty z pozitivních přesvědčení (pozitivní chtění).
3. Nalezněte strach, z něhož vyrůstají vaše negativní chtění. Nalezněte vyšší vědomí, z něhož vycházejí vaše pozitivní chtění.
4. Co vytváříte z každého jednotlivého pozitivního i negativního chtění na své osobní úrovni? Právě to pomáháte vytvářet i ve světě (negativně i pozitivně).
5. V které oblasti služby světu (ve vztahu k vašim negativním výtvorům pocházejícím ze strachu) byste si přáli uplatnit deset procent, kterými přispějete ke světovému míru?

### **Následky vyjasnění a vyčistění vašich chtění zmírňujících strach**

Vezměte člověka, který je nenasycený, protože se obává hladovění a smrti hladem. Mohl by se přejídat nebo si dokonce dělat zásoby jídla. Tento člověk pomáhá držet strach z hladovění v kolektivním nevědomí lidské rasy. Když bude na svém problému pracovat, může se rozhodnout pomáhat těm, kdo na planetě strádají hladem.

Můj přítel, kterému budu říkat Mark, se choval právě takto. Když jsme se seznámili, měl nadváhu. Nic jsem o něm nevěděla. Ale poznala jsem, že se hodně zabývá svou nadváhou a zdravotními problémy, které to s sebou nese. Obzvláště se zajímal o to, jak nadváha zatěžuje a poškozují srdce. Snažil se v minulosti s tímto problémem vypořádat pomocí různých diet, ale i když ztratil několik kilo, vzápětí je zase nabral. Aby ho dokázal zvládnout, musel jít hlouběji. Navštívil léčitele a ten mu pomohl zastavit přejídání. Tento proces léčení sdílel se mnou a dovolil mi o něm psát.

Mark zjistil, že první úroveň strachu u něj byl prostě strach z hladu. Nedokázal snášet vnitřní pocit hladu. Bylo to pro něj překvapení a vůbec nevěděl, odkud se tento pocit

vzal. Určitě se s hladem ve svém životě nesetkal. Pátral po tom, odkud může strach z hladu pocházet a zjistil, že jeho rodiče měli velké finanční problémy v období kolem jeho narození. Bylo to koncem třicátých let, kdy v Americe vrcholila velká hospodářská krize. Přestože se rodiče vždy obávali, jak získají své příští jídlo, hladem nikdo netrpěl. Mark našel původ svého strachu z hladu. Přinesl si ho z rodiny, i když k tomu, že by hladověli, vůbec ve skutečnosti nedošlo. Jako malé dítě se naučil, že ta neznámá věc - hlad - je hrozná a je potřeba mít z ní strach. Jeho mladá duše neuměla odlišit fantazii a skutečnost. Dětské rozhodnutí znělo: „Nikdy nebudu mít hlad.“ Fungovalo to, ale nabíral váhu.

V procesu léčení začal procvičovat snášení strachu z hladu tím, že jedl dobrá zdravá jídla a přestal s neustálým „doplňováním zásob“ v průběhu celého dne. Zlepšení kvality stravy a stravovacích návyků okamžitě pozvedlo jeho energetickou úroveň a úroveň sebeuvědomění. Rozdíl oproti předcházejícím dietám byl v tom, že se jednalo o hlubší motivaci než jenom o ztrátu váhy. Bylo v tom také prozkoumávání jeho vnitřního světa.

Když byl někdy jeho strach příliš velký, snědl něco malého. Pracoval se sebou jemně. Jak pokračoval v prozkoumávání zkušenosti s pocitem hladu, zjistil, že začíná rozlišovat mezi hladem a vnitřní prázdnotou. Pocit vnitřní prázdnoty se mu dokonce líbil, protože mu dával spoustu prostoru. Uklidňovalo ho to, bylo to jako život bez formy. Z jeho vnitřního života bez formy začalo občas vyrůstat něco nového. Mnohokrát prožil spirituální extázi.

Z vnitřní prázdnoty začaly přicházet také další věci. Když jednou seděl a prožíval vnitřní ticho, pocítil narůstající strach z vyhladovění, které vede k smrti. Náhle to propuklo v plné síle. Byl v jiném století. Měl jiné tělo a žil jiný život. Z meditace se dostal v hrozném strachu. Později při léčebném sezení sdělil svému léčiteli, o co šlo. Společně se vraceli v čase k prožitku z minulého života, který se objevil v jeho vědomí. Léčitel pracoval na vyčistění jeho aurického pole od aurického odpadu, který tam zanechal zmíněný prožitek. Viděl sám sebe žít v období velkého hladomoru. Cítil, že vlastně napomohl tomu, že k hladomoru došlo tím, že špatně zacházel s mocí. On a mnoho ostatních nakonec i s rodinami umřeli vyhladověním.

Já vím, že v současné době neexistuje žádný způsob, jak dokázat, že se mu to opravdu stalo. Jsou určité kvalitně zpracované studie, např. studie Iana Stevensona z Virginské univerzity, které potvrzují existenci minulých životů na základě informací od velmi malých dětí. V každém případě se zde zaměříme na léčivý účinek vyčistění tohoto zážitku z Markova aurického pole. Za prvé, ztratil se jeho strach z hladu a vyhladovění. Jeho život to hodně změnilo.

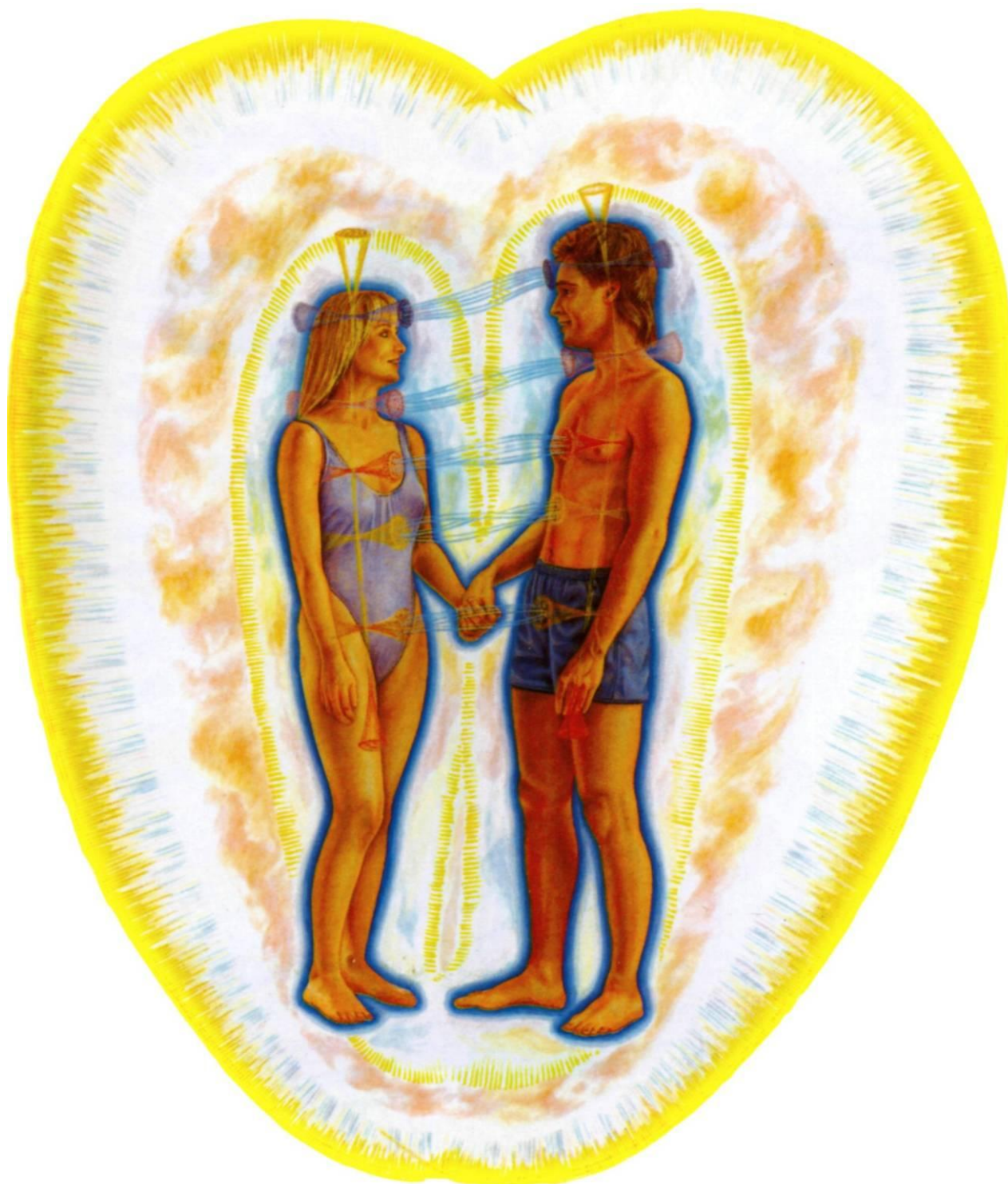
Mark řekl:

„Když se mé pole vyčistilo, pochopil jsem konečně, že ten strach byl víc z toho, co už se stalo, než z toho, co by se stát mohlo.“

Velmi jsem toužil zabránit, aby se to znovu opakovalo. Viděl jsem, jaké chyby jsem předtím udělal, a chtěl jsem to zkusit jinak.

Jídlo se pro mne stalo velmi příjemným způsobem, jak nasytit své tělo tak, abych mohl být tím, kým doopravdy jsem, a mohl dělat to, co jsem sem dělat přišel. V mém případě to znamená zabránit skutečnému hladovění, kterým lidé na Zemi trpí právě teď. "

Mark už nemá strach z hladu. Učí meditacím na vnitřní prázdnotu jako cestě sebeobjevování. Zastává názor, že prožitek vnitřní prázdnoty je úžasná a potřebná část lidského života vedoucí k většímu pochopení sebe a spojitosti všech věcí. Ubyl na váze 10 kg. Pracuje v organizaci, která bojuje proti hladu ve světě.



*Obr. 14—1: Aurické pole dvojice zamilovaných*



## ČTRNÁCTÁ KAPITOLA

# TŘI TYPY INTERAKCÍ AURICKÉHO POLE VE VZTAZÍCH

Jednou z nejzajímavějších výhod, které poskytuje vyšší smyslové vnímání, je dar vidění interakcí aurického pole mezi lidmi, kteří jsou ve vzájemném vztahu. Všechno, co se odehrává mezi námi a někým dalším, má podobu živého, jako tekutina se pohybujícího a neustále se měnícího barevného světla či bioplazmy. Souhra bioplazmy prozradí mnoho o vztahu, což jsem ani netušila předtím, než jsem začala interakce aurického pole podrobně pozorovat. Projevy bioplazmy odhalují, že jsme vzájemně spojeni mnoha způsoby, které v sobě psychologické a sociologické teorie nezahrnují. Je z nich zřejmá daleko větší vzájemná závislost všech žijících bytostí, než jsme si dosud mysleli.

Jakkoliv si myslíme, že jsme nezávislí, a děláme věci podle svého, ve skutečnosti tomu tak nikdy není. Je to lekce, které se teď znovu učí mnoho lidských bytostí. V kmenových společenstvích minulosti bylo zřejmé, jak hodně jeden na druhém závisíme. Ale na začátku dvacátého století nám moderní svět poskytl falešný pocit svobody. Teď pomocí záběrů Země ze satelitů a moderní komunikační technologie se náš pohled na to, co to znamená být vzájemně závislý, rozšiřuje. Vidíme, že naše individuální činy se spojují v mocnou sílu, která mění tvář naší planety. Cítíme, že to, co se děje v jedné zemi, může okamžitě zasáhnout všechny ostatní. Můžeme to pozorovat ve světovém bankovním systému, ve zbrojení, ve znečišťování naší planety. To, že má průměrný Američan starosti s mezinárodní situací, o které získal informace pouhým sledováním večerních zpráv, svědčí o tom, že holografické spojení planety začíná být znát.

Všechno, co si myslíme, říkáme a děláme, zasahuje ostatní prostřednictvím životních energetických polí. Mnozí z nás si plně neuvědomují dosah tohoto prohlášení. Ale mnozí si to uvědomovat začínají. Mohou to cítit velmi primitivním způsobem. Najednou máme v břiše takový divný pocit -cítíme, že se něco hrozného děje, tak jdeme a zapneme televizi, abychom si to ověřili. To se stalo velkému počtu lidí 17. října 1989, kdy televize náš pocit potvrdila: San Francisco postihlo druhé nejhorší zemětřesení v historii. Tento pocit v břiše, že je něco v nepořádku, mívá mnoho z nás, když naši planetu postihne nějaká pohroma. Jindy nás zaplaví pocit světla a svobody, který nám říká, že se stalo něco krásného. Například, když padla berlínská zeď, cítili jsme se spojeni s obyvateli města v jejich boji za svobodu.

Spojitosť necítíme pouze proto, že jsme o tom něco viděli v televizi, ale protože jsme energeticky spojeni prostřednictvím čtvrté úrovně aurického pole se všemi lidmi na světě. Souzníme s těmi, kteří nosili svobodu v srdci jako nejdražší poklad. Otevírat své vědomí na čtvrté úrovni znamená doslovně vnímat ostatní. Cítit jejich přítomnost a jejich hlubší realitu pocitů, nadějí, radostí, strachů a tužeb, jako kdybychom byli oni

sami. Osobní hranice na čtvrté úrovni jsou velmi odlišné od těch, které existují ve fyzickém světě. Vysvětlím, co to znamená.

Na čtvrté úrovni pole energetické vědomí vezme na sebe formu toho, v co věří, že je. Je to závislé na jeho vibračních frekvencích a energetickém obsahu. Když jsou naše energie na čtvrté úrovni pole podobné, vnímáme to, jako kdybychom byli jedno, protože cítíme přesně to, co cítí ostatní. „Jsem to já nebo ty?“ ptáme se.

Když jsou naše energie na čtvrté úrovni různé, nemáme pocit, že jsme s někým stejní. To znamená, že nejsme jedno s ostatními, protože máme své vlastní pocity, které se od jejich liší. Na čtvrté úrovni se pohybujeme mezi dvěma možnostmi - kolísáme mezi jednotou, splynutím s ostatními, a mezi separací od ostatních v úsilí o individualizaci.

V procesu života na čtvrté úrovni přicházíme k sobě a spojujeme se ve společenství. Toto společenství nám potom umožní oddělit se k individualizaci. Pouze prostřednictvím individualizace můžeme poznat svou jedinečnou vnitřní božskou podstatu. Čím lépe ji poznáme, tím více jsme schopni vytvářet společenství. Přes tento koloběh růstu sebeuvědomování je vytvářena láska.

Může být velmi matoucí, když se pokoušíme vyjasnit realitu čtvrté úrovně ve fyzickém světě, kde jsou hranice jasně stanoveny naší pokožkou. Realita čtvrté úrovně je prostě jiná. S popisem rozdílů z vědeckého hlediska jsem vás seznámila již ve druhé kapitole. Teď se tomu budu věnovat z hlediska spirituálního. Abychom porozuměli tomu, proč je proces života na čtvrté úrovni tak jiný než na úrovni fyzické, prozkoumáme proces tvoření, který zde funguje. Tvůrčí síla z jádra našeho Bytí sestupuje na své cestě do fyzického světa přes vyšší úrovně aurického pole až do čtvrté. Tam se rozdělí na dvě části a stane se relační (vztahovou). V tomto okamžiku dojde k dualistickému rozdělení. Ve čtvrté úrovni aurického pole poprvé prožíváme dualitu. Tato úroveň je mostem mezi fyzickým a spirituálním světem. Prožíváme jej prostřednictvím vztahů s ostatními. Bez tohoto mostu by se tyto dva světy jevily jako rozdělené a odloučené.

V páté, šesté a sedmé úrovni, které odpovídají naší spiritualitě, dualitu neprožíváme. Hlavní funkcí duality je prozkoumat rozdíly a definovat hranice. Jak tvoření postupuje níž úrovněmi pod čtvrtou úrovní aurického pole a potom do fyzického světa, stávají se hranice jasněji definované. Každá nižší úroveň je má jasněji vymezené - dualita je jasněji definovaná. Na čtvrté úrovni se dualita poprvé začíná zjevovat v kolísavém pohybu mezi pocitem, že ten druhý je se mnou jedno, a pocitem, že se różníme.

Hned pod ní se nachází úroveň mysli. Tady, prostřednictvím jasnosti myšlenek, přemýšlíme o tom, kdo jsme: „Myslím, tedy jsem. Myslím jinak než ty. Z toho plyne, že já jsem já a ty jsi ty.“ Na druhé úrovni aurického pole je dualita vyjádřena jiným způsobem: „Mám emocionální pocity o sobě, tudíž jsem. Vnímám své pocity o sobě jinak než o tobě, tudíž jsme různí. Nejsme jedno, nejsme stejným člověkem.“ Na první úrovni pole je dualita objasněna takto: „Vnímám sebe sama prostřednictvím svých smyslů. Vnímám tvé fyzické tělo. Je jiné než moje a tudíž ty jsi jiný než já.“ Na fyzické úrovni je náš tvar definován naší pokožkou. Díváme se do zrcadla a říkáme: „Ano, tam jsem já.“

Můžeme si položit otázku: co je vlastně tak důležité na uvědoměném rozlišování a individualizaci, jestliže někdy jsme všichni jedno? V dualismu se učíme individualizovat naše vědomí prostřednictvím vztahu „Já-ty“. Jenom prostřednictvím

dualizmu, do kterého sestoupíme, můžeme probudit vědomí k individualitě. Prostřednictvím dualizmu jsme se vybavili zrcadlem, abychom se v něm mohli dobře vidět. Bez dualizmu nemůže dojít k rozeznání naší individuality. Nevím, jak zdůraznit důležitost tohoto faktu.

Stylianos Atteshlis žijící na Kypru je renomovaným léčitelem známým po celém světě. V knize „The Magus of Strovolos“ od Kyriacose Markidese nese jméno Daskalos. Ve svém teologickém učení vysvětluje dualizmus z hlediska sestupu člověka z úrovně andělů. Konstatuje, že pouze skrze sestoupení do lidského prožitku duality a svobodné vůle může toto „conscious awareness“ (uvědomělé vědomí) existovat. Tvrdí, že všichni jsme byli archanděly, kteří prostřednictvím ideje člověka spadli do duality, aby probudili svou Božskou podstatu a docílili uvědomění si evoluce vědomí. Říká, že andělé a archandělé nejsou individualizovaní, jako jsme my, že nemají vědomí sebe jako jedince a jsou bez individuality. Svobodná vůle je u nich automaticky Boží vůlí, takže tam svobodná vůle vlastně není. Jinými slovy idea volby neexistuje u bytostí, které nejsou individualizované. Na druhou stranu, lidské bytosti, které skončí koloběh zrození a smrti na této planetě a potom transcendují do vyšších světů, jsou bytostmi s velkou spirituální silou, které individualizované jsou.

Individualizace je dlouhodobý proces tvoření, který trvá po staletí ve fyzickém plánu. Začíná inkarnací ve čtvrté úrovni (dualita) a postupuje dolů, hlouběji do duality ve fyzickém světě. Na základě životních prožitků se frekvence stávají vyššími a zřejmě se mohou zvyšovat stále dál.

Mnozí z nás si stěžují na těžkosti s dualitou a lidskými vztahy, ale *vztahy jsou podstatou - srdcem spirituálního růstu a rozvoje*. Čtvrtá úroveň je mostem mezi spiritualitou a fyzickou podstatou. Tento most je tvořen našimi vztahy. Prostřednictvím vztahů se stáváme celkem. V minulosti se považovalo za velmi spirituální sedět někde v horách a meditovat. Dnes už tomu tak není. Když meditujeme na horském vrcholku, abychom poznali Boha, musíme naše učení přinést zpět lidstvu, aby došlo k jeho naplnění. Umíme zůstat v každém okamžiku milující, čestní a upřímní? Dokázat to je mnohem těžší ve vztahu s někým, než když osamoceně meditujeme na horách.

Často nenalzáme na čtvrté úrovni zmíněné spojení spirituality a fyzického světa protože neumíme vytvořit vztahy, které by naplňovaly naši potřebu dávat i přijímat. Vztahy jsou zkouškou našeho učení. Tím, že budou fungovat lépe - tak, aby naplňovaly potřeby naše i potřeby ostatních, přispějeme k budování mostu mezi osobním Já (1. -3. úroveň aurického pole), přes interpersonální Já (4. úroveň aurického pole) k našemu transcendentnímu sjednocujícímu Já (5. -7. úroveň aurického pole). Ve čtvrté úrovni se učíme znát sebe, jeden druhého a nakonec i Boha lépe tím, že ho nalezneme v sobě i ve všech ostatních. Všechny energetické korelace k našim interakcím s lidmi (jednotlivci či skupinami o jakémkoliv počtu osob), zvířaty, rostlinami, nerosty a planetou, se nalézají ve čtvrté úrovni našeho aurického pole. Je to úroveň, na které vytváříme a vyjadřujeme lásku ke všem živoucím bytostem. Čtvrtá úroveň je mostem lásky. Kdykoliv jsou dva lidé ve vzájemném vztahu, probíhá na čtvrté úrovni aurického pole spousta energetických aktivit.

Vidění prostřednictvím vyššího smyslového vnímání, otevřeného na této úrovni, vám ukáže celý svět spojitostí a souvislostí. Na čtvrté úrovni pole můžeme sledovat tři hlavní typy interakcí pole. Prvním typem je interakce prostřednictvím harmonické indukce frekvencí jednoho pole do pole další osoby. Druhým, nejlépe viditelným typem, jsou proudy barevné jakoby tekoucí energie či bioplazmy, které proudí mezi

poli. Třetím typem jsou provázky světla, prostřednictvím kterých se spojujeme s čakrami někoho jiného. Každý typ aurické interakce může být negativní nebo pozitivní. Pozitivní interakce slouží k nabíjení a vyživování našich aurických polí. Čím více jich je, tím bohatší, naplněnější a šťastnější naše životy jsou. Interakce negativní naše aurické pole poškozují a vedou k onemocnění.

## **Komunikace prostřednictvím harmonické indukce pulzací pole**

Jeden z hlavních způsobů komunikace prostřednictvím aurického pole je přes vzájemné ovlivňování rychlostí pulzace pole. Rychlost pulzace v aurickém poli jedné osoby indukuje změnu rychlosti pulzace v poli osoby jiné. Je to stejný princip jako u ladičky. Silnější aurické pole obvykle ovlivňuje ostatní. To je důvod, proč lidé překonávají velké vzdálenosti, aby mohli sedět v energetickém poli svého mistra. Guru obvykle tráví velkou část svého života meditacemi a zvyšováním frekvence, velikosti a síly svého aurického pole. Když žáci sedí v dosahu jeho pole, jejich aurické vibrace se také zrychlují. Cítí se úžasně. Takto se také spouští proces osobního růstu, protože vyšší vibrace působí na energetické pole silněji a uvolňují energetické bloky, se kterými potom mohou dál pracovat.

Harmonická indukce se jeví ve vztahu jako velmi důležitý faktor. Jestliže je vaše pole silné, máte více energie než váš partner, vaše aurické pole pulzuje rychleji. Tím bude vaše pole indukovat rychlejší pulzace i v poli vašeho partnera. Pokud je rychlost pulzací ve vašem poli nižší, ale vy jste energeticky silnější, bude vaše aurické pole partnerovy pulzace zpomalovat. Lidem vyhovuje, když se rychlost jejich pulzací udržuje v určitém rozsahu. Rychlost pulzací bývá u partnerských dvojic téměř stejná. Někdy může jeden partner vytáhnout druhého z jeho rozsahu rychlosti pulzací, aby mu je pomohl zrychlit nebo zpomalit.

Komunikace mezi lidmi tam, kde je příliš velký rozdíl v pulzačních rychlostech, je velmi obtížná. Důvěrnost vyžaduje propojení polí. Jinými slovy, schopnost pulzace ve stejném frekvenčním rozsahu, a tím i schopnost synchronizace polí tak, aby byla harmonická, je pro společenství nezbytná.

Když se lidé ve stejném frekvenčním rozsahu nenacházejí nebo nemohou svá pole synchronizovat harmonicky, vzájemná komunikace je extrémně těžká. Jeden druhému prostě nerozumí. Mají pocit, že mluví ke zdi. Nebo se jim zdá, že se jejich slova rozplývají jako oblaky. Pulzace jednoho jsou absorbovány energetickým polem druhého, aniž by došlo k nějaké změně, nebo jsou odvedeny stranou do prostoru. Je to jako u zrcadla - pulzace se jenom odrážejí bez jakéhokoliv účinku. Také mohou tomu druhému projít nad hlavou - pulzace prvního mají příliš vysokou frekvenci a druhé pole tak vysokou rychlostí není schopno pulzovat. Aby mohlo dojít k výměně informací, musí být jedno pole schopno mít účinek na druhé. Někdy je možné účelově nedovolit, aby naše pole bylo ovlivněno jiným. Může se stát zdí, oblakem nebo jenom být příliš neprostupné, abychom tak zabránili kontaktu. Všichni to občas používáme, chceme-li si udržet někoho od těla.

Když jsou dva lidé v kontaktu a jejich pole se navzájem ovlivňují, je na to překrásný pohled. Pulzace jednoho pole působí změny ve druhém a to zase potom vytváří další změny v tom prvním. Proces neustává a při pozitivní zpětné vazbě se objevují v obou

polích nové barvy a frekvence - oba prožívají mnoho radosti a potěšení. Z tohoto způsobu komunikace se obě strany mnohému naučí.

Ve vztahu, kde vibrace přicházejí do našeho pole prostřednictvím harmonické indukce, která nám nevyhovuje, se cítíme velmi nepříjemně. Jsou chvíle, kdy aurická pole dvou lidí na sebe narážejí s vysokým pisklavým zvukem, podobným, jako když se dostane mikrofon příliš blízko k řečníkovi. Interakce tohoto typu jen těžce zvládáme. Registrujeme je jako odpor, nelibost, strach nebo hnus. Toho člověka prostě nemáme rádi. Trvá to tak dlouho, až se jeden nebo druhý změní. Jakmile se tak stane, změní se i jejich aurická pole.

## **Vztahy prostřednictvím proudů bioplazmy**

Kdykoliv spolu dva lidé komunikují, pohybují se mezi nimi proudy bioplazmy. Když se mají rádi, vyměňují si vzájemně velké množství energie. Energetické vědomí v bioplazmatických proudech koresponduje s typem komunikace, která mezi jejími účastníky probíhá. Barvy a tvary proudů bioplazmy zobrazují povahu vzájemného vztahu. V pohodové, příjemné komunikaci plynou proudy hladce, mají jasné jemné barvy a při výměně energií jakoby tančí. Jakmile proud z pole první osoby dosáhne k poli druhé a dotkne se ho, naplní se pole barvami, pocity a energií. V normálních interakcích se mezi zúčastněnými vyměňuje mnoho různých proudů energetického vědomí. Můžeme tam najít všechny barvy duhy a všechny možné tvary. Obecně význam barev odpovídá tabulce 9-2, uvedené v deváté kapitole této knihy. Čím jsou čistší a jasnější, tím pozitivnější, silnější a jasnější je energetické vědomí. Je to komunikace, ve které obě strany dávají hodně tomu druhému, cítí se naplněny a jejich potřeby jsou uspokojeny.

Srdeční čakra má na čtvrté úrovni pole růžovou barvu. Je-li interakce plná lásky, proudí v měkkých vlnách velké množství sladké růžové energie. Když se dva zamilují, stane se tato čakra velmi aktivní a dává do pole více růžové energie. (Viz obrázek číslo 14-1 barevné přílohy.) Za chvíli jsou jejich aury přeplněny pohybující se růžovou energií. Zamilované dvojice mají kolem sebe krásný růžový oblak energie. Každý, kdo se dostane do jejich blízkosti, se cítí skvěle. Když stojíme vedle nich, naše srdeční čakra se začne na čtvrté úrovni víc otevírat a přitahuje více růžového světla. Naše aurické pole začne také vysílat růžové obláčky. Když je v lásce obsažena vašeň, v růžové se objeví hodně oranžové - má povzbuzující účinek. Vlny proudí rychleji a mají větší velikost.

Největší legrace je sledovat, co se děje, když se dva lidé snaží předstírat, že mezi nimi není žádný vztah. Neřívají se na sebe nebo přehlížejí přítomnost toho druhého, ale mezi nimi plují obrovské barevné proudy bioplazmy. Obě pole jiskří a září. Stává se to, když se poprvé potkají a jsou k sobě neodolatelně přitahováni. A také když se dva lidé stýkají, možná tajně a předstírají, že jeden druhého neznají. Mohou nebo nemusí přiznat svůj vztah, ale tomu, kdo je pozoruje pomocí vyššího smyslového vnímání, jejich tajemství nemůže zůstat skryté.

Když se lidé navzájem nemají rádi, obvykle si nezkoušejí energii vyměňovat. Někdy se to nedaří a dochází mezi nimi ke tření. Potom - jako když při vysokém napětí přeskočí jiskra, najednou vyletí jeden na druhého. Může to být tak silné, že to vypadá jako záblesk světla. Při nepříjemné, strohé komunikaci jsou proudy energie při

interakci ostré, naježené, mají tmavé barvy a pronikají do druhého pole jako oštěpy nebo šípy. Hněv například je špičatý, prudce pronikající, útočný a má tmavě červenou barvu. Závist je tmavá, šedozelená, mazlavá a lepkavá. Když se někdo pokouší od druhého něco skrytě získat, jsou proudy husté a slizovité, jako chapadla chobotnice. Pevně se zachytí druhého pole a sají energii jako odsávací baňka. Nebo mohou být křehké a ostré a zaháknout se do energetického pole a zoufale se tam držet. Pamatujete, všechny tyto formy mohou existovat, protože na čtvrté úrovni energetické vědomí bere na sebe formu toho, v co věří, že je.

Negativní interakce vnímáme jako oštěpy, šípy nebo dýky, které pole roztrhnou. Jsou jako slizovité chobotnice, které kradou a odvádějí energii. Nebo jako parazitující háky, které táhnou energetické pole dolů. Přesně tohle dělají, proto to tak vnímáme.

## Bioplazmické proudy v rodině a ostatních důvěrných vztazích po dobu onemocnění

Některé obvyklé interakce probíhají prostřednictvím proudů bioplazmy, i když lidé onemocní. Nemocní lidé mají dvojnásobný problém, co se týče energetických potřeb. Potřebují zvláštní energii, aby mohli bojovat s nemocí, a přitom mají těžkosti s metabolizováním dokonce i normálního množství energie, protože jejich čakry s největší pravděpodobností nefungují správně. Proto vlastně onemocněli. Jejich pole jsou slabší. Připomínám, že energie proudí z místa o vyšším napětí do místa napětí nižšího. Jestliže je jedna osoba nemocná a jiná zdravá, zdravá obvykle dodává určité množství zdravé bioplazmy té nemocné. Děje se to automaticky.

Navíc, když nemocný něco potřebuje, vysílá bioplazmické proudy úpěnlivé žádosti do energetického pole zdravé osoby. Tyto proudy sají energii, která je pro ně potřebná. Probíhá to nezávisle na tom, zda nemocný o to přímo požádá. Je to normální, přirozený a podvědomý proces. Je to součást vzájemně se podporujících rodinných vztahů. Energetická výměna uvnitř rodiny je pro nemocného velmi dobrá, protože mu dává sílu bojovat s nemocí. Všichni členové rodiny včetně dětí a domácích zvířat mu tímto způsobem energii dodávají. Je to jeden z přínosů holografického propojení, které máme mezi sebou v rodině. Lidé mají tendenci rychleji se uzdravit, pokud dostanou tuto energetickou výpomoc.

V průběhu procesu léčení potřebuje nemocný nejdříve dostávat od ostatních energii, potom se naučit stát na vlastních nohou a nakonec pomoci opět dodávat energii do rodinné struktury. Existují různé variace toho, jak to probíhá, a já uvedu dva extrémy z celého spektra.

Nemocný může sát energii dlouhá léta předtím, než se onemocnění projeví fyzicky. Po době přiměřené pro zotavení se bude potřebovat naučit, jak metabolizovat energii, kterou pro sebe potřebuje. Bude to přirozená součást jeho procesu léčení - jeho čakry budou uvedeny do správného stavu, budou správně fungovat, aby mu dodávaly všechnu životní energii, kterou potřebuje.

Obráceně může člen rodiny, který po dlouhá léta dodával ostatním hodně energie, potřebovat dostávat energii pro sebe. Ze začátku to může být pro něj i pro ostatní těžké - role se vyměnily. Nemusí být schopen energii přijímat a bude se tomu potřebovat naučit. Rodina mu v tom může pomoci tím, že se o něho bude dobře a s

láskou starat. Někdy dokonce na něho musí v tomto směru vyvinut určitý tlak. Na druhou stranu mohou ostatní členové rodiny ze zvyku zkoušet brát mu energii v čase, kdy ji sám potřebuje dostat co nejvíce. Jestliže zpozorujete něco takového ve své rodině, musíte pomoci nemocnou osobu ochránit. Odebírání energie může mít velmi negativní dopad na její zdravotní stav.

Jestliže se jedná o dlouhodobé onemocnění, začnou ostatní členové rodiny velmi pravděpodobně cítit přímo ve vlastních polích psychické vyčerpání. Musí metabolizovat energii nejenom pro sebe, ale i pro svého blízkého. Asi nebudou vědět, co se s nimi děje, ale budou se cítit unavení a mrzutí a někdy se jim nebude chtít se o nemocného starat. Pro každého rodinného příslušníka nebo partnera nemocného člověka je nezbytně nutné občas odejít jinam a „dobít akumulátor“. Jinak v nich bude narůstat zášť a pocit viny za ni vedoucí k depresi, vyčerpání a dokonce fyzickému zhroucení a nemoci.

Všichni členové rodiny potřebují najít způsob, jak nashromáždit energii pro sebe. Jde to pomocí meditace, koníčků, které je těší, sportu, tvůrčích činností, zdravých přátel a ostatních druhů zábavy. Zůstat doma celých dvacet čtyři hodin, nehnout se od nemocného je to nejhorší, co můžete pro něho i pro sebe udělat. Nakonec onemocní všichni. Zdraví lidé potřebují interakce se zdravými lidmi, aby docházelo ke kreativní výměně energií. Tvořiví lidé rádi tráví chvíle ve společenství těch, kteří mají stejné zájmy, protože společně vytvářejí a vyměňují si spoustu tvůrčí energie o vysoké frekvenci. Touto výměnou se uvolňují jejich tvůrčí síly.

## Bioplazmické proudy při veřejných vystoupeních

Výuka a umělecký výkon pomáhají posluchačům zvednout se na jinou úroveň pochopení. Mezi učitelem nebo účinkujícím a posluchači plynou při přednášce či představení obrovské proudy bioplazmy. Učitel léčení musí mít schopnost zvednout energii v učebně tak, aby kolektivní energetické vědomí mohlo být pozvednuto k prožitku vyššího porozumění.

Já například musím umět držet energii na čtvrté úrovni aurického pole, pokud vedu cvičení pro léčení na této úrovni, jinak moji studenti nebudou schopni se tomu naučit. Jestliže se pokusím učit léčení na čtvrté úrovni, a přitom držím svou energii na úrovni třetí (úroveň racionální mysli), studenti se budou chovat stejně. Budou zkoušet provádět léčení na třetí úrovni a nebudou schopni udržet úroveň čtvrtou. Starý mýtus o tom, že když někdo neumí něco dělat, může to aspoň vyučovat, není pravdivý. Když jeden člověk požaduje něco od druhého, vznikají ve všech formách vztahů stejné bioplazmické proudy. Jestliže je žádost spojena s nároky, budou proudy, které k ní patří, sát energii. Pokud to bude jenom žádost, která si nic nevynucuje, energii sát nebudou. Když jsme mluvili o škole, uvedu příklad z této oblasti. Jestliže se student rozhodne osobně mluvit s učitelem, a to i v případě, že učitel je velmi zaneprázdněn, vysílá proudy energie, aby se zachytily pole učitele. Někdy to studenti dělají ještě před vstupem do třídy. Nebo zůstanou na druhém konci třídy, vyšlou bioplazmické proudy a potom kráčí podle nich. I když je učitel hluboce zabrán do hovoru s někým jiným, bude pravděpodobně v okamžiku, kdy se student zavěsí na jeho pole, jeho záměr cítit. Každý, kdo vystupuje na veřejnosti, pocítil někdy energetické proudy fanoušků nebo někoho z publika. Mnoho lidí se současně pokouší zasáhnout svými energetickými proudy pole účinkujícího - ten je vystaven tak velkému psychickému

vyčerpání, že to jen velmi těžce zvládá. Čím více lidí takto postupuje, tím je vyčerpání horší. Protože čtvrtá úroveň pole je nezávislá na prostoru, přenášejí se tato spojení z celé země. Je to velký závazek, pokoušet se zůstat ve všech těchto spojeních, která jsou také projekcemi, nároky či žádostmi, plný lásky. Chce to praxi. Když je veřejně činný člověk unavený, je pro něj velmi těžké odpovídat pozitivním způsobem plným lásky. Je to jeden z důvodů, proč tito lidé mají extrémní potřebu soukromí. Touží pouze být sami, cítit své Já a doplnit energii.

## Bioplazmické proudy a totální vyčerpání

Všechno, co zde bylo řečeno o bioplazmických proudech a veřejných vystoupeních, platí i pro práci při poskytování různých druhů pomoci a v léčitelství. Jako profesionálové musí umět udržet aurické pole v rovnováze - zdravé a plné vitality, i když ho bioplazmické proudy nároků a žádostí, které mají nízkou frekvenci energie, neustále tahají dolů a vyčerpávají. Proto je jejich práce tak těžká. Lidé, kteří se věnují práci v těchto oblastech, o sebe musí neúnavně pečovat. Je nutné, aby si vytvořili denní rozvrh péče o sebe k revitalizaci svého energetického pole a obnově svých sil - jinak jim hrozí zhroucení. Totální vyčerpání není u těchto profesí ničím neobvyklým. Často si neuvědomují, že o sebe potřebují pečovat více, než ostatní.

## Bioplazmické proudy a předměty

Bioplazmické proudy se vyskytují také při spojení s neživými předměty. Připomínám, že každému činu, který vykonáme, předchází myšlenka a pocity objevující se v aurickém poli ještě předtím, než čin dovršíme. Jinak řečeno věci uskutečňujeme energeticky předtím, než je realizujeme fyzicky. Pokud se čin bude týkat vztahů, musí být nejdříve vyjádřen ve čtvrté úrovni prostřednictvím proudů bioplazmy. V okamžiku, kdy jsme se rozhodli někomu zavolat, vyšleme proud energetického vědomí k telefonu. Pak sáhneme po telefonu. Tento jev trvá dál, pokračuje po celý den. Pokaždé, když se tímto způsobem spojíme s předmětem, zanecháme na něm něco z našeho energetického vědomí. Čím více s předmětem pracujeme, tím více energie absorbuje, a tím více se cítíme s ním spojeni.

Typ energetického vědomí, které předmětu dáváme prostřednictvím proudů bioenergie, závisí na našem vztahu k němu. Pokud ho máme rádi, naplňujeme ho láskou. Jestliže se nám z nějakého důvodu nelíbí, předáme mu přesně tuto energii. Když zvedáme telefon a jsme ve špatné anebo naopak dobré náladě, něco z toho na něm ulpí. Jak stále pokračujeme ve vysílání energie, začíná jí předmět obsahovat stále více a nakonec ji začne vysílat na každého, kdo se s ním dostane do kontaktu.

Léčitelé využívají tento princip tím způsobem, že nějaký předmět, kus látky nebo krystal nabijí léčivou energií a pošlou klientovi, který léčivou energii do předmětu vloženou absorbuje. Ba co víc, léčitel může pokračovat v nabíjení předmětu energií i na velké vzdálenosti a léčit pacienta dál.

Amulety fungují v podstatě na stejném principu. Šamani a kouzelníci vědí, jak pomocí velmi čistých a účinných způsobů koncentrace přenést své energetické vědomí do předmětů. Předměty mohou být naplněny energetickým vědomím jakéhokoliv



typu. Toto energetické vědomí sestává z myšlenek a pocitů. Protože se nejedná pouze o čistou myšlenku, nepoužívám zavedený termín *myšlenková forma*. Nazývám ho psycho-noetickou myšlenkovou formou - psycho se vztahuje k pocitům a noetický k mysli a myšlence. Tvar každé psycho-noetické myšlenkové formy koresponduje s pocity a myšlenkami, ze kterých je složena.

Velmi užitečné byly a stále jsou rituály. Rituály stanovují formu, obřad či postup, které se opakují v pravidelných intervalech. Jedná se nejen o komplex akcí, ale i mluvených slov a určitých pojmů, na které koncentrujeme svou mysl, když akce nebo slova opakujeme. V rituálu je důležité vytváření určitých pocitů vlastní vůlí, aby se myšlenková forma naplnila jejich silou. Jinými slovy, rituál je způsob znovuvytvoření určitého typu bioplazmického proudu energetického vědomí, neboli psycho-noetické myšlenkové formy vlastní vůlí za specifickým účelem. Rituál je vědomý akt tvoření. Pokaždé, když jednotlivec opakuje rituál, přidává více energetického vědomí do původní psycho-noetické myšlenkové formy, která vznikla při jeho prvním předvedení. Protože se rituály opakují již po mnoho generací, představují způsob spojení s velmi účinnou myšlenkovou formou, která byla budována po velmi dlouhé období. Kdykoliv lidé rituál opakují, holograficky se napojí na sílu psycho-noetické myšlenkové formy. Na oplátku ji posílí tím, že k ní přidají myšlenkovou formu, kterou při rituálu sami vytvoří.

Tvůrčí vizualizace pracuje na stejném principu. Tím, že se koncentrujeme na něco, co chceme vytvořit, vytvoříme to nejdříve v psycho-noetickém světě. Následně dojde k sestoupení dolů a manifestaci ve světě fyzickém. Děláme to stále, každou minutu svého života. Jenom si toho obvykle nejsme vědomi. Čím více se jedná o vědomý proces, tím více vědomě volíme, co chceme vytvořit.

## **Provázky, které nás spojují**

Dalším typem aurických interakcí ve vztazích jsou provázky aurického světla, které nás s někým spojují prostřednictvím čaker. Ke spojení může docházet přes kteroukoliv čakru. Lidé jsou spolu svázáni provázky, které spojují první čakru jednoho s první čakrou druhého, druhou čakru s druhou čakrou, třetí čakru s třetí a tak dál.

Když jsem pracovala jako léčitelka, první provázky, kterých jsem si všimla, byly mezi třetími čakrami. Zdá se, že v naší kultuře bývají v průběhu života nejvíce poškozeny právě ony. Téměř všichni lidé, které jsem léčila, je neměli v pořádku. Proto jsem je zaregistrovala nejdříve. Nejdříve jsem nevěděla, co znamenají, protože jsem o tom nikdy předtím neslyšela. Věděla jsem pouze, že se vyskytovaly u většiny pacientů a že provázky byly buď pevně zapuštěné do třetí čakry (snažila jsem se je uvolnit), nebo volně vlály do prostoru. Postupně jsem přišla na to, že tyto provázky spojují mé klienty s lidmi, ke kterým měli vztah.

Prostřednictvím svého duchovního vedení mi bylo doporučeno, abych provázky rozpletla nebo opravila, a v mnoha případech to vztah mezi dvěma lidmi posílilo. Byla jsem také vedena k tomu, abych některé z těchto provázek vedla dolů přes čakru do hlubších dimenzí a zasadila je do jádra Bytí. Heyoan mi řekl:

\*\*\*

**Zasazením provázků, týkajících se otázky „kdo vlastně tento člověk ve vesmíru je“ (což je psychologickou funkcí třetí čakry), hluboko do jádra jejich bytosti, kde zakoření, se uvolní jejich nezdravá závislost.**

\*\*\*

Během času mi klienti začali sdělovat, jak nesmírný účinek měla korekce provázků na jejich vztahy. Nejenom že se v tomto vztahu změnil klient, ale také jeho partner. Začala jsem si uvědomovat, jak mocně dokážou provázky změnit vztahy lidí a jejich životy a jak je účinné pracovat prostřednictvím aurického pole přímo na nich. Později jsem začala vidět provázky mezi všemi čakrami a pracovat s nimi.

Provázký, nacházející se na čtvrté úrovni pole a na úrovních vyšších, které existují před trojdimenzionálním fyzickým prostorem a nad ním musí vlastně vznikat předtím, než začíná náš život ve fyzické dimenzi. Nepřestávají existovat ani po smrti těch, které spojují. Provázký spojují i zesnulé, kteří opustili svá fyzická těla a pohybují se v astrálním nebo spirituálním světě. Jakmile se jednou vytvoří, nepřestanou už nikdy existovat. Nikdy nezmizí. Jsou nad fyzickým světem. Když dojde k fyzické smrti, aurické pole čtvrté a vyšších úrovní se tak *moc* nemění. Jenom už nejsou ve spojení s fyzickým tělem. Tedy skutečnost, že provázky vztahů zůstávají i po fyzické smrti, není až tak překvapivá. Heyoan říká, že existuje pět hlavních typů provázků:

\*\*\*

- **provázky, které si vyvíjející se duše nese ze svého původního spojení s Bohem a monádou ze spirituálního světa;**
- **provázky z prožitků minulých životů na zemi nebo někde jinde;**
- **genetické provázky, které nás spojují s našimi rodiči;**
- **provázky vztahové, které rostou prostřednictvím vztahů s rodiči;**
- **provázky vztahové, které rostou prostřednictvím vztahů k ostatním lidským bytostem.**

\*\*\*

Provázký duše nás vždy spojují s Bohem a domovem. Přes ně jsme spojeni s naším andělem strážným a osobním spirituálním průvodcem.

Provázký spojení s minulými životy nám pomáhají připomenout si vztahy, které jsme měli s lidmi před tímto životem. Často se stává, že když někoho vidíme poprvé, máme pocit, že ho už známe. Cítíme se s ním spojeni těžko popsatelem způsobem, ale je to reálný pocit. Zjistíme, že toužíme po stejných věcech. Po čase začneme spolupracovat na naplnění těchto tužeb. Může se vynořit jenom kousek možných společných prožitků z minulých životů nebo se dostane na povrch celý příběh.

Při práci s fenoménem minulých životů je zapotřebí určité opatrnosti. Vzpomínky na minulé životy mohou být velmi klamavé. Jakmile zjistíte, že používáte minulý život jako omluvu pro své negativní chování, dejte si pozor. Pravděpodobně to bude špatná stopa. Když obviňujete někoho za své negativní pocity, které k němu chováte; nebo

když se v souvislosti s někým vidíte v lepší pozici v minulosti, než jste teď (když jste například předtím byli šéfem někoho a teď jste jeho podřízeným, nebo jste byli učitelem někoho a teď jste jeho žákem), nebo když si dáváte z tohoto titulu povolení k nějakému protispolečenskému chování, jakým je například mimomanželský sex, vykládáte si spojení z minulých životů mylně, zneužíváte ho a zhoršujete si karmu. Obvykle to bývá tak, že problémy, které máte teď, ať se týkají jakékoli oblasti, jste měli i předtím. Ale už nejsou tak zlé, protože jste v dalších životech aspoň něco pochopili.

Provázky spojení s minulými životy se nemusí vztahovat pouze k naší planetě. V minulosti jsme se mohli inkarnovat nejenom jako lidské bytosti, můžeme mít životní zkušenosti z jiných forem a jiných míst vesmíru. Někteří z nás začínají teď, když jsme připustili, aby tato možnost vstoupila do našeho vědomí, toto spojení cítit. Mnozí se dívají vzhůru ke hvězdám a znovu nacházejí svůj domov.

## Genetické provázky

Genetické provázky, kterými jsou hluboce spojeny srdeční čakry příští matky a příštího dítěte, se objevují ještě před početím. Viděla jsem pole dítěte, které mělo být počato, vznášet se u své budoucí matky. Snaha o spojení prvního provázku vychází od osoby, která se inkarnuje. Jestliže se matka těhotenství obává, nemusí dovolit, aby se místo, které se nachází hluboko v srdeční čakře, otevřelo tak, aby došlo ke spojení s příštím dítětem. Dokud to nepřipustí, nedojde k otěhotnění. Může to být i příčina neplodnosti u žen. Zena, která se potýká s tímto problémem, se může modlit a meditovat, aby dokázala svému strachu čelit. Strach bude narůstat, takže ho musí zvládnout, a tím se otevře hluboké místo v jejím srdci. Otevření srdeční čakry bude aktivovat brzlík. Potom za předpokladu, že ostatní endokrinní žlázy, zvláště vaječníky a hypofýza, jsou v rovnováze, je připravena k početí.

Hlubším pozorováním jsem zjistila, že existují také provázky spojující matčinu srdeční čakru s vajíčkem a otcovu se spermií. Když dojde ke spojení spermie s vajíčkem, provázky zůstanou navázané mezi každým z rodičů a dítětem, které ze spojení vzejde. Takto jsou spojení prostřednictvím dítěte i rodiče.

Když je dokončeno vstupní spojení provázku přes matčinu srdeční čakru, může se navázat i přes všechny ostatní. Se svými rodiči jsme tedy spojeni prostřednictvím všech čaker a oni jsou zase spojeni se všemi svými dětmi. Takto jsme spojeni i se svými sourozenci. Spojení pokračuje přes prarodiče, tety, strýce, bratrance a sestřenice a dál přes celé pokrevní příbuzenstvo, přes velkolepý genetický strom života až do pradávných časů. Vytváří obrovskou síť světelných provázků spojujících všechny lidské životy až k prvním lidským bytostem, které kdy na zemi byly. Grandiózní síť života existuje mimo trojrozměrný prostor a je na něm nezávislá. Tímto způsobem jsme úzce spojeni s každým, kdo kdy na zemi žil. Jestliže je evoluční teorie správná, lze říci, že jsme spojeni se všemi životními formami, které se zde vyvinuly. Naše genetické dědictví na aurické úrovni neseme prostřednictvím těchto provázků vytvořených před naším zrozením.

Všimla jsem si také, že vrozené vady a vrozené dispozice k různým onemocněním a nákazám mají souvislost s problémy spojení genetických provázků. Například

problém s genetickým provázkem na čtvrté úrovni může přinést to, že dítě nemá přepážku mezi srdečními komorami.

## Vztahové provázky

Provázky vztahů mezi rodiči a dětmi vznikají mezi všemi čakrami. Spojení zůstává nezávisle na tom, zda děti vychovávají jeho pokrevní rodiče. V případě adopce vyrůstají mezi dítětem a jeho novými rodiči provázky nové. Genetické provázky a první vztahové provázky, které se vyvíjejí v děloze, při porodu a krátce po něm přetrvávají také. Biologičtí rodiče přes ně ovlivňují své dítě v průběhu jeho dalšího vývoje.

Vztahové provázky reprezentují různé aspekty vztahu v závislosti na psychologických funkcích čaker:

- Provázky z první čakry, které také vrůstají hluboko do země, se týkají vůle žít ve fyzickém těle ve vztahu k zemi a ve vztahu k jiné osobě.
- Provázky z druhé čakry představují potěšení z plodnosti života projevující se prostřednictvím smyslů a sexuálním vztahem.
- Provázky ze třetí čakry vyjadřují správnost a přiměřenost péče o sebe a o ostatní.
- Provázky ze čtvrté čakry vyjadřují lásku a mystérium rovnováhy mezi milováním a vůlí.
- Provázky z páté čakry se týkají pevné důvěry v Boží vůli ve vztahu. Představují také dávání a přijímání prostřednictvím zvuků, slov, hudby a symbolů při upřímné komunikaci.
- Provázky ze šesté čakry symbolizují extázi vnímání vyšších konceptů při výměně a souhře myšlenek zároveň s prožíváním bezpodmínečné lásky k tomu, s kým komunikujeme. Je v tom radost z toho, že ten, koho milujeme, je překrásnou bytostí plnou lásky a světla. Tyto provázky představují schopnost spirituální lásky, jakou měli například Ježíš Kristus a Buddha.
- Provázky ze sedmé čakry, které jsou také spojeny s vyššími sférami, se týkají síly setrvávat v Božské mysli ve vztahu k Bohu, univerzu a jiné lidské bytosti. Představují schopnost porozumět dokonalému vzorci/modelu vztahu a také schopnost ve vztahu integrovat fyzický a spirituální svět.

Stav provázeků znázorňuje podstatu vztahu, který máme s každým rodičem. Když dítě prochází při svém vývoji jeho jednotlivými stadii a postupně dozrává, děje se to samé i s provázkami. S každým novým poznatkem o vztahu se provázky stávají silnějšími a odolnějšími. Provázky vyjadřují povahu vztahů, které dítě vytváří, a ukazují, jak pevný a zdravý ten který vztah je. Modely vztahů, které dítě rozvíjí v dětství, potom v průběhu života opakuje. Rozhodují o tom, jak dobré vztahy bude schopen s ostatními vytvářet. Dítě používá původní model vztahu s matkou pro vytvoření vztahu se všemi ostatními ženami a původní model vztahu s otcem pro vytvoření vztahu se všemi muži. Je to jeden z důvodů, proč máme sklon opakovat typ vztahu, který jsme měli s rodiči, v našich partnerských vztazích.

U provázků v levé části kterékoliv čakry se vždy jedná o spojení se ženou. Na straně pravé o spojení s mužem. Takže na základě toho, na které straně čakry jsou provázky v nepořádku, může léčitel okamžitě vidět - nezávisle na tom, zda se jedná o záležitost související s klientovou rolí rodiče, dítěte nebo partnera - zda problém pochází z jeho vztahu k matce nebo otci a byl později opakován ve vztahu k osobě stejného pohlaví.

Každý náš nový vztah přináší nové provázky, které se mění a rostou spolu s ním. Provázky mohou vznikat pouze se souhlasem obou osob. Vzájemně propletená nezdravá závislost či zdravá nezávislost - to je vždy ujednání mezi oběma partnery. Čím je vztah plnější a silnější, tím pevnější a tlustší jsou i provázky. Čím více je v něm interakcí, tím více provázků se vytváří. Čím více vztahů vytváříme, tím více je i provázků.

Jak už bylo zmíněno, stav provázků odpovídá povaze našich vztahů. Některé z nich jsou zdravé, jiné ne. Ve zdravých, nezávislých vztazích jsou provázky silné, jasné, pulzující a pružné. Slouží k udržování důvěrnosti, důvěry a porozumění a ponechávají velký prostor pro svobodu a flexibilitu.

V nezdravých, závislých vztazích, jsou provázky tmavé, nezdravé, nehybné, těžké, hlenovité nebo neohebné, matné a křehké. Slouží k udržování vztahu v závislosti a nepružnosti a potlačování individuality. Čím více jsme s partnerem svázáni těmito nezdravými provázkami, tím pravděpodobněji bude mezi námi docházet k navyklým interakcím bez spontaneity.

Provázky, které nás spojují, používáme v nezdravých vztazích nesprávně, nebo je i zneužíváme. Jestliže slouží ke zpomalování rozvoje vztahu, ve kterém chceme zabránit změnám, a naše interakce jsou pomalé, těžkopádné a nudné, provázky ztěžknou, jsou tlustší, hutnější a nevýrazné. Vztah se pravděpodobně dostane do slepé uličky - propadneme zášti a hněvu. Jestliže se jedna osoba snaží skrytě dostat něco od druhé - třeba chce, aby se o ni ten druhý staral -, ale nepřizná to, pak vyše dlouhý, lepkavý proud energie podobající se chapadlu chobotnice, kterým zasáhne třetí čakru partnera, aby mu sála energii. Tyto provázky se mohou také přilepit nebo zaháknout na druhého se záměrem ho řídit a kontrolovat. Budou-li matné, křehké a poddajné, bude takový i vztah. Provázky mohou být také vyčerpané, slabé a chatrné - opět budou korespondovat se stavem vztahu. Jakmile se vztah začne uzdravovat, provázky se stanou jasnějšími, nabitými energií, pružnějšími a odolnějšími. Ve zdravých vztazích mají krásnou barvu.

Jak jsme již uvedli, provázky z určité čakry vyjadřují určitý aspekt vztahu. Pokaždé, když získáme s někým v tomto aspektu novou životní zkušenost, vyrostou další provázky. Jestliže jsme s někým v interakci ve všech aspektech, které reprezentují všechny čakry, budou provázky spojovat všech sedm čaker. V důvěrných dlouhotrvajících vztazích vytvoříme mnoho provázků, které nás spojují ve všech čakrách. Takto vybudujeme velmi hluboké vztahy a zůstáváme s těmito partnery psychicky spojeni bez ohledu na to, jak jsou od nás vzdáleni a jak dlouho se s nimi nevidíme. Matky například vědí, jak se jejich dětem daří, ať jsou kdekoli a ať se s nimi naposledy setkaly před jakkoliv dlouhým časem.

## Životní trauma a vztahové provázky

Jednou z nejbolestnějších životních zkušeností je ztráta někoho milovaného, ať se jedná o opuštění, rozvod nebo smrt. Provázky zůstanou po takovém prožitku zle poškozené. Viděla jsem jako následek traumatu roztržené všechny čakry na přední části těla s provázky vlajícími do prostoru. Člověk má pocit, že je rozerván na kusy nebo že mu schází ta lepší půlka. Mnoho lidí je z toho dezorientováno a nevědí, co dělat.

Když se jedná o těžký rozvod, partner, který chce odejít, se obvykle pokouší vytrhnout co nejvíc vzájemně spojujících provázků a zanechává toho druhého ve strašném zmatku. V jeho i ve svém poli vytvoří úplnou spoušť a mnoho bolesti. Když se tak stane, každý z nich trpí a cítí se odpojen od mnoha aspektů svého života, které se týkaly i partnera. Poškozené provázky nerepresentují jenom vztah, ale i všechny činnosti, které partneri spolu dělali. Mnozí z těch, kteří se od partnera takto násilím odloučili, mají tendenci rychle navázat nový vztah, aby si vyléčili bolest, způsobenou krutými činy bývalého partnera. Naneštěstí mají sklon znovu vytvářet stejný typ negativních vztahů s podobnými partnery, jaké měli předtím, protože vztahové provázky nevléčili. Když se při násilném odloučení poškodí velké množství vztahových provázků, trvá bývalým partnerům, kteří spolu dlouho žili v manželství a potom se rozvedli, nejméně pět, někdy až sedm let, než se přeorientují na jiný život. Záleží to na rozsahu poškození a také na tom, jak je člověk schopen jej léčit. Když pomáhá léčitel, jde to přirozeně mnohem rychleji.

U tohoto jevu lidé často nerozumí tomu, že při rozchodu se určité provázky musí rozpadnout, zatímco jiné zůstávají. Co se stane s partnerem, kterému ten druhý odejde, záleží na tom, jak je na separaci a uvolnění závislosti u starého vztahu připraven. Nezdravé provázky odolávají změně a pokoušejí se udržet status quo, zatímco provázky zdravé prostě umožní přesunutí. Zdravé provázky zůstávají spojené, ať se děje, co se děje. Když se dva lidé milovali, láska zůstává a zůstávají také provázky, které k ní patřily.

## Problémy se vztahovými provázkami

### Problémy s provázkami první čakry

Provázky z první čakry (které rostou také hluboko do země) vyjadřují, jak pevná je naše vůle žít ve fyzickém těle ve vztahu k zemi a ve vztahu s někým jiným.

Hlavní příčiny poškozených nebo špatně vyvinutých provázků jsou podle mě následující:

- odpor dítěte k tomu, aby se inkarnovalo;
- trauma z porodu, které narušilo schopnost novorozence spojit se se zemí při narození;

- fyzické strádání ve velmi raném věku, které brání narůstání jeho vztahu k zemi a růstu provázků směrem do ní;
- fyzické zneužití ve velmi raném věku, které dítě pociťovalo jako život ohrožující a které způsobilo, že se připravovalo ho opustit tím, že zpřetrhalo provázky se zemí;
- napodobování rodičů, kteří nebyli se zemí spojeni;
- nehoda, při které došlo ke zranění kostrče, což následně poškodilo vnitřek čakry a provázky.

Poškození provázků první čakry ovlivňuje vůli klienta žít a fungovat ve fyzickém světě. Způsobuje problémy s jeho zakotvením do země a spojením se s ostatními ve fyzicky zaměřeném životě - při sportech, cvičeních a celkově při užívání si radosti z přirozeného života na zemi. Hlavním důsledkem je nezakotvenost a neschopnost absorbovat hutné zemské energie. To následně způsobuje, že pole je celkově slabé a neschopné vyživit robustní fyzické tělo. Důsledkem je tělo slabé.

Nedostatek spojení se zemí vyvolává samo o sobě velký strach ze života ve fyzickém světě. Projevuje se jako strach z existence ve fyzickém těle, zdánlivě odděleném od zřejmě nepřátelského fyzického světa, který ho obklopuje. Člověk se cítí jako zajatec uvězněný a bolestivě mučený v hrozné kleci - svém fyzickém těle. Svůj stav vnímá jako trest za něco, co udělal. Neustále se pokouší zjistit, co to bylo. Doufá, že kdyby se mu podařilo na to přijít, jeho strádání by skonalo. Nikdy se necítí v bezpečí.

Může se stát, že se tito lidé při meditaci, pokud se jejich energetické vědomí dostane nad jejich hlavu, začnou cítit v bezpečí. „Ach, kdyby to jenom mohlo tak být pořád“, přejí si. Bohužel je to ta nejhorší věc, kterou pro sebe mohli udělat, protože to dál oslabuje provázky, které je spojují se zemí. Dlouhodobě je meditace činí ještě méně schopnými zvládnout fyzický svět.

### *Obvyklá onemocnění, která jsou důsledkem poškozených provázků první čakry:*

Slabé provázky první čakry oslabují energetické pole a fyzické tělo tou měrou, že nakonec všechna onemocnění s tím buď přímo, nebo nepřímo souvisejí. Nejdříve se slabost může projevit jako nedostatek fyzické energie. Potom se mohou objevit i těžkosti u žláz s vnitřní sekrecí. Postupně se může vyvinout AIDS, rakovina nebo autoimunitní onemocnění jako například revmatická artritida. Jak se onemocnění projeví, záleží také na stavu provázků z ostatních čaker.

### *Příklady léčení a jeho účinky:*

Pravděpodobně nejvíc léčebných zákroků, které jsem dělala u provázků první čakry, bylo u klientů s poraněnou kostrčí nebo traumatem raného věku, ve kterém se odpojili od země. V průběhu mé léčitelské praxe jsem pravidelně pracovala na první čakře a potom spouštěla nové provázky do země. Výsledkem byla revitalizace imunitního systému, posílení fyzického těla a zdvojnásobení fyzické energie klienta. Vzpomněla jsem si na jeden případ, kdy u pacientky našli Epstein-Barrův virus, a nebyla v dobrém stavu. Její první, druhá a třetí čakra nefungovaly správně. Její léčitel pracoval na její třetí čakře. V určitém rozsahu to pomohlo, ale pravidelně se dostavovaly recidivy. Přestaly teprve potom, když jsem napravila druhou, ale hlavně první čakru a spojila provázky se zemí. Potom už se cítila dobře.

## Problémy s provázky druhé čakry

Provázky z druhé čakry představují potěšení z plodnosti života projevující se prostřednictvím smyslů a sexuálním vztahem. Čím jasnější vztah k radostem prociťovaným prostřednictvím smyslů a sexu máme, tím zdravější provázky budeme vytvářet. Čím lépe se pár sexuálně shodne, tím lepší je jejich sexuální vztah a tím zdravější, silnější a krásnější provázky vytvoří. Jakékoliv poškození provázek se projeví poruchami v těchto oblastech života. Pokud naopak máme těžkosti se smyslností a sexem, budou vidět i na provázcích, které vyrostou mezi námi a naším partnerem.

Při každém sexuálním styku s někým vznikají další provázky, s partnerem zůstáváme spojeni po celý zbytek našich životů. Občas toto sdělení vyvolává zmatek v těch, kteří měli hodně sexuálních partnerů, obzvláště když se nejednalo o zdravé vztahy. Provázky je třeba vyčistit, aby pozitivní aspekty vztahu zůstaly a negativní se vyléčily. Nikdy se nemohou úplně ztratit. Hlavní příčiny slabě rozvinutých nebo poškozených provázek druhé čakry jsou následující:

- těžkosti se senzualitou a sexualitou pocházející z minulých životů, se kterými se dítě narodí;
- celková nevšímavost, neúcta a snižování smyslnosti a sexuality v prostředí, ve kterém dítě vyrůstá;
- přímé odmítnutí projevů senzuality a sexuality dítěte rodiči nebo blízkými dospělými;
- sexuální zneužívání dítěte;
- znásilnění osobou stejného nebo opačného pohlaví;
- invazivní medicínské postupy použité při onemocnění malého dítěte;
- špatné zacházení sexuálního partnera.

*Obvyklá onemocnění, která jsou důsledkem poškozených provázek druhé čakry:*

Problémy, které jsem viděla jako důsledek poškozených provázek druhé čakry:

- potlačená sexualita jako následek sexuálního zneužívání;
- sexuální perverze (ze všech typů sexuálního zneužívání);
- neschopnost dosáhnout orgazmu;
- neschopnost počít;
- impotence při styku s určitou osobou;
- rakovina prostaty; • vaginální infekce;
- rakovina vaginy;
- infekční onemocnění vaječnicků;



- zánětlivé onemocnění pánve;
- homosexualita jako následek opakovaného znásilňování osobou stejného pohlaví.

Tím nechci říci, že homosexualita je nemoc. Heyoan říká:

\*\*\*

**Člověk se inkarnuje, aby naplnil svůj životní úkol, a k tomu mu slouží i všechny jeho fyzické parametry včetně těla. Mnoho jedinců se může rozhodnout pro ženské nebo mužské tělo bez tradiční sexuální orientace na opačné pohlaví prostě proto, že to není typ životní zkušenosti, kterou potřebuje v tomto životě získat. Ve spirituálním životě neexistují odsudky, týkající se toho, jak se kdo rozhodne vyjádřit svou sexualitu. Jedná se více o to, aby byla vyjádřena pravdivě s láskou, odvahou a moudrostí.**

**Rozeznáváme dva typy homosexuality: Jeden jako důsledek svobodné volby při vytváření poměrů pro životní zkušenost a druhý, který pochází z traumatu jako následku karmy z činů v minulosti. (Dovolte mi připomenout, že karma není trest, je to spíše odraz účinku činů v minulosti. Všechny naše činy vytvářejí následky, které se nakonec vrací zpátky k nám. Někdy se tak stane až za mnoho životů.) Určitým způsobem jsou oba typy homosexuality stejné - vytvářejí podmínky pro naplnění životního úkolu. Ve druhém případě trauma potřebuje léčení, ale to nutně nemusí vést k heterosexuality. Cílem je spíše celistvost jedince.**

\*\*\*

Musím zdůraznit, že poškozené provázky nejsou hlavní příčinou zmíněných problémů v aurickém poli. Příklady, které jsem při své práci viděla, a týkaly se lidí, jejichž problémy byly způsobeny hlavně poškozenými provázkami, jsem uvedla jenom pro ilustraci.

### *Příklady léčení a jeho účinky:*

V několika případech jsem pracovala na znovuuvedení do rovnováhy kanálů energie souvisejících s endokrinním systémem, abych pomohla ženám, které chtěly otěhotnět. Nemocné nebo zastrčené provázky z minulých vztahů někdy zabraňují tomu, aby se v současném sexuálním vztahu zformovalo spojení zdravými provázkami. V těchto případech musím dát do pořádku nejdříve staré provázky, předtím než se ty nové, správně zformované mohou připojit. Když se tak stane, může dojít k otěhotnění. Když obě poloviny páru spolupracovaly, dosáhla jsem často úspěchu.

Pokud ovšem se mnou nespolečně pracovali oba partneři a léčení bylo nutné provést u obou, spojování provázek se nedařilo. Přišla za mnou jedna žena, která nebyla schopna otěhotnět. Část jejího energetického pole související s rovnováhou endokrinního systému byla zdeformovaná a roztržená. Navštívila mne třikrát, vše se podařilo urovnat. Byla připravená.

Na konci posledního sezení si pro ni přišel manžel. Pobyl v místnosti, kde léčím, několik minut a já jsem viděla, že provázky mezi jejich druhými čakrami nebyly dobře spojené. Začala jsem je spojovat, ale jak jsem na tom pracovala, viděla jsem, že v jeho poli je potřeba mnohem hlubší práce, zvláště v oblasti genitálií. Hluboko uvnitř první a druhé čakry byla nějaká porucha. Viděla jsem, že jeho spermie jsou velmi

slabé a neschopné oplodnit vajíčko. Manžel se bohužel k mé práci stavěl skepticky, ba trochu nepřátelsky. Jelikož o léčení nestál, nedalo se nic dělat. Později jsem se dověděla, že absolvoval testy, při kterých byl u něj zjištěn jenom velmi nízký počet slabých spermií.

Od přítelkyně jsem slyšela, že zkoušeli umělé oplodnění, ale bohužel, vzhledem k manželovým aurickým a fyzickým nesnázím se to nepodařilo. Byla jsem z toho smutná. Možná jsem neměla mlčet. Možná jsem mohla překlenout ten skepticizmus. Ale chtěla jsem respektovat jeho názor a volbu.

## Problémy s provázky třetí čakry

Provázky ze třetí čakry vyjadřují správnost a přiměřenost péče o sebe a o ostatní v určitém vztahu. Péčí o dítě je míněno, že se staráme o jeho každodenní potřeby - udržujeme ho v čistotě, oblékáme, krmíme, čteme mu před spaním pohádky a ukládáme ho do postýlky. Mnoho rodičů miluje hluboce své dítě, ale neumí o něj takto pečovat. Nebo naopak jsou rodiče, kteří o své dítě umí dobře pečovat, ale s láskou je to slabší. Trauma ve vztahu může provázky velmi poškodit. Obvykle se jedná o trauma následkem nedostatku kontaktu a péče, nebo o těžkosti s rodiči, kteří dítě příliš ovládají a potlačují. Dětskou reakcí na traumata je snaha zpřetrhat provázky mezi svou třetí čakrou a třetí čakrou rodiče, který je svým chováním způsobuje. Pokud se jedná o trauma z nedostatečného nasycení, konce roztržených provázků se obvykle vznášejí v prostoru kolem dítěte. Vypadá to, jako kdyby se dítě pokoušelo najít někoho jiného, ke komu by se mohlo připojit. Když trauma pochází z přílišného ovládnutí dítěte, zůstávají provázky vtlačeny do jeho třetí čakry. Domnívám se, že se dítě tímto způsobem chrání, aby se ho někdo další nepokoušel znovu ovládnout. Ke stejným traumatům bude s největší pravděpodobností u dítěte docházet i později v ostatních vztazích jeho dalšího života.

Po čase se tyto provázky zamotají, vtlačí do třetí čakry a způsobí, že čakra nebude dobře fungovat. Dlouhodobě vypadá proces následovně:

1. Aby rodiče mohli dítě nadměrně ovládat, vyrostou z jejich třetí čakry provázky s tímto účelem a spojí se s ním.
2. Potom se dítě pokouší vymanit a roztrhne provázky.
3. Zůstane zavřené do sebe a zamotané provázky se vtlačí do jeho třetí čakry.
4. Následkem toho se dítě nedokáže s ostatními správně spojit, protože provázky jsou příliš nemocné.

Lidé, kteří tímto procesem prošli, procházejí životem bez spojení s rodičem nebo rodiči a mají problémy ve spojení se s ostatními lidmi. Nikdy nemají pocit, že jim jejich rodiče rozumějí a že je uznávají takové, jací jsou. Budou vše rodičům zazlívat a nedokážou přijmout, že i jejich rodiče jsou lidské bytosti, které jdou životem.

Léčení metodou vkládání rukou umožní provázky vytáhnout, rozplést a vyčistit tak, aby se mohly zdravým způsobem k někomu připojit. Pro léčitele s praxí to není těžké. Provázky zůstanou zdravé, pokud je klient připraven zdravý vztah uzavřít. Negativní vztah ale povede k jejich opětovnému poškození. Je však méně pravděpodobné, že

k tomu dojde, protože zdravé provázky umožní zkušenost se zdravým vztahem - něco, co možná tito lidé předtím v tomto životě nepoznali.

### *Obvyklá onemocnění, která jsou důsledkem poškozených provázků třetí čakry:*

Nejčastěji se jedná o onemocnění orgánů, které se v oblasti třetí čakry nacházejí. Roztržené nebo dovnitř vrostlé provázky na levé straně třetí čakry patří vztahu k matce a vyúsťují do problémů jako např. hypoglykemie (snížení množství cukru v krvi), cukrovka, rakovina slinivky břišní, poruchy trávení a vředy.

Roztržené nebo dovnitř vrostlé provázky na straně pravé pocházejí z problémů ve vztahu k otci a jejich důsledkem jsou pomalu pracující nebo nedostatečně fungující játra, infekce jater nebo rakovina jater.

### *Příklady léčení a jeho účinky:*

Při demonstraci na kurzu léčení jsem pracovala s Carey. Carey, štíhlá, dlouhá, hezká mladá žena pocházela z bostonské oblasti. Ve třídě byla velmi tichá, tak jsem se rozhodla s ní pracovat, abych jí pomohla více se projevovat. Viděla jsem, že provázky na levé straně byly hluboko vtlačené do třetí čakry. Jeden konec měly provázky spojený se špičkou čakry a druhý, který bývá normálně spojen s matkou, byl do čakry vtlačen. Začala jsem s těmito provázkami pracovat. Když jsem vzala chomáč zamotaných provázků z její třetí čakry, začala Carey zhluboka dýchat a protahovat se - tak reagovala na nový prostor ve svém těle. Příště jsem provázky čistila. Když to bylo hotové, vrátila jsem některé z provázků, které představovaly její závislost, 'hluboko do její třetí čakry a vedla je dál dolů přes harickou úroveň až do hvězdy středu - jinými slovy zakořenila jsem je do jádra jejího Bytí. Tyto provázky, které se týkaly její péče o sebe a o ostatní, budou teď růst z tohoto místa.

Příště jsem znovu spojila zbytek provázků s třetí čakrou její matky. Fyzicky nebyla při tomto léčení přítomná, takže jsem použila stejný způsob jako při léčení na dlouhé vzdálenosti. To jí umožnilo mít úplně jiný pocit ze spojení s matkou.

Zpětný účinek byl ohromující. Je to ve všech podobných případech, které jsem léčila, víceméně stejné. Vztahy se velmi radikálně změní. Lidé obvykle opouštějí léčení s přesvědčením, že konečně budou schopni jednat s rodiči jinak. Bývají velmi překvapeni zjištěním, že nejen oni jsou jiní, ale i jejich rodiče. Nejenže se změnil vztah Carey k matce, ale i matčin vztah k ní. Když se příště setkala se svou matkou, matka ji přivítala a akceptovala ji způsobem, po kterém Carey vždy toužila. Po létech, kdy cítila odcizení, cítila, že ji matka konečně přijala takovou, jaká je, ne jakou chtěla, aby byla. Od té doby se jejich vztah rozvíjí a roste.

Chaos ve vztahu je někdy způsoben zdeformovanými spojeními provázků. Co považuje klient za příčinu svých problémů, bývá častokrát v úplném protikladu s tím, co ukazuje aura. Klient si může celý život myslet, že problém byl na straně matky, zatímco se týkal otce. Mnoho žen se domnívá, že má problémy s muži. Zdá se jim, že nemohou dostat to, co ze vztahu s nimi potřebují. Když se ale podívám na jejich aurické pole, zamuchlané, roztržené provázky ze třetí čakry mají na levé straně, což indikuje problémy pocházející z jejich vztahu s matkou.

Například moje pacientka Joyce se už od velmi raného věku naučila, že to, co potřebuje od své matky, nedostane. To je z dětského pohledu nesmírně bolestná a hrozivá zkušenost. Matka je ta, která život dává a udržuje. Dítěti se tento prožitek

musel jevit jako život ohrožující. Joyce roztrhla provázky třetí čakry, které ji s matkou spojovaly. Přenesla potřebu mateřského pečování na otce. Z aurického pohledu to znamenalo, že všechny její potřeby přes provázky jejich třetí čakry byly přeneseny na něj. Joyce se dostalo nasycení od otce. Tatínek dělal všechno, co mohl, ale přece jenom nemohl být maminkou.

Později v životě znovu vytvářela stejný vztah. Joyce, teď už dospělá žena, se pokoušela od mužů dostat mateřskou péči. To nemohlo fungovat. Došla k závěru, že v jejím vztahu k mužům je něco v nepořádku, což byla přirozeně pravda, a tak na tom při sezeních pracovala. Velmi logicky si vybrala jako terapeuta muže - jen on jí mohl pomoci pracovat na jejím vztahu k mužům tak, aby se naučila, jak v nich naplňovat své potřeby. V tomto stadiu neměla mnoho těžkostí se ženami, jelikož od nich nic neočekávala. Když něco potřebovala, nikdy nechodila za nimi, dokonce ani když se jednalo o léčení nebo terapii.

Pokud by to takto pokračovalo, stav Joyce by se nikdy doopravdy nezlepšil, ani kdyby to tak z vnějšího pohledu vypadalo. Zůstávala stále v pozici přesunu ve vztahu - byla hodná holčička a stávala se dokonce ještě lepší. Naplněna posvátnou úctou ke svému terapeutovi ho štědře odměňovala a byla by pro něho udělala cokoliv. Bohužel se z toho podvědomě tak těšil, že nevnímal, co se vlastně děje.

Bystrý léčitel pozná, že pacientka potřebuje pracovat na svém vztahu k ženám s terapeutkou nebo léčitelkou, které mají praxi ve zvládnutí psychologických problémů předtím, než se může zabývat těžkostmi s muži, které ji na terapii přivedly. Potřebuje uvolnit existenciální hrůzu, od které se oddělila, když přerušila své spojení s matkou. Během tohoto procesu si začne uvědomovat, že ženy v jejím životě jí mohou hodně dát a že mnohé její potřeby, které orientovala na muže, tam nepatřily. Takto se vyléčí její vztah k mužům. Léčitel může rozplést, opravit a znovu spojit přetržené provázky s třetí čakrou její matky. Tím se vztah změní, může se rozvíjet a růst z bodu, ve kterém tak dlouho ustrnul.

V jiném případě jsem předváděla postup léčení na studentce prvního ročníku, kterou budu nazývat Grace, abych rovněž ukázala silný účinek čištění vztahových provázků. Nejdříve jsem pracovala s provázky první čakry, potom třetí. Po šesti měsících jsem mohla začít pracovat s provázky čtvrté čakry. Příklad ukazuje, jak léčivý proces postupoval.

Grace je křehká blondýnka tiché a jemné povahy. Pracuje jako finální prokuristka a účetní u společnosti zabývající se architekturou. Léčebná sezení trvala vždy čtyřicet pět minut.

Nejdříve jsem pracovala s její první čakrou -otevírala ji a uzemňovala provázky. Potom na úpravě struktury éterického pole levé nohy, které to, jak jsem viděla svým vyšším smyslovým vnímáním, potřebovalo. Grace mi později sdělila, že to byla její slabší noha. Vyčistila jsem meridián, který to potřeboval. Pokračovala jsem na druhé čakře - čistila jsem ji a opravovala.

Nejvíce času jsem věnovala její třetí čakře. Provázky byly hodně poničené. Rozmotala jsem je a vyčistila. Některé byly tak vtažené dovnitř, že se omotaly kolem centrálního vertikálního silového proudu. Průvodci odebrali staré provázky a dali tam zbrusu nové. Nikdy předtím jsem to neviděla. Viděla jsem pouze, jak provázky opravovali a čistili. Potom položili dovnitř třetí čakry protézu, která vypadala jako badmintonový míček. Sdělili mi, že se do tří měsíců rozpustí.

Za dalšího půl roku jsem telefonovala Grace, abych se zeptala na výsledek mého léčení. Řekla mi následující: Můj vztah k rodičům se po léčení změnil. Moje první čakra byla hodně otevřená. Cítila jsem se spojená se zemí víc, než kdykoliv předtím. Když jsem přišla domů, maminka mne objala a v jejím pohledu bylo tolik lásky, kolik jsem jí tam ještě neviděla. Její láska ke mně se úplně změnila. Nikdy předtím ji nevyjadřovala. Celý víkend chtěla být se mnou. Pracovala na zahrádce a já jsem jenom seděla na trávě. Ptala se mne na léčení. Byla ke mně otevřenější a více přístupná přijmout mne takovou, jaká jsem.

Stejně to bylo i s otcem. Cítila jsem, že mne opravdu ze srdce miluje. Nikdy předtím to tak otevřeně nedal najevo - něco se změnilo. Cítila jsem to také tak po celé léto, protože jsem se *tomu* nebránila. Nevyvolávala jsem napětí a oni také ne. Potom jsem si uvědomila, jak jsme to, že jsme se tak důvěrně znali, používali pro napadání toho druhého. Tím, že jsme spolu byli spojeni novými provázky, to v průběhu léta úplně přestalo. Čakra zůstala stabilní po dobu pěti měsíců. Teď v prosinci se to zase zhoršilo. Měla jsem hodně práce a byla jsem ve stresu. Nedělala jsem žádná cvičení.

Grace mi také sdělila, že její vztah k rodičům teď trochu „usnul“. Nebylo to jako před léčením, ale obě strany lásku navenek projevovaly mnohem méně než předtím.

Po telefonu jsem provedla čtení její čakry. První byla méně otevřená než před léčením, ale zato mnohem silnější. Třetí čakra se trochu kymácela ze strany na stranu, ale bylo to způsobené kusem tmavě červené stagnující energie, který ležel v jejím středu. Popsala jsem jí několik možností, jak to léčit. Také jsem viděla, že její vztah s rodiči se prohloubil a že pro Grace je důležité, aby pracovala na vyčištění, opravě a posílení vztahových provázků čtvrté čakry, které se týkaly spojení s rodiči. Udělala to a vztah s rodiči se stal hlubším a důvěrnějším.

## Problémy s provázky čtvrté čakry

Provázky ze čtvrté čakry vyjadřují lásku a mystérium rovnováhy mezi milováním a vůlí. Když říkáme, že naše srdce jsou spojená, mluvíme právě o nich. (Anglicky znamená výraz „heartstrings“ doslovně srdeční provázky, překládá se jako hluboké city; poznámka překladatele.) Většina mých klientů měla s provázky čtvrté úrovně těžkosti. K poškození těchto provázků dochází v průběhu nezdravých milostných vztahů. Začíná to v dětství a člověk nezdravé spojení opakuje i v dospělosti. Problém naroste pokaždé, když se trauma opakuje.

### *Obvyklá onemocnění, která jsou důsledkem poškozených provázků čtvrté čakry:*

Nejobvyklejší příčinou poškození provázků ze srdeční čakry u mých klientů i studentů byla zranění z milostných vztahů. Onemocnění, která z toho vznikají, jsou bolesti srdce, palpitace (bušení srdce), fibrilace srdečních síní a poškození srdeční tkáně, které může vyústit v infarkt.

### *Příklady léčení a jeho účinky:*

V létě 1991 jsem požádala studentku, která navštívila vstupní seminář o léčení, zda bych s ní mohla pracovat při demonstraci pokročilých léčitelských technik, a ona souhlasila. Již dříve v průběhu semináře jsem si všimla, že provázky, které spojovaly její srdeční čakru s čakrou jejího zesnulého otce, byly velmi poškozené. Většina byla

vražena hluboko do srdeční čakry. Některé visely do prostoru. Viděla jsem několik psycho-noetických forem energetického vědomí zbývajících v její srdeční čakře po zkušenostech z minulých životů. V důsledku toho se její srdeční čakra spíše kymácela ze strany na stranu, než aby se správně otáčela ve směru hodinových ručiček. Zeptala jsem se jí, jaké jméno by si vybrala pro tuto studii, a ona zvolila Ester, ve spojitosti s biblickou Ester. Ester, která žila na středozápadě, byla právničkou a spisovatelkou na volné noze.

V roce 1976, když studovala na univerzitě právo, jí lékaři zjistili vadu mitrální chlopně. Řekli jí, že je to velmi malá porucha a že pokud jí to nebude vadit při běžných činnostech, není potřeba ji léčit. Před pár léty začala Ester s velmi aktivním cvičením. V té době začaly těžkosti.

Ester mi řekla:

„Mé srdce skákalo jako divé a já to nemohla zastavit. Trvalo to přes třicet minut. V té době mi kardiolog sdělil, že nemám vadu mitrální chlopně, ale atriální fibrilaci a to velmi neobvyklého druhu - závislou na poloze těla. Porucha může být vyvolána prostě tím, že se otočím na levou stranu. Byly tam dva symptomy. Jeden - že mé srdce tlouklo v rychlejším tempu, a druhý - že srdce mohlo vynechávat. Aby nedošlo k embolii, ze které mohla vzniknout mozková příhoda, předepsali mi lékaři Lanoxin. "

Nejvíce času jsem strávila při práci na její srdeční čakře. Nejdříve jsem vyčistila nashromážděnou energii a odstranila ji. Potom jsem uvolnila poškozené provázky, vytáhla je, rozpletla, vyčistila, nabila, posílila a potom znovu správně spojila se čtvrtou čakrou jejího otce. Když jsem to dokončila, útvary pocházející z minulých životů se začaly na čtvrté úrovni pole rozvíjet — byly také ve čtvrté čakře. Z levé strany srdce jsem vytáhla dlouhý ostrý předmět, který vypadal jako kopí. Vyšším smyslovým vnímáním jsem viděla, jako kdyby byla zrazena a zabita v nějakém konfliktu z minulého života. Přes její srdce ležely také dva těžké husté štíty, které tam byly umístěny při náboženském obřadu v časech pradávné Bohyně. Být kněžkou znamenalo v té době zasvětit svůj život Bohyni a vzdát se vztahu s mužem. Štíty byly popsány nějakým starobylým písmem. Štíty tohoto druhu se umísťovaly na srdce při obřadu, aby kněžku ochránily před tím, aby se do nějakého muže zamilovala. Když se mi podařilo odstranit štíty, mohla jsem odstranit také brnění, které vypadalo jako ze středověku. Předměty z minulých životů zůstávají v aurickém poli jako nerozřešená psycho-noetická energetická vědomí a ovlivňují tento život. Kopí ji mohlo vést k očekávání zrady srdce; štíty mohly ovlivňovat její schopnost vztahu s muži. Brnění naznačovalo silné psychologické spojení s Johankou z Arcu a mučednickou smrtí.

Jakmile byly všechny předměty odstraněny, z hrudi Ester začalo vycházet světlo. Nikdy předtím jsem neviděla, aby z hrudi někoho vyzařovalo tak krásné, zářivé světlo. Po léčení se mne Ester zeptala, jestli může vysadit léky. Z několika důvodů jsem řekla, že ne. Především jsem na to neměla právo. O tom musel rozhodnout její doktor. Nechtěla jsem v léčení pokračovat, protože jsem se nevěnovala léčitelské praxi. Později se ukázalo, že Ester přestala léky užívat na vlastní pěst.

Pět měsíců po léčení jsem s ní mluvila o jejích zkušenostech a prožitcích v průběhu léčení a o tom, co následovalo. Zde uvádím náš rozhovor:

**ESTER:** „Co si pamatuji nejživěji, byl pocit, že jsem lehčí a lehčí, když jste odstraňovala ty štíty. Nebyla jsem si předtím vědoma, že bych tam cítila nějakou tíhu, ale byla to úžasná úleva. Spojení s Johankou z Arcu mi dává smysl, protože opravdu mám

k mučednictví sklon. Mám k němu sklon ve svých právnických kauzách. Všichni mí přátelé by potvrdili, že se v mnoha případech příliš angažuji. Musím se občas držet zpět, cítím, že to přeháním. Myslím, že si беру na sebe spoluzodpovědnost tam, kde ji nemám. Někdy se do všeho vrhnu ke škodě stavu své energie. Jsem mírová aktivistka. Jsem právnička a aktivně působím v oblasti občanských práv. Většina mých případů se týká lidí, kteří jsou obětí nějakého útlaku. Zastupovala jsem mnoho žen, které se cítily být obětí diskriminace - rasové, sexuální nebo když se ucházely o zaměstnání. Zastupovala jsem například Anitu Hill. Jsem feministka.

Výsledkem léčení bylo, že už nemám problémy ze srdcem - tedy asi tak 10 procent zůstalo, občas se ještě dostavuje bušení v nepravidelném rytmu. Naučila jsem se v případě, že k tomu dojde, položit si pravou dlaň nad srdeční čakru a jenom jí pohybovat dokola ve směru hodinových ručiček. Tímto způsobem reguluji své energetické pole. Vy jste viděla, jak se má srdeční čakra třásla a nesprávně pohybovala, a já si to představuji, a dokážu bušení srdce pomalu uklidnit tak, aby se čakra vrátila ke svému normálnímu pohybu otáčení. Nestává se to často, ale občas ano. Ale tohle je jediná věc, kterou s tím dělám.

Snížila jsem dávky Lanoxinu. Myslím, že jsem brala jeden a půl tablety denně. Začala jsem brát jednu a pak půlku za den. Potom půlku každý druhý den a vlastně v rozmezí dvou týdnů jsem ho přestala brát vůbec.

Nejvíce mě ohromilo, že po období, které následovalo po mé druhé diagnóze a trvalo několik měsíců, jsem se nemohla obrátit v posteli na levou stranu bez toho, aby mé srdce nezačalo bláznivě skákat. Po léčení už to šlo. Ze začátku mi připadalo, jako kdyby nevědělo, co má dělat. Ale potom se zklidnilo a chovalo se jako normální zdravé srdce. Mohu se obrátit na levou stranu a asi tři čtyři sekundy, velmi krátkou dobu se zdá, že si moje srdce vzpomíná na to, co dělávalo předtím, ale už to neudělá. Nevím, jak bych to jinak popsala. Je to docela legrační. "

**BARBARA:** „Takže, když se otáčíte, jste se svým srdcem. To vypadá, že přenášíte své vědomí uvědoměle do srdce. Přinášíte mu automaticky nový způsob chování. "

**ESTER:** „Ano, myslím, že to dělám, jsem tam s ním. Asi ho nějakým způsobem konejším, že už není nutné, aby tak rychle tlouklo. Funguje to.

Nejúžasnější bylo, když jsem se jednoho dne probudila a uvědomila si, že jsem spala na levém boku. Zřejmě jsem se tak ve spaní otočila a mé srdce netlouklo tak zběsile, jak to předtím dělávalo. Mohla jsem se ve spaní otáčet, jak jsem chtěla bez následků, a probudit se krásně vyspaná. "

**BARBARA:** „To je skvělé !"

**ESTER:** „Ano, hodně mě to překvapilo. Ale cítila jsem, že bych se mohla vyléčit úplně, a to mne frustrovalo. Chtěla jsem, aby to bylo úplně pryč, nejenom na těch 95 procent. Protože při vašem léčení jsem cítila, že se stal velký zázrak, měla jsem pocit, že jste šaman. Vy jste to dokázala a všechno jste ze mne sejmula. Byla jsem mnohem lehčí. Vzpomínám si, že když jsem příští den spustila kyvadlo nad srdeční čakru, rozkmitalo se na celou šířku mé hrudi. Byl to neuvěřitelně krásný pocit, být takto otevřená. Později mě frustrovalo, že tam ještě něco zůstalo. Manžel říká, že jsem na sebe příliš tvrdá, pravděpodobně zase ten mučednický komplex.

Naučila jsem se z toho opravdu hodně o vztahu mezi tím, kdo jsem emocionálně, a tím, co je moje tělo. A také to, že energetické pole je pro mne nástrojem pro komunikaci. Uvědomila jsem si, že to byla zkušenost, která mi umožnila něco o sobě pochopit. Nejvíce se to týkalo převzetí odpovědnosti za své léčení a pochopení, že se jedná o každodenní péči. Jsem odpovědná za své energetické pole, ale jsou dny, kdy o něj nepečuji tak, jak bych měla. Nechám sebe samu, abych se přespříliš stresovala nebo nesmírně vyčerpala, a to je okamžik, kdy nastoupí ten falešný model. Mé srdce se mi pokouší říci: „Hej, chováš se jako mučedník. Příliš se angažuješ. Jedeš na příliš vysoké obrátky. Moc si se do toho zakousla. Prosím tě, zpomal.“

Pamatuji si, že jste o tom mluvila na workshopu, o tom, co nám naše těla říkají, co nám říká proces onemocnění. Možná, že ten zbytek nemoci mi slouží jako výstražný signál. Dává to smysl ?"

**BARBARA:** „Ano, je to tak. Zřejmě se ještě stále potřebujete chránit.“

**ESTER:** „Souhlasím.“

**BARBARA:** „Jednou se může vaše nemoc ztratit úplně, protože se dostanete do místa, kde se zastavíte automaticky, když si o to vaše tělo řekne, a to mnohem jemnějším způsobem, než prostřednictvím pocitu, že je čas vypnout.“

**ESTER:** „Zatím potřebuji výstražný signál, který mne upozorňuje, že příliš plýtvám energiemi... Upozorní mne, že je potřeba se zastavit, soustředit se na energetické pole a pracovat se srdeční čakrou.“

**BARBARA:** „Všimla jste si nějakých změn ve svém vztahu k otci ?"

**ESTER:** „To je velmi zajímavé. V dubnu jsem se připojila - poprvé v životě - k terapeutické skupině, která pracovala na problémech z raného dětství, pocházejících z rodinných vztahů, a zabývala se kodependí. Myslím, že po léčení jsem udělala největší pokrok. Neměla jsem po dlouhou dobu dobré vztahy s matkou, zápasila jsem s tím mnoho let. Vyjasnila jsem si všechno, co se týkalo matky. Ale otce jsem vždy nechávala na pokoji. Příliš mi naháněl hrůzu, nebo tam bylo něco, co ve mně vyvolávalo vztek až do chvíle, kdy jsem na tom byla schopna pracovat, a to bylo právě po vašem léčení. Nikdy předtím jsem neměla odvahu začít mít na něho vztek. Část z toho, z čeho jsem obviňovala matku, patřila vlastně otci. Když jsem mu jeho díl vrátila, byla jsem schopna vidět matku v mnohem příznivějším světle - jak musela bojovat v době, kdy byla vdaná za tohoto alkoholika a sukničkáře, sobce, který se staral pouze o sebe. Pak už jsem to dokázala přesunout na otce, postavit se mu tváří v tvář a myslím, dostat se blíž k tomu, abych mu odpustila. Ano, můj vztah k otci se určitě změnil !"

## Problémy s provázky páté čakry

Provázky z páté čakry se týkají pevné důvěry ve vyšší vůli ve vztahu. Představují také dávání a přijímání prostřednictvím zvuků, slov, hudby a symbolů při upřímné komunikaci. Je velmi zajímavé poznat, v jakém vzájemném vztahu komunikace a vyšší vůle jsou. Když je krční čakra otevřená a dobře funguje, říkáme v každém okamžiku pravdu. Pravda je automaticky v souladu s vyšší vůlí. Na počátku bylo slovo a to slovo bylo Bůh. Slovo se zjevilo. To, co říkáme, se manifestuje do fyzického



světa. Když jsou naše vztahové provázky na této úrovni zdravé, pravda, kterou si ve vztahu vzájemně říkáme, přinese pozitivní manifestaci vztahu sladěného s vyšší vůlí. Potom jsme schopni dosáhnout účelu vztahu. Když naše vztahové provázky z páté čakry nefungují správně, nevíme, jak mluvit pravdivě a v souladu s vyšší vůlí. Máme těžkosti s nalezením účelu našeho vztahu a vztah začne být plný bolesti.

Všechny vztahy se formují kvůli tomu, abychom se něčemu naučili. Vyšší vůle se vždy týká toho, čemu se máme ze vztahu naučit. Některé vztahy mohou vznikat jenom pro dokončení karmy. Karma je lekce, kterou jste ještě nezvládli a kterou si nesete z jednoho života do druhého. Jsou to zkušenosti, které ještě nebyly úplně uzavřeny. V minulosti jste měli záměr lekci dokončit, ale když se to nepodařilo, nesete si úkol do dalších životů. Vytváříme si životní plán a v něm jsou také typy vztahů, ve kterých se lekcím máme naučit. Vybereme si rodiče a rodinu. Otázka je, zda si také takto vybíráme nastávající partnery. Máme své „druhé polovičky“ ?

Heyoan říká:

\*\*\*

**Vesmír ve své nekonečné moudrosti má mnoho bytostí toužících dokončit určitou část učení, poznání a karmy, které odpovídají vašim potřebám a se kterými se můžete setkat. Není tak nedostatečně výkonný, aby pro nás připravil jenom jednu možnost. V každém případě člověk, kterého potkáte, je ten, kterého budete po určitou část života považovat za svého druhá, za milovanou bytost. Z našeho vyššího pohledu je do určité míry každý jedinec na planetě vaší druhou polovičkou, a to včetně těch, kteří nejsou v tomto okamžiku inkarnováni. Jestliže vstoupíte do určitého života s hlavním záměrem, s hlavním úkolem, bude pak vaše tíhnutí k určitému partnerovi silnější, pokud má tento jedinec životní úkol, který je v úplném souladu s vaším. V tomto smyslu lze říci, že jste si zaslíbení. Tak můžete poznat druhá své duše, se kterým si dokonale vyhovujete co se týče energetických vibrací, energetické výměny, souznění a vyšších ideálů a také v tom, kdo jste a kam kráčíte v určitém okamžiku a v určitém období života. Když je lekce dokončena a karma dovršena, nemusí být vztah již déle aktivní. Nekončí, protože vztahy přetrvávají navždy. Nebo se můžete rozhodnout, že se budete společně učit dál a zůstanete spolu po celý život.**

**Záleží to jenom na vás, z našeho hlediska nelze mluvit o odloučení.**

**Pokud jde o to, jak často jste byli spolu předtím, to je další způsob, jak se na to dívat. Když jste se už setkali, zdá se vám, že ten druhý jste vy. Čím vícekrát jste se předtím setkali, tím je ten pocit silnější. Možná, že v určité chvíli, když už jste se tolikrát potkali, začnete věřit, že to je vaše druhá polovička, vaše duševní dvojče. Co se jednou spojí, zůstane spojeno navždy, a čím vícekrát jste byli ve spojení, tím podobnější jsou vaše prožitky a zkušenosti, poznání a úroveň integrace vědomí a individuality.**

**Vztahy pokračují nad fyzickým světem. Pokračují, i když jeden z partnerů opustí fyzický svět. Jsou úplně stejné jako byly v něm. Tak je tomu i ve vztahu s Bohem. Víte, prožitky romantické lásky jsou velmi blízké prožitku Božské jiskry v člověku - milenci prožívají to božské v individualitě partnera. Je to úvod k tomu, jak krásný vztah můžeme mít s Bohem. Lidské romantické vztahy jsou prvním krokem z mnoha spojení, která budete prožívat předtím,**

**než se sjednotíte s Bohem. Nikdy se nevzdávejte lásky, krásy a zázraku poznávání toho druhého.**

\*\*\*

Provázky páté čakry mohou být poškozeny v nevhodných interakcích, týkajících se pravdy a vyšší vůle ve vztahu. Mohou pocházet z minulých životů, ve kterém byla tato bytost zrazena nebo zradila jiné. Mohou být poškozeny v dětství prostřednictvím krutosti, hrubosti ve vztahu, pokud se týkaly pravdy. Například když otec nebo nějaká jiná autorita nevěří dítěti, že nelže. Mohou být poškozeny rodiči, kteří se se svojí rodičovskou rolí nedokážou odpovědně vyrovnat. Například jedna z rolí otce je ochránit dítě před tím, aby mu bylo ublíženo. Jestliže otec své dítě neochrání a dokonce přenese svou frustraci na něj a fyzicky ho potrestá, zrazuje vyšší vůli jejich vztahu. Dítě už nebude důvěřovat vztahům s ostatními mužskými autoritami.

*Obvyklá onemocnění, která jsou důsledkem poškozených provázků páté čakry:*

Nejčastěji jsem se setkala s hypoaktivní štítnou žlázou, strumou, vybočením krční páteře a plicními onemocněními.

*Příklady léčení a jeho účinky:*

Žena, které budeme říkat Lorie, ke mně přišla krátce po své padesátce poté, co dlouhá léta procházela terapií, ve které se jí podařilo vyjasnit si spoustu problémů. Stěžovala si na hypoaktivní štítnou žlázu. Její hlavní problém byl ten, že nedůvěřovala vztahům. Popíšu případ podrobněji, protože je na něm dobře vidět, jak lze postupně, krok za krokem, čistit problémy vztahových provázků pocházející z dětství. Přestože jsou některé části jejího příběhu dosti drastické, její vztahové provázky na tom nebyly hůř, než je takzvaně normální stav u většiny lidí. Jinými slovy, většina lidí má těžkosti se vztahy, tj. se vztahovými provázky v mnoha čakrách. Trvá to obvykle velmi dlouho, než se lidé vyléčí, pokud nevědí, že provázky existují a nemohou pracovat přímo na nich. Přestože ani Lorie po většinu života o nich nevěděla nic, použiji je v jejím příběhu.

Lorie vyrostla v konzervativním středozápadním farmářském prostředí. Bylo to tiché děvče, které nemělo mnoho přátel a hodně studovalo - ve škole dosahovala výborných výsledků. Necítila se příliš spojena s matkou, která spíše dávala přednost jejímu staršímu bratrovi a mladší sestře. Byla připoutána k otci, kterého zbožňovala a pro kterého byla ochotna udělat všechno - dokonce se stát i jeho synem, když jím bratr odmítl být. S panenkami si moc nehrála, ale líbilo se jí něco vyrábět, a tak často asistovala tatínkovi při práci. Velmi žárlila na svou malou sestru, kterou všichni obdivovali, zatímco Lorie po dlouhé hodiny pomáhala rodičům.

Tyto zkušenosti vedly k deformaci jejích vztahových provázků k rodičům v mnoha čakrách. Provázky první čakry vrostly silně do země, protože Lorie hodně pracovala se členy své rodiny při zemědělských pracích na farmě.

Provázky druhé čakry byly poškozené na levé straně, která se týká matky, jelikož s ní nebyla spojena pokud šlo o smyslovou a sexuální radost, kterou její matka ve svém životě popírala. Lorie také měla velmi přísnou výchovu, co se týče sexu, vzhledem k prostředí, ve kterém vyrůstala. Sex byla povinnost, se kterou se žena musela smířit.

„Pečovací“ provázky třetí čakry byly dobře vyvinuté mezi ní a otcem, ale ty, které ji spojovaly s matkou, roztrhla. Otec jí věnoval pozornost a staral se o ni, ale

s matkou si role vyměnily. Pečovala o ni Lorie. Své potřeby mateřské péče se pokoušela dostat od otce.

Provázky čtvrté čakry byly na levé straně srdce zatlačené dovnitř, protože také své srdce od matky odtrhla. Cítila vinu, protože soupeřila s matkou o otce. Začas se provázky na obou stranách její páté čakry velmi zamotaly, protože měla zmatek ve své identitě a ve svých opravdových potřebách. Neměla v rodině vzor, aby se naučila o své potřeby žádat a naplňovat je. Nikdo vlastně nevěděl, jak se to dělá. Většina osobních potřeb šla v těch ekonomicky těžkých časech stranou.

Provázky šesté čakry byly v pořádku. V rodině sice neprobíhaly žádné intelektuální diskuze, ale oba rodiče si vážili znalostí a myšlení se mohlo v rodinné struktuře svobodně rozvíjet. Provázky tvůrčího myšlení byly silné a zdravé, třebaže jich nebylo mnoho.

Provázky sedmé čakry byly také v dobrém stavu. Byla spojena s matkou v její spiritualitě. Poznala také, jak krásné může být ticho, když s otcem rybařila. Byla to vlastně její metoda meditování a vnímání Boha. Lorie napodobovala víru své matky a meditaci svého otce. Byla schopna vytvořit velmi silná spojení přes sedmou čakru.

Důsledkem jejích reakcí na dětství a vlivu, jaký to mělo na rozvoj jejích vztahových provázků, se začala přirozeně nejvíc koncentrovat na oblasti, ve kterých byly nejzdravější. Začala se odtahovat od rodinného života a koncentrovat na školu, kde mohla udělat příznivý dojem. Byla to hlavní oblast, která jí jako dospívající zbyla, kde mohla získat uznání a úctu. Byla premiantkou, a tak pokračovala ve studiu. Všechno bylo v pořádku, až na její vztah k mužům. Pokud ji někdo požádal o pomoc s domácím úkolem, ráda pomohla. Ale neuměla dostát roli ženy - pečovatelky a milenky, protože neměla přímý vzor v matce.

Lorie prošla dvěma manželskými svazky, ve kterých nebyla schopna naplnit své potřeby, ani mít důvěru v to, že tento vztah je pro ni ten pravý, nebo že jí v životě pomáhá. Měla po léta těžkosti s komunikací s oběma manželi.

Poprvé si vzala muže, který byl o hodně starší. Byla ještě docela mladá a chtěla, aby se o ni někdo staral. Jak řekla své kamarádce: „Nabízí mi život na zlatém podnosu.“ Zнала ho dost málo, ale vdala se za něj ze strachu, aby nezůstala sama. Po týdnu manželství se cítila chycená do pastí, jenom seděla zírajíc z okna jejich jednopokojového bytu. Po několika měsících zjistila, že se svým mužem, který mohl sedět celé hodiny a hrát si s rádiem - byl radioamatér - má málo společného a zaměřila se na svou profesní kariéru, aby vytvořila ve svém životě aspoň něco, co by mělo cenu. Během následujících pěti let se stala finančně nezávislá. Přestože manžel k ní byl velmi hodný, manželství se nerozvíjelo. Sexuální život víceméně neexistoval. Neměli mnoho přátel ani zábavy a nenarodily se jim žádné děti. Lorie je nechtěla. Neměla žádnou představu, jak o ně pečovat. Po pěti létech měla románek s kolegou z práce. Využila ho, aby odešla z nudného manželství, které ji nenaplňovalo.

V průběhu manželství se rozvinuly a zesílily provázky šesté čakry, které znamenaly její finanční nezávislost. Protože ji manžel hodně miloval, byla schopna začít pracovat na své sexualitě. Tyto provázky se začaly uvolňovat a léčit, zejména ty, které představovaly sex jako povinnost. Přesto, že ji sex až tak nezajímal, už to aspoň nebyla povinnost.

Lorie měla tak silné pocity viny ze svého románu, že se rozhodla skončit to a našla si dalšího partnera. V novém vztahu začaly okamžitě problémy. Až do té doby Lorie zoufale toužila po naplnění svých potřeb, týkajících se vztahu, ale nechápala, o co se jedná. Nevěděla, jaké potřeby to jsou, a tak nebyla schopna je vyjádřit tak, aby byly pochopeny. A tak se opět ocitla ve vztahu s někým, kdo byl úplně jiný, než ona. Začala vyžadovat pozornost, péči a sex. Nový manžel, jehož rodiče byli alkoholici, na to reagoval tím, že začal být hrubý. Čím víc naléhala, tím víc se bál a tím byl surovější. Stále se to zhoršovalo, až z toho byla úplně vyčerpaná. Nevěděla, co dělat. Neuvědomovala si, že ona sama situaci, ve které se zdála být obětí, vytváří. Byla velmi úspěšná v práci, ale doma to nestálo za nic.

Provázky, které vyrostly za této situace, byly velmi zdeformované. Druhá, třetí, čtvrtá a pátá čakra se zhoršily. Nakonec bylo její utrpení tak velké, že ji to donutilo vyhledat pomoc. Začala s terapií a dělala velké pokroky. Naučila se, jak zastavit jeho surovosti tím, že si stanovila jasné hranice, které nikdy nepřekročila. Při vytváření hranic používala spirituální spojení přes sedmou čakru, které měl i její manžel, aby jí pomohlo je udržet. Nalezla v sobě víc lásky k manželovi, stav mnoha provázek ze srdeční čakry se výrazně zlepšil. Provázky ze šesté čakry udržovala v průběhu tohoto procesu čisté. Ale stále ještě nebyla schopna léčit provázky z druhé, třetí a páté čakry. Co se týče sexu, byli každý jiný - manžel se sexuální náruživosti obával a vyhýbal se jí. Lorie neznala žádnou jinou cestu, jak sex dostat, než ho tvrdě vyžadovat. Tím vyděsila svého muže ještě víc. Za čas jejich sexuální život ustal.

Nebyla schopna se naučit, jak se o sebe postarat, a její manžel se neuměl vyrovnat s jejími požadavky. Tak se jí buď vyhýbal, nebo ji odmítal. Levá strana její třetí čakry se roztrhla, což způsobilo potíže se slinivkou a potom problémy s celým zažívacím traktem. Musela mít speciální dietu. Stav páté čakry se zhoršil. Měla neustálé potyčky s manželem, který jí vyhrožoval fyzickým násilím a jehož slova byla plná krutosti. Nadměrně ji kontroloval. Lorie se léčila - měla za sebou hodně osobní i párové terapie a práce s tělem. Snažila se spojit hluboce se zemí. Tímto způsobem posílila první, čtvrtou, šestou a sedmou čakru.

Po mnoha dalších manželských bojích se nakonec rozhodla manželství ukončit a žít sama. Na konci manželství mnoho provázek její první, čtvrté, šesté a sedmé čakry fungovalo dobře. Jinak tomu bylo u provázek z druhé, třetí a páté čakry. V době, kdy zůstala sama, pokračovala v práci s druhou, třetí a pátou čakrou. Vyjasnila si, jaké jsou její opravdové potřeby, začala věřit tomu, že se mohou naplnit, a přestala je tak úporně požadovat. Pátá čakra, se kterou měla nejméně těžkostí už od raného dětství, zesílila. Začala o sebe také lépe pečovat, což vedlo k posílení třetí čakry. Zjistila, teď, když nebyla pod tlakem, že v oblasti sexu funguje docela dobře. Začal se zlepšovat i stav provázek druhé čakry.

Asi po dvou letech se znovu vdala. Protože měla za sebou tolik práce na svých čakrách, byla schopna si najít někoho, kdo se k ní mnohem více hodil. Vzala si muže, který neměl problémy se sexualitou a dokázal se o ni postarat. Uzdravovala se i druhá čakra. Po léta s ní manžel procházel vší bolestí, která se v ní nashromáždila z předcházejících vztahů. Pečoval o ni způsobem, jaký si předtím ani nedokázala představit. Protože pocházel z rodiny, kde se k sobě takto chovali, bylo to pro něj přirozené. Lorie se snažila jednat podobně. Vztahy s její rodinou, obzvláště s matkou, se zlepšily. Provázky třetí čakry na straně matky se začaly uzdravovat. Znovu se začala zabývat i vztahem k otci. Provázky, které teď z třetí čakry ve vztahu k ostatním lidem vytvářela, byly zdravé. Než mne Lorie vyhledala, byla většina zmíněných problémů už vyléčena. Stále přetrvávaly bolesti krku, čelistí a měla

nemocnou štítnou žlázou. Ještě stále bylo pro ni nemožné natolik důvěřovat manželovi, aby si dovolila přiznat, že je na něm nějak závislá. Stála na vlastních nohou a nikdy na nikoho nespolehala -nikdy nepřijala vyšší vůli ve vztahu a nedůvěřovala, že by jí vztah pomohl určitý problém zvládnout.

Jak se vztah prohluboval, potřeba změny byla naléhavější. Reagovala opět tak, že se soustředila na práci a naplno se jí věnovala. Po létech příliš dlouhé a namáhavé práce jí začala vypovídat štítná žláza, která je umístěna přesně v páté čakře. V této čakře, jak si jistě vzpomínáte, byly provázky hodně propletené. Nedůvěra ke vztahu se objevila i v jejím pracovním životě. Delegovat práci na své podřízené bylo pro ni těžké. Raději to udělala sama. Než mne navštívila, pracovala průměrně šedesát až osmdesát hodin týdně po dobu dvaceti let. Byla velmi úspěšná a problémy s energií nepociťovala, ale vyčerpávala své tělo. Kdyby dokázala přijmout vyšší vůli ve vztahu, mohla by se naučit vnímat ho jako způsob postupujícího vývoje, který vytvářejí společně s manželem.

Po mé práci na provázcích páté čakry se situace zlepšila. Odcházela z práce tak kolem páté až šesté hodiny a pak se už jenom dívala s manželem na televizi. Více se zajímala o domov a věnovala se malování a ostatním koníčkům. Trávila s manželem víc času, dokonce s ním jezdila i na služební cesty a on na oplátku jezdil s ní. Jak postupovalo léčení, uvědomila si, že měla sklon osočovat lidi, kteří nedělali, co chtěla, i v zaměstnání. Měla problémy s přenášením pracovních úkolů na své zaměstnance bez hněvu a obviňování, protože se domnívala, že nechtějí udělat to, co si ona přeje. Všim tím, včetně nevíry ve vyšší vůli v jakémkoliv vztahu, byla zanesena její pátá čakra. Po několika léčebných sezeních se štítná žláza zmenšila a začala fungovat správně. Zaměřila se na zlepšení komunikace se spolupracovníky, a tím se také učila vyjadřovat, co potřebuje. Procvičovala to i s přáteli. Uvědomila si, že musela projít všemi svými vztahy, poznat v nich vyšší vůli, pochopit, co se prostřednictvím každého z nich potřebovala naučit, aby se teď mohla ve vztahu cítit bezpečně. Denně po dobu jednoho roku na toto téma meditovala. Pokračuje s meditacemi i teď, když píše tuto knihu, a dělá velké pokroky. Svůj život vidí jinak a všem přátelstvím důvěřuje mnohem více.

## Problémy s provázkami šesté čakry

Provázky ze šesté čakry symbolizují extázi vnímání vyšších konceptů při výměně a souhrě myšlenek zároveň s prožíváním bezpodmínečné lásky k tomu, s kým komunikujeme. Je v tom radost z toho, že ten, koho milujeme, je překrásnou bytostí plnou lásky a světla. Tyto provázky představují schopnost spirituální lásky, jakou měli např. Ježíš Kristus a Buddha. Provázky ze šesté čakry mohou být poškozené následkem zkušeností z minulých životů, kdy byli lidé nuceni praktikovat náboženství, ve které nevěřili.

*Obvyklá onemocnění, která jsou důsledkem poškozených provázků šesté čakry:*

Poškození provázků z této čakry může vést k bolestem hlavy, mentálnímu zmatení, ztrátě schopnosti vnímat čas, prostor a vlastní vztahy v nich, mentálním poruchám, například schizofrenii, a poruchám učení.

*Příklady léčení a jeho účinky:*

Na vstupním workshopu jsem měla v únoru 1992 možnost pracovat na provázcích ze šesté čakry s klientkou, které budu říkat Aida. O přestávce Aida přišla za mnou a chtěla něco vědět o dyslexii své dcery a o své vlastní. Prostřednictvím vyššího smyslového vnímání jsem vyšetřila její šestou čakru a provázky, které z ní vedly. Byla poškozená na pravé straně. Provázky, které normálně vedou ze šesté čakry do corpus callosum, nebyly vůbec spojené. Vracela jsem se v čase a viděla jsem, že poškození vzniklo jednak, když byla hodně malá, a potom při vysoké horečce několik let předtím, než přišla do jiného stavu s dcerkou. V té době měla vybrané krční mandle. Provázky, které by měly být spojené se šestou čakrou jejího otce, nebyly v pořádku. Viděla jsem, že když se jí otec pokoušel vnutit své negativní myšlenky o životě, vytrhla je ven. Zeptala jsem se, zda bych na ní mohla demonstrovat ukázky léčení. Souhlasila.

Nejdříve jsem jí pomáhala se uzemnit, aby se posílila její první a druhá čakra. Potom jsem se věnovala třetí čakře, která nepracovala správně. Vyčistila jsem také v každé čakře ucpané víry. Potom jsem po celé délce páteře až k hlavě vyčistila vertikální silový proud energie. Zvedla jsem jí z hlavy a ramen tmavý příkrov, vypadalo to jako mrak, a dala ho pryč. Musel tam *ležet* velmi dlouho. Jak jsem ho odstranila, ulevilo se jí, jako kdyby z ní spadla velká tíha.

Její otec měl vzhledem ke svým ekonomickým těžkostem pesimistický postoj k životu, a tento postoj se snažil přenést na Aidu. Jako dítě Aida poznala, že předtím, než nalezneme řešení problému, je nejdůležitější zeptat se srdce. To v myšlenkových konceptech, které pocházely od otce, scházelo. Heyoan řekl, že Aida jako dítě rozpojila provázky jdoucí ze šesté čakry do corpus callosum, protože se obávala, že by mohla převzít jeho pesimistický pohled na život. Podle svého dětského úsudku došla k závěru, že musí být opatrná při přijímání informací od kohokoliv, protože by mohly být pesimistické. Z tohoto důvodu rozpojila provázky, které spojovaly její šestou čakru s corpus callosum, a tak si vytvořila dyslexii.

Rozpletla jsem ještě její vertikální silový proud a popsala jí, co se stalo.

Heyoan jí to vysvětlil:

\*\*\*

**Inkarnační volba vytvořit si dyslexii k udržení poznání, jak velmi důležité je posuzovat problém srdcem předtím, než ho budeme posuzovat intelektuálně, je pro každého jedince otevřená. Struktura školního systému v Americe uplatnění tohoto poznání hodně ztěžuje. Většinou se, aspoň dočasně, schopnosti přijímat informace z hlediska srdce, ne myslí, vzdáte. Když duše před inkarnací vidí na Zemi tuto potřebu, může se rozhodnout dát ostatním dar a učit je držet před racionální myslí na prvním místě srdce. Ted', když jsme si to vyjasnili, budeme pracovat na provázcích.**

\*\*\*

Jak jsem pracovala na provázcích ze šesté a sedmé čakry, Heyoan pokračoval:

\*\*\*

**Všechny provázky, které vycházejí ze zadní strany čaker, patří minulým vztahům, které neovlivňují aktivně tuto inkarnaci, a z přední těm, které ji aktivně ovlivňují.**

\*\*\*

Spojila jsem provázky z vnitřní špičky šesté čakry s corpus callosum. Potom jsem rozpletla a vyčistila provázky z přední části šesté čakry a zeptala se Aidy, jestli si přeje být se svým otcem znovu hlouběji spojená. Souhlasila. Telepaticky jsem se s ním spojila a viděla jsem, že jeho srdce klesalo pod těžkým břemenem života a že byl smutný, protože mnoho tužeb se mu nesplnilo. Řekl (telepaticky), že teď je to lepší. Pracovala jsem (na dálku) na jeho třetím oku, abych mu pomohla zbavit se některých negativních myšlenek, a spojila jsem jeho hlavu se srdcem. V tomto okamžiku přešly některé provázky z přední části Aidiny čakry do zadní. Heyoan vysvětlil:

\*\*\*

**Některé z těchto problémů jsou už za tebou.**

\*\*\*

Jak se provázky mezi šestou čakrou Aidy a jejího otce znovu spojily, začal se mezi nimi formovat nový vztah. Potom jsem pracovala na její srdeční čakře opět na provázcích vztahu k otci. Viděla jsem, jak před časem byla na něj hrozně rozzlobená a nechtěla ho vpustit dovnitř. Aida řekla: Předstírala jsem, že otec je mrtev.

Heyoan řekl:

\*\*\*

**Časem poznáš, proč je tak důležité akceptovat lásku otce takovou, jaká je. Způsob, jakým ji vyjadřoval a vyjadřuje. Potřebuješ se naučit akceptovat způsob, jakým každá bytost projevuje svou esenci. V minulosti jsi říkala: „Nemiluješ mě způsobem, jakým máš povinnost mě milovat, tak já to nebudu přijímat.“ To je velmi důležitá lekce, které se potřebuješ naučit: jak přijímat esenci každé bytosti. To tě blokuje ve tvých vztazích k mužům a k partnerovi. Nikdy nemohou žít, jak ty uznáš za vhodné, a plnit tvá očekávání.**

\*\*\*

V tomto okamžiku Aida zastavila provázky, které vstupovaly do jejího srdce, a tak jsem se zeptala: Dovolíš svému otci, aby vstoupil do tvého srdce? Chce tam vstoupit přesně takový, jaký je, se všemi svými lidskými slabostmi. Je to v pořádku nechat ho tam vstoupit. Dítě v tobě říká: Bude to bolet, bude to zraňovat, protože tam už tak dlouho nebyl. Jak se provázky napojily do jejího srdce, začala zhluboka dýchat.

„Cítíš se jinak, že?“ zeptala jsem se.

„Jsem plná síly,“ odpověděla.

Jak jsem pracovala, Heyoan pokračoval:

\*\*\*

**Spojuji je hluboce do semínka tvé duše. Spojuji je hluboce s tvým životním úkolem. Tvoje práce v tomto životě je tato: přijetí reality jiné bytosti,**

**nalezení pravdy v ní a nalezení mostů, které vás spojují navzájem. Může k tomu dojít pouze přes tvé srdce, tím, že dovolíš ostatním, aby tam vstoupili. Je to cesta, na které myslíš a rozhoduješ za sebe a dovolíš ostatním, aby mysleli a rozhodovali také tak. Pravdy individuální mohou tedy z pohledu duality existovat vedle sebe ve zjevných rozdílech nebo i v nesouladu a současně podle vyšší spirituální pravdy se nemusí různit.**

\*\*\*

Dokončila jsem spojení provázků do semínka duše na harické úrovni a potom prudce přešla na úroveň hvězdy Bytí. Její esence se rozšířila všude kolem ní po místnosti. Řekla jsem: „Cítíš, kdo jsi, jedinečná bytost odlišná od kohokoliv jiného na zemi? Cítíš to světlo procházející celým tvým tělem? Pochází z něj, z tvé hvězdy středu, z jádra tvého Bytí.“ Její světlo zářilo a rozlilo se na ostatní posluchače. Celá zářila. Bylo to zjevné každému. Když jsme končili, Heoyan dodal:

\*\*\*

**Určitý model se předává po generace. To je jenom jeden typ dyslexie. Jsou celkem tři. Budu o nich ještě mluvit.**

\*\*\*

Ráda sleduji své klienty v několika měsíčních intervalech tak dlouho, jak je to možné, abych viděla dlouhodobé účinky: Následující rozhovor se uskutečnil asi pět měsíců po Aidině léčení, ale protože už tato kniha musela být připravena k tisku, nemohla jsem déle čekat. O účincích léčení na její vztah k otci a k dyslexii mi řekla toto:

**AIDA:** „Můj vztah k otci to ovlivnilo hodně. Určitě je v něm víc lásky a vzájemné podpory. Je to, jako kdybych skoro úplně zapomněla na minulé problémy a s otcem se cítím více spojená. Určitě je to zkušenost, kterou jsem prošla díky léčení. “

**BARBARA:** „Choval se k vám předtím nějak jinak ?“

**AIDA:** Ano. Předtím jako by tam pro mne nebyl, byl nepřístupný. Teď, ať potřebuji cokoli, hned se to snaží udělat. Hodně mi to pomáhá. V minulosti jsem něco řekla a uběhl týden, měsíc, rok a on jako kdyby to vůbec nikdy nebyl slyšel. Teď stačí říci slovo a on to za chvíli udělá. Říkám si: Panebože to je ale rozdíl. ' Cítím k němu jinou lásku než předtím, protože se s ním předtím nedalo mluvit. Komunikace mezi námi je mnohem lepší. Vyprávěl mi dokonce o svém dětství. Zažil hodně týrání. Jeho nevlastní otec ho hodně mlátil a byla ho i matka, která ovšem dostávala od otce také svůj díl. Byla to alkoholička. Když jsem poznala, z jakých rodinných poměrů vzešel, byla jsem více schopna přijmout jeho zacházení se mnou, mými bratry a sestrami. Zažil tolik ponižování, hrubého zacházení a bezuzdného vzteku. “

**BARBARA:** „To je ohromné. “

**AIDA:** „Teď k dyslexii. Část mne jako kdyby se už dávala dohromady, ale jinak je ve mně i víc zmatku. Jako kdyby se všechno více vynořovalo na povrch. Více si to uvědomuji. Vědomě vnímám své těžkosti. Snažím se, aby se to zlepšilo. Vidím, jak zaškobrtnu na nějakém slově, které dobře neznám nebo které je pro mne nové. V minulosti mě to frustrovalo a zlobila jsem se na sebe, teď, si myslím, dokážu víc odpouštět a jsem k sobě tolerantnější. “



BARBARA: „Takže zlepšení je v tom, že vědomě vnímáte a uvědomujete si to, když se vám to stane. Bylo tomu tak i předtím ?“

AIDA: „Ne, myslím, že ne. “

BARBARA: „To je velmi zajímavé, protože obvykle první krok k tomu, abychom něco změnili, vede přes uvědomení si toho, co chceme změnit v okamžiku, kdy to děláme.“

AIDA: „Asi ano. Prožila jsem hodně věcí, o kterých si myslím, že mne posunují k transformaci. Měla jsem vidění - byla jsem jakousi starou větví. Své ruce a nohy jsem viděla jako staré vysušené větve. Nebyl to sen, protože jsem byla vzhůru. Potom jsem viděla nebo cítila a rozpoznala, jak je světlo ve mně omlazuje a oživuje. Potom jsem se viděla znovu, ale měla jsem živé, zářící tělo. Nevěděla jsem, o čem to bylo, až nedávno jsem to pochopila. Moje děti mne už tak nepotřebují. Dcery v červnu odjíždějí na kolej a letní školu. Přemýšlím o tom, že bych zase začala něco studovat. Něco nového, co mne přitahuje. Možná, že bych se mohla věnovat léčitelství. Něco uvnitř mi mou touhu potvrzuje a já to chci dělat. Mám ale strach, zda se tomu dokážu odevzdat. Velmi ráda bych to chtěla dělat. Zapsala jsem se do kurzu komunikačních poruch. Můžete mi k tomu něco říci ? Je to v souladu s mým životním úkolem ?“

BARBARA: „Ano. “

Heyoan řekl:

\*\*\*

**Ano, komunikační poruchy, to přesně odpovídá tomu, o čem jsme mluvili.**

\*\*\*

## Problémy s provázky sedmé čakry

Provázky ze sedmé čakry, které jsou také spojeny s vyššími sférami, se týkají síly setrvat v Boží mysli ve vztahu k Bohu, vesmíru a jiné lidské bytosti. Představují schopnost porozumět dokonalému modelu vztahu a také schopnost ve vztahu integrovat fyzický a spirituální svět.

*Obvyklá onemocnění, která jsou důsledkem poškozených provázků sedmé čakry:*

Poškození provázků z této čakry může vést k depresi, špatnému vývinu fyzického těla v procesu dospívání, bolestem hlavy a mentálními poruchám, například schizofrenií.

*Příklady léčení a jeho účinky:*

Provázky sedmé čakry spojují vztahy, které existují v životě duše mezi inkarnacemi do lidské formy. Souvisejí s naším spirituálním dědictvím. Někdy se to týká našeho vztahu k Bohu nebo k duchovním bytostem, které jsou přijímány různými náboženstvími světa. Jsou to například Kristus, Buddha, strážní andělé nebo spirituální průvodci. Někdy se jedná o spojení s bytostmi v realitách, které těm, kteří vyrostli v prostředí Západu, mohou připadat jako fantazie.

K poškození těchto provázků dochází většinou před narozením, při početí nebo v děloze. Vždy souvisejí s těžkostmi při přenášení vědomí duše vstupující do těla a při procesu inkarnace. Poškození má za následek, že buď se člověk drží jenom fyzického těla, bez spojení ze svou spiritualitou, anebo zůstává ve spirituálním světě a není schopen sejít plně do světa fyzického.

Například retardované děti nejsou schopné sestoupit úplně do těla a hodně se toho bojí. Neměla jsem možnost s nimi pracovat, a tak nevím, jestli dojde nejdříve k poškození těla, takže se nemohou do něj dostat, anebo dojde ke zpomalení jeho vývoje, protože se nechtějí do něj inkarnovat. Pravděpodobně se to bude lišit případ od případu a přirozeně to bude záležet na životním úkolu. Retardované děti jsou velkými učiteli a někdy se takto duše inkarnují z vlastní vůle, aby pomohli rodině, do které se narodí. Vím o jednom případě, kdy léčitel dokázal pomocí každodenního vkládání rukou v průběhu mnoha let přivést retardované dítě až k normálnímu vývoji.

Pro „normální“ jedince existuje jeden hlavní důvod, proč nechtějí úplně sestoupit do fyzických těl, a tudíž mají problémy s provázkem sedmé čakry. Používají své spirituální spojení k tomu, aby se pokoušeli uniknout z inkarnace a vyhnout se zvládnutí života na zemi. Lze to provést tak, že vysuneme své vědomí přes vrchní část hlavy ven a jsme „mimo sebe“. Je to obranný manévr, ke kterému nás vede strach.

Obzvláště populární je to mezi studenty léčitelství ! Když provázky správně fungují a oni strach zvládnou, pochopí, že jelikož jsou teď lidskými bytostmi, jejich spiritualita se může realizovat pouze z hlediska existence v lidském těle. Změní se a méně utíkají z těla.

Mezi lidmi, kteří věří, že pocházejí z jiného hvězdného systému, se vyskytuje také zajímavý problém v souvislosti s těmito provázkami. Mají pocit, že nejsou skutečnými lidskými bytostmi a že byli donuceni sem přijít z nějaké vyspělé kultury, která se obvykle nachází mimo sluneční soustavu. Chybí jim jejich „pravý“ domov, a když se dostanou do lidského těla, ve kterém musí setrvávat, prožívají kruté časy. Mimosmyslové vnímání potvrzuje, že vztahové provázky těchto lidí jsou spojeny s jinými hvězdnými systémy a vysoce rozvinutými bytostmi z pokročilých kultur. Tito klienti si obvykle říkají „hvězdné děti“ a tvrdí, že se nikdy předtím jako lidské bytosti neinkarovali. V těchto případech je léčení jiné. Problém je, že odmítají nejen svůj vztah k zemi, ale také k jiným místům. Provázky s ostatními světy mají také roztržené - snaží se vrátit „domů“ - proto ty roztržené provázky. (Tak to ovšem nefunguje.) Výsledkem je, že je pro ně velmi těžké spojit se stabilně s kýmkoliv.

Z tohoto důvodu odmítají inkarnaci. Zjistila jsem, že nejlepší cesta, jak jim pomoci sejít do těla a spojit se se zemí, je opravit roztržené provázky a posílit spojení s jejich hvězdnými systémy. Když se tak stane, musí se spojit s tou částí sebe, která na zem přišla dobrovolně a z lásky. Prostřednictvím provázků se jim dostane podpory. Když je spojení úplné, usadí se ve svém fyzickém těle a hlásí se k tomu, že jsou lidskými bytostmi a dokonce jsou ochotni i připustit, že už lidmi někdy předtím byli. Přes znovu spojené provázky se cítí silně spojení s hvězdami, které jim pomáhají.

Některým čtenářům to může připadat úplně absurdní, ale znáte mé motto: „Neptej se, jestli to je reálné. Ptej se pouze, zda je to prospěšné.“

Funguje to ! Obvykle při channelingu, který se dělá při léčení, se snažíme poučit klienty, že z holografického hlediska pocházíme všichni z Univerza, jehož součástí jsou

planety i hvězdné systémy. Jelikož jsme se vším holograficky spojeni, teoreticky bychom si mohli pamatovat každý život, který jsme kdy žili na této i na ostatních planetách.

Měla jsem řadu příležitostí pracovat s provázky sedmé čakry. Je to stejné jako u ostatních čakr. Čistí se, rozmotávají a znovu správně spojují.

V jednom případě byla moje studentka přes všechny své čakry spojena s jistým hvězdným systémem. Při léčení jsem začala na sedmé čakře a postupovala dolů - opravovala a spojovala jsem všechny poškozené provázky. Cítila se potom lépe a byla mnohem více přítomná ve svém těle než předtím. V době, kdy jsem psala tuto knihu, byla mnohem lépe uzemněná, bylo až překvapující, kolik radosti jí fyzické tělo přinášelo. Cítila se v něm mnohem více v bezpečí než předtím.

Jednou jsem pracovala na poškozených provázcích sedmé čakry u klienta, který trpěl depresemi. Před léčením cítil své spojení s ostatními lidskými bytostmi, ale život vnímal jako omezený, značně nesmyslný průchod, který nevede nikam. S Bohem žádné spojení nepociťoval. Důsledkem byly deprese. Po několika léčebných sezeních, kdy jsem opravovala poškozené provázky, začal vnímat svou spjitost se vším, co se zde nachází, včetně Boha. S depresemi skončil a začal si, v hlubším smyslu významu tohoto slova, užívat život.

Začal se rozhodovat, jak chce strávit čas, a postupně se jeho život změnil. Změnil se i jeho postoj k práci - z účetního se stal profesionálním terapeutem, který pomáhal svým klientům najít, co chtějí v životě dělat.

Když jsem dokončovala tuto kapitolu a znovu se dívala na informace v ní uvedené, byla jsem překvapená tím, jak důležité jsou všechny naše minulé a nynější vztahy pro naše zdraví, léčení a pro náš osobní rozvoj. Teď je trochu v módě říkat, že každý vytváříme svou vlastní realitu, a myslím, že by to v některých spirituálních skupinách mohlo znamenat posun k izolacionismu. Zdá se, že někteří lidé vnímají „vytváření své reality“ jako něco, co s ostatními nesouvisí. Ale z holistického hlediska je realita každého z nás hluboce propletena s realitami ostatních prostřednictvím našich aurických interakcí a spojení, všech vztahů a genetických provázků. Jsme plodem evolučního vývoje lidského těla a aurických spojení, které trvají miliony let. Bezpochyby se při evoluci vyvíjely i naše aurické provázky, protože se rozvíjela i naše schopnost být ve vztahu s někým nebo něčím.

Ano, vytváříme vlastní prožitky reality, ale kdo je to „my“ nebo „já“, které je vytváří? Nejlepší praktický kontext, ve kterém můžeme na konceptu vytváření vlastní reality pracovat, je sebetransformace a léčení. *Příčinou našich onemocnění nejsou naše vztahy jako takové, ale naše energetické a psychologické reakce na ně.* Žádné aurické interakce nemohou probíhat bez vzájemné dohody zúčastněných stran, i když se jedná o dohody automatické a podvědomé.

Naše negativní interakce ve vztazích mají za následek cykly léčení vedoucí k našemu hlubšímu sebepoznání a k individuálnímu procesu, který je hlavním účelem životních zkušeností na čtvrté úrovni pole.

Ze širšího pohledu můžeme říci, že osobní rozvoj a individualizace probíhají přes proces inkarnace. Onemocnění, která jsou výsledkem negativních reakcí na vztahy, nám pomáhají vyjasnit si, kdo jsme, a pochopit, kdo nejsme. Z vydařených vztahů se také učíme, kdo jsme, i když mohou být někdy také těžké a vést rovněž

k onemocnění. Jestliže ve vztahu nerosteme tím, že se učíme něco o sobě, potom tento vztah není úspěšný. To neznamená, že bychom měli setrvávat ve vztazích, které jsou plné bolesti a trápení. V těchto případech bývá obvykle součástí našeho učení pochopení skutečnosti, že máme vztah opustit a vytvořit ve svém životě lepší situaci.

Čím více sami sebe známe a čím víc se ze své kodependence uzdravujeme, tím více se o sobě můžeme potom naučit ve šťastném, hladce plynoucím a živém vztahu. Čím více individualizovanými se stáváme, tím jsme nezávislejšími.

(5/4)

## PATNÁCTÁ KAPITOLA

# POZOROVÁNÍ AURICKÝCH INTERAKCÍ BĚHEM VZTAHU

Sejdeme-li se, splyneme spolu a pak se oddělíme, darujeme si lásku. Pozitivní účinky se dostaví hned -pocítujeme víc radosti. Když se sejdeme a je mezi námi nesoulad, vzejde z toho životní lekce nebo cyklus léčení, což může být prožíváno jako negativní. Ale nakonec, když se lekci naučíme a léčení je dokončeno, obrátí se to celé k dobrému. To vše můžeme pozorovat v interakcích aurických polí. Tři hlavní způsoby, které používáme k vzájemnému ovlivňování aurických polí, jsme si ukázali ve čtrnácté kapitole.

Některé jsou pozitivní, jiné negativní. V pozitivních interakcích se nám daří výborně. Spojujeme se s lidmi provázky z čaker. Vyměňujeme si navzájem pozitivní energii prostřednictvím bioplazmických proudů. Vzájemně si zvyšujeme vibrace a pomocí harmonické indukce se obdarováváme jasností a světlem. Akceptujeme se navzájem, přijímáme toho druhého takového, jaký je, a nezkoušíme s ním manipulovat pro své vlastní účely. V pozitivních interakcích také nedovolujeme partnerovi, aby nás ponižoval. Jsme pevně v sobě zakotveni a dobře komunikujeme.

## Negativní aurické interakce ve vztazích

Používáme ovšem také navykklé negativní způsoby interakcí a manipulování toho druhého přes aurická pole. Není to vědomé. Činíme tak obvykle ze strachu. Pokoušíme se pomocí harmonické indukce docílit, aby pole ostatních pulzovala jako naše, protože nám jejich vibrace nejsou příjemné. Taháme a tlačíme navzájem svá pole prostřednictvím bioplazmatických proudů, nebo nedovolíme bioenergii, aby se pohybovala. Provázky, kterými jsme spojeni, zneužíváme k tomu, abychom dostali od druhého, co chceme. Zkoušíme se na druhého zavěsit, nebo se s ním proplést. Všechny tyto aurické interakce jsou obvykle podvědomé a pro většinu lidí neviditelné,

ale každý se může naučit je vnímat a být si jich vědom tím, že bude rozvíjet své vyšší smyslové vnímání.

Existují pouze čtyři způsoby energetického proudění, které v těchto interakcích používáme. Energetický proud buď tlačíme, taháme, zastavíme, nebo jej necháme se pohybovat. Jestliže jeden táhne, druhý může odpovědět buď tím, že táhne zpět, nebo úplně zastaví energetický proud. Když jeden tlačí, druhý buď energetický proud odtlačí zpět, nebo zůstane „pevný v kolenou“, a zastaví ho.

Ukázka z typického intimního vztahu: ona chce lásku, natáhne se a pokouší se ji z partnera dostat. On si přeje zůstat chvíli sám, a tak na ni tlačí silný proud své energie, aby se stáhla. Nebo se může ve svém poli „opevnit“ a nereagovat, takže se tam partnerka nedostane. Přemýšlejte o způsobech svých interakcí s ostatními. Když například na vás někdo energeticky tlačí, odtlačíte ho zpět? Nebo vpustíte jeho energii do svého pole? Zastavíte ji, nebo kapitulujete a dovolíte, aby vaším polem procházela? Většinou energii zastavíme, nebo ji pošleme zpět.

Všichni používáme určité navyklé způsoby interakcí přes energetické pole. Tyto interakce odpovídají vzájemným dohodám a kontraktům, které uzavíráme a které byly popsány ve třinácté kapitole. Činíme tak podvědomě a habituálně. Způsob, jakým ostatní lidé používají svá pole pro interakci s námi, nám může být buď milý, nebo nepříjemný. Tyto navyklé interakce jsou vlastně obranné systémy energetického pole, které používáme, abychom se chránili před světem, který je v našich představách nebezpečný. Obranné systémy někoho jiného někdy „zvládneme“, někdy jsou pro nás nesnesitelné. Nenaučíme-li se, jak se vyrovnávat s negativními energetickými akcemi druhých pozitivním, uzdravujícím způsobem, roztočíme kolotoč negativních zpětných vazeb. Deformace vyvolaná opakovaným používáním energetických obranných systémů stále narůstá, až úplně převládne projekce a fantazie. Důsledkem mohou být velmi bolestné a zhojné interakce. Může k tomu dojít ve vztahu dvou lidí, mezi skupinami a dojde-li k tomu mezi dvěma národy, může to vést i k válce. Pokud se naučíme zabránit tomu na osobní úrovni, naučíme se tím také nedopustit to na úrovni národů.

Extrémně negativní interakce mohou způsobit v poli takový chaos a tak ho poškodit, že je potřeba hodně práce, aby se jejich důsledky odstranily. Náprava probíhá z části automaticky, podobně jako když si tělo samo pomáhá z nesnází. Některá aurická zranění a psychické hrůzy zůstávají v poli po celý život, nebo si je dokonce neseme do příštích životů podle toho, jak hluboce nás poznamenaly. Zranění zůstávají v aurickém poli tak dlouho proto, že lidé se obvykle přímému prožití bolesti vyhýbají, a tak ji zatlačí hlouběji do svého energetického pole a obalí energetickým blokem. Všechny hluboké rány, které vznikly důsledkem velmi hrubých interakcí nebo opakovaných habituálních negativních interakcí, mohou být léčeny metodou vkládání rukou a procesem osobního rozvoje.

Po dvaceti letech pozorování aurického pole jsem došla k závěru, že všechny hluboké rány se vytvářejí prostřednictvím negativních interakcí z tohoto nebo minulého života. Potom si je neseme do života příštího. Mohou také vzniknout po prožití nějakého fyzického traumatu, například při přírodní katastrofě nebo ze zranění při nehodě. Navíc jsem zjistila, že v nejvíce případech nehodě předcházela nějaká hádka nebo větší nedorozumění s někým blízkým. Dobré interakce jsou základem našeho zdraví, negativní vedou k onemocnění či zranění.

Nedávno při semináři jsem demonstrovala léčení na mladé ženě z Německa. Všimla jsem si zranění jejího kolena, které vzniklo před pár lety. Pomocí vnitřního vidění jsem zjistila, že jeden z vazů pod čéškou byl natržen. Když jsem na něm pracovala, vracela jsem se zpět v čase, abych viděla, jak ke zranění došlo. Pomocí vyššího smyslového vnímání jsem ji viděla jet na kole. Narazila na jakýsi nízký předmět a po hlavě přeletěla přes pravou stranu řidítek. To, že překážku neviděla, bylo způsobeno tím, že myslela na hádku, kterou předtím měla se svým přítelem. Příštího dne mi tuto informaci potvrdila.

Všechna onemocnění mají souvislost s negativním prožitkem ve vztahu, proto je pro nás nanejvýš důležité naučit se komunikovat s ostatními zdravým způsobem. V této kapitole vás seznámím s typickými formami energetických obranných systémů a s typickými způsoby našich následných reakcí, které nám nakonec způsobují problémy v energetických polích a vedou k onemocnění. Dále vám ukážu pozitivní způsoby, jak na tyto energetické obranné systémy reagovat tak, aby se oba partneři uzdravovali.

## **Negativní energetické interakce - vymezení rámce nového řešení**

V rámci popisu základních energetických obranných systémů, které všichni v určitém rozsahu ze zvyku používáme, použiji pět základních standardních charakterových struktur, které byly zavedeny ve studiích o bioenergetice. Uvidíte, že některé modely obrany se vám budou zamlouvat a jiné ne. Pravděpodobně užíváte v určité míře všechny.

Termín charakterové struktury slouží mnoha psychoterapeutům k fyzickému a psychickému popisu určitých typů lidí. Přestože náš fyzický vzhled dědíme geneticky, rozvoj fyzického těla záleží na poměrech a okolnostech našeho dětství. Lidé z podobnými prožitky v dětství a podobným typem vztahu k rodičům mají podobná těla. Závisí také na věku, ve kterém dítě poprvé prožilo tak velké trauma, že začalo své pocity blokovat. Znamená to, že zablokovalo proud energie ve svém aurickém poli a začalo rozvíjet obranný systém, který bude opakovaně používat po zbytek života. Energetické zablokování a obranné systémy, které vzniknou následkem traumatu, se budou lišit podle toho, kdy je dítě prožilo. Budou jiné u traumatu prožitého v děloze, v orálním stadiu, nácviku chůze na nočník nebo v období latence. Je to přirozené, protože jedinci a jejich energetická pole se také mění v různých vývojových stádiích života.

Podle mých zkušeností jsou okolnosti života a dětské prožitky dány systémem přesvědčení, který si přineseme ze zkušeností z minulých životů a z životů v ostatních plánech reality. Události našeho života jsou následkem příčin, uvedených námi do pohybu dlouho předtím, než jsme se narodili do současných fyzických těl. Někdo to nazývá karmou a „špatná karma“ pro něj znamená trest za to, co jsme udělali. Ale karma není potrestáním. Je to fungující zákon příčiny a následku. Životní okolnosti a události našeho života k nám přicházejí jako následky našich minulých činů.

Jak nás tyto události zasáhnou, je v celém rozsahu závislé na našich představách a systémech přesvědčení. Sklon k určitým představám a systémům přesvědčení si s sebou neseme ze života do života až do doby, kdy se staneme schopnými je skrze zkušenosti vyčistit a uzdravit. Pokaždé, když se k nám takováto situace vrátí, máme šanci se naučit, jak se uzdravit. Pokud máme o určitém souboru životních okolností

negativní představy a přesvědčení, budeme je prožívat jako strašné a bolestivé. Můžeme je dokonce považovat za trest za něco, čeho jsme se předtím dopustili. Jelikož si nemůžeme uvědomit nic tak hrozného, co jsme provedli v tomto životě, možná, že se to stalo dlouho předtím. Pokud o něčem negativní přesvědčení nemáme, když k tomu dojde, nepřinese nám to tak zničující bolest a sebeodsuzování. Přirozeně že trpíme, ale bolest nás neoslazuje.

Heyoan říká, že jsme na Zemi, protože jsme se tak rozhodli. Nemusíme zde být. Říká, že pokud se tak rozhodneme, můžeme odejít. Nikdo z vyšších bytostí to neodsuzuje.

Jediným důvodem prožívání určité události negativně je to, že náš systém přesvědčení nám říká, že se jedná o trest. Slyšela jsem například, jak mnoho lidí, kteří sami sobě nedovolili být silnými, tvrdí, že v minulosti moc zneužívali. Ta jim byla odebrána a teď jsou potrestáni tím, že žádnou nemají. Opravdu tomu tak mohlo být, že v minulosti moc zneužívali a v důsledku toho je potkaly určité okolnosti. Ale tyto události jsou přesně tím, co potřebovali, aby se naučili používat sílu a moc lépe. Univerzum je příliš výkonné a vyrovnané, než aby používalo tresty. Přináší spíše přesně určené lekce, které potřebujeme, aby naše potřeby mohly být naplněny.

Charakterová struktura je model deformace energetického pole, který pochází z našich negativních představ a přesvědčení, jichž používáme s největší pravděpodobností po mnoho životů. Jinak řečeno, charakterová struktura je důsledkem působení negativních přesvědčení a představ na naši duši, naše aurické pole a fyzické tělo. Neudělali nám to rodiče. Poměry a vztahy v dětství slouží k tomu, aby naše negativní představy a přesvědčení, jež neseme s sebou, abychom je mohli vyléčit, vypluly na povrch a vytríbily se. V první řadě kvůli tomu si vybíráme rodiče a poměry v dětství.

Pět hlavních charakterových struktur, které se užívají v bioenergetice, nazýváme takto: schizoidní struktura, orální struktura, psychopatická struktura, masochistická a rigidní struktura. Neodpovídá to zcela standardním termínům podle Freuda. Z těchto termínů je vyvinul dr. Alexander Lowen, spolužák dr. Wilhelma Reicha, který byl Freudovým žákem. Po studiu freudovské psychologie se začali oba zmínění vědci zabývat vztahem mezi freudovskou psychologií, fyzickým tělem a jeho bioenergií. V mé knize „Ruce světla“ je popsána struktura aurického pole každého zmíněného charakteru, stejně jako rozvoj aurického pole v různých stadiích růstu. Zde se zaměřím na nové způsoby nahlížení na každou energetickou strukturu a energetický obranný systém, který používá.

**TABULKA 15-1 OBRANNÉ ASPEKTY CHARAKTEROVÝCH STRUKTUR**

<b>charakterové struktury</b>	<b>schizoidní</b>	<b>orální</b>	<b>psycho-patická</b>	<b>maso-chistická</b>	<b>rigidní</b>
<b>hlavní problém</b>	existenciální hrůza	nasycení	zrada	vpád, krádež	autenticita - odmítání skutečného Já
<b>strach</b>	žít v lidském těle jako jedinec	mít nedostatek	přestat držet a důvěřovat	být kontrolován a řízen; ztratit sebe sama	být nedokonalý

TABULKA 15-1 **OBRANNÉ ASPEKTY CHARAKTEROVÝCH STRUKTUR**

<b>charakterové struktury</b>	<b>schizoidní</b>	<b>orální</b>	<b>psycho-patická</b>	<b>maso-chistická</b>	<b>rigidní</b>
<b>prožil</b>	přímou agresi	nedostatek potravy, opuštění	zneužívání a zradu	napadání a ponižování	popření psychické a spirituální reality
<b>obranná akce</b>	opouští tělo	vysává život	kontroluje ostatní	zároveň vyžaduje i odmítá	jedná spíše podle toho, co se od něj očekává než podle sebe
<b>důsledky obranné akce</b>	slabé tělo	neschopnost metabolizovat vlastní energii	agrese a zrada, kterou k sobě přitahuje	závislost; neschopnost rozlišovat mezi sebou a ostatními	neschopnost procítit své Já; svět je falešný
<b>vztah k esenci jádra</b>	umí prožít sjednocenou esenci, ale obává se esence individualizované	prožívá individualizovanou esenci jako nedostatečnou	obává se, že esence je špatná nebo zlá	individualizovaná esence není oddělená od ostatních	neprožívá individualizovanou esenci - neexistuje
<b>lidská potřeba</b>	individualizace; přijetí toho, že je lidská bytost	sebenasyceň; poznání, že jeho Já je dostatečné	důvěřovat ostatním; poznání, že lze udělat chybu a zůstat v bezpečí	být svobodný a vnímat a vyjádřit své Já	své Já vložit do života; procítit své skutečné Já
<b>spirituální potřeba</b>	zakusit individualizovanou esenci	prožít individualizovanou esenci jako neomezený vnitřní zdroj	rozpoznat a mít v úctě esenci jádra a vyšší vůli ostatních	rozpoznat esenci jádra jako svou vlastní a najít ve svém Já Boha	prožít sjednocující i individuální esenci ve svém Já
<b>porucha vnímání času</b>	prožívá univerzální čas; schází mu schopnost prožívat čas lineární a být ve fyzickém světě tady a teď	nikdy nemá dost času	pospíchá do budoucnosti	běh času se pro něj zastavil	vnímá čas jako neustálý mechanický pohyb vpřed



Co je myšleno charakterovými strukturami? Častokrát se začnou lidé, kteří je studují, podle nich definovat. Někdo třeba řekne: „Jsem schizoidní struktura.“ Lidé se tím mohou dokonce pyšnit. První věc, kterou musím říci, je, že charakterová struktura vám nepomáhá definovat, kdo jste. Spíše je to jakási mapa toho, co nejste. Častokrát je to vlastně o tom, kým se bojíte být. Tyto struktury vám ukazují, jak blokuje vyjádření své esence -toho, kdo jste. Popisuje způsob, jakým to deformujete. Ukazuje vám, jak nejste sami sebou. Každá charakterová struktura má obranný vzorec, který deformuje to, kdo jste, a vaše sebevyjádření je potom také deformované. Na energetické úrovni to probíhá tak rychle, že to nemůžete zastavit pouhým rozumovým rozhodnutím. Jsme-li pod určitým tlakem, reagujeme podle svého navyklého obranného systému. Pamatujete, jak jsme říkali, že obranné systémy jsme si vybudovali v dětství? Tenkrát byly pro nás užitečné, pomáhaly nám v situacích, které jsme neuměli jinak zvládnout. Stále chrání to zranitelné dítě v nás od nepřátelského světa, který si vytváříme svými představami a systémy negativních přesvědčení. Ale náš navyklý obranný systém pomáhá také nepřátelský svět vytvářet, protože jedná, jako kdyby naše negativní přesvědčení o realitě bylo pravdivé. Přitahuje tedy do našeho života ty negativní prožitky, ve které věříme.

Obrana charakterové struktury je důsledkem skutečnosti, že se necítíme v bezpečí. Je důsledkem určitého strachu. Každá obrana má svůj prvotní problém, který se týká specifického druhu strachu. Energetická obrana je reakcí na něj. Oslabení aurického pole a fyzického těla je přímým následkem opakovaně vytvářené deformace způsobené energetickou obranou. Pomocí těchto obranných akcí vytváří každý charakter způsob života přinášející životní zkušenosti, které potvrzují, že strach byl oprávněný. Způsob života určuje u každé struktury také specifický negativní vztah k času. Každá obrana charakteristická pro určitou strukturu deformuje také vztah k esenci centra Bytí. Ke každé obraně patří určitá fyzická i spirituální potřeba. Obě potřebují být naplněny, aby napomohly uzdravení.

Různé aspekty obranného systému jednotlivých charakterových struktur nalezneme v tabulce 15-1. Při popisování typů energetické obrany se budeme věnovat každému aspektu. Prozkoumáme, jak docílit, aby se každý člověk cítil bezpečný ve svých interakcích. Tyto nové interakce potom povedou ke stále silnějšímu pocitu bezpečí a přivedou vyléčení deformací vznikajících z používání navyklých obranných systémů, které způsobují tolik psychických a fyzických traumat v našem životě. Připomínám, že účelem pozitivní léčivé odpovědi na obranu je snaha pomoci oběma stranám, aby se co nejdříve vrátily do reality a vzájemného společenství. Lidé, kteří obranu používají, budou požadovat, abyste s nimi souhlasili a potvrdili jejich zdeformovaný pohled na svět. Pokud tak uděláte, jenom jejich obranu posílíte. Důležité je také nenechat je, aby prostřednictvím své obrany získali nad vámi výhodu, protože to jejich obranu posiluje a utvrzuje je v iluzi jejich deformovaného náhledu na svět.

Všechny typy aurických obran probíhají všude kolem vás, ve vás a ve vašich důvěrných vztazích. Pravděpodobně používáte v různých situacích různé typy obran. Zjistíte, že vy i vaši přátelé používáte kombinace typů obran. Zkuste to i procentuálně odhadnout. Můžete například používat třicet procent obrany schizoidní struktury, deset procent orální, pět procent psychopatické, patnáct procent masochistické a čtyřicet procent rigidní. Znamená to, že v sobě nesete hlavní problémy každé struktury v tomtéž rozsahu.

V různých životních stádiích se můžete zabývat hlavními problémy různých charakterových struktur. V tom čase používáte příslušnou obranu nejvíc. Začas se to změní. To je úplně v pořádku. Obecně platí, že stejný typ obrany přiřazený k určitému

charakteru používáme stále během života, ale užíváme ho méně často a neprosazujeme ho tolik silou, pokud vyjadřujeme více svou pravou podstatu. Tyto typy obran používají jak ženy, tak i muži.

## **Obranný systém schizoidního charakteru**

### **Hlavní problém schizoidní obrany**

Hlavním problémem schizoidního charakteru je existencionální hrůza. Člověk s touto charakterovou strukturou prožil pravděpodobně mnoho životů plných fyzické bolesti a traumat a obvykle umíral při mučení pro své spirituální přesvědčení. Tito lidé to zvládali tak, že při mučení utekli z těla. Tato minulost způsobila, že teď věří, že život ve fyzickém těle je nebezpečný a hrozný. Nemají příliš chuť vrátit se na zem. Netouží příliš po kontaktech s ostatními lidmi. Očekávají od nich nepřátelství. A takto je i občas vidí bez ohledu na to, jací doopravdy jsou. Jsou naprogramováni vidět ostatní tímto způsobem. Například, když se matka rozzlobí z důvodu, který nemá s dítětem nic společného, a podívá se na něj, bude dítě prožívat její hněv jako nebezpečný, život ohrožující výbuch vzteku, který je namířen přímo proti němu, a bude se cítit napadeno. Ve skutečnosti byla matka třeba rozzlobená na tesaře, protože mu zaplatila víc peněz, než si podle jejího mínění zasloužil.

Na druhou stranu si tyto lidé volí rodiče, kteří nějakým způsobem odrážejí jejich přesvědčení, že lidské bytosti jsou nebezpečné. Někteří rodiče si na nich vylévají svůj vztek, jiní je týrají. Co hlavně formuje obranu schizoidního charakteru je způsob, jakým dítě prožívá situaci, který nemusí být nutně v souladu s fakty o ní, ačkoli to často bývá velmi podobné.

V každém případě se lidé s touto charakterovou strukturou a z ní plynoucím obranným systémem obávají ostatních a spojení s nimi jim činí potíže. Provázky k rodičům z třetí a čtvrté čakry se nikdy nevytvořily správným způsobem, takže nemají vzor, jak se spojovat s ostatními. Tito lidé se obávají plně se inkarnovat, což znamená, že se obávají přinést vědomí a energii a pevně je zakotvit do fyzického těla.

### **Obranná akce schizoidního charakteru, kterou člověk používá, když má strach**

Obrannou akcí schizoidního charakteru, kterou člověk používá, když cítí strach, je, že opouští tělo. Tito lidé se naučili nejdříve rozdělit a potom otočit energetické vědomí tak, aby jeho velká část mohla uniknout přes vrchní část hlavy. Místo, kudy z těla odcházejí, je situováno buď na jedné straně hlavy, anebo vzadu. Jelikož se tomu naučili už v raném dětství, někdy i před narozením, a opakovaně to používají, dochází v energetickém těle ke zkroucení a naklonění k jedné straně a nikdy se nevyvine tlustá vnější hranice aury. Obal sedmé úrovně, který má tvar vaječné skořápky, je velmi tenký.

## Negativní účinek obranných akcí schizoidního charakteru

Důsledkem výše popsaných obranných akcí je, že fyzický svět se zdá ještě nebezpečnější. Lidé s touto charakterovou strukturou mívají velmi slabé hranice, přes které ostatní lehce pronikají. Jejich fyzická těla následují zkroucení energetického těla, a tak budou mít s největší pravděpodobností nějakým způsobem zkřivenou, a tím oslabenou páteř. Důsledkem toho, že nižší úrovně jejich aurického pole nejsou silné a dobře rozvinuté, je i slabé, citlivé fyzické tělo. Dlouhodobě jejich obranné akce tento stav ještě zhoršují. Pomáhá jim to vytvářet životní zkušenosti, které potvrzují, že život ve fyzickém těle je nebezpečný, protože sami jsou tak citliví a zranitelní. A tak jsou vtaženi do začarovaného kruhu.

Aby se vyhnuli inkarnaci do fyzického světa, ze kterého mají strach, lidé, kteří používají schizoidní obranu, tráví co nejvíc času ve vyšších spirituálních říších v neohrazeném stavu jednoty, v němž neprožívají svou individualitu. Jak už jsem uvedla v předcházejících kapitolách, život ve fyzickém světě nám slouží jako zrcadlo sebereflexe, takže nám pomáhá rozpoznat individualizovanou podobu Božství v nás. Lidé používající schizoidní obranu se tudíž vyhýbají individualizačnímu procesu inkarnace, jehož prostřednictvím by mohli dojít k jádru svého Bytí. Vědí o sobě všechno, ale neznají Boha ve svém nitru. Jelikož strávili tolik času ve vyšších říších, čas vnímají ve vztahu k nim. To znamená, že prožívají, jako kdyby se všechno odehrávalo najednou. Schizoidní charaktery neprožívají čas teď, v tomto okamžiku, ani ho neprožívají jako lineární. Jejich domovem je čas jako celek. Prožívat ho takto je pro ně lehké. Na obrázku 15-2 můžete vidět schizoidní energetickou obranu stažením se z těla.

## Jak poznat, že lidé používají schizoidní obranu

Používají-li lidé aktivně schizoidní obranu stažením se z těla, dá se to snadno poznat, protože jejich oči jsou „mimo“. Všude okolo nich můžete vnímat strach. Nejsou ve svém těle. Nestojí rovně, jsou natočeni na stranu.

## Lidské a spirituální potřeby lidí se schizoidní obranou

Tito lidé se potřebují cítit bezpeční ve fyzickém světě na zemi. Potřebují se naučit prožívat čas okamžiku, ve kterém se právě nacházejí, s minulostí a budoucností. Na spirituální úrovni potřebují dojít k poznání, že Bůh je v jejich nitru a že tento vnitřní Bůh je jejich jedinečná esence, která se neopakuje u nikoho jiného.



Obr. 15-2: Aurická obrana schizoidního charakteru

## Jaké jsou negativní reakce na schizoidní obranu

Pojďme se podívat, k jakým negativním reakcím může dojít, když se lidé brání tímto způsobem.

Co děláte, když jste v interakci se schizoidním charakterem, který se stahuje z těla? Rozzlobíte se, že vám nevěnuje pozornost a tlačíte na něj víc energie? Jestliže to uděláte, bude se vás bát ještě víc a uteče dál. Příště bude velmi těžké ho dostihnout. Na obrázku 15-3 můžete vidět, co se děje ve vašem poli, když se rozzlobíte a tlačíte energii, a jak partner na váš hněv reaguje.

Můžete se začít cítit opuštění. Chytíte se jeho pole? Začnete tahat? Když to uděláte, tak uteče ještě dál. Na obrázku 15-4 je znázorněno, jak to bude vypadat energeticky.

Zastavíte se a zastavíte také proudění energie? Ponoříte se ještě víc do sebe, když se zastavíte? Takže vy jste tady a on tam. Jeden druhého ztrácíte. Anebo se pouze

zastavíte a čekáte ? Možná netrpělivě požadujete, aby si ten druhý pospíšil a vrátil se ? Nevrátí. Podívejte se, jak to dopadá - obrázek 15-5.

Nebo to necháte být, popřete, co se děje, a pokračujete v konverzaci, jako kdyby vás partner vnímal, a tak ztrácíte čas ? Podařilo se vám domluvit ? Silně o tom pochybují. Je to znázorněno na obrázku 15-6.

Nebo odejdete také, takže tam nemá kdo komunikovat ? Na obrázku 15-7 můžete vidět, jak to dopadá.

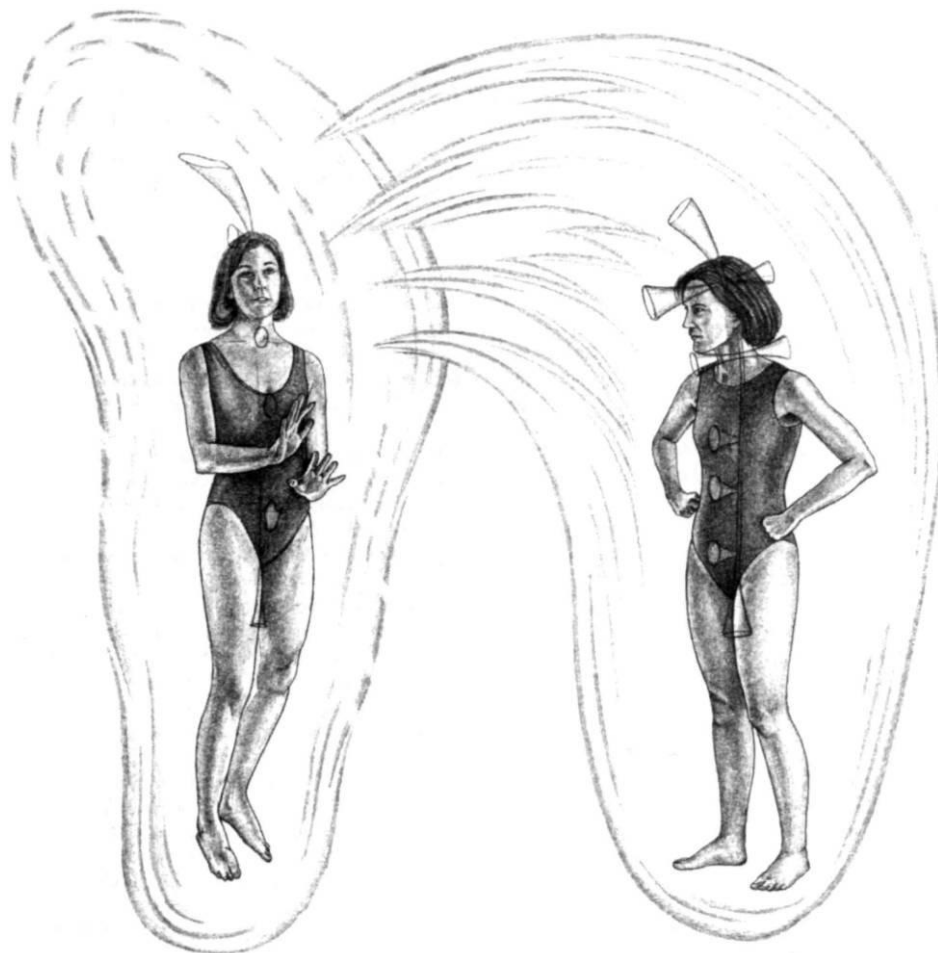
Lidé se schizoidním charakterem jsou občas arogantní a dávají vám najevo, že jsou spirituálněji a víc se zabývají duchovními záležitostmi, jenom aby vás zastrašili a drželi daleko od sebe. Připustíte, že „spirituálněji“ znamená „více rozvinutý“, a přerušíte kontakt ? Rozzlobíte se a oni budou trvat na svém ještě důrazněji ? Třeba jejich záminku nepřijmete. Pokud se přes ni dostanete, potřebujete ještě změnit své energetické pole. Určitě si přejete pomoci svému partnerovi se schizoidním charakterem, aby se cítil bezpečně a opustil obranný postoj, vrátil se na zem a začal komunikovat tak, aby mohl dokončit to, čemu jste se společně věnovali.

## Jak byste mohli odpovědět pozitivním léčivým způsobem na schizoidní obranu

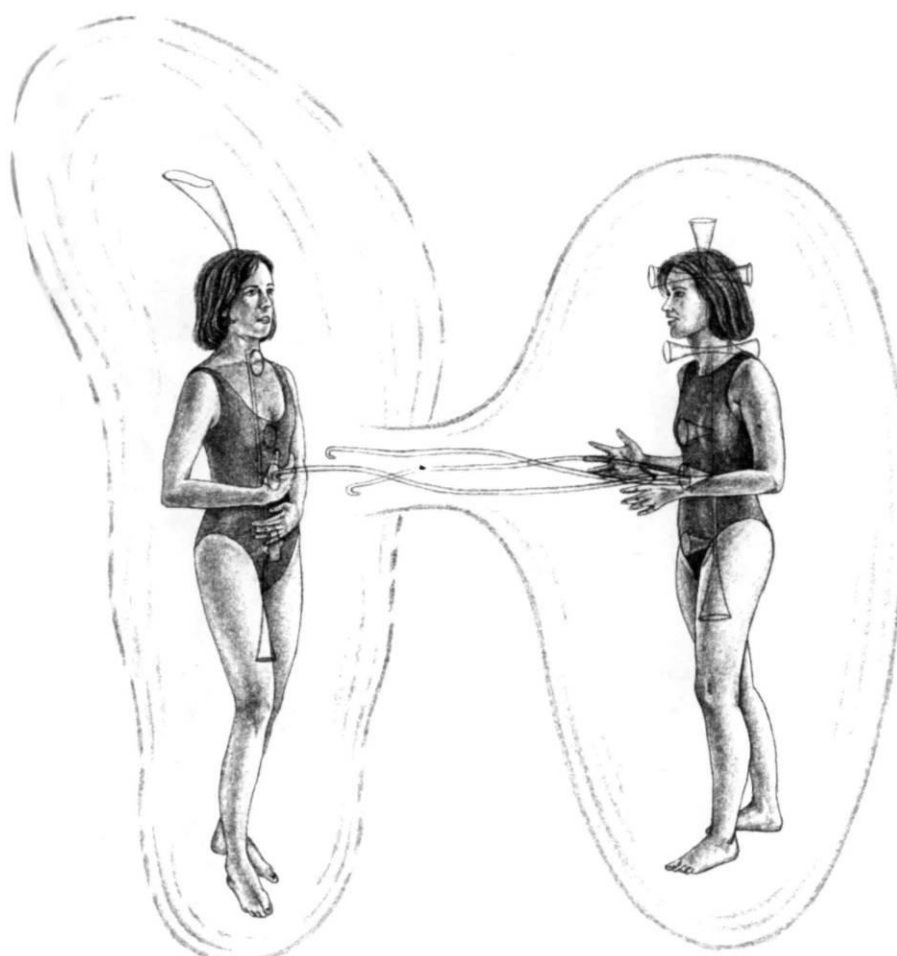
Na obrázku 15-8 (barevná příloha) je znázorněno, jak můžete regulovat své energetické pole při interakci s lidmi se schizoidní obranou, aby se mohli cítit v bezpečí. Tato reakce je určena k tomu, abyste se oba zbavili strachu a systému obran a vrátili se do reality a společenství tak rychle, jak jen je to možné. Použijeme různé variace tří hlavních typů interakcí mezi energetickými poli (harmonickou indukci, bioproudy a provázky) a čtyři způsoby pohybu energetického toku (tah, tlak, zastavení a vpuštění do svého pole), abychom pro svého přítele se schizoidní obranou vytvořili bezpečný prostor.

Platí pravidlo číslo jedna: v žádném případě nesmíte při používání bioplazmických proudů překročit jeho nechráněné hranice. Uvědomte si, že obal jeho sedmé úrovně aury je podobný prasklé vaječné skořápce. Vyšlete-li skrz něj bioplazmické paprsky, jdou přímo dovnitř a přítel nebo přítelkyně mohou vybuchnout. Druhá věc, kterou si musíme pamatovat, je, že energetické vědomí se u lidí se schizoidním charakterem pohybuje ve vysokých frekvencích na vyšších úrovních pole. Abychom se k nim dostali, musíme zvednout své vibrace na vysokou úroveň a využít harmonické indukce.

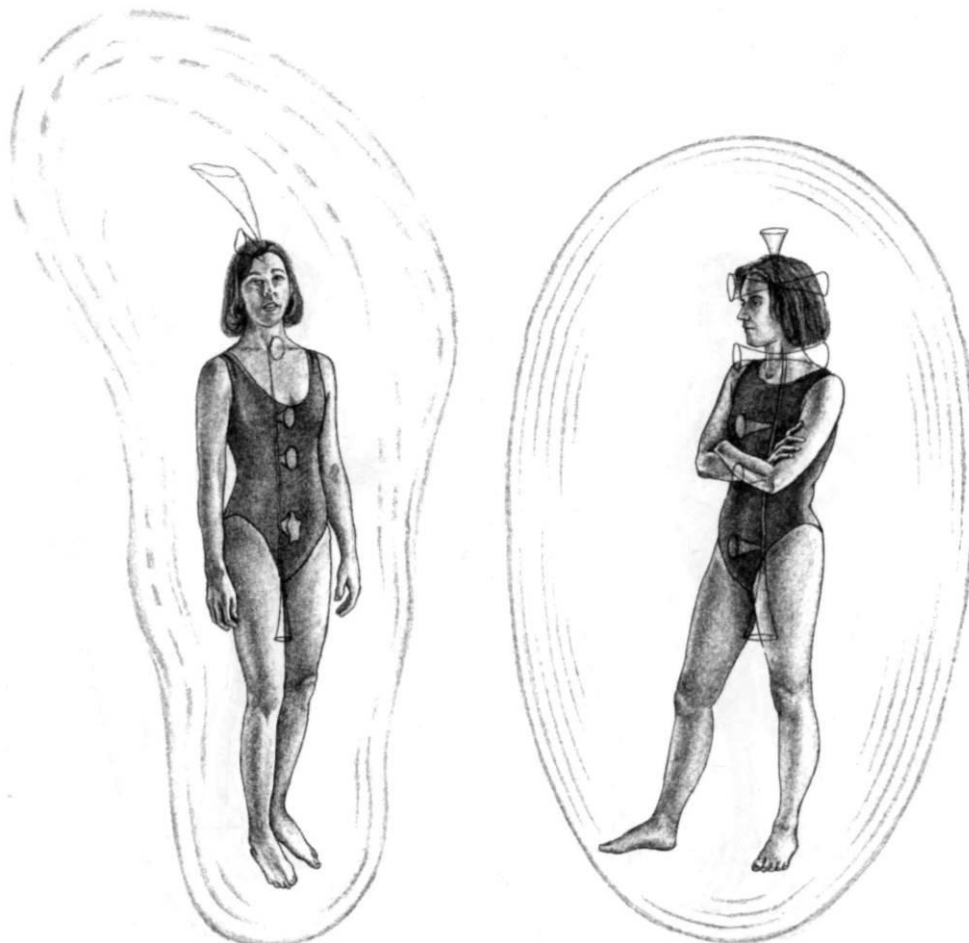
Děláme to tak, že zaměříme svou pozornost na nejvyšší spirituální realitu, jakou známe. Svě vědomí přivedeme k úplnému prožitku vyšší spirituality tím, že si ji představujeme, cítíme ji, vidíme, slyšíme, voníme k ní a ochutnáváme ji. Jestliže to uděláme a současně se zdržíme vysílání bioplazmických proudů, druhá osoba se začne cítit bezpečně. To se nám podaří, když udržíme mysl zaměřenou najednou ve všech směrech kolem sebe (sféricky). Prociťujte hranici svého pole, která má formu vaječné skořápky. Vnímejte pulzaci svého aurického pole. Vnímejte každý bod své hranice a celou ji držte. Nezaměřujte se na žádnou věc. Neutíkejte myslí k žádné věci.



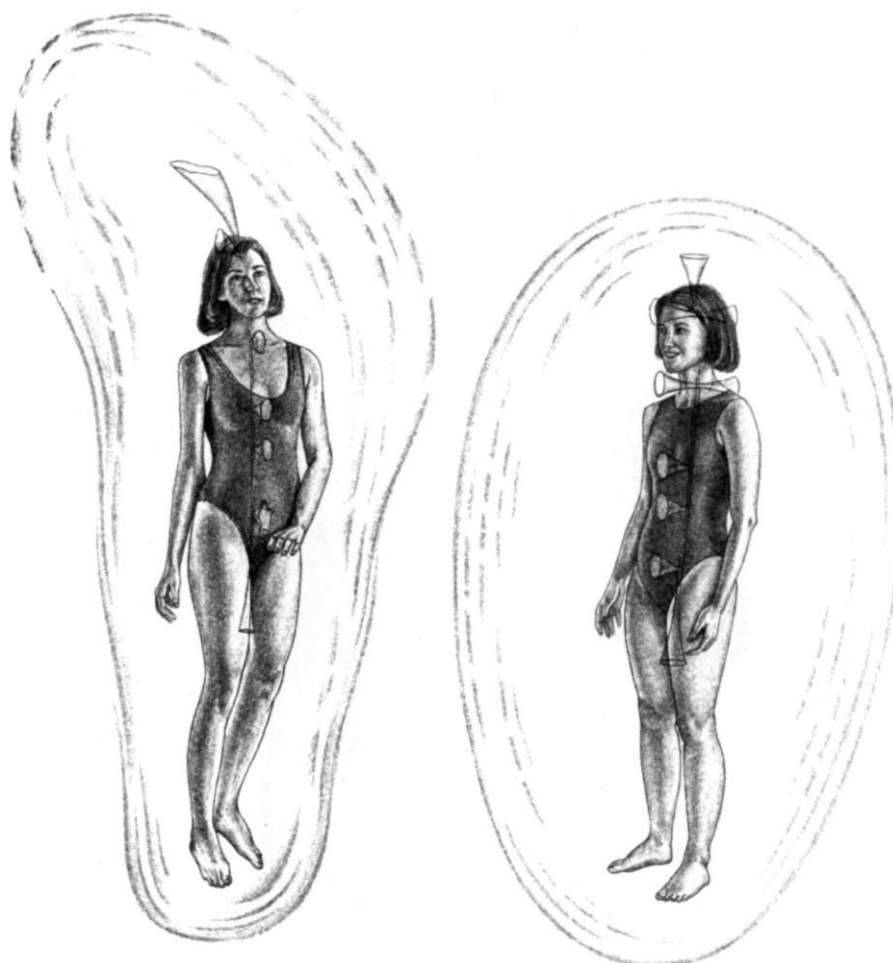
Obr. 15-3: Schizoidní obrana a reakce tlačáním energie



Obr. 15-4: Schizoidní obrana a reakce taháním energie



Obr. 15-5: Schizoidní obrana a reakce zastavením proudění energie



Obr. 15-6: Schizoidní obrana a reakce typu: „Vím, co se děje, ale popírám to. “  
 Zjevení světla 271 Barbara Ann Brennan



Obr. 15-7: Schizoidní obrana a reakce stažením se

Možná nebudete moci stát přímo před osobou, které se to týká, a mít s ní oční kontakt, když provádíte výše uvedená cvičení - mohlo by se jí zdát, že ji to ohrožuje. Nevadí. Pokud jste v synchronizaci a máte s ní kontakt prostřednictvím harmonické indukce, můžete jemně snížit vibrace vašeho pole. Pokračujte ve spojení přes harmonickou indukci, abyste ovlivnili vibrace partnera a snížili jejich frekvence. Jenom se uvolněte a uklidněte. To způsobí, že se uklidní i ten druhý/ta druhá. Představujte si, jak se procházíte po krásné trávě mezi stromy. To pomůže vaše frekvence snížit na frekvence zemské. Další interakce už vyžaduje určitou praxi v řízení energetického pole, tak neházejte flintu do žita, jestliže vám to ze začátku nepůjde. Uvádím to zde pro ty čtenáře, kteří jsou v této práci pokročilejší a pro něž by to mohlo být užitečné. Jakmile docílíte pocitu bezpečí, poproste přítele nebo přítelkyni o dovolení dotknout se jich. Jestliže je dostanete, požádejte, aby se tato osoba postavila a pokrčila kolena. Dále položte opatrně pravou ruku na zadní část její druhé čakry. Musíte mít jistotu, že v ruce udržíte klidné vibrace a nebudete vysílat žádné bioproudy. Potom velmi, velmi opatrně nechte bioplazmický proud vytékat z vaší ruky. Vedťe ho se záměrem dostat se dovnitř do středu těla partnera a potom dolů do země. Tento proud bude vašeho partnera spojovat se zemí. Potom nechte provázky z vaší třetí a čtvrté čakry se spojit s jeho čakrami. Provázky musí vycházet ze středu vašich čakr a musí být zapuštěny až do středu čakr toho druhého, protože on sám je neumí připojit.





Obr. 15-8: Pozitivní léčivý způsob odpovědi na schizoidní obranu

### Výsledky pozitivní léčivé odpovědi

Pokud se vám vše výše uvedené podařilo zvládnout, máte velkou zásluhu na tom, že váš partner začne považovat vztah za bezpečnější. Je důležité si připomenout, že člověk se schizoidní obranou se pravděpodobně nikdy při lidských interakcích a spojeních necítil v bezpečí - nezažil ten pocit tak, jak jsme schopni ho vnímat, jsou-li naše provázky mezi třetí a čtvrtou čakrou správně spojené. Naučit se spojení

ve vztahu je pro schizoidní charaktery naprosto podstatné, protože pouze prostřednictvím vztahu mohou prožít svou vlastní individualitu jako Božskou a takto naplnit svou nejhlubší spirituální potřebu. Prožívají Boha ve sjednoceném stavu, ale ne ve své vlastní individualitě. Přivést je k tomu může pouze komunikace s ostatními lidskými bytostmi. To, že jim přes své aurické pole umožníte vytvořit bezpečný prostor pro interakci, jim velmi pomůže.

Jestliže příště váš milý či milá při rozhovoru „utečou“ a vy zareagujete navyklým způsobem, nic se neděje. Bylo to pravděpodobně příliš rychlé. Ale jakmile to zachytíte, nezapomeňte si uvědomit, že příčinou chování vás obou - jeho útěku i vaší obranné reakce, je strach. Pokrčte kolena, spojte se se zemí, zhluboka se nadechněte a začněte pomáhat, jak můžete vidět i na obrázku 15-8 v barevné příloze. Partner se vrátí a znovu začnete komunikovat. Ze začátku to bude velmi obtížné, protože budete velmi pravděpodobně používat svůj navyklý způsob obrany. Ale čím více to budete procvičovat, tím to bude lehčí, a vy namísto toho, abyste ztráceli svůj drahocenný čas a energii obranou, posunete se k mnohem plnějšimu prožitku života a společenství.

## Jak se naučit přestat používat schizoidní obranu

Jakmile zjistíte, že jste „ulítli“ do stratosféry, zaregistrujte to a uvědomte si, že to děláte proto, že máte strach. Abyste se přestali bát, potřebujete své chování změnit. Nejdříve pokrčte kolena a zhluboka dýchejte. Zkontrolujte, zda máte otevřené oči. Zůstaňte stát s pokrčenými koleny a zaměřte svou pozornost na temeno hlavy. Přeneste tam své vědomí, potom ho přeneste níž na svůj obličej, krk, vrchní část hrudníku a tak postupně pokračujte, dokud vaše vědomí nebude na spodní straně chodidel. Opakujte mantru: „Jsem v bezpečí. Jsem tady.“ Když pod chodidly cítíte pevnou zem, vnímejte partnera, s nímž komunikujete. Jestliže se vám jeví jako vroucí a přátelská bytost a pokouší se k vám dostat, pomozte mu. Zkuste otevřít své srdce a solar plexus svému partnerovi a spojit se s ním.

## Obranný systém orálního charakteru

### Hlavní problém orální obrany

Hlavním problémem osoby používající obranný systém orálního charakteru je nasycení. Tito lidé prožili mnoho životů, ve kterých trpěli nedostatkem. Pravděpodobně žili v období hladomoru a hladem umírali nebo se museli rozhodovat, jak rozdělit tu trochu jídla, kterou měli. Nikdy neprožili pocit úplného nasycení a neustále se obávají, že budou trpět nedostatkem. Jelikož přicházejí na zem s tím, aby si léčili toto přesvědčení, vyberou si podle toho i poměry v dětství. Opuštění a strach z toho, že se to bude opakovat, prožívají již v raném dětství. Obvykle se jedná o opuštění ze strany rodičů. Nebývá podstatné, do jaké míry se jedná o skutečnost, důležité je, jak to oni sami prožívají.

Klasickým příkladem vytváření tohoto způsobu obrany je situace, kdy matka neměla dost času, aby kojení dítěte probíhalo až do jeho úplného nasycení. Jestliže je dítě od prsu matky odtrženo předtím, než je úplně nasyceno, nezná pocit naplnění

a uspokojení, který automaticky vyvolává, že nasycené dítě se prsu pustí. Sání mateřského mléka přináší splynutí s matkou. Je to pocit nejbližší tomu, co dítě prožívalo v děloze. Při tomto splynutí prožívá dítě sebe jako Matku, Matku jako Boha a sebe jako Boha, kterým je Matka. Esence dítěte, Matky a Boha je tatáž. Aby dítě mohlo procítit svou vlastní esenci, musí být naplněno esencí Matky/Boha. Potom se může pod podmínkou, že bylo dostatečně nasyceno, samo vlastními silami nasměrovat k individualizaci, aby zakusilo svou vlastní Božskou podstatu ve středu svého Bytí. Tomuto procesu se učí prostřednictvím kojení.

Pokud jsou pro matku s kojením spojené těžkosti nebo je dítě od prsu odtrženo předtím, než se dostatečně nasýtilo, či se jedná o situaci, kdy matka pospíchá anebo je netrpělivá a chce na dítěti, aby si pospíšilo také, dítě to prožívá jako opuštění. Opakují-li se tyto situace, dítě znervózní a není schopné pít tak rychle. Bude kojení prodlužovat, a tak to celé ještě zhoršovat. Dítě se vlastně naučí opouštět matku předtím, než ona opustí je. Ale při tomto postupu nikdy nezažije promíchávání esencí a následně svou individualizaci. Tito lidé vyrůstají bez jasného, plného uvědomění si své podstaty, Božské jiskry v sobě. Zůstává v nich spíš pocit, že jsou slabí a že nikdy nedostanou dost. Takovéto děti také mívají pocit, že rodiče jim sají energii. Je možné, že to dělají. Budťo matky, nebo oba rodiče bohužel využívají spojení přes třetí čakru spíše k tomu, aby si energii brali, než aby ji dávali. Též si energii berou prostřednictvím bioplazmických proudů, kterými se na ně napojí. Děti se také nikdy nenaučí být ve spojení se zemí.

## Obranná akce orálního charakteru, kterou člověk používá, když má strach

Obrana orálního charakteru vzniká jako důsledek výše popsaného stavu a spočívá v tom, že tito lidé z ostatních sají energii. Je to podvědomé a děje se to několika způsoby: spojením se s ostatními pomocí provázků třetí čakry (sají energii, jako to dělali rodiče jim); sáním energie prostřednictvím bioplazmických proudů vznikajících při očním kontaktu (jejich oči fungují jako vysavač - místo smetí vysávají energii); nebo dlouhými nudnými rozhovory, v nichž mluví příliš tichým hlasem. Mluví-li příliš potichu, musí ostatní vysílat bioplazmické proudy, aby je slyšeli. Oni potom sají energii tím, že mluví potichu dál. Obrázek 15-9 znázorňuje, jak vypadá obrana sáním u orálního charakteru.

## Negativní účinek obranných akcí orálního charakteru

Negativním účinkem obranné akce orálního charakteru je skutečnost, že tito jedinci mívají pocit, že fyzický svět není schopen je nasýtit. Lidé, kteří používají tento způsob obrany, nasycení odmítají a neznají ho. Jelikož používají svůj energetický systém k tomu, aby mohli sát energii z ostatních, jejich čakry se nevyvinou do obvyklé velikosti tak, aby mohly naplnit energii aurické pole. Zaměřují se spíše na naplnění pole energií zvenčí než prostřednictvím vlastních čaker nebo svého vnitřního zdroje. Tudíž se svým vnitřním zdrojem nemohou být v kontaktu, anebo je tento kontakt nedostatečný. Následkem toho pole zůstává stále slabé a závislé na „předkousané“ energii od ostatních, a tak to pokračuje stále dokola. Mají neustále nedostatek energie a jsou závislí na energii ostatních. Tento stav způsobuje, že lidé se v jejich

přítomnosti necítí příliš dobře, nejsou tam rádi a „opouštějí“ je tím, že se jim vyhýbají. Takto získané životní zkušenosti potvrzují, že jim není přáno, že nikdy nemají dost. Ocítají se v začarovaném kruhu.

## Jak poznat, že lidé používají orální obranu

Dá se to poznat docela lehce, protože lidé aktivně užívající orální obranu se chovají bezmocně a chtějí, abyste pro ně dělali věci nebo o ně pečovali způsobem, který není pro dospělé jedince přiměřený. Mluví hodně potichu měkkým hlasem a používají hodně oční kontakt. Bezmocnost, kterou si můžete přečíst z jejich očí, by se dala vyjádřit takto: „Udělej to pro mne. Pečuj o mne spíše ty, než aby to bylo vzájemné. Nechci dávat a dostávat tím způsobem, jak mezi zralými dospělými lidmi péče obvykle probíhá. “

## Lidské a spirituální potřeby lidí s orální obranou

Tito lidé potřebují zažít úplné nasycení, které získají z vlastního zdroje. Potřebují se naučit, jak se to dělá. Potřebují zakusit, jak chutná úplný a silný zdroj života existující v jejich nitru - jádru jejich Bytí.

## Jaké jsou negativní reakce na orální obranu

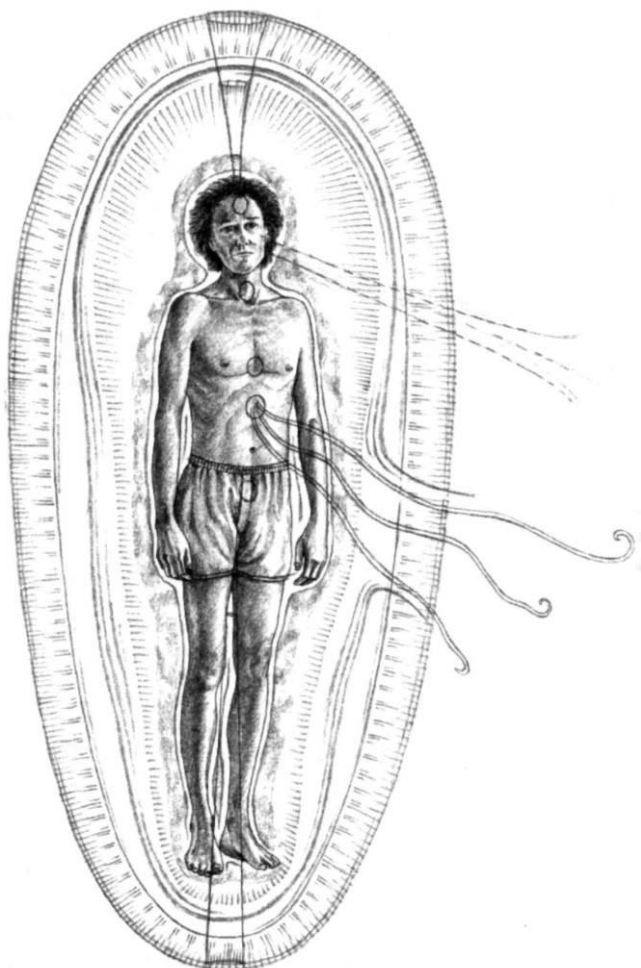
Opět budeme zkoumat hlavní reakce lidí na tento druh obrany z hlediska pěti druhů pohybu energetického toku. Energii můžeme tlačit, tahat, zastavit, nechat ji proniknout do svého pole nebo před ní uniknout.

Co děláte, když jste v kontaktu s lidmi, kteří jsou bezmocní a berou a berou a berou a nic vám nevracejí? Rozzlobíte se na ně, že vám sají energii, a tlačíte na ně víc a víc, ale energii negativní, až oni nakonec tok zastaví? Naštvetete se, urazíte je, ponížíte a pak rozdrtíte energii? V těchto případech se musí cítit ještě hůř. Jestliže se takto zachováte, pravděpodobně se zhroutí a budou ještě bezmocnější. Komunikovat s nimi příště bude ještě obtížnější. Na obrázku 15-10 vidíme, co se může dít v energetickém poli, když se rozzlobíme a energii tlačíme, a jaká je reakce orálního charakteru na náš hněv.

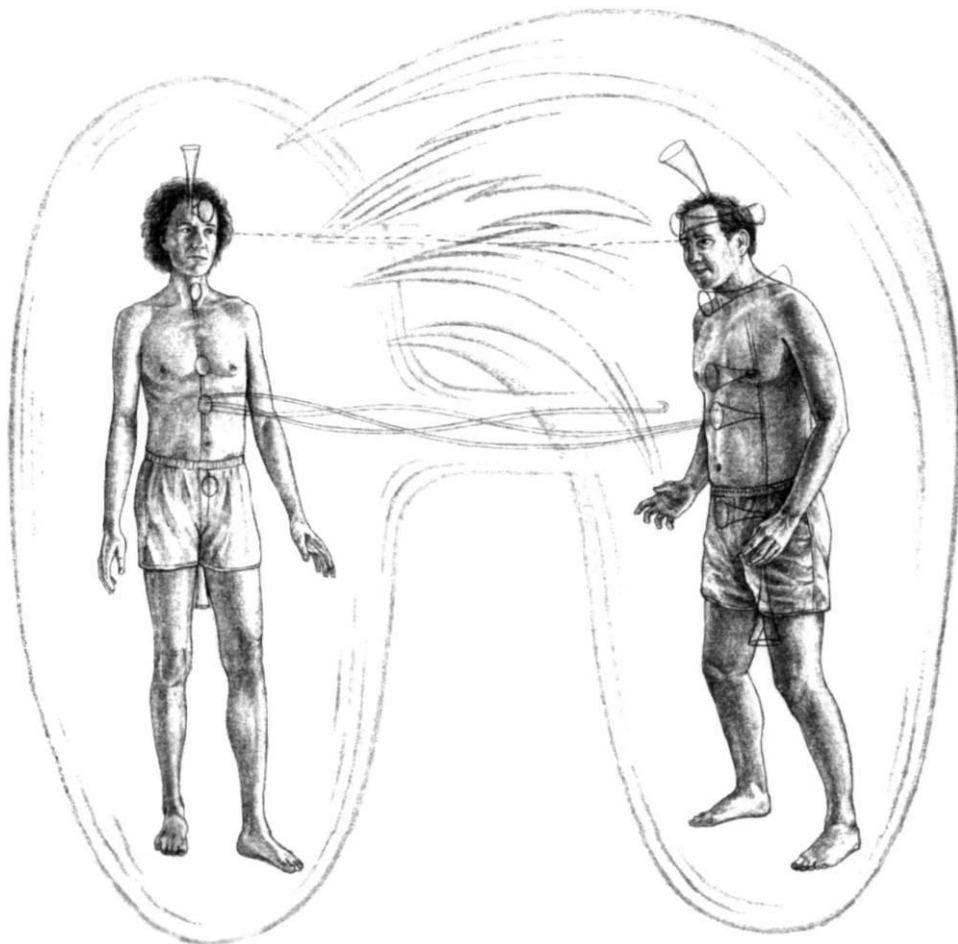
Nebo reagujete tak, že se cítíte opuštěni a pověsíte se na ně? Začnete z nich energii také tahat? Uděláte-li to, začnou buď silněji táhnout energii a vysávat vás, anebo se zhroutí. Co potom? Ještě přidáte na intenzitě? Na obrázku 15-11 můžete vidět, jak to vypadá, když se na partnera pověsíte a táhnete, a jaká je jeho reakce. Nebo proudění energie zastavíte, aby nemohli dostat vaši energii? Co uděláte, když energii zastavíte: ponoříte se hluboko do sebe? Orální charakter je tam venku a pokouší se sát, ale vás nenachází. Jeden druhého jste ztratili. Nebo zůstanete přítomni a jenom čekáte, až s tím přestane, možná s netrpělivým požadavkem, aby si pospíšil a začal už dávat? To se nestane. Co dál? Přestanete mu naslouchat a opustíte ho? Na výsledek se můžete podívat na obrázku 15-12.

Popřete to, co se děje, necháte to být a pokračujete v konverzaci, jako kdyby se nic jiného než to, co je na povrchu, nedělo? Vyčerpává vás to? Reagujete jako pečovatel? Dovolíte partnerovi, aby dosáhl svými provázky na vaši třetí čakru a sál z ní energii? Pokud ano, pravděpodobně to brzy pocítíte. Dáváte jim hodně energie prostřednictvím bioplazmických proudů, které vysíláte tak, že jim umožňujete manipulaci s vámi a uplatňování dalších požadavků? Nakloníte se k nim blíž, abyste je lépe slyšeli, když o ně pečujete? Dovolíte jejich bezmocným očím, aby sály vaši energii, a tedy souhlasíte s tím, že oni nejsou schopni energii pro sebe metabolizovat, ale vy jí máte dost na rozdávání? Ale pomůže jim to? Doopravdy určitě ne - jenom jim pomůžete pokračovat stejným způsobem, jaký používají už od raného dětství. To není řešení. Na obrázku 15-13 je znázorněna pečovatelská reakce na orální obranu.

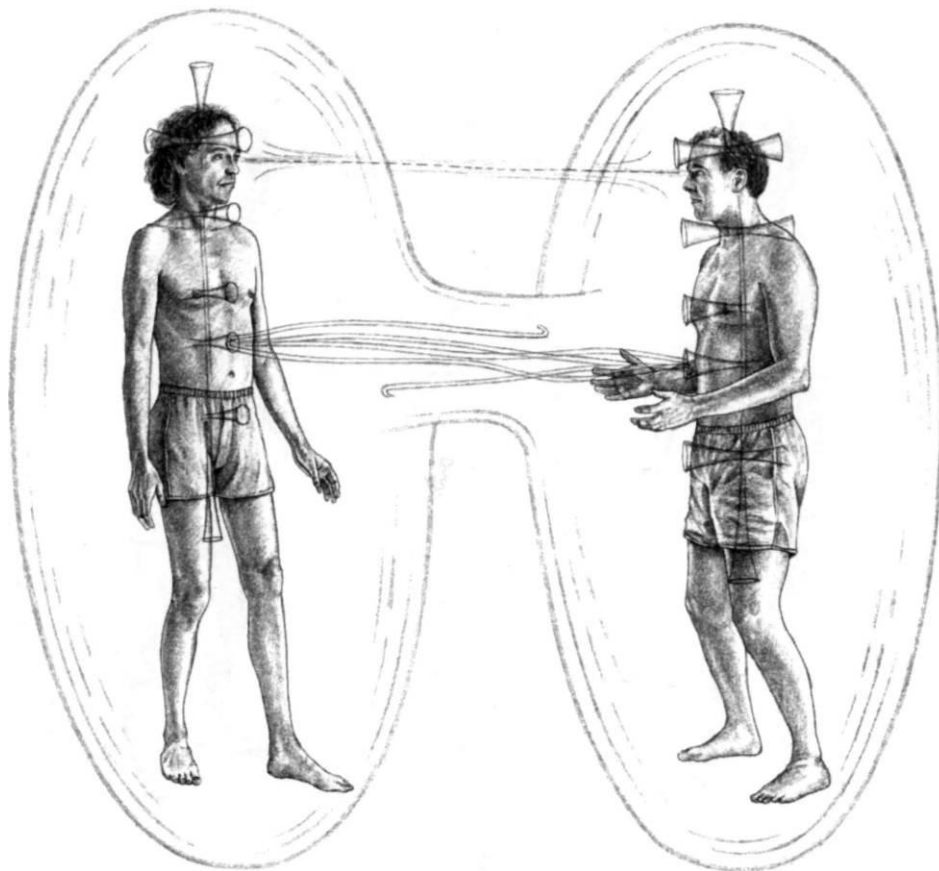
Reagujete tím, že se osobě vyhnete a tedy ji opustíte? Nebo utečete z těla, takže tam nezůstane žádná energie, kterou by mohla sát? Opět to bude vnímat jako své opuštění a buď bude sát energii tím usilovněji, anebo to vzdá a zhrouť se. Znovu se utvrdila ve svém hrozném strachu. Na obrázku 15-14 můžeme vidět tuto kombinaci obran.



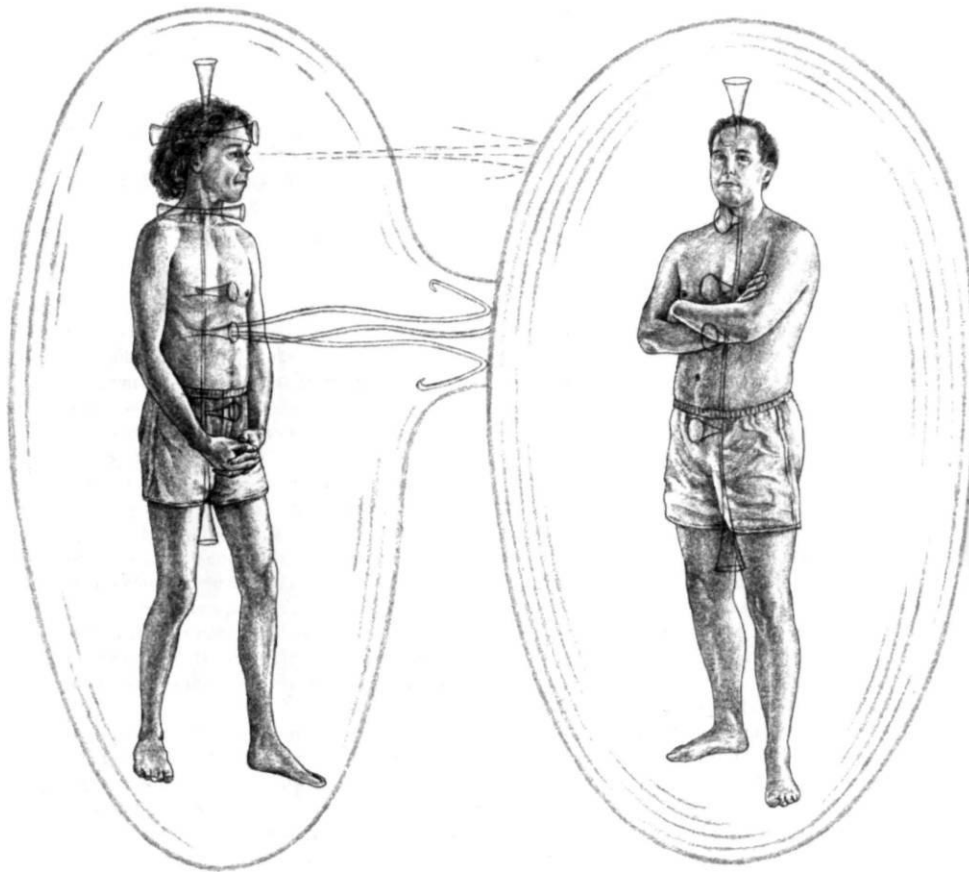
Obr. 15-9: Aurická obrana orálního charakteru



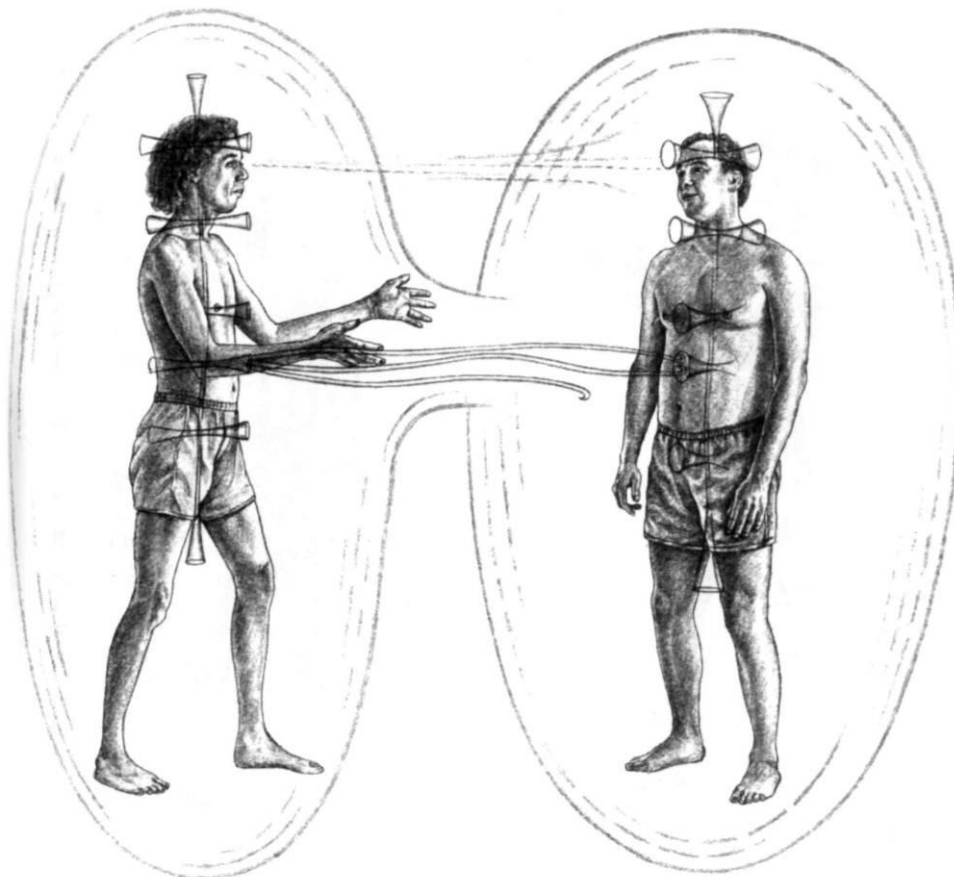
Obr. 15-10: Orální obrana a reakce tlačení energie



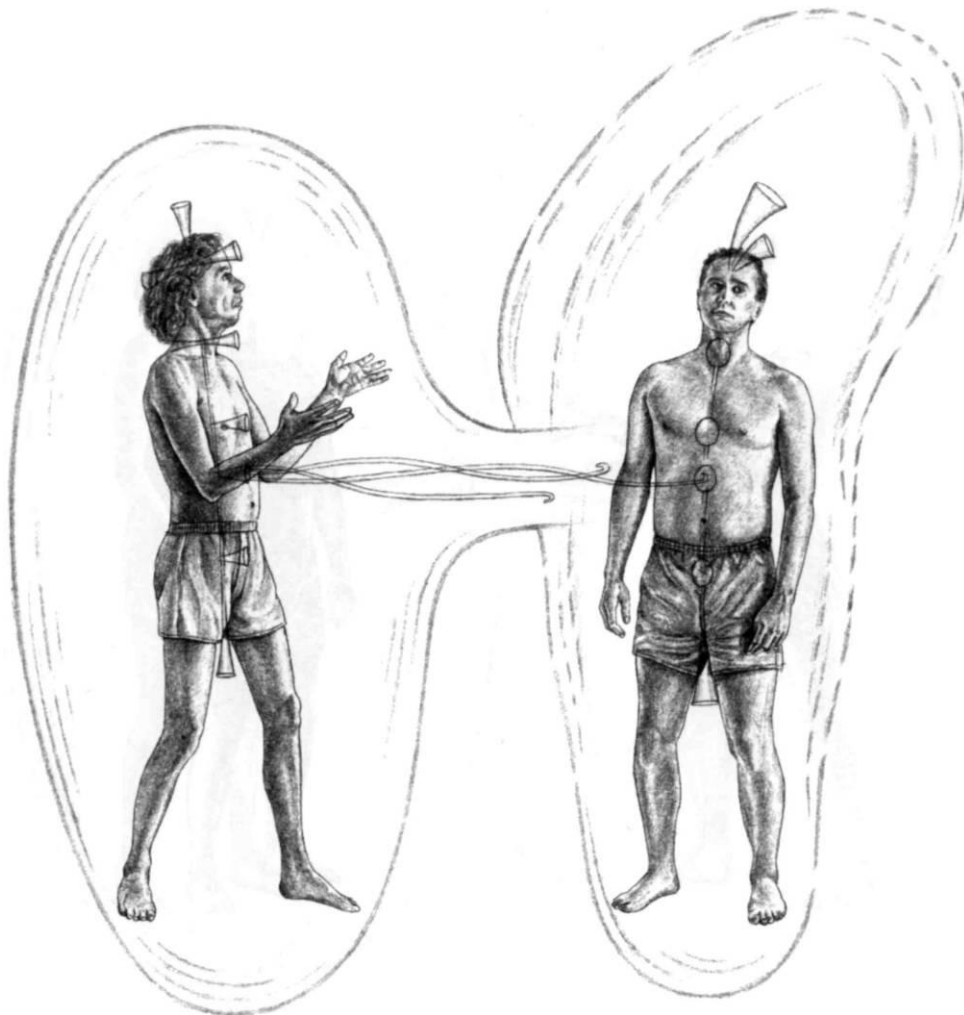
Obr. 15-11: Orální obrana a reakce tlačení energie



Obr. 15-12: Orální obrana a reakce zastavením proudění energie



Obr. 15-13: Orální obrana a reakce typu: „Vím, co se děje, ale popírám to. “



Obr. 15-14: Orální obrana a reakce stažením se

## Jak byste mohli odpovědět pozitivním léčivým způsobem na orální obranu

Na obrázku 15-15 (barevná příloha) je znázorněno, jak můžeme regulovat své energetické pole při interakci s lidmi používajícími orální obranu, aby se cítili v bezpečí, abychom jim pomohli prožít úplné nasycení a ukázali jim, jak toho mohou dosáhnout vlastními silami.

Pravidlo číslo jedna je, že jim nedovolíme sát energii způsobem, na který jsou zvyklí. Znamená to, že jim nedovolíme spojit provázky z třetí čakry s našimi, což dělají proto, aby mohli sát naši energii. Abychom se tomu mohli vyhnout, je dobré nestát při komunikaci přímo proti nim. Postavte se vedle nich a představte si silný štít, který chrání vaši třetí čakru před připojením provázků. Nebudte v očním kontaktu a nedovolte, abyste vysílali své bioplazmické proudy na základě jejich požadavků. Ale jinak, pokud to děláte se záměrem, abyste jim pomohli, je naplnění jejich pole vašimi bioplazmickými proudy velmi prospěšné. Není to nic těžkého. Uvolněte se, představte si nádherné barevné proudy energie prýstící z vašich rukou do třetí čakry partnera. Musí to proběhnout, aniž byste se ho dotýkali fyzicky. Jakmile se to podaří, dodávejte mu odvalu, aby dokázal stát na vlastních nohou. Pomáhejte mu i slovně. Sdělte partnerovi, že má dost silné nohy, aby na nich dokázal stát, a že má k dispozici silný vnitřní zdroj života. Povzbuzujte ho, že to určitě dokáže. Tímto způsobem mu umožníte prožít pocit úplného naplnění bez toho, aby použil navyklou obranu, která mu neumožňovala úplné nabití energií.



Nyní se budeme věnovat jinému problému, který také souvisí s tímto typem obrany. Lidé používající orální obranu přijímají energii prostřednictvím řízeného sání. Kontrolují, jak do nich energie vstupuje. Dostanou-li se s vaší pomocí mimo tento navyklý způsob řízení přicházející energie, nejdříve energetický tok zastaví a nejsou schopni ji mnoho obdržet. Ale po chvíli dovolí energii, aby proudila. Pak se jim bude zdát, že jí není dost, nebo že to trvá příliš dlouho, a tak tok zase zastaví. Takto vyjadřují své: „Opustím tě předtím, než ty opustiš mne.“ To je vlastně způsob, jak opouštět sebe sama. Kolísání bude pokračovat po celou dobu energetického nasycování a značně ji prodlouží. Jakmile z toho začnete být znechuceni, váš protějšek se hned zastaví, a tak to potom trvá ještě déle. Orální charakter začne bojovat s časem a vnímat ho jako svého nepřítele. Nikdy nebude mít dost času pro sebe. Je to výzva pro vás - dokažte zůstat, být tam pro ně a pokračovat v práci, pokud se proces nasycování nezavrší.

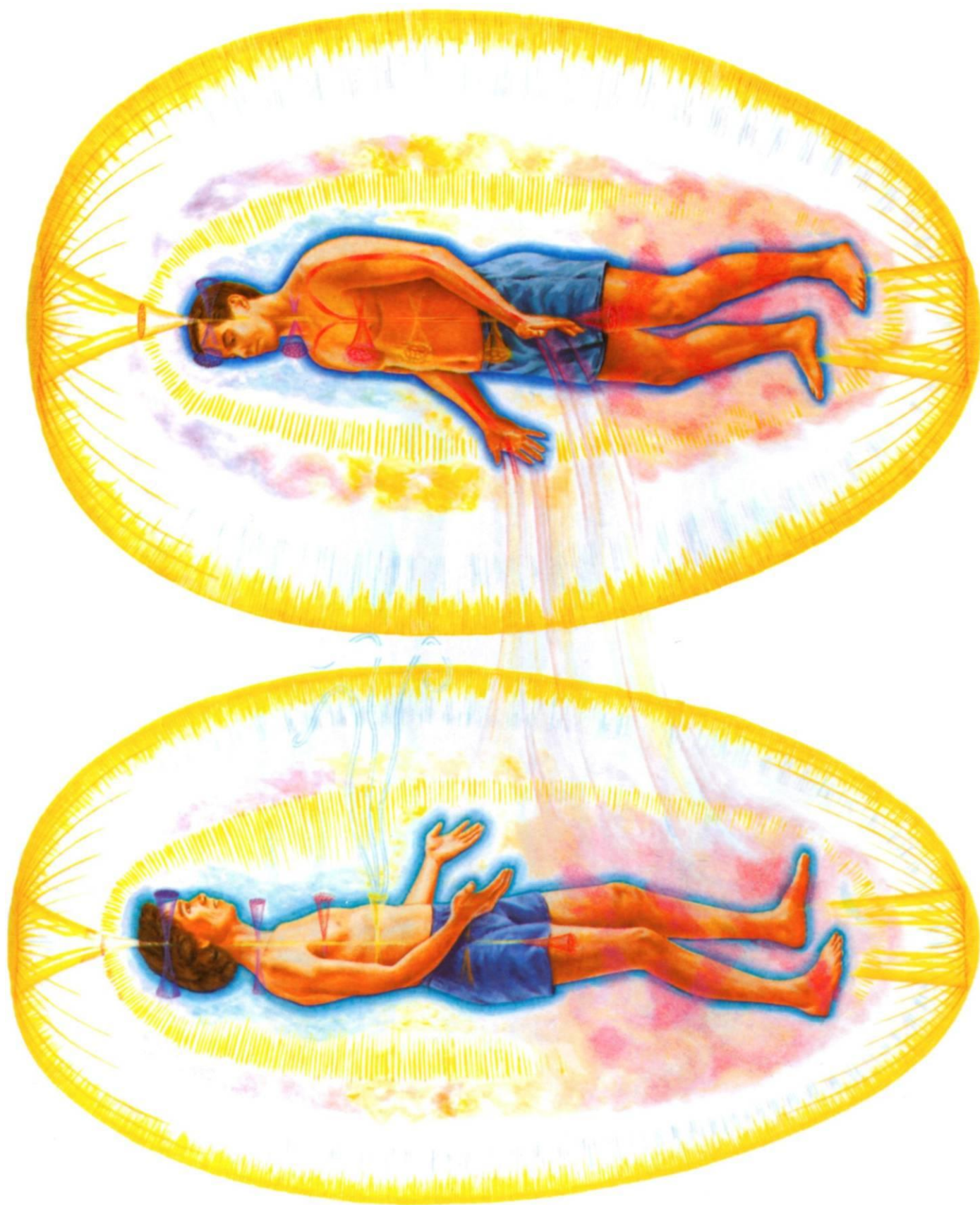
Jakmile je energetické pole partnera dobře nabité, zaměřte svou mysl na převedení energie uvnitř pole dolů k zemi, aby se podařilo s ní vytvořit silné spojení. Představujte si, jak je jeho první čakra otevřená a umožňuje zemské energii, aby přes ni proudila. Jestliže zůstanete spojeni bioplazmickými proudy, není to nic těžkého. Dost pomáhá, díváte-li se na tu část těla, na niž se zaměřujete. Jestliže se partnerovi podaří se dobře uzemnit, energie začne automaticky proudit do jeho těla, jako když teče voda z artéské studny. Nebude muset energii sát z vás. Jakmile se to podaří, zastavte své bioplazmické proudy, které jste vysílali, aby došlo k nabití partnera, a uvolněte svůj energetický kontakt s ním - teď už se dokáže o sebe postarat sám.

## Výsledky pozitivní léčivé odpovědi

Jste-li schopni výše popsany postup dokončit, pomůžete svému příteli s orálním charakterem nalézt schopnost sebenasycování. Je to velmi důležité, protože pod strachem, že nikdy nebudou mít dost, naleznou tito lidé svůj strach z toho, že oni sami „nejsou dost“. Už v raném dětství dospěli k přesvědčení, že jejich esence není dostačující. Jestliže je naučíme, jak naplnit sebe sama, dojdou k poznání, že jejich esence - oni sami - je v pořádku a postačuje. Jakmile to pochopí, jsou schopni vytvořit spojení ve vztahu bez používání navyklého sání energie a začne probíhat zdravá výměna energií mezi dvěma rovnocennými partnery. Změní se i jejich poměr k času. Už s ním nebudou zápasit ve snaze stihnout toho ještě víc. Namísto toho pochopí, jak mnoho času k vychutnání života jim bylo dáno.

Na spirituální úrovni je úkolem pro orální charakter naučit se najít zdroj individuálního Boha v sobě. Pouze prostřednictvím vztahů mohou zjistit, že Božská jiskra v nich je jasná a úplná, jako je tomu u všech ostatních. Pouze takto najdou poznání, že zdroj života je v jejich vnitřní esenci, kde neexistuje čas.

Až si příště všimnete, že váš přítel, který má orální charakter, se tváří bezmocně nebo saje vaši energii, uvědomte si, že se za tím skrývá jeho strach. Strach z toho, že je míň než ostatní. Nevěří ani, že jeho esence je dostatečně cenná. Budete-li reagovat na tento strach, je to v pořádku. Jakmile si všimnete, že se začínáte bránit proti jeho bezmocnosti a sání energie, zhluboka se nadechněte a zkoncentrujte na relaxování. Pokrčte kolena, spojte se ze zemí, dostaňte se do svého středu a dýchejte. Je čas mu pomoci - a já jsem si jistá, že to dokážete.



Obr. 15-15: Pozitivní léčivý způsob odpovědi na orální obranu

## Jak se naučit přestat používat orální obranu

Ve chvíli, kdy zjistíte, že se cítíte bezmocně a snažíte se od někoho něco dostat, začněte zhluboka dýchat a uvolněte se. Řekněte si, že máte k dispozici veškerý čas, který jenom na světě existuje. Postavte se pořádně na obě nohy. Pokrčte kolena a spojte se se zemí. Přeneste pozornost do jádra svého Bytí. Tam leží zdroj všeho, co můžete potřebovat. Nejste bezmocní. Vy sami můžete dokázat úplně všechno. Jste Bůh. Vyberte si z následujících manter: „Jsem, jaký/jaká jsem, a to je dost. Jsem dostatečný/dostatečná.“ Opakujte ji.

## Obranný systém psychopatického charakteru

### Hlavní problém psychopatické obrany

Hlavním problémem psychopatického charakteru je zrada. Lidé používající tento způsob obrany pravděpodobně prožili mnoho životů jako válečníci bojující za velké věci. Na osobní úrovni toho hodně obětovali, bojovali a ve svých bitvách vítězili. Věděli, že věc, za kterou bojovali, byla správná, že bojovali ze správných pohnutek, a proto také uměli vyhrávat. Dobrá věc potvrzovala, že oni sami jsou dobří a jejich nepřátelé špatní. Ale nakonec byli tito lidé zrazeni, přemoženi a pravděpodobně zavražděni těmi, kterým důvěřovali nejvíc. Proč? Protože k tomu, abyste mohli vyhrávat, potřebujete protivníka. Jestliže je někdo dobrý, ten druhý musí být špatný. Oni ještě stále bojují a vyhrávají.

Jenomže k tomu, aby například prosperovala nějaká země, potřebujeme vedení úplně jiného druhu. Vyžaduje to práci týmovou - spolupráci, kde nejen vůdce, ale i spousta lidí, má pravdu a jsou na té „dobré“ straně. Lidé s psychopatickou charakterovou strukturou se nikdy nestanou z válečníka králem nebo královnou. Stále se ještě pokoušejí zvítězit ve válce, která už dávno neexistuje. Následkem toho uvnitř už nikdy nikomu nebudou důvěřovat. Každý je pro ně potenciálním nepřítelem, dokonce i jejich nejbližší. Život považují za bitevní pole.

Rodina, kterou si tento charakter vybere, se po narození stává také prostorem pro boj. Lidé, kteří jsou jim nejbližší, jsou možnými zrádci. Zažili už přece tolikrát zradu. V časném věku je zradil jeden nebo oba rodiče. V tom věku bylo životně důležité vyhrát. Někdo, obvykle rodič, musel mít pravdu a musel vyhrát. Zvítězil - to potvrdilo, že byl dobrý, a osoba, která prohrála, byla špatná. Často se stává, že se jednalo o rodiče opačného pohlaví, který měl problémy se svým partnerem a přenášel řadu svých potřeb, které obvykle naplňuje právě on, na dítě. Tento partner používal k řízení a kontrole dítěte svádění. Stalo se maminčiným „malým mužem“ nebo tatínkovou „krásnou malou ženou“, čímž bylo jemně naznačeno, že je mnohem lepší než druhý rodič. Rodič stejného pohlaví byl špatný a dítě bylo dobré. Na dítěti ležela tíha odpovědnosti větší, než bylo v jeho věku přiměřené, a byla mu dodávána odvaha, aby se snažilo co nejrychleji vyrůst. Takovéto dítě dalo své srdce partnerovi opačného pohlaví, ale se sexem se samozřejmě nepočítalo.

Když se v pubertě dostala do popředí sexualita, rozpoutalo se peklo. Rodič opačného pohlaví hrozně na každého žárlil. Vůbec nepřicházelo v úvahu, že by dítě mohlo mít nějaké sexuální pocity a milovat někoho jiného než rodiče. V dospělosti je pro osoby s tímto charakterem těžké spojit sexualitu a srdce. Cítit obojí je zradou na rodiči a znamená to, že osoba sama je špatná. Je to oblast, ve které jsou velmi zranitelní. Obávají se lidí stejného pohlaví, kteří jim připomínají příslušného rodiče.

Je zřejmé, že ve skutečnosti se jednalo o zradu rodiče, který dítě řídil a využíval k tomu, aby naplnilo jeho potřeby. Tyto potřeby bývají normálně naplňovány partnerem, s nímž rodič nebyl schopen si své problémy vyřešit. A tak lidé s psychopatickou strukturou znovu bojují za dobrou věc („dobrý“ rodič opačného pohlaví proti „špatnému“ rodiči stejného pohlaví) a zdánlivě vyhrávají (získávají lásku „dobrého“ partnera). V závěru jsou ale rodičem, za kterého bojovali, zrazeni, protože nakonec rodič buď s partnerem zůstane, anebo si najde někoho jiného. Tito lidé nosí v sobě zoufalý strach a svět vnímají jako bitevní pole, na němž jsou nuceni bojovat. Tuší, že jejich nejbližší je zradí, a proto se jich bojí. Mají strach, že se pod tíhou břemena, které musí nést, zhroutí.

### Obranná akce psychopatického charakteru, kterou člověk používá, když má strach

Následkem strachu je obrannou akcí lidí s psychopatickým charakterem vytahování energie nahoru a ven z těla. Snaží se vyrůst rychleji než ostatní, aby mohli převzít úkoly za dospělého druhého rodiče. Tím pádem nejsou dobře uzemněni a *cítí* se méně bezpečně. Jejich energetické pole je mnohem více nabitó ve vrchní části než ve spodní. Aby toto posunutí udrželi, tlačí energii také dozadu, do center vůle, jejichž prostřednictvím chtějí udržet svou moc. Protože provázky spojující je s rodičem opačného pohlaví jsou následkem jeho zrady poškozené, budou se obávat spojení jejich prostřednictvím s jakýmkoliv mužem nebo ženou. Život je pro ně charakterizován jako boj za to, co je správné, mají tedy sklon pojímat vše agresivním způsobem. Zdá se jim, že svět je napadá, a proto hází energii do zadní části těla a potom nahoru a přes hlavu na domnělého agresora. Energie je ostrá, útočná a říká: „Vy jste ten špatný.“ Na obrázku 15-16 naleznete obranu psychopatického charakteru.

### Negativní účinek obranných akcí psychopatického charakteru

Tyto obranné akce způsobují, že svět se lidem, kteří užívají psychopatickou obranu, zdá ještě méně bezpečným. Jsou vlastně útočníky, ale o svém agresivním chování nevědí. Agrese se k nim však vrací, kamkoli se pohnou. Musí neustále bojovat a mít pocit, že je někdo zradil - bojují hlavně se svými nejbližšími. Jelikož jejich energetické pole není dobře zakotveno v zemi, a tak nečerpají životní sílu ze zemských energií, cítí se slabí a bez podpory. Tím, že přemísťují energii nahoru, oslabují svou první a druhou čakru, a jsou proto zranitelnější.

Jejich druhá čakra bývá nedostatečně nabitá, mívají problémy se sexualitou. Jsou to svůdci, ale svádění nevede k dlouhodobějším vztahům, protože jejich srdce

a sexualita spolu nesouvisí. V případě, že se s někým spojí prostřednictvím provázků, už předem předpokládají zradu. Žena bude očekávat, že ji zradí muž, a muž zase, že ho zradí žena. Buď budou zradě svým chováním napomáhat anebo zradí partnera první. Čím více životních prožitků je přivedeno do vědomí, tím více jsou lapeni do pastí věčného boje, aby mohli vyhrávat a dokazovat, že oni jsou ti dobří. Svět se jim jeví jako pouze dobrý nebo špatný. Když zvítězí, jsou ti dobří. Prohrají-li, je to důkaz, že jsou špatní. Vyberou si tudíž vždy boj, aby mohli vyhrát a cítit, že jsou dobří, přestože svět se jim pokouší dokázat, že jsou ti špatní. Nikdy nemohou vyhrát, protože se jedná pouze o projekci.

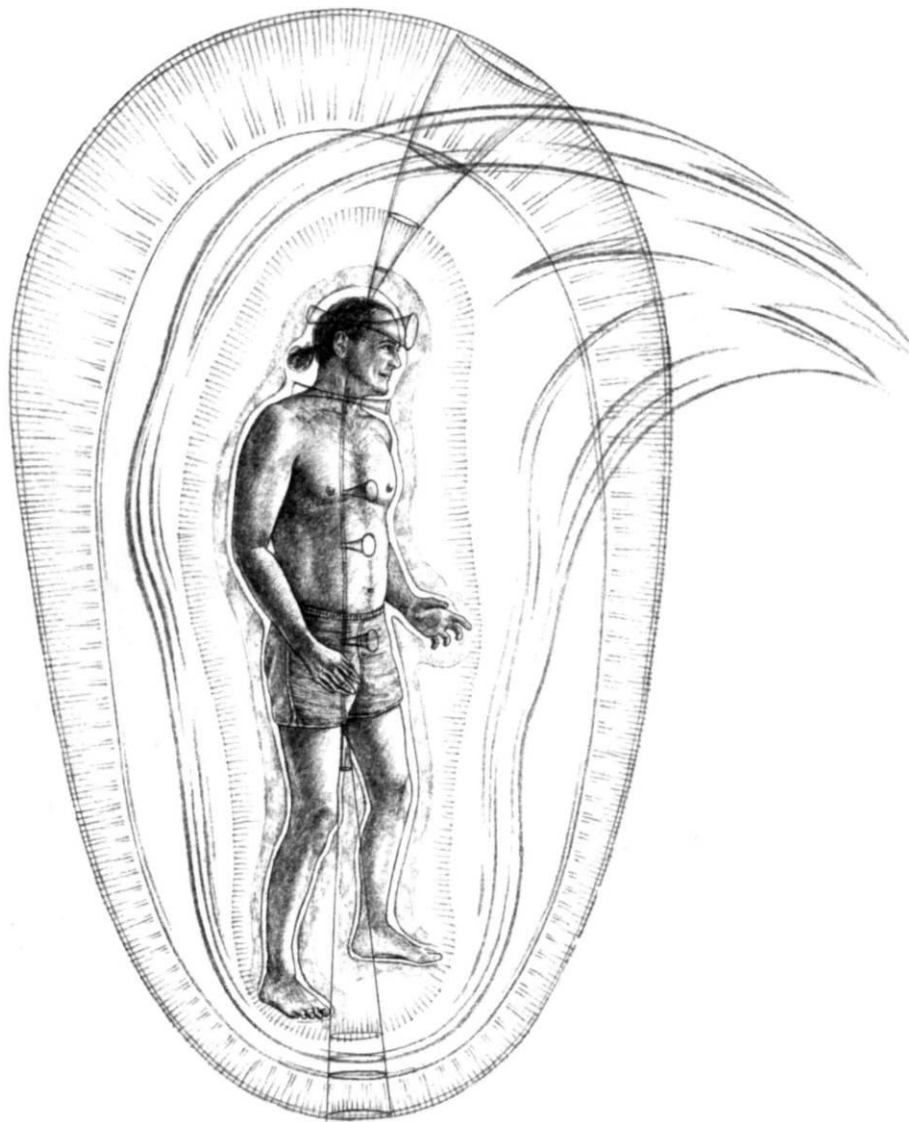
Berou si na sebe víc, než jsou schopni zvládnout, tak jak se tomu naučili již v dětství. Nakládají na sebe těžká břemena, vzdávají se osobních potřeb, pádí vpřed a potom nakonec přijde zrada, která vede ke zhroucení. Pracují dlouhé hodiny a zatěžují se zodpovědností ve větším rozsahu, než je zdravo, protože to je jejich způsob, jak ostatní řídit a kontrolovat. Mají dojem, že aby přežili, musí řídit všechny kolem. Obvykle pracují, až pokud se nezhroutí, případně nedostanou infarkt - záleží na tom, jakým způsobem se zamotaly jejich provázky ze srdeční čakry poté, co je někdo zradil. Mívají problémy se zády nebo klouby z toho, že na sobě mají naložená tak těžká břemena.

Lidé užívající psychopatický způsob obrany se pořád za něčím ženou. Nikdy nemají dost času na to, aby stihli všechno, co potřebují udělat. Nezastaví se a nevychutnají okamžik, ve kterém se nacházejí. Žijí v budoucnosti, která možná nikdy nepřijde. Vnímají svou opravdovou esenci, a když se sladí s příčinou, pak i její vnitřní sjednocující princip, ale nedokáží prožít Božskou individualitu v ostatních ani jí důvěřovat.

Mylně se domnívají, že jejich životním úkolem je boj za nějakou velkou věc. Později si ukážeme, že tomu tak není.

## Jak poznat, že lidé používají psychopatickou obranu

Nejlepší je všimnout si, jestli se partner pokouší vyprovokovat boj a snaží se dokázat, že nemáte pravdu. Pokud se jedná o psychopatický charakter, tak z toho, že jste neměl pravdu samozřejmě vyplývá, že pokud se mýlíte, jste také špatný. Nabídne se vám také, že vám s vašimi problémy pomůže - on sám samozřejmě žádný problém nemá. (Pokud by nějaký měl, nemusel by mít pravdu a mohl by být špatný. Ale pozor, nejen špatný, mohl by reprezentovat přímo zlo.) Například jestliže jste lékařem, je tento člověk tak hodný, že vám dovolí s ním pracovat, aby vám pomohl zvládnout vaši práci lépe. Když skončíte, s radostí ji bude kritizovat.



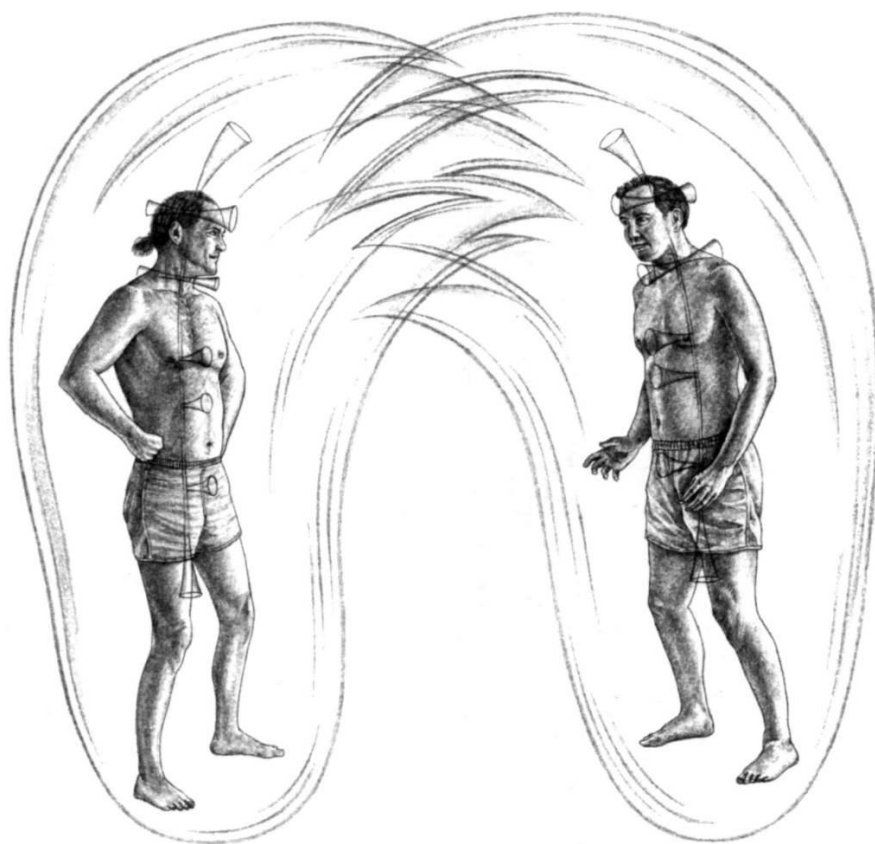
Obr. 15-16: Aurická obrana psychopatického charakteru

## Lidské a spirituální potřeby lidí s psychopatickou obranou

Pamatujte na to, že na povrchu je maska. Pod ní je ukryta strašná úzkost. Lidé, kteří používají psychopatický způsob obrany, se od této úzkosti a hrůzy potřebují osvobodit, aby se mohli cítit v bezpečí. Musí se vzdát řízení ostatních proto, aby si takto vytvářeli pocit bezpečí. Potřebují se naučit důvěřovat jak sobě, tak i ostatním. Vyžaduje to pochopení, že země není bitevním polem, spíše místem společenství s ostatními a místem, kde se lidé o sebe navzájem zajímají. Potřebují se vzdát boje a odložit svá břemena. Je nutné přestat pospíchat do budoucnosti a odevzdat se Božskému vyjádření Univerza, které znamená žít život na zemi v přítomném okamžiku. Musí přijmout lidskou nedokonalost a nalézt v ní bezpečí. Potřebují pochopit, že se mohou cítit v bezpečí a dobří, i když udělají chybu. Když to dokážou, naleznou Božskou jiskru v ostatních.

## Jaké jsou negativní reakce na psychopatickou obranu

Prozkoumejme, k jakým negativním reakcím může docházet, když se lidé brání tímto způsobem. Zopakujeme si, jaké způsoby lidé k obraně používají z hlediska pěti druhů pohybu energetického toku. energii můžeme tlačit, tahat, zastavit, nechat ji proniknout do svého pole nebo před ní uniknout. Co uděláte, když při interakci s někým začne váš partner hádku, aby dokázal, že má pravdu a že vy ji nejen nemáte, ale ještě jste špatní, ba přímo zlí. Psychopatické charaktery to dělají tak, že na vás hází svou agresivní energii, která se potom nad vámi vznáší. Rozzlobíte se a začnete s partnerem bojovat stejným způsobem? Když to uděláte, bude se boj stupňovat. Bude čím dál agresivnější, chytřejší a zuřivější. Připomínám, že prožívá podobné pocity jako divoké zvíře bojující o svůj život, které bylo zahráno do kouta. Čím více budete bojovat, tím méně vám bude důvěřovat a tím více se vás bude bát. Bude bojovat ještě víc, aby zvítězil. Na obrázku 15-17 můžete vidět, co se bude dít ve vašem poli, když se rozzlobíte a budete na partnera tlačit.

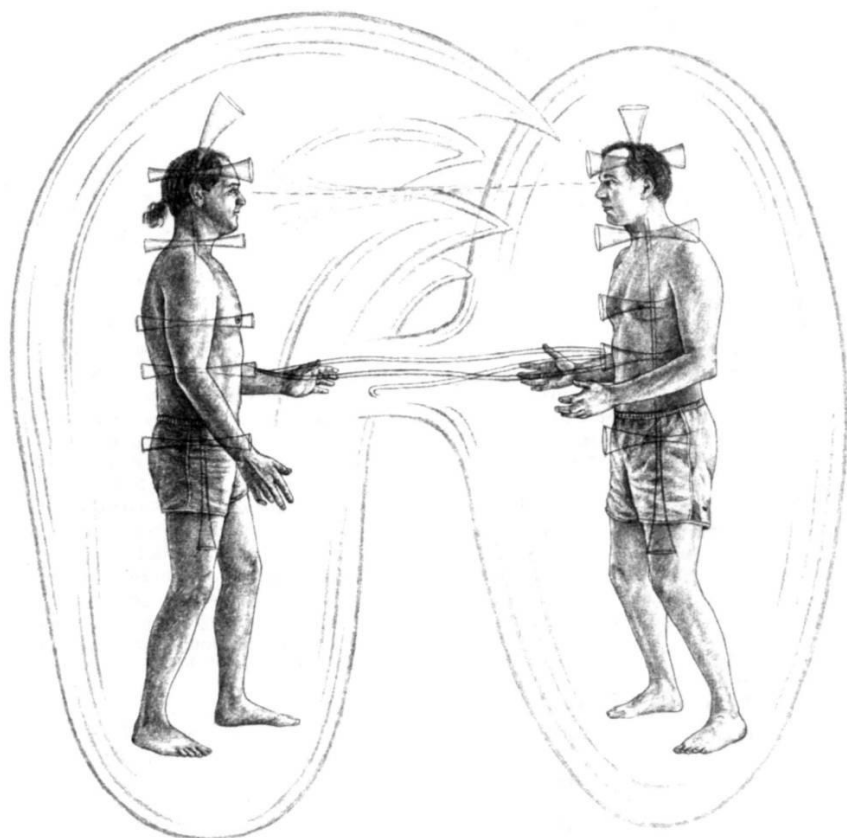


Obr. 15-17: Psychopatická obrana a reakce tlačím energií

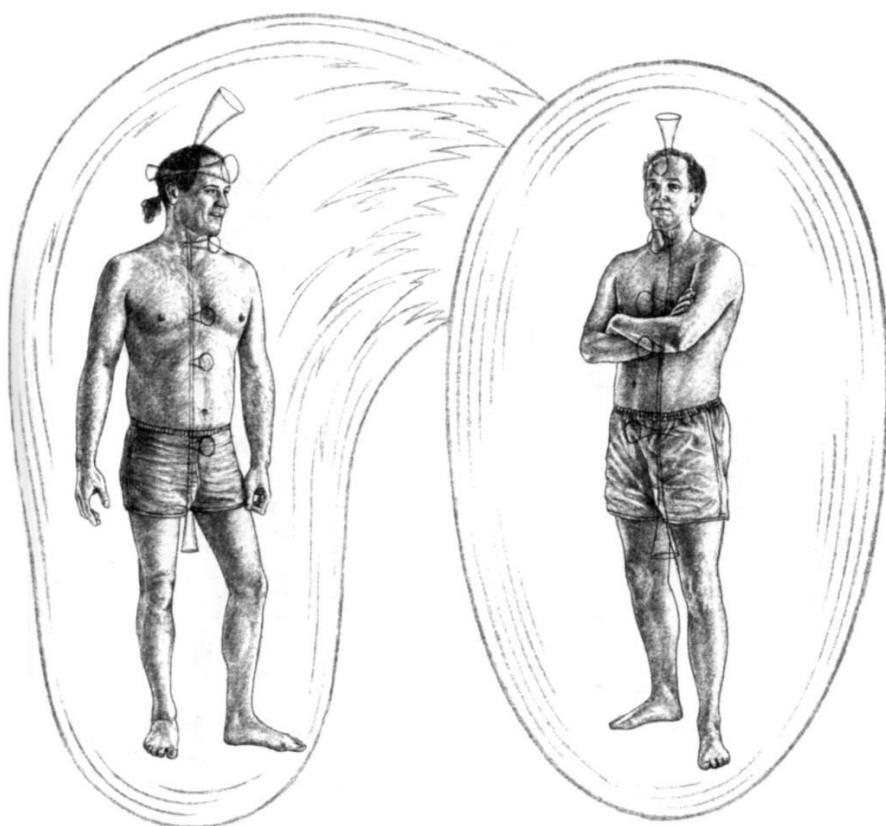
Nebo můžete reagovat tak, že se budete cítit opuštěni a přichytíte se na něj. Začnete táhnout? Jakmile k tomu dojde, bude ještě agresivnější, aby vás mohl odtlačit. Co bude následovat? Budete táhnout silněji? Na obrázku 15-18 je nakresleno, co se stane, když budete tahat, a jak bude partner na to reagovat.

Možná se rozhodnete energetický tok zastavit. To ovšem bude bojovat ještě úporněji, aby se k vám dostal. Když energetický tok zastavíte, ponoříte se do sebe? Přesune se nad vás. Těžko se budete cítit v bezpečí, když se na vás bude moci každou chvíli vrhnout. Postrádáte v tomto případě kontakt? Nebo zůstanete přítomni a jenom čekáte, až s tím přestane, možná s netrpělivým požadavkem, aby si pospíšil a přestal

už mluvit ? To se nestane. Co dál ? Přestanete mu naslouchat a opustíte ho ?  
Na výsledek se můžete podívat na obrázku 15-19.

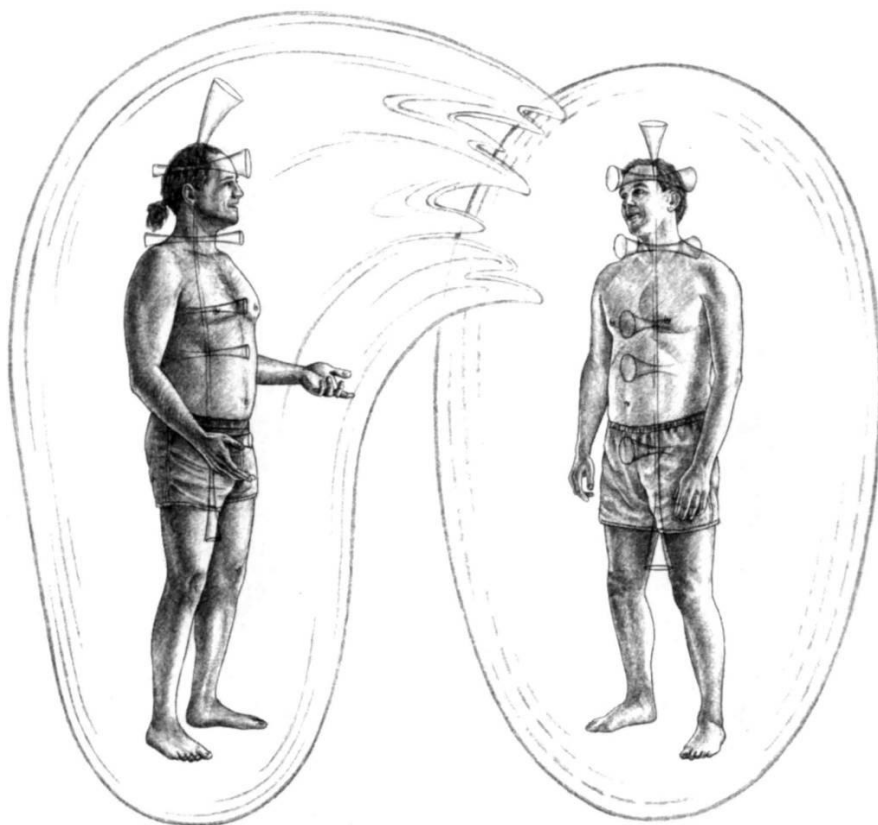


Obr. 15-18: Psychopatická obrana a reakce taháním energie



Obr. 15-19: Psychopatická obrana a reakce zastavením proudění energie





Možná popřeme to, co se děje, necháme to být a pokračujeme v konverzaci, jako kdyby se nic jiného, než to, co je viditelné, nedělo ? Dovolíte partnerovi, aby vyhrál, a vy sám se cítíte bídě ? Zraňuje vás to ? Ale hlavně - pomůže mu to ? Skutečně vyhrál ? Nebo si jenom opět potvrdil, že měl pravdu a že vesmír je bitevním polem ? Dosáhli jste toho, čeho jste chtěli dosáhnout ? Pochybuji o tom. Podívejte se na obrázek 15-20.

Obr. 15-20: Psychopatická obrana a reakce typu: „Vím, co se děje, ale popírám to. “

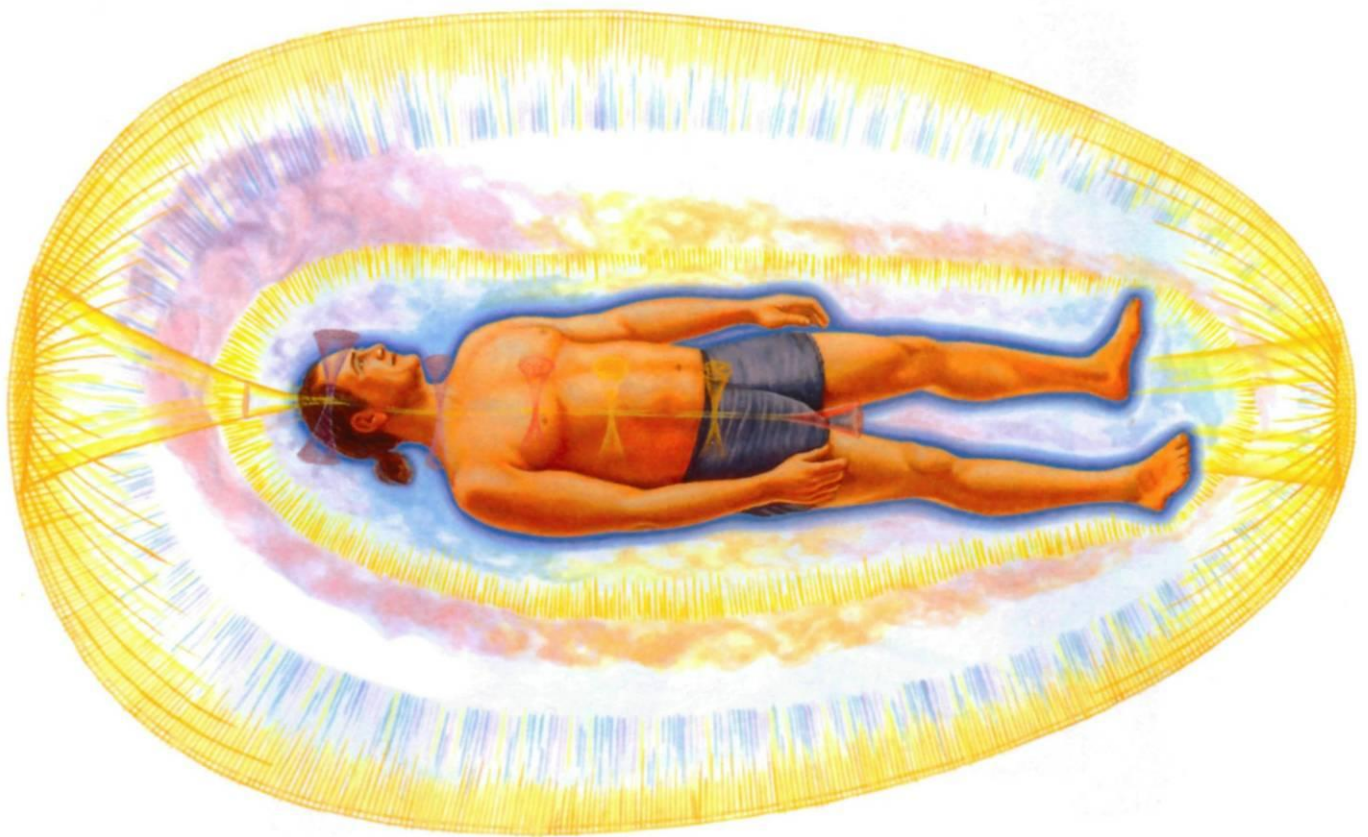
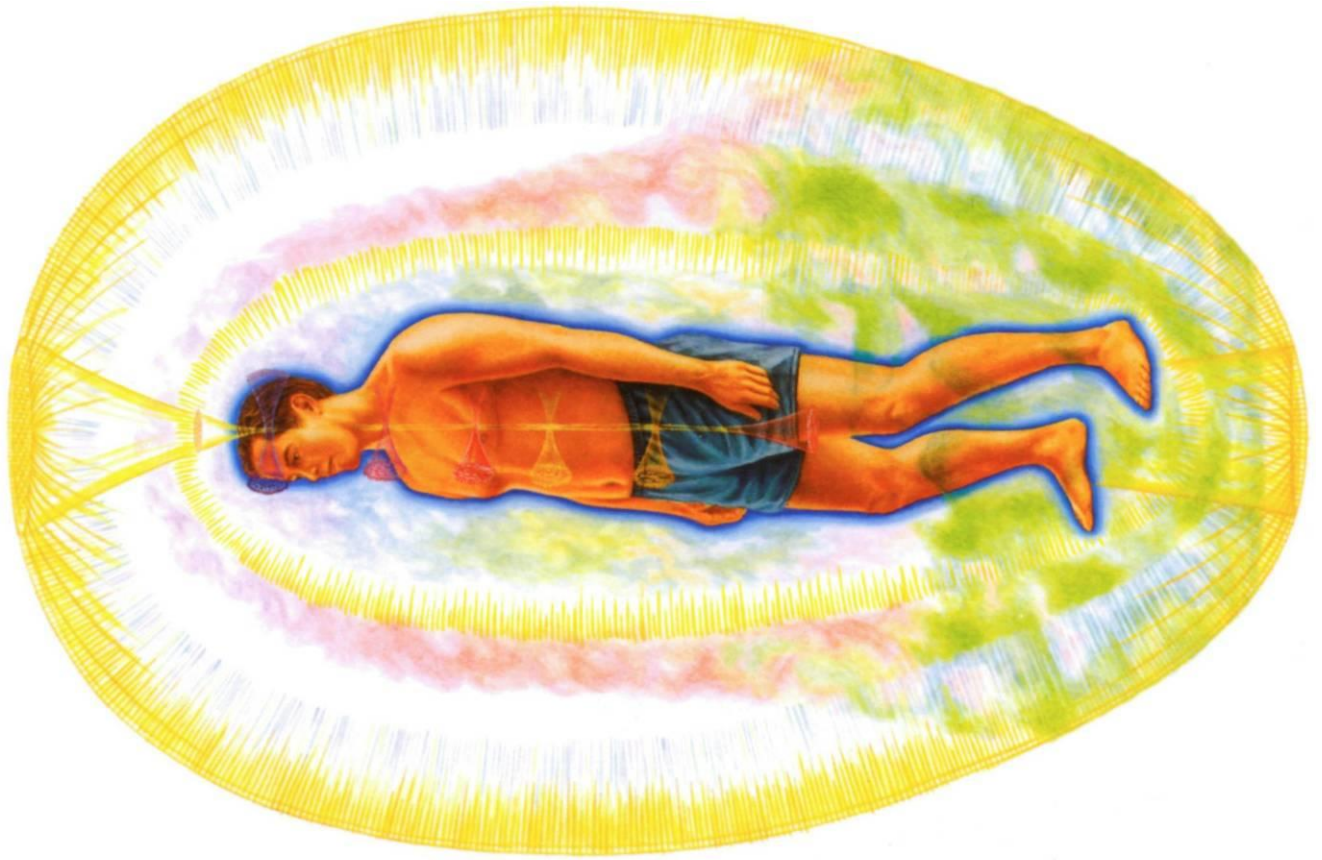


Reagujete tím, že se osobě vyhnete, opustíte své tělo, takže tam nezůstane nikdo, koho by mohla obviňovat ? Mohla by se stát ještě útočnější a začít ječet: „Dívej se na mne, když s tebou mluvím !“ nebo „Přestaň předstírat, že máš strach, já vím, co cítíš doopravdy !“

Na obrázku 15-21 můžeme vidět tuto kombinaci obran.

Obr. 15-21: Psychopatická obrana a reakce stažením se

Jak byste mohli odpovědět pozitivním léčivým způsobem  
na psychopatickou obranu



Obr. 15-22: Pozitivní léčivý způsob odpovědi na psychopatickou obranu

Připomínám, že smyslem pozitivní léčivé odpovědi na obranu je pomoci oběma účastníkům dostat se zpět do reality a společenství tak rychle, jak jen je to možné. Partner s psychopatickým způsobem obrany na vás bude vyžadovat, abyste jeho pokřivený pohled na svět odsouhlasili. Nedělejte to, protože tím byste jeho obranu jenom posílili. Najít prostou odpověď je někdy velmi těžké, protože lidé, kteří užívají tento způsob obrany, bývají velmi agresivní v prosazování své pravdy. Jestliže se s nimi začnete hádat, znamená to pro ně váš souhlas s jejich názorem na svět, který potvrzujete právě tím, že jste s nimi šli do sporu.

Na obrázku 15-22 (barevná příloha) je vidět, co můžete udělat se svým energetickým polem, aby se váš přítel nebo přítelkyně cítili v bezpečí, spojili se se zemí a znovu se s vámi spojili při komunikaci. Jistěže pro vás bude velmi obtížné odpovědět obratem pozitivně na něčí útok. Zkuste ihned po své první negativní reakci, ať se to týkalo čehokoli, začít zhluboka dýchat a pokrčit kolena. Uvědomte si, že vás váš partner vnímá jako agresora, který tvrdí, že on je ten špatný. Jakékoliv bioplazmické proudy, které k němu v tomto okamžiku přicházejí, bude vnímat jako agresivní útok. Spojte se se zemí a zkuste stáhnout zpět všechny bioplazmické proudy, které jste k němu mohli vyslat. Dělejte to velmi nenásilně a pomalu, zaměřte svou pozornost na sebe a přitom stále partnerovi naslouchejte. Pravděpodobně budete muset přerušit oční kontakt. Bude-li vyžadovat, abyste se na něj dívali, vysvětlete mu, že opravdu chcete slyšet, co vám potřebuje říci, a potřebujete se soustředit -dostat do svého středu. Přesunujte energii ve vašem poli dolů do země tak, aby dolní polovina pole byla velká a měla širokou základnu a vrchní část pole se zmenšila. Přeneste pozornost k nohám a zahrňte do ní i velký kus země za vámi. Představujte si to, prociťujte to a dívejte se tam. Nenechte se strhnout k boji. Použijte mantru: „Žádný zápas, žádný zápas.“ Představte si, že vy i vaše aurické pole jste z teflonu, a tak veškerá agresivní energie po vás pouze steče. Vizualizujte růžovou a zlatou. Buďte růžovou a zlatou. Naslouchejte pozorně, zda v přehnaných obviněních neobjevíte zrníčko pravdy. Obvinění ve skutečnosti vyjadřují strach vašeho druhá, ne vaši špatnost nebo něco, co jste udělali nebo naopak neudělali, to, co vám vyčítá. O ničem se nedohadujte. Pouze hádce naslouchejte a nechte negativní energii v okamžiku, kdy dosáhne k vaší uši, stéci do země. Připomeňte si, že tito lidé se hrozí zrady, trpí sebenenávistí a popírají to. Nechte je se vypovídat. Jednejte a mluvte tak, aby poznali, že vy je nezradíte. Mluvte například o tom, jak jsou hodní, jak jim věříte, jak rádi jste s nimi a jak stojíte o to, aby tomu tak bylo i nadále. Požádejte je, aby vám řekli víc o situaci, které se předešlý rozhovor týkal. Dávejte najevo, že vám opravdu záleží na tom, aby se situace změnila, a že jste si vědomi, že i vaše jednání se bude muset změnit.

Potom začněte snižovat frekvenci vibrací vašeho pole. Při hádkách jsou vibrace vysoké, drsné a mají hroty. Přitom se koncentrujte na zem a na to, jak příjemné je cítit ji pod nohama a vědět, že máte její podporu. Nebo byste mohli přemýšlet o věcech, které na vás působí uklidňujícím dojmem a dávají vám pocit bezpečí - například o nedávné procházce v lese, oblíbené hudbě či člověku, s nímž je vám dobře. Představte si, že tento člověk stojí vedle vás. Mohl by to být i váš duchovní průvodce. Zpomalujte a uhlazujte frekvenci vibrací tak, aby byla v souladu s frekvencí Země, a držte ji na této úrovni. Jenom stůjte a dovolte svým vibracím spojit se s partnerem s psychopatickou strukturou pomocí harmonické indukce. Uklidněte své pulzace a nechte je, aby se pohybovaly jako vlny. Představte si jemné houpání loďky na klidné hladině jezera za slunného odpoledne. Ale nesmíte přestat naslouchat, musíte tam zůstat pro svého partnera, abyste mohli vnímat jeho překrásné jádro. Dívejte se, poznávejte a snažte se pochopit. Jak se druhá osoba začne uklidňovat a

vy cítit víc v bezpečí, přidávejte k zemským vibracím víc a víc srdeční energie. Přijímejte ji takovou, jaká je.

## Výsledky pozitivní léčivé odpovědi

Pokud se vám podaří zvládnout aspoň část výše uvedeného postupu, pomůžete svému příteli pochopit, že přijímání sebe sama, toho, kým doopravdy je, je důležitější než hádka a boj. Pod jeho neschopností uznat a přijmout vás leží poznání, že není schopen poznat a přijmout sebe. Jste u něj a uznáváte ho, nemusí se namáhat, aby byl něčím jiným.

Váš přítel nebo přítelkyně budou cítit, že jste jim naslouchali, a to s nimi ani nemusíte souhlasit. Mohou dojít k závěru, že s nimi souhlasíte, ale ve skutečnosti na tom ani *nezáleží*. Potřebují cítit, že jste je vyslechli. Příště se budou cítit více v bezpečí a možná už nebude až tak důležité získat v tom utkání bod. To, zda jsou ti „správní“, nebude ani tak záležet na tom, jestli vyhrají, jako na vašem pochopení toho, kdo doopravdy jsou. Na tom, že vy víte, že oni nejsou ti „špatní“, ale vy také ne. Když se budou vychloubat, že to dokázali, přijímejte je plni lásky. Mají novou zkušenost - prožitek spojení dvou lidí, prožitek společenství.

Jakmile se jim to jednou podaří, budou schopni rozpoznat Boží jiskru ve vás a důvěřovat jí. Potom začnou důvěřovat vám a vyšší vůli ve vašem vztahu. Znamená to, že budou schopni se postupně vzdávat kontroly nad vámi, což byl pro ně stejně jenom způsob, jak se cítit v bezpečí.

Mohou začít pracovat na svém životním úkolu na osobní úrovni - na přijetí Boží jiskry v sobě a v ostatních. Na úrovni světové budou pravděpodobně pracovat na nějakém problému - ne sami ale ve spolupráci s ostatními jako rovnocennými partnery, s jejichž pomocí úkol završí. Pouze tím, že rozpoznají Boží jiskru v ostatních, budou jí důvěřovat a pomohou ji rozvinout, mohou se stát z válečníků králi. Král i královna jsou služebníky všech.

Až se příště váš milý nebo milá budou snažit vyvolat hádku, budou vás obviňovat a předloží vám všechny vaše hříchy, aby dokázali, jak jste špatní, pokrčte kolena, obalte se teflonovou aurou a nechte energii stékat po ní. Nebude to trvat dlouho. Pro každého je to ta nejlepší cesta, jak se vrátit do reality, v níž mu bude určitě lépe.

## Jak se naučit přestat používat psychopatickou obranu

Přistihnete-li se při tom, že s někým jednáte agresivně, protože se domníváte, že by vás mohl zradit, jenom se na chvíli zastavte. Možná, že situace není až tak vyhrocená a vaše hodnocení je přehnané. Zkuste vnímat to, že jste - vy i on - lidské bytosti. Pokrčte kolena, zhluboka se nadechněte a zaměřte svou pozornost do nitra. Máte strach? Cítíte se zrazeni a trpíte? Stalo se vám to už někdy předtím? Stává se vám to často? Je to tedy opakující se model? Bráníte tak, že jste dobří? Máte veškerou energii v horní polovině těla? Pokud ano, jenom trochu ustupte dozadu a prociťujte svá chodidla spojená se zemí. Přeneste k ní svou pozornost. Možná

pocítíte, že se chodidla zahřála. Vnímejte energii ve svých nohou. Vstupte do středu svého Bytí a opakujte mantru: „Jsem bezpečný. Jsem dobro. ”

## Obranný systém masochistického charakteru

### Hlavní problém masochistické obrany

Ráda bych zdůraznila, že termín masochistický charakter používaný v bioenergetice nebo energetice jádra není významově totožný s definicí masochisty podle Freuda. Hlavní problém mužů i žen používajících tento typ obrany je strach z invaze -vpádu do jejich soukromí a z toho, že jsou neustále pod kontrolou. Tito lidé pravděpodobně prožili mnoho životů dostávající se opakovaně do situací, ve kterých byli pod kontrolou, připadali si chycení v pasti a nebylo jim umožněno se uplatnit ani vyjádřit způsobem, kterým chtěli. Asi strádali ve vězení, byli otroky nebo žili pod silnou politickou nebo náboženskou kontrolou. Sebevyláčení a uplatnění mimo dané normy bylo nebezpečné. Nezbývalo, než se podřítit.

V důsledku toho hluboko ve svém nitru touží po svobodě, ale obávají se jí domáhat. Nevědí, jak se osvobodit. Ze své nesvobody jsou velmi nešťastní, plní zášti a vzteku. Z nedostatku autonomie obviňují ostatní a zůstávají lapeni do pasti závislosti. Nevědí, jak se z toho dostat.

Rodiny, pro které se rozhodnou, se stávají jejich příštím vězením a rodiče věznicemi. Matka bývá dominantní a obětující se. Není jim povolen žádný osobní soukromý prostor, dokonce ani jejich vlastní tělo. Jsou včetně jídla a vyměšování dokonale pod kontrolou. Za každé svobodné sebevyláčení platí pocitem viny. Za své pocity zejména sexuální trpí ponižováním. Příležitost k individualizaci jim byla odepřena.

Jejich rodiče používají bioplazmické proudy k tomu, aby je zaplavili svou energií nebo se na ně pověsili s úmyslem je řídit a kontrolovat. K tomu využívají také provázky, kterými jsou s nimi děti spojené v třetí čakře. Zároveň je z celého srdce milují a mezi čtvrtými čakrami rodičů a dětí se vytváří velmi pevné láskyplné spojení.

Jeden nebo oba rodiče se chovají tak, jako kdyby děti byly jejich součástí. Kontrolují všechno, co se k dítěti dostává, a také všechno, co z něj vychází ven, včetně jeho myšlenek, nápadů a výtvořů. Rodiče vstupují do jejich tvůrčího procesu. Kdykoli něco vytvoří, třeba něco namalují, rodiče se toho okamžitě zmocní a prezentují to jako něco vlastního a prohlašují například „Podívejte se, co mé dítě namalovalo. To je obrázek... !” Potom raději popisují a definují vytvořený předmět sami, místo aby nechali dítě samo se vyjádřit.

Připomínám, že spirituálním smyslem toho, co vytváříme, je odrážet, kdo jsme a napomáhat při rozpoznání vlastní esence. V okamžiku, kdy se v tvůrčím procesu sebepoznání odráží zpět k dítěti - tvůrci, vstupují do něj rodiče. Ještě než dítě dostane šanci vzít objekt a definovat ho, provedou to rodiče podle sebe. Jinými slovy - rodiče tím, že sami předmět pojmenují, mu nasadí vlastní tvář. Tudíž když se dítě, které ho vytvořilo, dívá na to, co se z něj odráží zpět, nevidí svou vlastní podstatu, ale podstatu svých rodičů. Dopad tohoto jednání je, že rodiče esenci dítěte „ukradnou”

a dítě se nemůže naučit cítit rozdíl mezi esencí svou a esencí jeho rodičů. Podobně k tomu dochází, když rodiče dokončují věty za dítě.

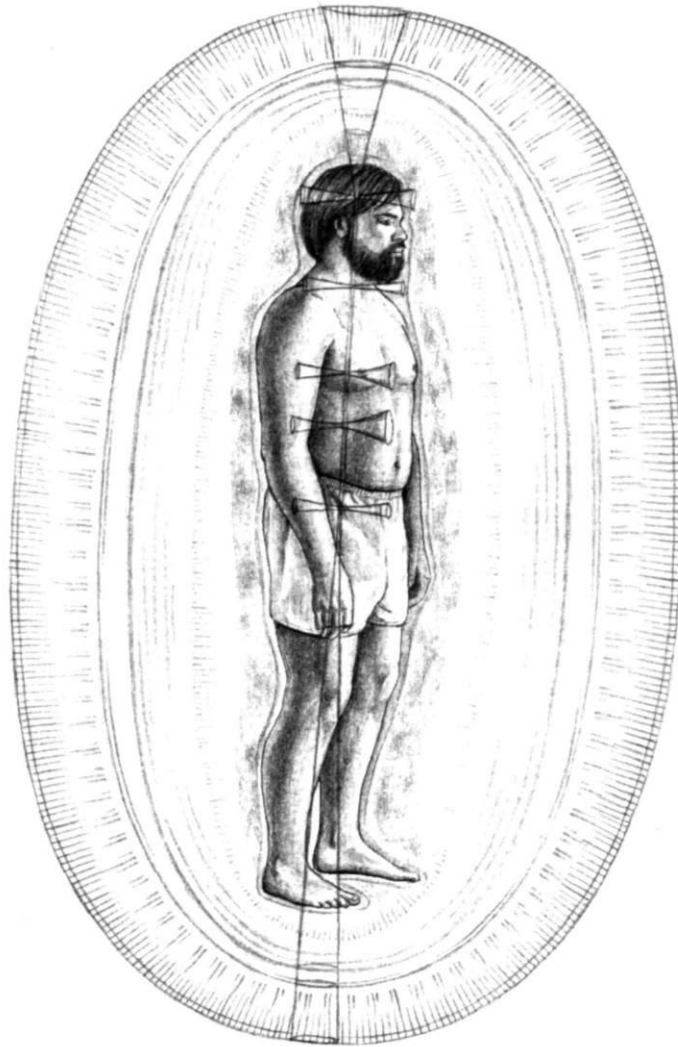
## Obranná akce masochistického charakteru, kterou člověk používá, když má strach

Následkem strachu z kontrolování, ponižování a skutečnosti, že jejich esence jim byla ukradena, je obrannou akcí masochistického charakteru stažení se hluboko do vlastního těla a vybudování důkladné pevnosti fyzického těla, aby k němu vetřelci, kteří ho chtějí kontrolovat a řídit, nemohli vniknout. Nakonec by je stejně jenom okradli a ponižovali, a tak bude raději všechno držet uvnitř. Ven se toho dostává málo, jeho pole je tedy velké a nabité energií. Protože však byl psychicky napadán, hranice jeho aury neměly možnost se rozvinout a být definovány. Difuzní nestrukturované úrovně jsou mnohem více rozvinuté a nabité než úrovně strukturované, které vytvářejí silné hranice. To způsobuje, že jejich pole jsou velmi porézní. Protože se jedná o kombinaci pevného těžkého těla a velkého porézního aurického pole vzniká dojem, že lidé s masochistickým charakterem jsou dobře chráněni. Bohužel tomu tak není. Psychická energie vstupuje přímo dovnitř a mohou ji velmi silně vnímat, takže se stahují ještě víc do sebe. V určité chvíli procesu dospívání nebo jindy při dozrávání se budou také snažit o zničení provázek třetí čakry, prostřednictvím kterých je rodiče kontrolovali. Lidé s masochistickým způsobem obrany to dělají tak, že zatáhnou provázky do své třetí čakry a nechají je tam propletené a zamotané.

Věci dělat podle sebe se bojí - schází jim samostatnost. Při interakcích se buď mohou ještě hlouběji stáhnout, anebo se pokusí dostat k tomu, aby něco udělali podle svého, od ostatních svolení. Aby získali souhlas, vysílají bioplazmické proudy nebo se snaží spojit s přáteli pomocí provázek ze třetí čakry s jejich solárním plexem. Obvykle pronášejí věty typu: „Měli bychom spolu prodiskutovat tuto otázku,“ místo aby řekli: „Mám problém, který bych si potřeboval s tebou vyjasnit.“ Pokud jsou tyto lidé zapojeni do skupinové terapie, nebudou se nikdy hlásit k samostatné práci, ale budou chtít vždy pracovat ještě s někým dalším. Na obrázku 15-23 je znázorněna masochistická obrana.

## Negativní účinek obranných akcí masochistického charakteru

V důsledku popsaných obranných akcí vnímají svět jako vězení, kde jsou samostatné projevy zakázány. Masochistické charaktery mají pasivní chování, snaží se zapojit ostatní, a tak si stále znovu potvrzují, že jsou vždy pod kontrolou. Protože drží všechno v sobě, čas jako by se zastavil. Žijí v přítomnosti, téměř bez budoucnosti. Nikdy se doopravdy nenaučí sebevyjadřování a jejich tvůrčí akty neopustí jejich nitro. Neschopnost sebevyjádření je přivádí do situací, v nichž jim ostatní pomáhají dokončovat věty. Tím se vměšují do formulace jejich myšlenek, a tak jim neumožňují rozvoj.



Obr. 15-23: Aurická obrana masochistického charakteru

Je to zřetelné například při práci ve skupinách. Jestliže je řada na někom s masochistickým charakterem, aby vyjádřil své myšlenky, je obvykle schopen jich vyslovit jenom část, a to v neúplných větách. Následuje přestávka v řeči. V této přestávce se masochistické charaktery vracejí do svého nitra, aby vytáhly zbytek myšlenky, kterou chtějí zformulovat a sdělit ostatním. Přestávka odpovídá té fázi tvořivého procesu, ve které rodiče chňapli po jejich nápadu a definovali ho. Obvykle se stane, že někdo ve skupině není schopen ticho snést a přiskočí na pomoc. Tím se tvůrčí proces přeruší. Pro ně to znamená, že se stáhnou ještě hlouběji, a než se vrátí se svým nápadem, uplyne ještě víc času. Další člen skupiny opět ve snaze pomoci mezeru vyplní, oni se znovu vrátí pro zbytek myšlenky a jsou ještě zmatenější. Pak se diskutuje o konglomerátu myšlenek ostatních a nikdo nenaslouchá tomu, co masochistické charaktery chtěly původně s ostatními sdílet. Tento průběh je pro ně velmi bolestivý a znovu jim potvrzuje oprávněnost jejich pocitu, že jsou neustále řízeni.

Jelikož tento stav trval tak dlouho, jako kdyby zapomněli, co všechno v sobě nosí. Vytvořili si rozsáhlý vnitřní svět plný nejasných, nediferencovaných myšlenek a fantazií. Vyjasnit si je mohou pouze tím, že je vysloví, že je přenesou do vnějšího světa. Protože však dochází k popsanému zasahování zvenčí, neumějí tvůrčí proces dovést do konce. Zůstávají tak uvězněni v sobě, osamělí a poníženi, plni vzteku na svět, který je ve vězení drží. Když hodí na někoho ostrý hák, aby ho vyprovokovali k boji, což by jim dalo možnost uvolnit svůj hněv, příliš to nefunguje. Provokace

má charakter hledání souhlasu s jejich jednáním, a tudíž vůbec nevyjadřuje jejich samostatné jednání.

## Jak poznat, že lidé používají masochistickou obranu

Sledujte, zda jsou schopni přinést celou myšlenku bez delších přestávek. Všimněte si, zda se podvědomě nepokoušejí vymámit definování svých myšlenek z vás. Dávají vám signály typu tlak - tah ? Pokoušejí se vás do svého problému zapojit, ale říkají, že se vás to netýká ? Používají výraz „náš problém“, místo aby řekli „můj problém“ ? Vypovídá jejich způsob komunikace o neschopnosti rozeznat rozdíl mezi sebou a vámi ? Co váš solar plexus ? Nemáte pocit, že se vám tam někdo zachytil a zůstal zapleten ve vašich vnitřnostech ? Sledujte, zda jde komunikace ztěžka. Je to vážné. Je to opravdu vážné ! Ve vzduchu je cítit bezvládnost, ponižování, pocit, že vy jste ten, kdo řídí a kontroluje, a že ten druhý nemůže udělat nic bez vás. Tito lidé potřebují vaši radu. Nemohou se bez vás hnout, veškeré vaše návrhy na řešení však zavrhnou jako něco, co jim nemůže pomoci. Masochistické charaktery budou zásadně všechno, co jim doporučíte, odmítat, zatímco orální charaktery budou vaše rady přímo sát a dožadovat se dalších.

## Lidské a spirituální potřeby lidí s masochistickou obranou

Pamatujte, že pod vším tím rýpáním, poštučováním a vztekem na vás, které vyjadřují nedostatek jejich samostatnosti, je touha po sebedůvěře. Masochistické charaktery se domáhají, aby jakožto individuální svobodné lidské bytosti mohly žít svůj život, tak jak samy chtějí. Potřebují prohlásit a vyjádřit, kdo jsou. Musí sami sobě dát svolení k tomu, že všechny pocity, které mají, mohou svobodně vyjádřit. Potřebují se naučit, jakým způsobem se to dělá. Neobejdou se bez velkého bezpečného soukromého prostoru, v němž budou moci dát najevo, kdo jsou a podívat se zpět na svůj odraz v zrcadle fyzického světa. (Viz čtrnáctá kapitola.) Obširně jsem již vysvětlovala, že fyzický svět funguje jako zrcadlo, ve kterém se odrážíme. Popisovala jsem fyzický svět jako materiální zrcadlo odrážející aspekty našeho Já. Masochistické charaktery musí vyjít se všemi neujasněnými myšlenkami a formulovat z nich jasné praktické koncepty použitelné v jejich osobním životě. Na spirituální úrovni potřebují rozpoznat svou vlastní esenci jádra Bytí a Boha v sobě.

## Jaké jsou negativní reakce na masochistickou obranu

Teď se budeme zabývat tím, jaké negativní reakce na muže nebo ženu používající masochistický způsob obrany by mohly vzniknout. Opět je budeme popisovat z hlediska pěti druhů pohybu energetického toku. energii můžeme tlačit, tahat, zastavit, nechat ji proniknout do svého pole nebo před ní uniknout.

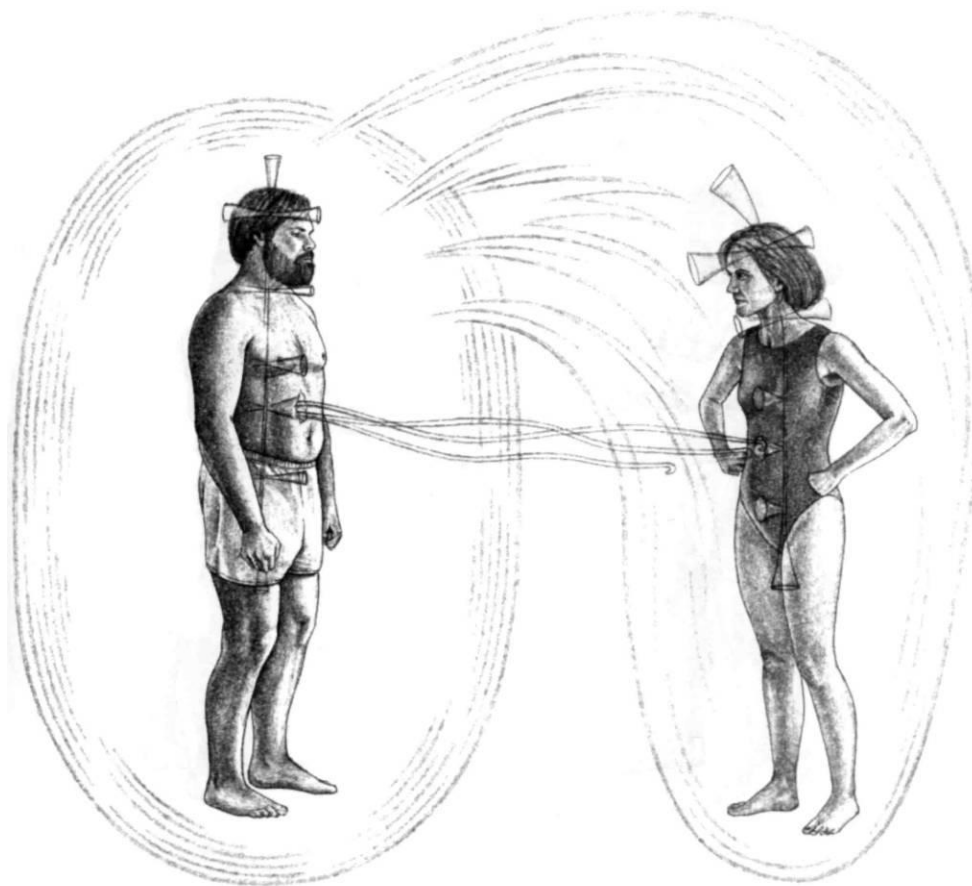
Co děláte, když jste v interakci s lidmi, kteří se stahují hloub do sebe a zároveň ve stejném okamžiku po vás hmátnou a provokují a nakonec vás odtlačí pryč ? Pak to zase otočí a couvnou, začnou vás obviňovat a popíšíou, co cítíte, jako kdyby



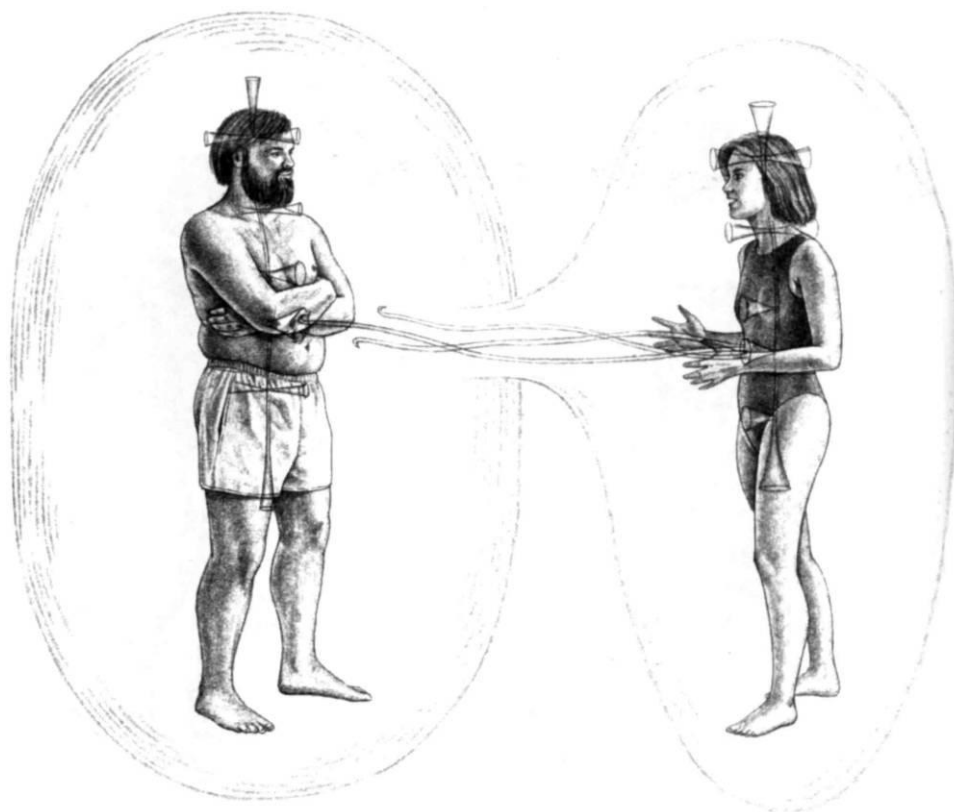
to prožívali oni sami. Rozzlobíte se a natlačíte na ně ostrou odmítavou energii ? Pokud to uděláte, budou mít ještě větší strach a budou ve svém chování pokračovat ještě intenzivněji. Dostat se k nim příště při rozhovoru bude ještě těžší, protože se automaticky stáhnou do sebe ještě předtím, než zahájíte rozhovor. Na obrázku 15-24 můžete vidět, co se asi bude dít s vaším polem, když se naštveté a začnete energii tlačit, a jaká na to bude odezva ze strany vašeho partnera s masochistickým charakterem.

Jakmile se tito lidé stáhnou ještě víc do sebe, začnete se cítit opuštěni. Zachytíte je, abyste na ně mohli, a táhnete je ven ? Přesně tak to dělali jejich rodiče ! Když to uděláte, stáhnou se ještě hlouběji do svého nitra a ukryjí se před vámi. Co s tím ? Budete táhnout ještě silněji ? Obrázek 15-25 vám přiblíží, co se děje, když po nich hmátnete a taháte, a jaká je jejich reakce.

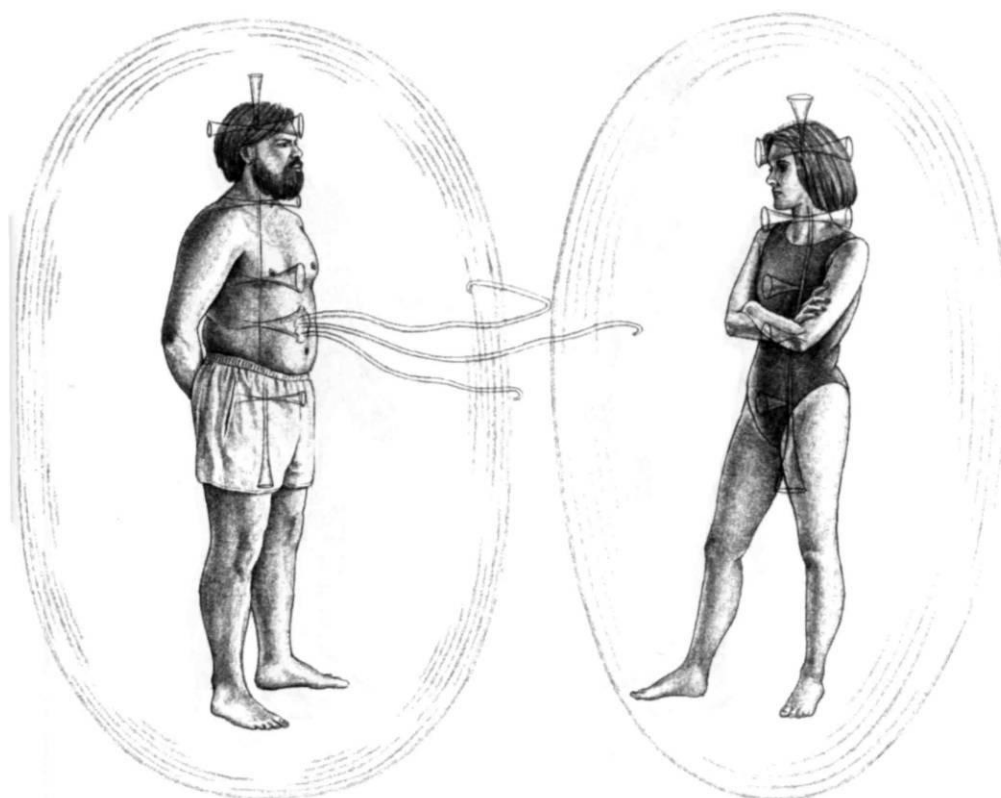
Můžeme také zastavit proudění energie. Ponoříte se také do sebe ? Dobře, každý z vás je ukryt hluboko v sobě. Jak asi bude další komunikace překonávat tu nedozírnou vzdálenost, která mezi vámi leží ? Asi se jeden druhému ztratíte. Nebo zůstanete přítomni a jenom budete čekat, až s tím přestane, možná s netrpělivým požadavkem, aby si pospíšil a vyšel ze sebe ven ? To se nestane. Na výsledek se podívejte sami - je to znázorněno na obrázku 15-26.



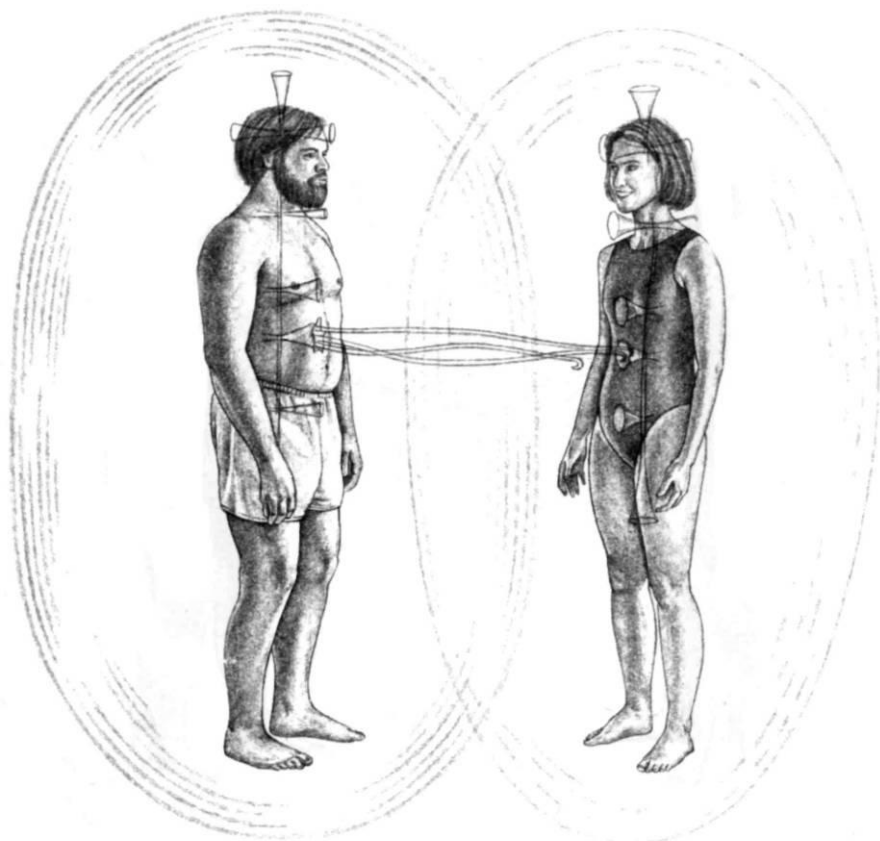
Obr. 15-24: Masochistická obrana a reakce tlačáním energie



Obr. 15-25: Masochistická obrana a reakce taháním energie



Obr. 15-26: Masochistická obrana a reakce zastavením proudění energie



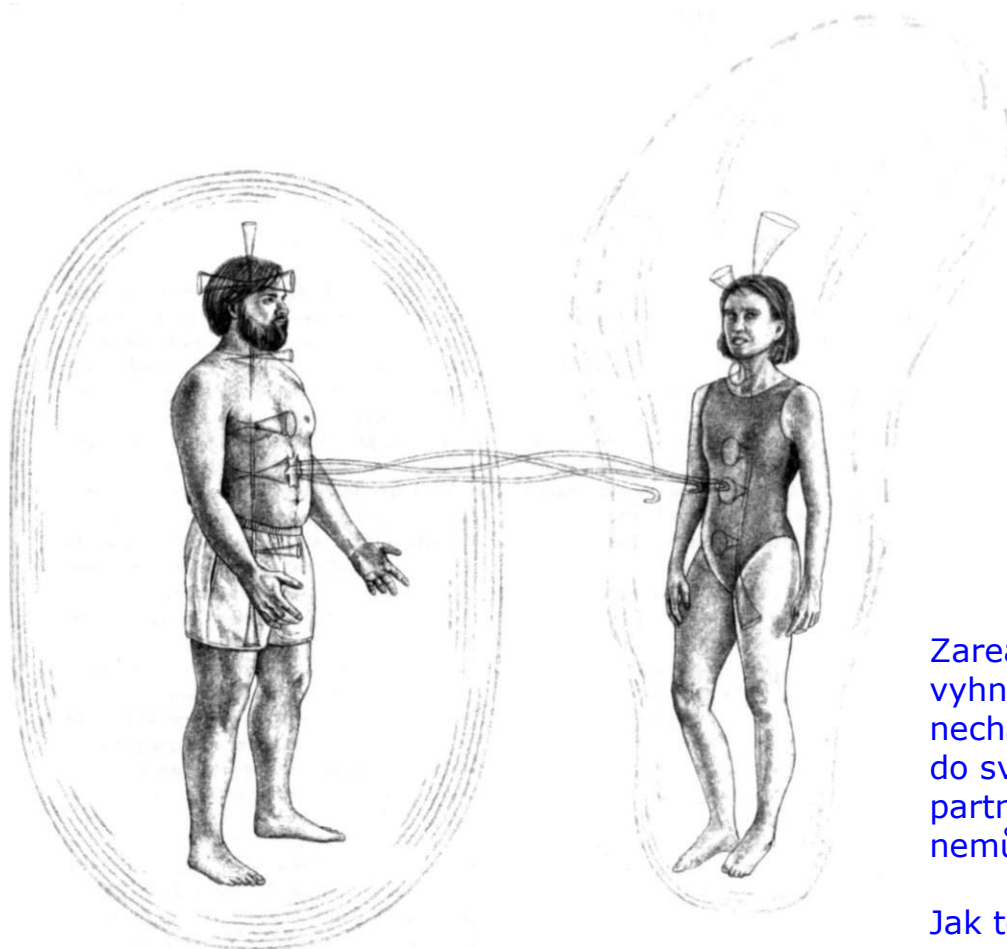
Možná popřete, co se děje, necháte to být a budete pokračovat v konverzaci, jako kdyby za tím nic jiného nebylo. Jak se asi začnete cítit ?

Budete cítit únavu a tíseň ?  
Nebo bezmocnost  
či zmatek ?

Budete si v tu chvíli  
potřebovat odpočinout,  
protože se vám bude zdát,  
že se nemůžete hnout ?  
Myslíte, že se vám podaří  
naplnit záměr, s nímž jste  
do interakce vstupovali ?  
Dost o tom pochybují.

Podívejte se na obrázek  
15-27.

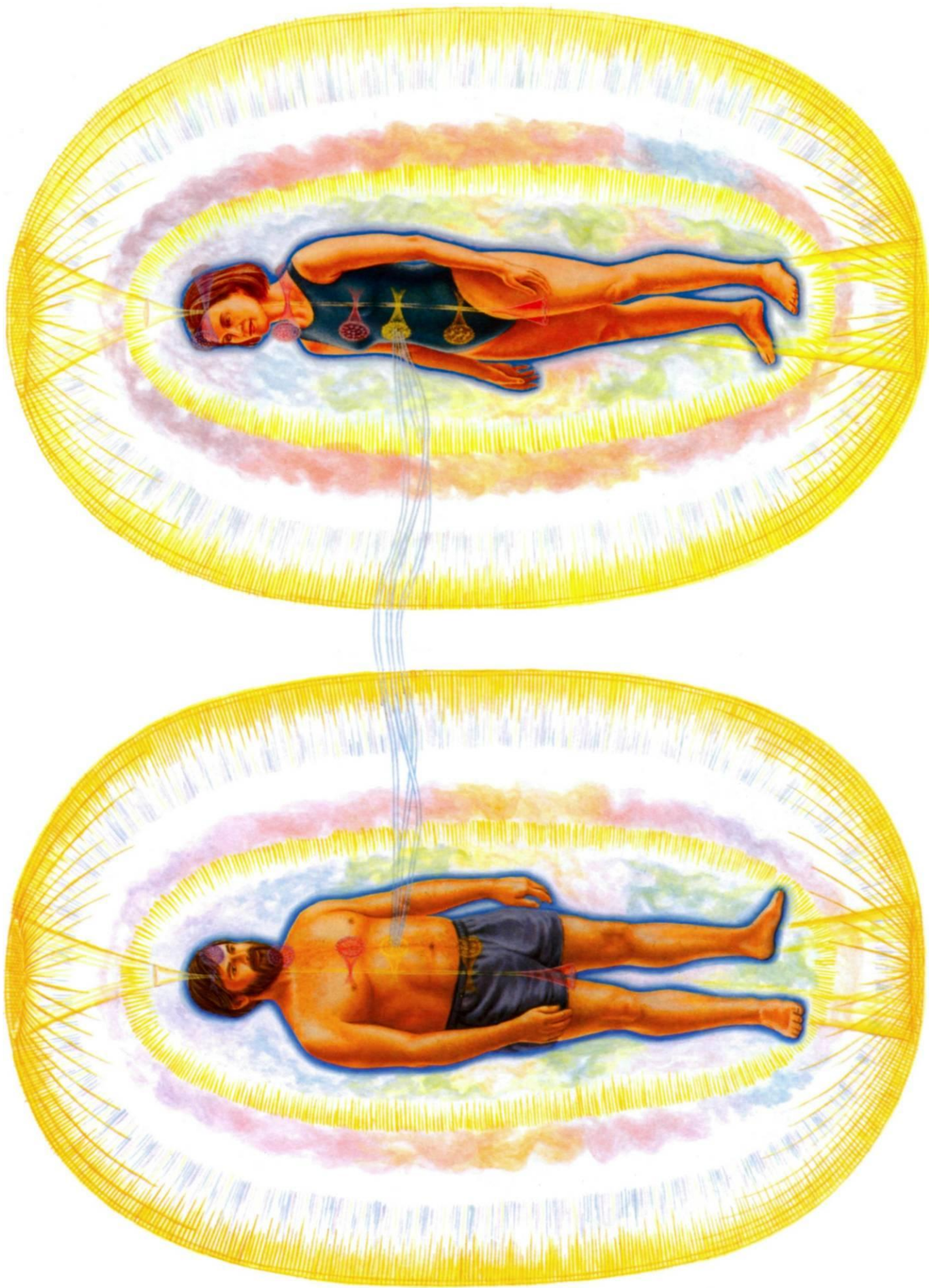
Obr. 15-27: Masochistická obrana a reakce typu: „Vím, co se děje, ale popírám to. “



Zareagujete tím, že se osobě  
vyhnete, opustíte své tělo,  
necháte ji, ať se schová  
do svého, takže žádný z vás  
partnera pro komunikaci  
nemůže najít ?

Jak to dopadne, je ukázáno  
na obrázku 15-28.

Obr. 15-28: Masochistická obrana a reakce stažením se



Obr. 15-29: Pozitivní léčivý způsob odpovědi na masochistickou obranu

## Jak byste mohli odpovědět pozitivním léčivým způsobem na masochistickou obranu

Na obrázku 15-29 (barevná příloha) můžete vidět, jak byste mohli prostřednictvím svého energetického pole umožnit partnerům používajícím při masochistickém způsobu obrany útek do svého nitra, aby se cítili v bezpečí a mohli se vrátit do vaší společnosti. První věc, kterou si musíte uvědomit, je, že i když se budou podvědomě snažit dostat do pozice útočníka vás (aby tak mohli překonat nájezdy rodičů v dětství a nakonec zvítězit), nebude to fungovat. Tomuto podvědomému a kontraproduktivnímu plánu se nesmíte přizpůsobit. Pokud by to šlo tak jednoduše, už dávno by si ho byli vyřešili. Tito lidé byli vystaveni totální invazi a vy jistě nechcete situaci z dětství zopakovat. Musíte si dávat pozor, abyste na ně neútočili prostřednictvím bioenergetických proudů nebo provázek ze třetí čakry. Snažte se nevytvářet žádné bioplazmické proudy. Nestůjte přímo před nimi a nepracujte s provázky ze třetí čakry. Nedovolte jim, aby pronikli pomocí provázek do vašeho solárního plexu. Aby k tomu nemohlo dojít, představte si svou třetí čakru chráněnou ochranným štítem. Pokud je to nutné, dejte přes ni ruce - pomůže vám to ji ochránit. Je to opravdu důležité. Jestliže by vysílali bioplazmické proudy, představte si, že je vaše aura z teflonu a energie po ní stéká do země.

Když máte bioproudy a provázky pod kontrolou, začněte řídit frekvence vibrací svého pole. Postavte se na stranu tak, aby měli kolem sebe dost místa. Vzdálenost mezi vámi musí být taková, abyste měli jistotu, že se sedmé úrovně vašich polí nedotýkají. Pokud si nejste jistí, zda to dokážete poznat, postavte se do vzdálenosti 90 až 120 cm od nich. To by mělo stačit. Je možné, že vzdálenost bude muset být ještě větší.

Snažte se sladit frekvenci svého pole s jejich. Dělá se to tak, že si budete představovat, že jste se stali jimi. Potom lehce rozšiřujte své aurické pole tak daleko, aby se dotklo vnější hrany jejich energetického pole. Budou schopni to vnímat. Jestliže se posunou blíž k vám, je jasné, že stojíte příliš daleko. Je to v pořádku. Nechte na nich, aby si vzdálenost zvolili sami. Vnímat, že vaše pole pulzuje podobně jako jejich, je oddělené a nechystá se k útoku, bude pro ně příjemným zážitkem a uvolní se. Jenom pasivně setrvejte v této situaci. Vaši partneři zjistí, že cítit se stejní jako vy může být bezpečné a že mají prostor, aby ze svého vězení mohli vyjít ven.

Stojíte vedle sebe, vaše pole jsou synchronizovaná a s úctou vnímáte esenci svou i esenci partnera. Prociťujte svoji esenci a naplňte jí své pole. Mohlo by dojít k tomu, že když tam stojíte jako dvě rovnocenné bytosti, začaly by z třetí čakry každého z vás vyrůst provázky, které by se na půl cestě setkaly. Takto by vznikl opravdový svazek dvou jedinců, kteří jsou v úzkém spojení, aniž by potřebovali jeden druhého řídit a kontrolovat. Nedělejte to s tímto záměrem, pouze dovolte, aby k tomu došlo.

## Výsledky pozitivní léčivé odpovědi

Pokud se vám podaří zvládnout aspoň část výše popsaného postupu, pomůžete svému příteli s masochistickou obranou pochopit, že svět není místem určeným pouze k tomu, aby lidé byli pod kontrolou. Umožníte jim prožít jejich vlastní podstatu a zjistit, v čem se od vaší liší. Budou cítit, že je respektujete. Necháte jim celý jejich

prostor k sebevyjádření, bez toho abyste vyplňovali ty části, které potřebují k tomu, aby našli sami sebe a své příští myšlenky. Takto se budou učit tvůrčímu procesu, který bude vycházet z jejich nitra. Teprve potom budou schopni se osvobodit a vytvořit si život podle svých představ.

Proto až příště váš milý nebo milá budou na vás tlačit i tahat při hledání svobody, dejte jim proto velký prostor. Dáte jim tak dar nejvzácnější - ukážete jim cestu domů, ke svému skutečnému Já. Je to cesta, která je povede k uvědomění si, kdo jsou, a k nalezení esence jádra. Potom si navyknou pohybovat se z neustále se měnícího přítomného okamžiku do budoucnosti založené na tom, čemu se naučili v minulosti. Jejich „ted“ bude prožíváno jako neustále se měnící a rozvíjející se okamžik. Jádro svého Bytí a svou jedinečnost mohou nalézt pouze prostřednictvím vztahu - aby pochopili svou esenci, potřebují ji porovnat s esencí někoho jiného.

## Jak se naučit přestat používat masochistickou obranu

Jakmile se přistihnete, že používáte masochistickou obranu, pokrčte kolena a zhluboka dýchejte. Spojte se se zemí a nechte zemskou energii stoupat do druhé čakry. Vaším polem začne proudit obrovské množství energie, které vám umožní spojení se vším, co je kolem vás. Položte ruku na třetí čakru tak, abyste ji ochránili. Jestliže se cítíte k někomu připoután přes třetí čakru, představte si, jak taháte za provázky, které vycházejí z vaší třetí čakry a jdou k vašemu partnerovi. Provázky se potom od vašeho partnera odpojují a vracejí se zpátky k vám. Vedte je hlouběji ke své hvězdě středu a s ní je spojte - vizualizujte a prociťujte to. Takto přenesete pozornost k esenci jádra. Udržujte svou pozornost tam zaměřenou a soustředte se na svou vnitřní sílu. Opakujte si jednu z následujících manter: „Jsem svobodný/svobodná“ nebo „Svůj život si řídím já sám.“

Jste velmi složitá povaha a vaše myšlenky jsou komplikované a potřebujete hodně času k tomu, aby se proklubaly na svět. Přicházejí postupně, po částech, jako když se skládají puzzle. Doporučuji vám vést si deník, do něhož budete své myšlenky zaznamenávat. Neměňte pořadí, ve kterém přicházejí. Nezkoušejte hned vyluštit jejich smysl. Nemusí se jednat o lineární způsob. Budou pravděpodobně spíše holografické. Někdy může trvat dva roky i více, než se podaří vytvořit celkový obraz. V průběhu tohoto období svůj deník nikomu neukazujte. Nepotřebujete, aby někdo vykládal vaše myšlenky předtím, než vykrystalizují. To by vás mohlo svést z cesty. Teprve až se budete umět správně podívat a jasně uvidíte odraz v materiálním zrcadle svého deníku, když jste připraveni a obsáhli jste celý obraz, můžete ho s někým sdílet. Věnujte sami sobě úctu a respekt, který si zasloužíte.

# Obranný systém rigidního charakteru

## Hlavní problém rigidní obrany

Hlavním problémem rigidního charakteru je autenticita. Je to způsobeno oddělením se od esence jádra a celkovým zaměřením se na to, aby se vnější svět těchto lidí zdál být dokonalý. Oddělení se vlastního jádra Bytí je tak úplné, že dokonce nemají ani tušení, že by něco takového mohlo existovat. Lidé s rigidním charakterem obrany prožili mnoho životů, v nichž museli zachovávat zdání, že jsou dokonalí, bez chyb a slabostí, aby vůbec mohli přežít. Pravděpodobně byli předtím i teď odpovědni za běh určitých věcí.

V dětství u nich dochází k popírání vnitřního světa. Jakmile to bylo možné, odmítli okamžitě každou negativní zkušenost. Zaměřili se na nepravdivý, falešný pozitivní svět. Ať se v rodině stalo cokoliv, pohádali se mezi sebou či přišla nemoc, někdo hrozně pil nebo došlo i k osobní tragédii, druhého dne ráno to bylo smeteno ze stolu. Servírovala se dokonalá snídaně, děti i dospělí odcházeli v perfektně vyžehlených šatech, aby ve škole i v práci byli nejlepší. Filozofie byla tato: zaměřit se na dobré a popřít špatné. Popírali své vlastní dětské vnímání a podvědomě uvažovali takto: „Ta rvačka včera v noci u nás vůbec nebyla.“ „Maminka nemá doopravdy rakovinu.“ „Není potřeba se tím zabývat, to všechno jsou jenom mé představy.“ Jediný způsob, jak to zvládnout, je popřít své skutečné Já, které všechny tyto negativní zkušenosti prožívá osobně. Protože se to nikdy nestalo, osoba, která to prožívá, není skutečná, celá událost se odehrála pouze v jejích představách. Jinými slovy nemůže to cítit, protože to není skutečné.

Rodiče těchto dětí nepoužívají přímé pronikání za osobní hranice dětí nebo jejich ponižování, jak tomu bývá u masochistických charakterů. V tomto případě je celé vnější prostředí řízeno tak, aby se vytvářela iluze dokonalosti. Děti se učí jednat podle povrchní iluze dokonalosti a v tomto duchu s nimi zacházejí i rodiče. Naučí je dobře oblékat, čistit si správně zuby, chodit spát včas, snídat zdravá jídla a tak dále.

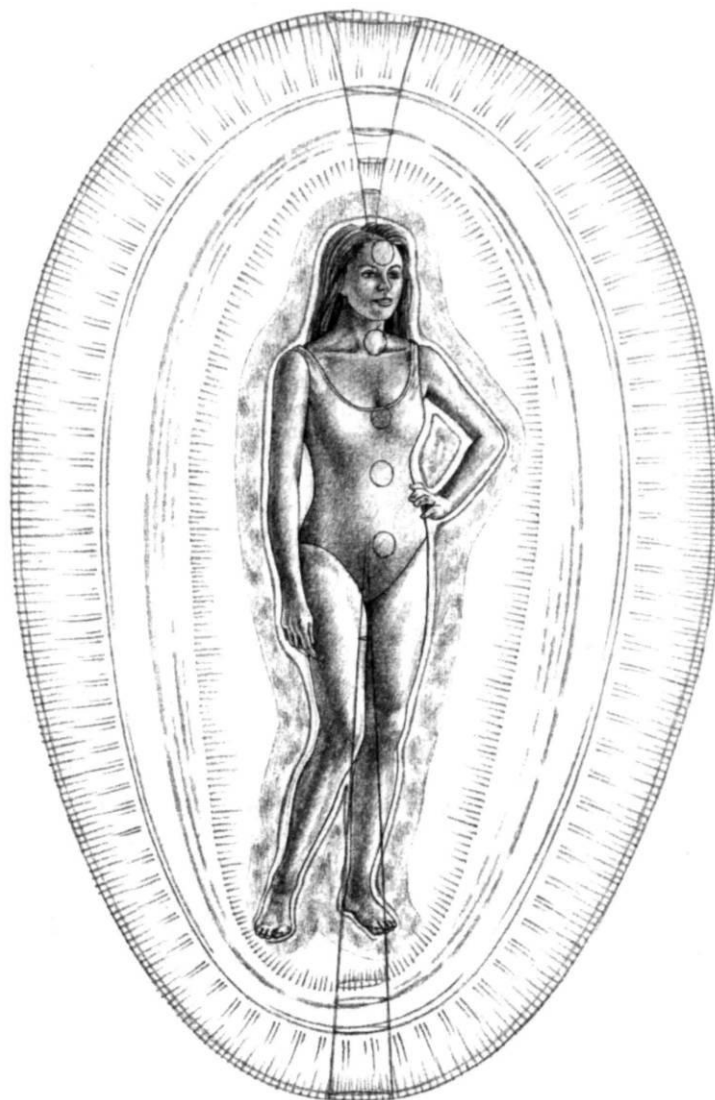
Když to shrneme, vnější svět rigidního charakteru je dokonalý, vnitřní svět je popírán a esence jádra pro něj neexistuje. Pod vnějším pozlátkem -nebo bychom to mohli nazvat přepychovou fasádou - leží u lidí používajících rigidní způsob obrany neurčitý vzdálený strach, že jim něco schází a že život je mjíj a prochází kolem nich. Nejsou si tím jistí. Nakonec možná že to, co znají, je všechno, že tam nic víc ani není.

## Obranná akce rigidního charakteru, kterou člověk používá, když má strach

Ze strachu z vlastní bezvýznamnosti a ze života, který jej nenaplnuje, je obrannou akcí rigidního charakteru snaha o to, aby se stali ještě dokonalejšími. Tito lidé jsou nejlepší v práci, mají perfektního partnera a dokonalou rodinu. Dobře se oblékají - všechno spolu ladí. Dělají všechno správným způsobem. Jejich fyzická těla jsou na první pohled zdravá a vyrovnaná. Aurické pole je také v dobrém stavu. Většina

čaker dobře funguje. Jsou správně spojeny s ostatními přes provázky z třetí čakry. Jenom zřídka vysílají na druhé bioplazmické proudy.

Jejich dokonalost je vykoupená velmi těžkým vnitřním rozštěpením, a to ve dvou směrech. Jednak řídí všechny vnější dopady svých emocionálních reakcí, takže to, co se děje na psychické úrovni uvnitř rigidních charakterů, je oddělené od vnějšího světa. Dále od sebe odpojili svou hlubší esenci jádra. Lze dokonce říci, že ani nevědí, že nějakou vnitřní esenci mají. Obrázek 15-30 představuje rigidní obranu.



*Obr. 15-30: Aurická obrana rigidního charakteru*

### **Negativní účinek obranných akcí rigidního charakteru**

Jediným efektem výše uvedené obranné akce je pouze to, že se cítí ještě méně sami sebou a že i jejich svět čím dál víc postrádá smysl. Každý jim jejich zjevně dokonalý, bezproblémový život závidí. Nikdy nepotřebují požádat o pomoc. Namísto toho se jim ostatní svěřují se svými těžkostmi. Zdá se, že zvládnou všechno. Pracují na mnoha věcech, dobře je zvládají a nikdy neselžou. Přesto nenacházejí mnoho uspokojení, protože mají pocit, že to vlastně nejsou oni, kdo všechno dělá. Je v nich prázdnota a nenaplněnost.



Čas prožívají jako lineární postup vpřed s tím, že nic nelze prožít znovu. Mohli by mít pocit, že jsou časem bezmocně někam unášeni. Nebo že čas utíká někde mimo ně a všechen život nese s sebou. Jejich psychické vnitřní prožitky jsou bohaté, ale nikdy je nemohli vyjádřit - dostat ze sebe ven. V důsledku toho si nejsou jisti, zda jsou vůbec schopni něco cítit.

Nemají vůbec žádné tušení o existenci svého jádra Bytí. Jednak o tom nikdy neslyšeli a jednak to celé může být pouze výplod něčí fantazie. Neexistuje pro ně absolutně žádná cesta, jak se ke svému jádru dostat bez pomoci někoho jiného, protože v dětství u nich nikdy nedošlo k potvrzení jeho reality. Nedokážou si ani představit, co by to tak mohlo být. Jediná věc, kterou tito dokonalí lidé postrádají ve svém dokonalém životě, jsou oni sami.

Následkem toho, že nikdy neměli zkušenost se svojí reálnou bytostí, je pro ně nemožné spojit do jednoho celku srdce a sexualitu. Srdce a sexualita u nich nikdy nefungují najednou - ve stejné době. Milují jakousi ideální osobu, která neexistuje, takže do té doby, než ji potkají, hledají krátkodobé sexuální vztahy. Jejich vztahy se obvykle nedostanou přes počáteční období erotiky. Potom přichází na řadu partnerova či partnerčina nedokonalost - on/ona nejsou prostě ideálem -, a to znamená ukončení vztahu. Nebo zvolí jiný způsob popírání a bude se jednat pouze o vnější vztah. Dochází k tomu, že nejsou schopni hluboký vnitřní vztah vytvořit, protože nevědí jak. Nemají přístup ke svému zdroji - ke své esenci. Potřebují jiné vnější rozptýlení.

## Jak poznat, že lidé používají rigidní obranu

Nejlépe to rozpoznáte, zaměříte-li se na autentičnost jednání vašeho partnera. Angažuje se váš protějšek a reaguje osobně na to, co vyprávíte? Nebo z konverzace uteče a „přepne na automatické řízení“? Dokáže všechno zvládnout, ale vy přesto máte pocit, že za tím není nikdo skutečný? Je to ten typ, který neudělá nikdy nic nesprávně? Ať se jedná o jakýkoliv problém, vyřeší ho nejlepším možným způsobem? Všechno je přiměřeně rozumné, ale to osobní schází? Jestliže se vám z celkového obrazu ztrácí jejich osobní přístup, pravděpodobně komunikujete s někým, kdo používá rigidní obranu.

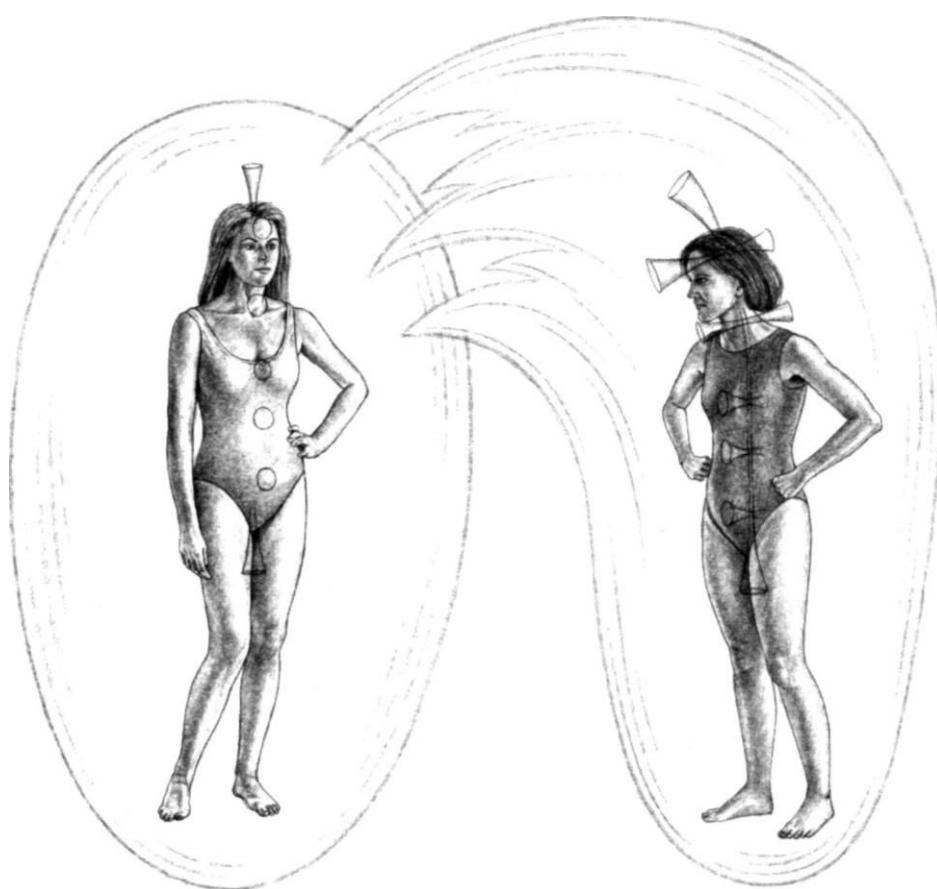
## Lidské a spirituální potřeby lidí s rigidní obranou

Lidská potřeba člověka rigidního charakteru je projevit své opravdové pocity, ne chovat se tak, jak se sluší. Potřebují se vzdát popírání svých pocitů a naučit se je vyjadřovat. Aby se mohli uzdravit, musí přestat neustále kontrolovat, zda jsou dokonalí, a ponořit se do strachu, který pod snahou o dokonalost leží. Je to strach z toho, že nejsou sami sebou, že nevědí, kdo jsou. Potřebují to zjistit. Čas se musí naučit vnímat spíše jako něco, co existuje v tomto okamžiku, než pouze lineárně. Na úrovni spirituální potřebují prožít esenci svého jádra, o jejíž existenci vlastně nikdy nevěděli. Jakmile se jim to podaří, všechno se složí do jednoho celku.

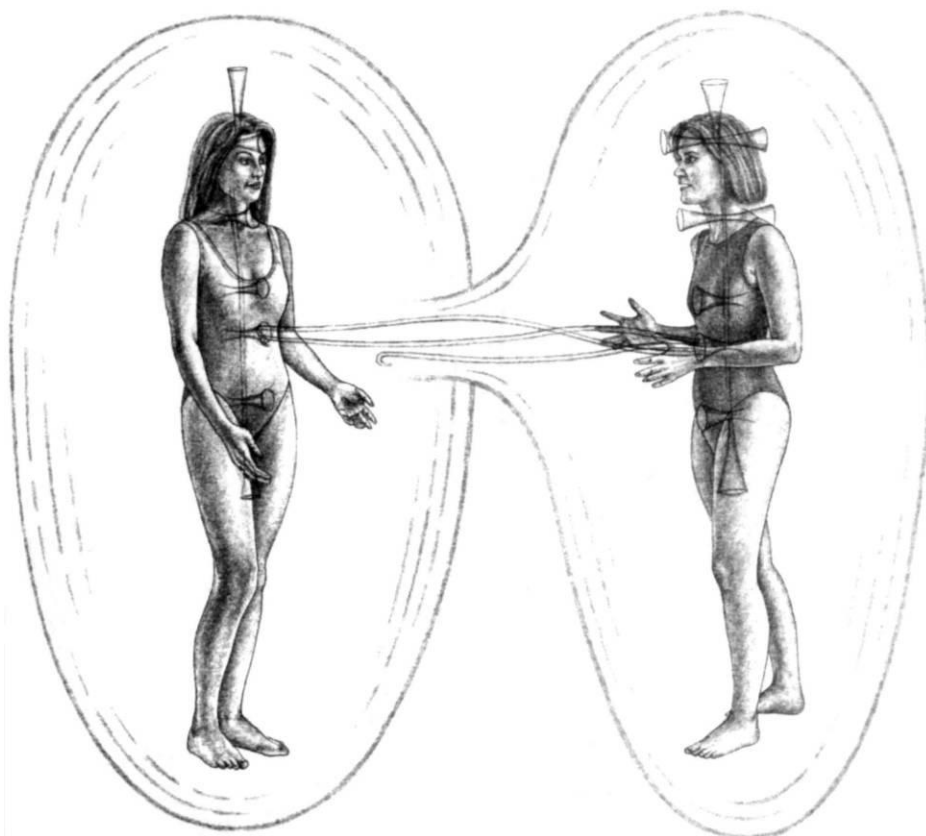
## Jaké jsou negativní reakce na rigidní obranu

Prozkoumáme, jaké mohou být negativní reakce na někoho, kdo používá tento způsob obrany. Budeme je opět popisovat z hlediska pěti druhů pohybu energetického toku. energii můžeme tlačit, tahat, zastavit, nechat ji proniknout do svého pole nebo před ní uniknout.

Co se děje, když probíhá interakce s někým, kdo není sám sebou? Rozzlobí vás, že tam ve skutečnosti nejsou, a tlačíte na ně víc energie? Když to uděláte, budou se vás bát ještě víc a budou se snažit být ještě dokonalejšími. Možná budou chtít vědět, co máte za problém, a navrhnou, že by vám s ním mohli pomoci. To je velmi dobrý způsob, jak popírat strach. Vyhovíte-li jim, příště bude ještě těžší se s nimi spojit, protože budou připraveni odvést rozhovor směrem k vám. Na obrázku 15-31 je znázorněno, co se děje ve vašem poli, když na ně plní vzteku tlačíte energii, a jaká reakce následuje.



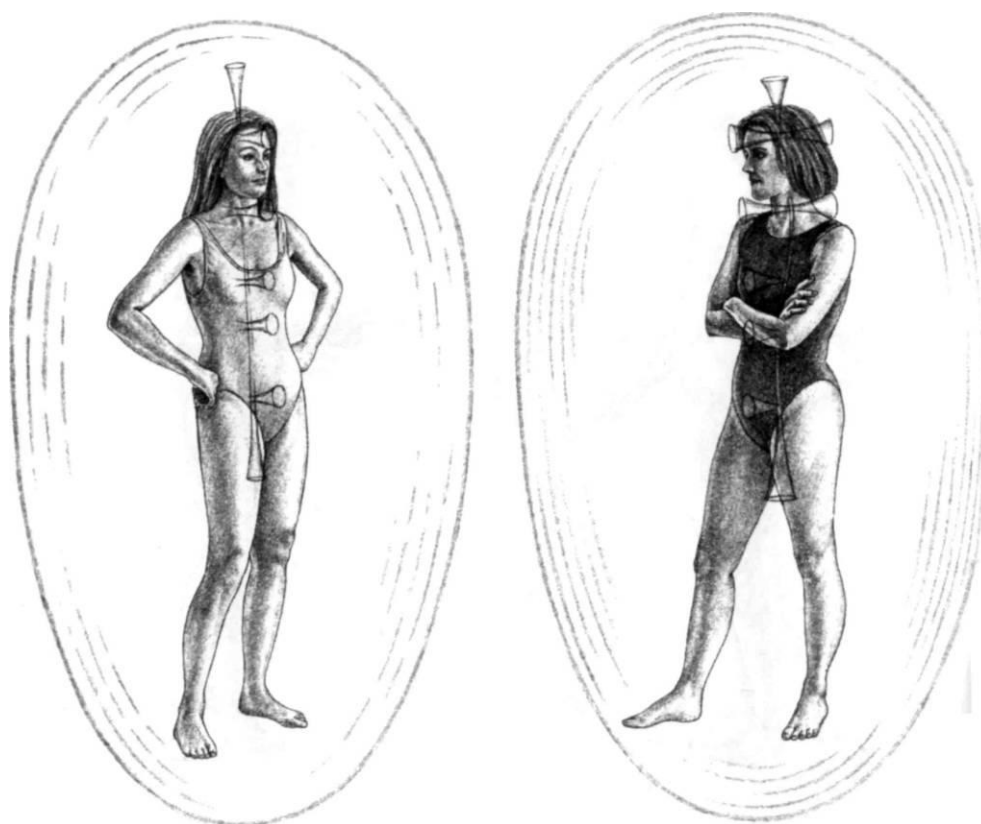
Obr. 15-31: Rigidní obrana a reakce tlačím energií



Zareagujete pocitem opuštění a chytíte partnera ?  
 Začnete táhnout ?  
 Když to uděláte, své dvě vnitřní zdi ještě zesílí, utečou dál a začnou být ještě výkonnější a rozumnější.  
 Co se stane potom ?  
 Zatáhnete víc a budete zmateni jejich popíráním ?

Na obrázku 15-32 můžete vidět, jak vypadá pole, když se zachytíte a taháte, a jak vypadá jejich odpověď.

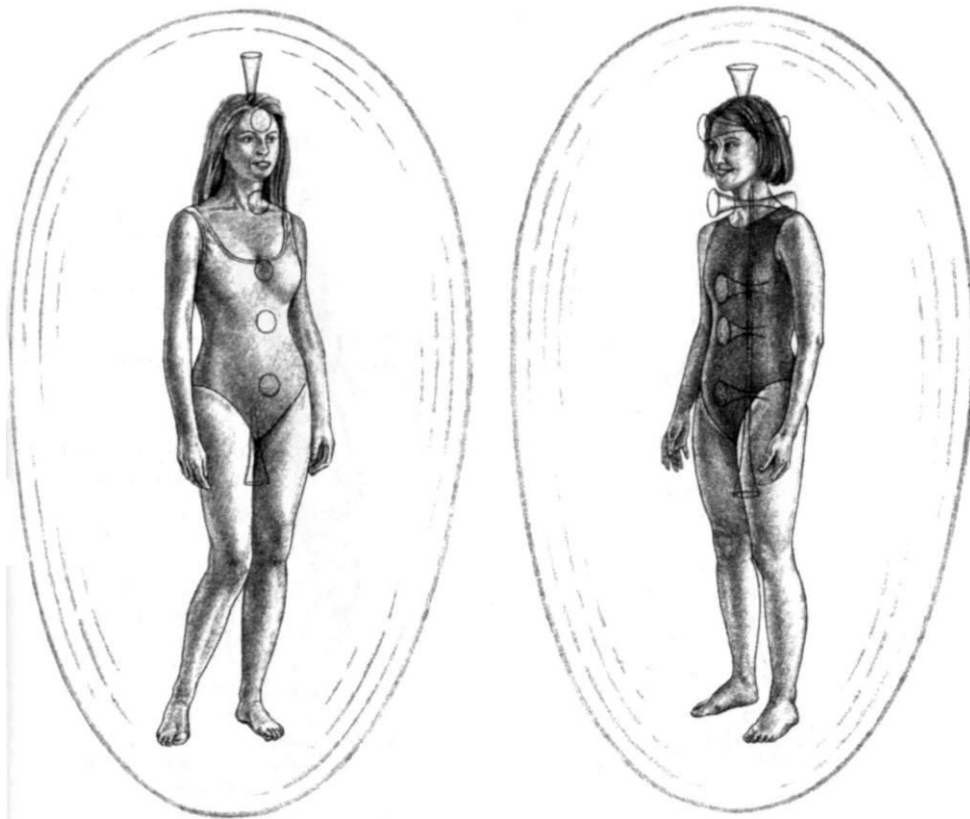
Obr. 15-32: Rigidní obrana a reakce taháním energie



Zarazíte se a zastavíte energetické proudění ?  
 Ponoříte se do sebe, protože cítíte, jak je konverzace falešná ?  
 Vypnete a budete pouze předstírat, že nasloucháte, zatímco si budete přemýšlet o něčem jiném ?  
 Vy jste „ve svém" a oni také.  
 Asi jeden druhého ztratíte. Anebo zůstanete přítomní a budete vyčkávat ?  
 Teď se nikdo z vás nechová pravdivě.

Výsledek můžete najít na obrázku 15-33.

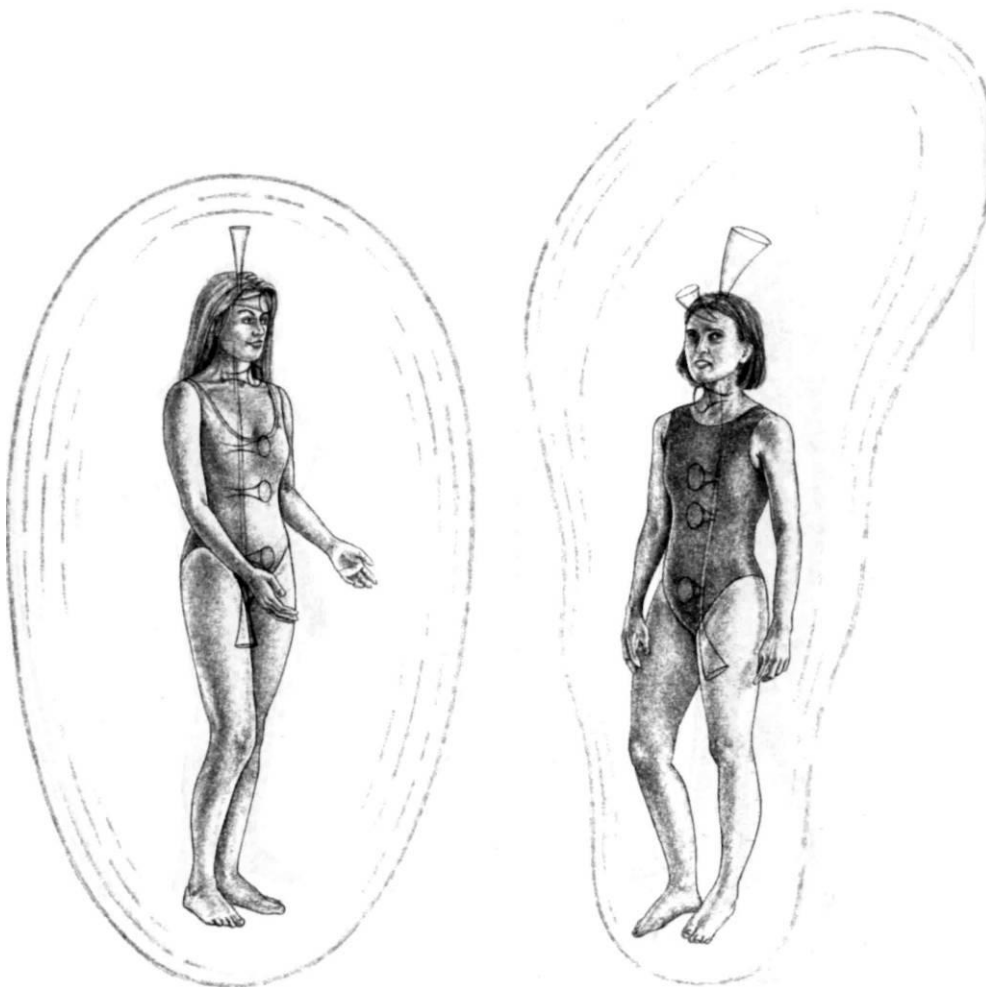
Obr. 15-33: Rigidní obrana a reakce zastavením proudění energie



Možná popřete to, co se děje, necháte to být a budete pokračovat v konverzaci, jako kdyby byla pravdivá, a tak budete jenom ztrácet čas. Naplní se váš záměr? Podaří se vám poznat partnera lépe?

Pochybuji o tom - viz obrázek 15-34.

Obr. 15-34: Rigidní obrana a reakce typu: „Vím, co se děje, ale popírám to.“



Nebo jste zvolili útěk, aby člověk, který není sám sebou mohl vést dokonale rozumnou komunikaci s někým, kdo tam není.

Není to ideální situace, podívejte se na obrázek 15-35.

Obr. 15-35: Rigidní obrana a reakce stažením se



*Obr. 15-36: Pozitivní léčivý způsob odpovědi na rigidní obranu*

## Jak byste mohli odpovědět pozitivním léčivým způsobem na rigidní obranu

Na obrázku 15-36 (barevná příloha) naleznete způsob, jakým můžete svému příteli či přítelkyni používajícímu rigidní obranu pomoci procítit realitu esence - jádra Bytí. Tato odpověď je nejtěžší, protože od vás vyžaduje schopnost prožít jak svou vlastní esenci, tak i jejich esenci. Vyžaduje to určitou praxi, ale jsem si jistá, že to zvládnete.

První věc, s níž můžete počítat, je, že osoby s rigidní obranou mívají silné, dobře vyvážené aurické pole, dobře ohraničené, takže nemusíte mít strach, že hranice překročíte. Můžete jít blíž. Je dost pravděpodobné, že jim užší kontakt bude příjemný. Nemusíte také řídit bioplazmické proudy nebo vibrační frekvenci svého pole. Zůstanete-li ve stavu milující pozornosti a přijímání, hodně jim to pomůže. Teď se potřebujete naučit, jak procítit esenci vlastního jádra Bytí a jak jí naplnit celé aurické pole. V sedmnácté kapitole, která se zabývá právě tímto tématem, naleznete potřebná cvičení. Naučit se jim bude užitečné pro vás oba.

Až se vám to podaří, zkuste současně prociťovat svou i jejich esenci. K tomu je potřeba, abyste se zaměřili na jejich jádro, na hvězdu středu, která je umístěná asi 4 cm nad pupkem na linii středu fyzického těla. Když tam přenesete své vědomí, budete schopni prožít jejich esenci. Jakmile se vám to podaří, položte ruce na vrchní část jejich hrudi a vnímejte jejich esenci tam. Jediný způsob, jak můžete vnímat něčí esenci, je cítit ji spolu s vaší vlastní - děláme to automaticky. Držte svou esenci přesně na hraně jejich, abyste mohli vnímat obojí. Teď popište, co cítíte, a držte ruku na jejich hrudi. Dodejte jim odvahu, aby procítili rozdíl mezi svou a vaší esenci. Je to velmi jemná, citlivá záležitost. Vyžaduje hodně trpělivosti. Když budete energii tahat zpět, dají se na ústup. Připomínám, že pro ně je to opravdu velmi důležité. Tak vydržte.

## Výsledky pozitivní léčivé odpovědi

Jestliže zvládnete aspoň část výše popsané práce, pomůžete svému příteli či přítelkyni nalézt jádro Bytí, možná poprvé od doby, kdy byli velmi malí. Prožitek esence jim nikdo nikdy nepotvrdil. Neměli rámeček, do kterého by prožitek patřil, protože už od dětství vyrůstali s přesvědčením, že nic takového neexistuje. Ukázali jste jim zrcadlo, které je odráží, a tak mohou najít svou individualitu. Pouze zkušenost s vlastní esencí je může přivést k nalezení individuality.

Jakmile k tomuto poznání dojdou, všechno se změní. Od neúprosného běhu času mohou přejít do přítomného okamžiku, který v sobě zahrnuje všechnen čas. Budou schopni dát najevo své pocity, protože už poznali, čím pocity to jsou a jejich autenticita se jim vrátila. Dokážou se chovat autenticky i přiměřeně k dané situaci. Mohou spojit sexualitu a srdce prostřednictvím esence jádra, která zahrnuje oboje. Našli své Já a vědí, kdo jsou.

Až příště váš přítel uteče z rozhovoru do perfekcionizmu, nevádí, že zareagujete v první chvíli negativně. Ale jakmile si to uvědomíte, začněte zhluboka dýchat, pokrčte kolena a spojte se se zemí. Procíťte svou podstatu - esenci jádra a naplňte jí své pole. Přistupte k partnerovi blíž, požádejte o povolení dotknout se ho a popište

mu, co byste rádi udělali. Dáte mu velký dar. Pouze ve společenství, když se spojíte na úrovni hvězdy středu, budete schopni završit svůj nejhlubší cíl na zemi: poznat Boha v sobě.

## Jak se naučit přestat používat rigidní obranu

Když zjistíte, že jste se při rozhovoru s někým „vytratili“, zastavte se, vraťte se do svého středu a přeneste svou pozornost na své jádro, umístěné asi 4 cm nad pupkem na linii středu těla. Pouze tam setrvejte a prociťujte sami sebe. Potom velmi jemně vraťte toto své Já do rozhovoru. Opakujte si mantry: „Jsem skutečná/skutečný“ nebo „Opravdu existuji“, „Jsem světlo“. Myslím, že výsledkem budete velmi překvapeni.

## **Pozorování dvojice při rozhovoru ve vazbě na změny v aurických polích**

Jednou večer při návštěvě přátel se mi naskytla příležitost pozorovat dvojici, která se od konfliktu charakterových obran posunula do léčivé synchronicity. Když jsem přišla, vládlo mezi nimi určité napětí. Trvalo už několik dní. Oba mi začali vysvětlovat své postoje k vzniklému problému a já jsem mohla dobře sledovat interakce v jejich polích. Popíšu vám je podrobněji.

Manžel (použil orální obrannou akci) si stěžoval, že by chtěl a potřeboval více doteků a důvěrnosti. Žena (reagovala psychopatickou obranou) odpověděla, že si myslí, že intimní bylo mezi nimi dost. Začala se trochu chovat, jako kdyby to byl jeho problém, a naváděla ho, aby víc a víc vysvětloval. Naslouchala mu, když se pokoušel o vysvětlení, ale zároveň se od něj energeticky odtahovala. Nejdříve stáhla své pole zpět, potom začala rozpojovat bioplazmické proudy energie, kterými byli spojeni v oblasti srdce a třetí čakry.

Zmátlo ho to. Zdálo se, že poslouchá se vši vážností to, co jí říká a zároveň od něj (energeticky) utíkala právě v okamžiku, kdy se on pokoušel od ní získat více energie. Situace je znázorněna na obrázku 15-37.

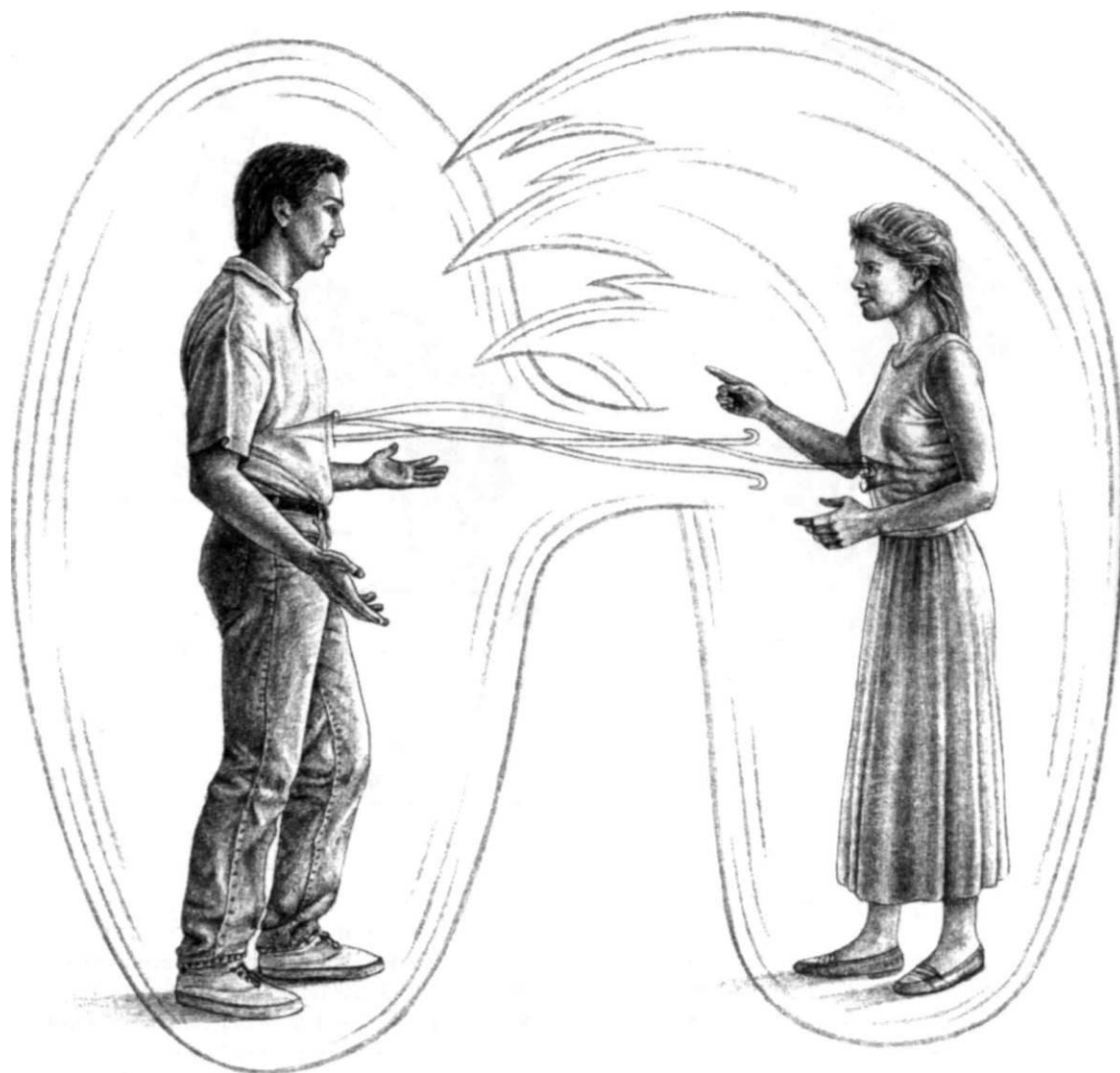


Obr. 15-37: Aurické pole dvojice - používání obranných systémů

Jak se manžel snažil situaci vysvětlovat, upadal stále více do orální obrany. Jeho zmatek narůstal a začínal pochybovat o tom, že to, co říká, je skutečně tak. Žena zvyšovala psychopatickou obranu a své energetické pole od něj dál odpojovala. Táhla energii nahoru do zad a vyslala zezadu agresivní bioplazmický proud pokračující ve své cestě nad její hlavou a dál nad jeho hlavu se snahou ho řídit, popřít jeho realitu a zůstat s ním ve spojení agresivním způsobem, který jí umožňoval, aby se cítila v bezpečí. Nebyla si toho vůbec vědoma.

Reakce jejího aurického pole na manželovo prohlášení naznačovala, že jí jeho touha po hlubší intimitě vylekala. Psychopatickou obranu využívala k tomu, aby ho řídila, proto stáhla energii zpět. Současně se domníval, že je stále s ním, nemohl tedy její strach vnímat. V důsledku jejích energetických akcí začal muž pochybovat, je-li to, co říká, vůbec pravda. Začal uvažovat, že tomu možná tak není. A pokud ano, bude to „jeho problém“. Její obrana ho měla přesvědčit, že věc, která ho trápí, vlastně neexistuje a že ona s tím nemá nic společného. Podvědomě popírala své pocity. Někde hluboko v sobě však věděla, že problém skutečně existuje, ale zablokovala se, aby k jejímu vědomí toto poznání neproniklo. Na vědomé úrovni se jí pouze zdálo, že mu svou snahou pochopit, o čem mluví, vychází vstříc. energii držela v zadní části těla v čakrách, ke kterým patří aspekt vůle. K tomu, aby s ním zůstala, použila tedy vůli, ale aby nebyla zranitelná, nedovolila si žádné pocity. Kdyby nechala energii přesunout se do přední části těla, musela by je vnímat a procítit svou zranitelnost. Tak by se mezi nimi vytvořilo víc důvěrnosti. Ale hlubší důvěrnost by pro ni znamenala odevzdaně sestoupit do nižších úrovní sebe sama, kam se ze strachu obávala proniknout.





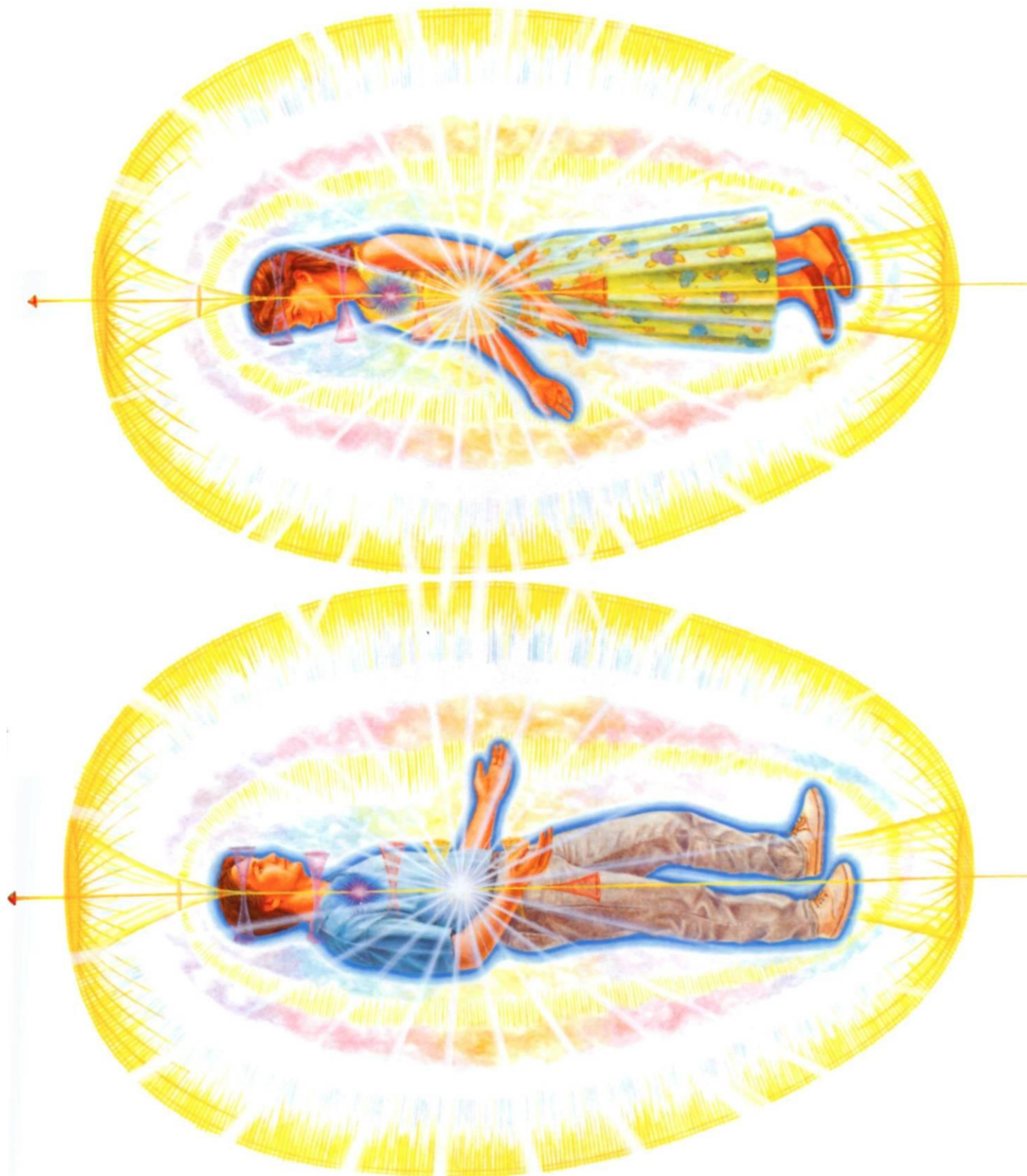
Obr. 15-38: Aurické pole dvojice - stupňování obrany

Jak proces pokračoval, začal se bát i manžel. Dlouhým hákem energie vycházejícím z jeho třetí čakry dosáhl do jejího solárního plexu, zachytil se a začal tahat její energii, aby zastavil její odpojování se od něho. Zareagovala tím, že energii tlačila zezadu a nad svou hlavu ještě víc, aby mohla situaci lépe kontrolovat. Viz obrázek 15-38. Čím víc každý z dvojice upadal do své charakterové obrany, tím více deformací jejich energetická pole vykazovala.

Čím je aurické pole deformovanější, tím více si člověk vytváří negativní obraz reality, tím méně je v situaci přítomen a tím méně je schopen reagovat na to, co se v daném okamžiku odehrává. Jak upadali do svých charakterových obran víc a víc, stávala se situace pro mé přátele čím dál obtížnější a bolestnější. Při komunikaci se jako skutečné osoby ztráceli a zůstávaly tam pouze jejich obranné systémy.

V této chvíli jsem jim popsala, co se děje v jejich aurických polích, a tak se cítili ještě hůř. Začali pracovat na vrácení svých polí zpět, na zaměření se do svého jádra a spojení se zemí. Četla jsem přitom jejich pole a vedla je do jejich středů. Jakmile se to vše podařilo, začal každý z nich pracovat na sladění a obohacení harické linie. Potom mohli pracovat společně prostřednictvím každé úrovně aurického pole, čistit, vyrovnávat a nabíjet ho. Jak jsem dál četla jejich aurická pole a vedla je, pozvedli esenci jádra přes harickou úroveň a jednotlivé úrovně pole. Dříve, než to dokončili, používané obrany zmizely, každé pole bylo koherentní a jeho prostor byl vyplněn esencemi obou.

Potom se stalo něco krásného, co jsem předtím ještě nikdy neviděla. Viděla jsem, jak se velké oblouky barevné bioplazmy, které se mezi nimi pohybovaly, pomalu rozplývaly. Zůstali dva lidé se souvisejícími poli, z nichž každé pulzovalo svou vlastní frekvencí a bylo v synchronicitě s druhým. Byli ve vzájemném svazku, aniž by docházelo k výměně energií. Neexistovala tam žádná závislost. Pouze sebevyjádření, pochopení, porozumění a radost z toho druhého. Překrásný tanec světla ještě chvíli trval. Každý z nich prožíval extázi. Ilustraci naleznete na obrázku 15-39 (barevná příloha).



Obr. 15-39: Aurické pole dvojice v synchronizovaném společenství

Pohled, který jsem popsala, se mi naskytl pouze jednou. Už nikdy jsem nic podobného neviděla. Věřím, že tento neobyčejný okamžik, po němž všichni toužíme a o který tak usilujeme, se někdy v budoucnosti stane běžným. Až se naučíme věřit v sebe a jádro našeho Bytí, ctít a vážit si jeden druhého, radovat se z naší různosti, bude k tomu docházet automaticky.

## Úvod k léčení pomocí odpuštění

Ráda bych tuto kapitolu uzavřela jednou z nejúčinnějších meditací, které jsem se naučila od Heoyana. Meditace se nazývá „Léčení pomocí odpuštění“. Jejím prostřednictvím se dostanete do stavu hluboké kontemplace, ve kterém jste schopni léčit svá vnitřní zranění, která si nesete z minulých vztahů. Pro hojení starých ran z předcházejících vztahů je odpuštění nejdůležitější.

Obvykle si spíše uvědomujeme, že nejsme schopni odpustit někomu jinému, než že jde o to odpustit sobě. Většinu času si spíše pamatujeme, jak nám kdo v těchto zraňujících situacích ublížil, a obviňujeme ho z toho.

Avšak pod obviňováním leží obvykle náš pocit viny, který nás sužuje a který nejsme vždy schopni připustit. Vždyť náš partner či partnerka mohli vidět situaci úplně jinak a dokonce si ani nemuseli být vědomi, že nás něco v jejich chování mohlo zranit. Mnohokrát bychom se spíše potřebovali druhým omluvit my sami, aby oni mohli odpustit nám. Ve všech těchto případech jsme uvízli v dualitě. Odpustit znamená se nad dualitu povznést a přihlásit se k lásce.

Heyoan ve své meditaci nabízí širší pohled na otázku odpuštění. Pomáhá nám přesáhnout, že „on nebo ona mi udělali to a to“, a pocit viny ukryvající se pod tím a povznést se k pochopení, proč odpuštění funguje.

Navrhuji, abyste začali tím, že si připravíte seznam lidí, kterým jste nebyli v životě schopni odpustit. Potom pokračujte následující meditací na odpuštění. Je moc hezké, když vám Heyoanův materiál někdo přečte nebo si můžete nechat poslat kazetu s nahrávkou ze Školy léčení Barbary Brennan. Také si text můžete namluvit na kazetu sami. Je to osobnější a lépe se vám bude dařit jej vnímat. Stačí, abyste si lehli na záda se zavřenýma očima a naslouchali:

\*\*\*

## LÉČENÍ POMOCÍ ODPUŠTĚNÍ (Podle Heyoana)

**Vnímejte sloup světla ve svém nitru. Prociťte zářící hvězdu ve svém středu, umístěnou těsně nad pupkem. Přesně do této chvíle svého života jste se dostali z vlastního úmyslu vycházejícího z hluboké a posvátné touhy, kterou nosíte ve svém srdci. Čím více budete svou touhu ctít, tím rychleji se ocitnete přímo na své cestě, v životě naplňujícím a radostném, v životě, který je tvůrčí a umí odpouštět.**

Rád bych, kdybyste si vybrali jednoho člověka, s nímž máte problémy, a začali pracovat a modlit se, abyste byli schopni se naladit na odpouštění a léčení. Léčení vyžaduje, abyste odpustili vy i ten druhý. Jak možná víte, léčení zahrnuje Život jako celek, tj. všechny naše pozemské životy i to, co je nad nimi. Existujete v daleko větším světě než je fyzický, definovaný časem a prostorem. Čas a prostor jsou pouze produkty omezení, které jste umístili do této školní třídy, které jste si okolo sebe vytvořili, abyste se v nich mohli učit. Vy sami vytváříte své lekce, svou školní třídu, své učitele v ní a vy sami jste Mistrem, který to vše stvořil. Přicházíte na zem s vlastním záměrem, který si přinášíte ve své posvátné touze.

A teď se ptám, jak jste ve vztahu k osobě, kterou jste si vybrali, zradili tuto touhu, a tedy vytvořili situaci, v níž je třeba odpustit sám sobě? Jistě nebude lehké najít odpověď a možná se vám to nepodaří okamžitě. Ale když se na to zaměříte, budete se modlit a spojíte to s prací na léčení, začnete chápat. Prostřednictvím životních zkušeností a hlubšího porozumění tomu, co zde bylo řečeno, vytryskne poznání z pramene života ve vašem nitru.

Ano, je to opravdu tak, že si vytváříte sami své životní zkušenosti a prožitky. Je to váš plán. Vaše nejvyšší vnitřní moudrost ho takto stanovila. Jestliže se tam nalézá bolest, ptejte se, co vám tato bolest má říci, protože ona povstává ze zapomínání na to, kdo jsme. Vyrůstá z přesvědčení, že stínová realita je opravdová. Důsledkem zapomínání na to, kdo vlastně jsme, je stínová realita, založená na přesvědčení, že jsme odděleni od sebe i od Boha.

Chci vám, drazí moji, říci, že toto zapomínání má za následek všechna onemocnění, bez ohledu na formu, v jaké se projevují. Vracíte se sem, do zemského plánu, abyste si vzpomněli. Neberte to jako břemeno, které je pro vás přílišné. Nasměřujte svou životní sílu k rozpomínání, a jak se bude obraz vyjasňovat, naleznete části své duše trpící ve stínu a plné bolesti.

Když je osvětlete Božím světlem, které existuje v každé buňce vaší bytosti, jeho paprsky zaplaví stín a stín se začne rozpomínat. (Re-membering znamená v angličtině rozpomínání, ale doslovný význam je opětovné začleňování částí do celku -pozn. překladatele.) Pomocí světla znovu spojíte části sebe a svého těla, které byly oddělené, a tedy nemocné. Je to nový začátek. Ano, budete prožívat bolest, ale je to bolest, která léčí. Slzy umyjí a vyčistí vaši duši jako jarní deštík. Váš nářek ve vás osvobodí, co bylo po staletí drženo a čekalo na vysvobození. Všechny bloky, o kterých jsme mluvili, se uvolní a naplní novým životem. Budete cítit, že máte mnohem více energie. Váš život začne být tvořivý a plný radosti. Budete naplněni přirozeným rytmem, ve kterém budete tančit životem se vším kolem vás i s Vesmírem.

Vyžaduje to však odpouštění. Nejdříve musíte odpustit sami sobě. Cože si budete muset přestat mít za zlé? Věnujte pět minut tomu, abyste všechny tyto položky zapsali do seznamu. Zjistíte, že je dost obsáhlý. Ale nebude to až tak těžké. Když budete několikrát za den na každý bod seznamu pár minut meditovat a odpustíte si, břemeno tížící vaše srdce bude o hodně lehčí. Odpouštění přichází z Boží jiskry ve vás. Pomocí molitby a prožitku odpouštění se s Bohem v sobě dostanete do spojení. Stanete se jím.

**Další otázka je tato: Jak se každá položka, kterou sami sobě odpustíte, projeví ve vaší duši a v těle ? Jak změní aurické pole ? Sledujte to ve všech sedmi úrovních.**

***Na kterém místě se ve vašem těle uložila bolest spojená s neodpouštějícím postojem, který máte vůči sobě a který pomáhá udržovat negativní spojení s určitou osobou, které je vám zatěžko odpustit ? Víte, léčení začíná vždy doma.***

**Ve vašem nitru, asi 4 cm nad pupkem, je překrásná hvězda, hvězda jádra, hvězda vašeho středu. Je to esence vaší individuality. Je to centrum vašeho Bytí. Je to váš střed - místo, kde v úplném míru naleznete, kdo jste v průběhu všech životů, které jste prožili na vaší matce Zemi, před i nad nimi všemi. Prociťte to místo. Existovali jste před tímto životem. Existovali jste před vším tím chaosem, bolestí a boji na této zemi a budete existovat i nadále.**

**Centrum vašeho Bytí je centrem Boží jiskry ve vás. V tomto místě jste středem celého Vesmíru.**

**Z tohoto místa budete léčit. Připomenete si, kdo jste, a pomůžete i ostatním, aby si to uvědomili. Toto místo, ze kterého vzejdou všechny vaše činy. Jakmile se vaše činy odpojí od centra vašeho Bytí, přestanete jednat v souladu s Božím záměrem. Takové činy vytvářejí bolest a nemoc. Proto se, milí moji, soustřed'te na své jádro. Z něho vzejde veškeré odpuštění.**

**Teď bych byl rád, abyste si vzali první položku, kterou jste napsali do svého seznamu, a vstoupili s ní do svého středu. Pokud potřebujete odpouštět, problém, který se objevil, nemohl vzniknout jinak, než že jste se v dané době od svého středu odpojili. Odpojení se od centra Bytí, když něco vytváříte, znamená, že vaše dílo nebude v souladu s Božím záměrem a směřuje, možná velmi jemně, ke stínu a zapomínání. Když vezmete to, co je předmětem vašeho odpuštění, do hvězdy svého středu a pouze tam setrváte, obklopíte a naplníte jej láskou, ona vám pomůže vrátit se s ním ke Světlu. Naleznete původní záměr, který z jádra Bytí pochází. Jakmile se s ním ztotožníte, můžete znovu vytvořit původní dílo. A když ho obklopíte a naplníte láskou a světlem, naleznete v sobě odpuštění. Nechám vás chvíli, abyste si to vyzkoušeli a mohli dojít k odpuštění pomocí popsaného způsobu.**

**Jakmile toto sebeodpuštění zaplaví vaši bytost, zjistíte, že automaticky odpouštíte i ostatním, kterých se tato konkrétní situace týkala.**

\*\*\*

(6)

## ČÁST VI

# LÉČENÍ PROSTŘEDNICTVÍM VYŠŠÍCH SPIRITUÁLNÍCH REALIT

Každý okamžik života nám dává možnost svobodné volby  
a každá naše volba určuje jeho další směr.

OLIVIA HOBLITZELLES

(6/1)

## ÚVOD

### INTEGRACE VYŠŠÍCH SPIRITUÁLNÍCH ASPEKTŮ A HLUBŠÍCH DIMENZÍ DO PLÁNU LÉČENÍ

S přibývajícím praxí v léčení i vyučování jsem si stále víc potvrzovala, že spojení se s hlubšími realitami a spirituální potřeby jsou v procesu léčení přinejmenším stejně důležité, jako potřeby fyzické. Časem jsem došla k závěru, že jsou dokonce primární, protože bez nich je život, který má potom pouhé tři dimenze, velmi omezený. K tomu, abychom porozuměli, kdo jsme, i jaký má náš život smysl a prožívali ho jako bezpečný, plný lásky a dostatku, potřebujeme být ve spojení se spirituálním plánem i s lidským společenstvím.

Jak jsem začala pracovat s vyššími spirituálními úrovněmi aurického pole a hlubšími dimenzemi, které se nacházejí pod ním, změnil se pro mne obsah pojmu zdraví a léčení. Vlastně se změnil celý koncept života ve fyzickém světě. Začala jsem vnímat léčení jako nádherný tvůrčí proces - nejpřirozenější a nejuniverzálnější. V procesu života jsme vedeni na každém kroku své cesty. Pochopíme svou individuální i univerzální podstatu. Poznáme, že vesmír je místem plným hojnosti, ve kterém jsme v bezpečí a kde život a léčení je totéž.

Začneme s prožíváním a pochopením smyslu duchovního vedení ve svém životě. Je to nejpřirozenější způsob, který nás dovede k vyšší spiritualitě, která je spojena

s vyššími úrovněmi aurického pole. Potom se můžeme ponořit do hlubších dimenzí, které vytvářejí podstatu našeho bytí.

(6/2)

## ŠESTNÁCTÁ KAPITOLA

# PROCES VEDENÍ VE VAŠEM ŽIVOTĚ

Tiché vnořování se do duchovně orientovaného života vyžaduje velkou změnu orientace vědomí, které začne být směřováno do transcendentálních rovin s vyšší úrovní vibrací. Jedná se o pátou, šestou a sedmou úroveň aurického pole. V této vyšší rovině vědomí a energie existují celé světy nehmotných spirituálních bytostí. Mnoho lidí vůbec tyto úrovně vědomí nezažije, a tak se jim jejich existence jeví jako velmi nepravděpodobná, absurdní nebo dokonce nemožná. Jestliže však v procesu léčení stoupáte vzhůru úrovněmi vědomí, začínají k vám přicházet zážitky z těchto vyšších rovin automaticky a nakonec tyto bytosti do vašeho života vstoupí.

Jak zaměříte svou vědomou pozornost na tyto tři vyšší úrovně energetického pole, přenesete se k vyšším aspektům vůle, emocí a rozumu. Každá z těchto tří úrovní je vzorovou předlohou pro jednu ze tří nižších úrovní aurického pole. Vyšší vůle, nazývaná Boží vůle v nás, je předlohou pro první úroveň pole, která zahrnuje vůli žít ve fyzickém světě. Vyšší emocionální úroveň, někdy nazývaná inspirativní úroveň nebo úroveň Boží lásky, je předlohou pro druhou úroveň pole, ve které jsou uloženy pocity o sobě. Vyšší mysl na úrovni sedmé, nazývaná Boží myslí, která umožňuje porozumění dokonalému vzorci/modelu všech věcí, je předlohou pro třetí - mentální úroveň. Tento vztah byl znám od pradávna: „Jak nahoře, tak dole. ”

Vzájemné propojení mezi úrovněmi sedm a tři, šest a dvě, pět a jedna umožňuje léčbu nižších úrovní tím, že se do nich přenesou hodnoty z úrovní vyšších. Aby k tomu mohlo dojít, musíme nejdříve těchto vyšších úrovní dosáhnout. Jedná se o tzv. transcendentní proces. Pronikneme do vyšších úrovní a začneme je vnímat jako součást sebe. Když to uděláme, náš rozum se stane pravdou, naše emoce láskou a naše vůle odvahou. Jak bude tento proces postupovat, stane se naše pravda moudrostí, naše láska nepodmíněnou láskou a naše odvaha silou. Spirituální realita se stane součástí naší osobnosti a uvnitř sebe nalezneme Boha.

Nejlepší a nejpraktičtější způsob, jak vstoupit do transcendentního procesu, je požádat o pomoc vedení. Vedení je dostupné všem lidským bytostem - mohou ho čerpat z vyššího Já ve svém nitru - je to jejich anděl strážný, nebo jak se nyní víc říká, duchovní průvodce. Lidé většinou začínají tím, že dostávají vedení od svého vyššího já, které se později rozšíří o vedení, které získávají od duchovních průvodců. Spojení se s duchovními průvodci a získávání vedení jejich prostřednictvím je v některých kruzích velmi populární. Mnoho lidí žádá vedení o odpověď na různé otázky, týkající se většinou řešení těžkostí v osobním životě - co v určitý den dělat, jak vyřešit nějaký konkrétní problém. Vedení je využíváno i pro získání informací, jak

lčít nemoci. Spirituální vedení si získalo takovou popularitu, že některé osoby se pokoušejí je používat k tomu, aby vyhráli v loterii, odpověděli správně na otázky v testu či dokonce našli místo k parkování. Tito lidé spirituální vedení zneužívají k tomu, aby se zbavili své vlastní odpovědnosti. Nezodpovědně ruší své závazky a omlouvají to tím, že „vedení mi řeklo, že to tak mám udělat“. Zdá se, že si myslí, že tímto způsobem si mohou své neetické a nezodpovědné chování ospravedlnit. Mnoho z těch, kteří vedení používají, nedokáže vidět jeho hlubší funkci a obrovský přínos, který má v našem procesu učení se.

Vedení je nedělitelnou součástí vašeho životního růstu. Je to klíč k touze vašeho srdce a k úkolu pro váš život, ať se týká čehokoliv. Vedení je více než komunikace s duchovními průvodci, více než předávání informací, je to proces života. Vyšší smyslové vnímání a schopnost dostávat přesné informace přichází až po dlouhé době následování vlastního vedení. Při sledování toho, jak vedení funguje a ovlivňuje můj život, jsem shromáždila následující informace.

## **Jak funguje duchovní vedení**

1. Duchovní vedení vás nikdy nenechá na holičkách. Vede vás mnoha způsoby k zodpovědnosti za to, kdo jste, k tomu, abyste nezradili sami sebe a dostáli svým závazkům. Jestliže vaše závazky mají být změněny, vedení vám nikdy nedovolí změnit je nezodpovědným způsobem. Jinými slovy, když se k něčemu zavážete, co se pro vás po čase ukáže jako nezdravé, je tento závazek možné změnit, ale nikoli nezodpovědně.

2. Vedení vás neosvobozuje od vaší karmy, spíše vám dává nástroje, jak se s ní vypořádat, dokonce vám dává i možnost radovat se z jejího čištění. Misky vah karmy se musí vyrovnat. Vyrovnání neznamená karmické potrestání.

Jde o lekci, kterou jste se v minulosti nenaučili a která váš život stále negativně ovlivňuje. Většinou se učíte prostřednictvím životních situací. Jejich prožívání závisí na tom, do jaké míry jste očištěni od negativních představ a přesvědčení.

3. Následování spirituálního vedení vám přináší zkušenosti, které potřebujete, abyste mohli rozvinout svůj životní úkol a své uzdravování.

4. Žít duchovní život a nalézt svůj úkol vyžaduje ochotu vedení následovat a žít v pravdě, bez ohledu na to, jakou cenu za to zaplatíte.

5. Následovat své duchovní vedení se stává postupně těžším a cena poznání s ním spojená roste.

6. Vedení a víra jdou společně. Musíte mít hodně víry, abyste mohli své vedení následovat, a to na oplátku jeho následování přináší víru. Duchovní vedení slouží k tomu, aby vám pomohlo vstoupit do těch oblastí duše, kam jste před tím odmítali jít. K vašemu rozvoji je to nezbytné. Převeďte vás přes nejhlubší strachy, abyste se mohli dostat ke své nejhlubší víře.

7. Víra je stav bytí, který vyrovnává a nabíjí energetické pole aury a uvádí ho do stavu léčení. Spojuje ego - tu malou část vás - s vaším vyšším Já, s Bohem ve vás.



Je to proces holografického spojení se vším, co existuje - spojuje vás s celým vesmírem.

8. Vaše oddělené ego nemá mnoho šancí vměšovat se do systematického vedení - často ani nevíte, proč děláte to, co vám vaše ego říká, že byste měli vykonat.

9. Když se odevzdáte, necháte odejít své separované ego a následujete vůli boží, která k vám promlouvá prostřednictvím vašeho duchovního vedení, budou vám ostatní více důvěřovat.

10. Vedení automaticky a systematicky buduje jak vaši fyzickou, tak i duchovní odolnost potřebnou k naplnění životního úkolu.

11. Čím jste vytrvalejší a trpělivější, tím více lásky, síly a podpory se vám dostane a tím rychleji, efektivněji a rozsáhleji budete rozvíjet svůj životní úkol. Vyřešení určitých problémů bude zodpovědnější a složitější.

12. Následováním svého spirituálního vedení si budujete prostor pro léčivé životní energie. Dostáváte do rukou nástroj k provedení úkolu, který jste si vybrali a kvůli kterému jste přišli na Zem. Stáváte se bezpečnou nádobou pro tvůrčí principy, které získáváte od svého spirituálního vedení. Pouze odevzdáním se spirituálnímu vedení, zřeknutím se vlastního ega ve prospěch nejvyššího Ducha svatého a Boha v nás, mohou být uvolněny vaše životní síly. Tato spontánně proudící životní síla představuje všechno, co z vás automaticky vychází, pokud si svůj proud energie neblokuje. Někdy je to pozitivní, někdy negativní. Duchovní vedení systematicky čistí vaši negativitu, aby mohlo být postupně uvolňováno víc a víc pozitivní životní síly. Uvolňuje tento mocný proud životní energie v přesně takovém množství, abyste byli schopni to zvládnout. Proto je lodička vašeho života na vlnách života bezpečná.

13. Mocný proud životní energie, který vzešel ze spontánního božského tvůrčího principu, nemůže být řízen egem. Jinými slovy, božskost ve vás proudí na povrch svou vlastní cestou a svým vlastním tempem. Projevuje svou moudrost, lásku a péči svým vlastním způsobem. Neproudí na příkaz ega. Jediná věc, kterou ego může udělat, je toto proudění zastavit nebo se mu klidit z cesty.

14. Spirituální vedení vás vezme za ruku a kráčí s vámi do stavu odevzdání se opravdové lidské křehkosti a zranitelnosti malého ega. Jakmile ho následujete, musíte se okamžitě vyrovnat se skutečností, že svůj život nemáte ve svých rukou, že vaše ego nekontroluje váš život a že v tomto ohledu vám vaše vedení nemůže pomoci. Tak to je - prostě se s tím musíte srovnat. Vzdání se ega pro mne znamená toto. Čemu se podřizujete? Odevzdáváte se své hlubší vnitřní síle. Následování duchovního vedení představuje systematické vzdávání se vnějšího ega pokoušejícího se vás zahrnout bezpečím, což se mu nemůže nikdy podařit. Vedení vás znovu spojí s vaší původní silou. Stanete se Božím dítětem. V tomto odevzdání se naleznete jinou sílu - sílu Boha sídlícího ve vašem nitru. Stanete se jeho nástrojem. Všechnu jeho sílu, moudrost a lásku máte ve svém nitru.

15. Žádný trest za to, že nenásledujete své vnitřní vedení, neexistuje. Máte k dispozici všechen čas světa, protože čas je pouhá iluze. Jestliže dostanete pokyn od svého duchovního vedení a nenásledujete ho, po tři měsíce nebo dva roky, je to v naprostém pořádku, to je obvyklé. Ale v rozsahu, ve kterém své vedení následujete, v tom samém rozsahu získáváte vnitřní duchovní sílu, protože následování duchovního

vedení vám automaticky pomáhá odevzdat se vyššímu Božstvu ve vás. Tato duchovní síla vám pomáhá dokončit úkol, který jste si pro tento život zvolili.

16. Následování spirituálního vedení umožňuje Duchu svatému spojit se s esencí jádra, aby vám dodal sílu. Tato síla se nekumuluje v egu. Spíše by se dalo říci, že spojuje esenci jádra neboli Boží individuální jiskru s univerzálním Bohem.

17. Vedení buduje svobodu a nezávislost tím, že posune zaměření životních hodnot od vnějších věcí k Bohu v našem nitru.

18. Nejlepší věci na světě jsou zadarmo.

## **Jak mne spirituální vedení vedlo životem**

Když se podívám zpět na svůj život, shledávám, že do každého zlomového bodu v životě jsem byla přesně dovedena. Někdy jsem své duchovní vedení následovala, i když se to zdálo absolutně nesmyslné. Lidé kolem mne varovali, ať to nedělám, ale já jsem trvala na svém.

Když jsem žila ve Washingtonu D. C. a školila se v bioenergetické terapii, zažila jsem nádhernou ukázkou vedení. Stalo se to o Velikonocích. Někteří z mých nových přátel mi řekli, že slyšeli, že v Západní Virginii se má o Velikonočním pondělí stát zázrak. Zeptali se mě: „Chceš jet s námi?“ Samozřejmě, že jsem souhlasila, a pak jsem přemýšlela o tom, co si mám vzít na sebe. Co se tak nosí, když se bude dít zázrak? Nakonec jsem se rozhodla pro bílé kalhoty, tričko a sandály. Po pěti hodinách jízdy autem jsme ještě před východem slunce dorazili do jabloňového sadu. Všude byly televizní kamery. Žena, která zázrak předpověděla, všechno naaranžovala tak, že jste mohli vidět výjevy ze života Krista, dokonce i zahradu getsemanskou. Měli jsme být poutníci a přinést do zahrady růže.

Netrpělivě jsme očekávali východ slunce, abychom ten zázrak, který byl předpovězen, viděli. Konečně se slunce objevilo. Pozorovala jsem, jak stoupá. Vyzařovalo mnoho červených paprsků a trochu se pootočilo. Řekla jsem si: „Je to přesně jako ten zázrak Fatimy, kdy tisíce lidí vidělo, jak se slunce otočilo na obloze.“ Pak jsem si ale pomyslela: „Jak zajímavý sítnicový efekt. Tak tohle se stane, když se člověk dívá do slunce.“ Lidé kolem mne křičeli: „Podívejte se, slunce se otáčí! Vidíte to?“ Ostatní bručeli: „Já to nevidím, já to nevidím, slunce příliš září.“ Bylo to přesně stejné jako při zázraku Fatimy. Někdo říkal: „Na obloze je kříž.“ Ten jsem ale neviděla. Skončilo to, položila jsem svou růži do zahrady a odjeli jsme domů. Cestou domů jsem uvažovala: „Proč to nepovažuješ za zázrak? Stejně nevíš, jak takový zázrak vypadá. Možná že to bylo skutečné.“ Řekla jsem si, že to vyzkouším. Příští ráno jsem vstala ve stejnou hodinu, abych se dívala do slunce a vyzkoušela, zda se jednalo o sítnicový efekt. Ale nemohla jsem se do slunce ani podívat, bylo moc jasné. Řekla jsem si: „To je zajímavé, že teď se do slunce vůbec nemohu dívat. Budu trpělivá a počkám, abych viděla, jestli se bude dít ještě něco jiného. Opravdu nevím, zda to byl zázrak.“

Netrvalo dlouho a začaly se dít další věci, které za součást zázraku považuji, protože to pro mne znamenalo rozluštění mystéria života. Bylo to jednoduché: kdykoliv bylo slunce na obloze v určitém úhlu, slyšela jsem zřetelné ústní informace, které mi sdělovaly, co mám dělat. Někdy to byla informace typu: „Uklidni se. Tvá mysl všechno přehání.“ Nebo „Tvá učitelka léčení je nemocná, musíš jí spíš léčbu  
Zjevení světla 322 Barbara Ann Brennan

poskytnout, než abys nějakou obdržela.“ Slyšela jsem hlas přicházející ze slunce. Sluneční paprsky na mě dopadaly a já jim věnovala veškerou pozornost. Tímto způsobem jsem dostávala zprávy. I když se slunce nemohlo dostat přímo ke mně, našlo si vždy nějaký jiný způsob. Jednou jsem seděla v křesle a houpala svou malou dceru. Slunce bylo na druhé straně domu, odráželo se od sousedova okna do mého okna a objevilo mne v pravém rohu. Tato má komunikace se sluncem trvala celé roky.

Jiný příklad duchovního vedení jsem zažila poté, když jsem již jako bioenergetická terapeutka pořádala přednášky ve Washingtonu D. C. Najednou jsem začala vidět minulé životy. Nevěděla jsem, co dělat, tak jsem se začala modlit, aby mi Bůh pomohl. Jela jsem kempovat na ostrov Assateague. Pršelo, a tak jsem ležela na pláži s igelitem nad hlavou.

Uprostřed noci jsem třikrát slyšela volat své jméno tak hlasitě, že mne to probudilo. Podívala jsem se nahoru, vypadalo to, jako když se dívám na zamračenou oblohu. Pak jsem si uvědomila, že to dělá ten igelit, takže jsem ho strhla, abych viděla, odkud hlas přichází. Obloha byla naprosto jasná a já cítila úžas a posvátnou úctu - slyšela jsem nadpozemsky krásný zpěv a viděla anděly a hvězdy, jak si zpívají nahoře v nebesích. Věděla jsem, že moje modlitba byla vyslyšena a dostanu odpověď.

Krátce na to jsem objevila komunitu Center for the Living Force (dnes nazývaný Pathwork centrum) ve Phoenixu ve státě New York. Vydala jsem se tam na seminář. Věděla jsem, že tam musím po určitou dobu žít. To byla odpověď na mou modlitbu. Trvalo *celý rok, než se mi podařilo přestěhovat*. Můj manžel nechtěl v centru žít, tak jsem odešla se svou čtyřletou dcerou - své spirituální vedení jsem musela následovat. Později přišel manžel za námi. Po přestěhování do centra jsem pracovala ve skupině na otevírání kanálu pro vedení informací, protože jsem jich dostávala spoustu, jako třeba ty o minulých životech cizích lidí, a nevěděla jsem, co si s nimi počít. Pamatuji si, že jsem měla zlomenou nohu, belhala se sádrou po dvoře a nahlas vykřikovala, že vůbec nemám vztek. Vedoucí centra, Eva Pierrakosová, která vedla naši skupinu, mi řekla: „Tvůj problém je, že se ti kanál otevřel moc rychle a máš v sobě tolik hněvu, že to nezvládáš. Potřebuješ si kanál zavřít.“ Moje duchovní vedení to potvrdilo. Ale být mimořádnou tímto způsobem mi přinášelo hodně potěšení. Myslela jsem si o sobě, že jsem něco zvláštního. Umožňovalo mi to vyhybat se řešení důležitých problémů v životě. Ukázalo se, že jediný užitek, jaký mi kanál mohl poskytnout, se týkal mé práce na sobě. Takže jsem ho, kromě oblasti osobního rozvoje, zavřela. Nevěděla jsem na jak dlouho. Moji spirituální průvodci prostě řekli, že na tak dlouho, jak to bude potřeba.

Krátce po tom, co jsem učinila tento slib o zavření kanálu, přišla zkouška. Jednoho dne jsem znenadání začala opouštět své tělo. Viděla jsem poblíž stojící nádherné průvodce s klenoty na řízách. Byla jsem velmi zvědavá, kdo jsou, ale vzpomněla jsem si na svůj slib a rychle jsem se přinutila vrátit se zpět do těla.

Mé psychické dary pro mne znamenaly, že jsem se musela mnohého vzdát. Udělala jsem to a soustředila se na svůj osobní růst. Následujících šest let jsem se zaměřila na svou transformaci. První dva roky jsem se zaměřila na Boží vůli. Potřebovala jsem se ujistit, že vše, co dělám, je v souladu s vůlí Boží. Každé ráno jsem vstala, modlila se, abych se dostala do souladu s Boží vůlí a meditovala na toto téma. Účastnila jsem se individuálních sezení, na kterých jsem se snažila porozumět tomu, co Boží vůle znamená. Cítila jsem v sobě jakýsi konflikt týkající se toho, k čemu mne Boží vůle může přinutit příště. Byla jsem snad otrok? Učila jsem se se vším ve svém životě vypořádat z této perspektivy. Po čase jsem pomalu objevovala, že cokoliv, co jsem se

v jakémkoliv okamžiku rozhodla udělat, co pocházelo z nejhlubší a nejčistší části mne samotné, bylo také s Boží vůlí v souladu. Nalezla jsem Boží vůli zpívající uvnitř srdce.

Následující dva roky jsem se koncentrovala na Boží lásku. Zaměřila jsem se na to, abych byla milující ve všem, co dělám. Každé ráno jsem se modlila a meditovala o učení se Boží lásce. Jak jsem to dělala, shledala jsem, že mnohé mé činy nebyly zrovna plné lásky. Zase jsem navštěvovala individuální sezení, abych se naučila vnést do svého života Boží lásku. Během těchto dvou let se věci začaly měnit a já jsem začala být schopna vyjadřovat ve svém životě mnohem více lásky.

Další dva roky byla moje práce zaměřena na Boží pravdu. Postup byl stejný jako před tím, modlila jsem se a meditovala každé ráno za nalezení toho, co je Boží pravda. Hodně času jsem strávila koncentrací na to, jakým způsobem v mém životě Boží pravda funguje, kde chybí a jak jí dostat do svého života více. Chtěla jsem ji ale ve všech situacích opravdu najít a přijmout? Protože jsem žila po celou dobu v duchovní komunitě, vždy mi byla nabídnuta životní situace, ve které jsem si mohla cvičit všechny tyto tři Boží aspekty v nás. Každý obyvatel komunity „Centrum životní síly“ pracoval na své osobní transformaci tímto způsobem. Byl to velký vařící kotel lidí hledajících duchovní pravdu a bojujících s každodenním životem v komunitě. V těch dnech jsme se všichni hodně naučili. Mysleli jsme si, že vytváříme město světla, ale později, když jsme se rozutekli do světa, jsme přišla na to, že každý z nás dostal to, pro co si přišel. Vtělili jsme se do práce. Celé naše bytí jsme naplnili prací tak, abychom žili v souladu s duchovními hodnotami, ve které jsme věřili. Konečně po šesti letech hluboké práce a boje jsem věděla, že jsem připravena k znovuotevření svého kanálu. Projevené důvěry jsem už byla hodna. Lidé mi začali věřit, jelikož jsem byla ochotna pravdu vyjevit bez ohledu na to, jaká byla, a následovat ji. To samozřejmě neznamenalo, že moje osobní transformační práce byla ukončena. Tato práce pokračuje stále a bude pokračovat po zbytek mého života. Věděla jsem ale, že jsem dosáhla bodu zlomu a že se věci začnou radikálně měnit, což se také stalo.

Cítila jsem, že musím jet do Findhornu (křesťansky orientovaná komunita ve Skotsku - pozn. překladatele), tak jsem tam jela. Jednou, brzy po příjezdu, jsem se dostala na místo zvané Randolph's Leap, které jsem vnímala jako velmi silně spojené s přírodou. Je to blízko Findhornu a zřejmě tam druidové měli meditační místo, kde komunikovali s duchy přírody. Požádala jsem své vedení, zda bych se s nimi mohla dostat do spojení. Nezdálo se, že by se něco dělo. Odjela jsem do Holandska, abych zde vedla intenzivní seminář, a pak jsem jela lyžovat do Švýcarska. Na svou žádost jsem úplně zapoměla. Po návratu jsem začala vstávat každé ráno v pět třicet a zapisovat si informace od svého spirituálního vedení. A najednou jsem je začala vidět všude. Následovali mne při mých procházkách. Byli trochu nespěšní, takže se drželi několik kroků za mnou a jemně se pochichtávali.

Prostřednictvím spojení s duchy přírody jsem obdržela mnoho informací o Centru, jako například o určení místa, kde měla být postavena svatyně. Informace jsem dostávala v malých dávkách při denních meditacích. Jednou ráno, zrovna když jsem šla po horní cestě do práce v kuchyni, zavolal nějaký hlásek mé jméno. Ignorovala jsem to. Zavolal znovu. Řekla jsem si, že jdu pozdě do práce, a pokračovala jsem v chůzi.

Když se hlásek ozval potřetí, zeptala jsem se: „Dobře, co chceš?“ Bytůstka mne zavedla na louku ke kameni.

Řekla jsem: „No, a co ?“

Odpověděla: „Sedni si.“ Tak jsem si sedla.

Pak jsem řekla: „A co teď ?“

A ona: „Jenom sed'.“ Tak jsem seděla a meditovala.

Následující rok jsem chodila na kámen meditovat denně. Každý den jsem během své meditace dostávala malé zlomky informací o Zemi. Bylo mi řečeno, že to, na čem sedím, je oltářní kámen. Hlas označil jiný kámen přímo pod kopcem a další dva po pravé a levé straně, které označovaly důležité body. Mezi prvním označeným kamenem na straně a oltářem se dala nakreslit spojnice. Další spojnice se dala nakreslit mezi pravým a levým označeným kamenem. Obě spojnice se křížily uprostřed louky. Přesně na tomto místě ležely dva spadlé, překřížené stromy. Asi o rok později, když nastal čas k určení místa pro svatyni, byli lidé z komunity požádáni, aby komisi ukázali svá oblíbená místa. Pak se nějaké vybralo. Byla jsem si jista, že místo bylo vybráno špatně, ale mlčela jsem. Cestou zpět do hlavní budovy se mne někdo zeptal, zda bych je zavedla na své tajné místo pro každodenní meditaci. Zavedla jsem je na oltářní kámen. Všichni se posadili a meditovali. Najednou cítili, že svatyně patří sem. Velmi ostýchavě jsem se pak s nimi podělila o informace duchů přírody nashromážděné za více než rok. Později, když jsem tam šla s vedoucím stavby, se zjistilo, že dvě spojnice definované kameny - ukazateli, byly v přesném postavení maximálního slunečního úhlu pro solární stavbu. Spadlé stromy označovaly místo, kde se měly spojit dvě obrovské skleněné zdi v přední části sedmiúhelníkové stavby.

Pracovala jsem ve skupině, která pomáhala stavbu navrhnout. Protože terén byl hornatý, musela být skála nejdříve odpálena dynamitem, aby mohly být vybudovány základy. Před výbuchem jsem se snažila odehnat vysokou zvěř, ale nepodařilo se mi to. Zvířata nechtěla odejít. Při výbuchu ustoupila o dva až tři metry a pak se pásla dál, jako by se nic nestalo.

Během mých let v centru jsem prošla dlouhým obdobím zkoušek zaměřených na jednoduché věci. Vedení mi dávalo instrukce typu: „Jdi a odřízni suchou větev u tamtoho stromu.“ Někdy mi trvalo tři měsíce, než jsem provedla, co žádaly, protože mi to připadalo hloupé - zkrátka trochu jsem vzdorovala. Ale nakonec jsem to udělala. Všimla jsem si, že dokud neposlechnu, nepříjde nová instrukce. Pochopila jsem, že mne učí, abych úkoly plnila s naprostou přesností. Začaly mi důvěřovat, takže jsem mohla začít pracovat v páté energetické úrovni na spirituálních chirurgických zákrocích prováděných prostřednictvím duchovních průvodců. Spirituální chirurgie na páté úrovni aurického pole, která je popsána v knize „Ruce světla“, je způsob, jak přestavět pátou úroveň pole aury. Zde většinu práce dělají průvodci - spirituální chirurgové.

Začalo to jednoho dne, když jsem se ještě zabývala masážemi. Zrovna jsem někomu dělala švédskou masáž, když se objevil spirituální průvodce a řekl: „Drž ty dva zelené pruhy zvednuté nad tělem,“ aby mne přiměl dát ruce z těla té ženy. Moje klientka přišla kvůli masáži, ale já jsem čtyřicet pět minut seděla s rukama nad jejím tělem držíc dva zelené pruhy látky. Viděla jsem, jak se spirituální průvodci dostali pod látku a začali moji klientku operovat. Tak jsem poprvé přišla do kontaktu se spirituální chirurgií. Pozorovala jsem operaci a čekala, kdy moje klientka řekne: „Hej, kde je moje masáž ?“ Ale nezeptala se. Příští týden přišla se stížnostmi na pooperační

příznaky. Na slezině jsem viděla stehy, které tam zůstaly po operaci. Opět jsem musela držet dva pruhy zelené látky. Teď byly stehy spirituálními průvodci vyjmuty. Moje klientka si ani tentokrát nestěžovala, že s ní dělám něco jiného než masáž. Řekla, že ať to bylo cokoli, bylo to úžasné. Tak jsem se začala učit spirituální chirurgii na páté úrovni aurického pole.

Jednoho dne poté, co jsem o půl šesté dokončila své ranní psaní, sdělilo mi duchovní vedení, ať si koupím psací stroj. Informace ke mně proudily tak rychle, že jsem je nestíhala psát v ruce. Na psacím stroji jsem psát neuměla. Tak jsem se to zkrátka musela naučit. Po nějakém čase jsem přestala stíhat psát na stroji a musela jsem si koupit diktafon a začít nahrávat. Netušila jsem, že právě začínám pracovat na své první knize.

Na své knize „Ruce světla“ jsem pracovala patnáct let. Dvanáct vydavatelství můj rukopis odmítlo. Nevěděla jsem, co mám dělat. Duchovní vedení mi řeklo, že to mám vydat sama. Prodala jsem dům, který mi patřil, ale ve kterém jsem nebydlela. Dostala jsem za něj 50 000 dolarů. Všichni mi říkali, že jsem blázen, když obětuji celý svůj život knize. Ale já jsem řekla: „Buď je to moje životní dílo, nebo není. Je čas, aby se dostalo ke každému.“

Vydání jednoho tisíce výtisků mne stálo těch 50 000 dolarů. Mně a mé dceři zbylo pár stovek dolarů na přežití. Lidem, které jsem znala, jsem napsala dopis, ve kterém jsem se snažila vysvětlit, proč jsem knihu vydala. Uvedla jsem tam: „Náklady na jednu knihu byly padesát dolarů. Prodám vám ji za stejnou cenu.“ Kniha byla během tří měsíců vyprodána. Vydala jsem další. Někdo mi navrhl, ať vezmu rukopis do vydavatelství. Řekla jsem: „Ale to jsem přeci udělala a všichni odmítli.“ Zkusila jsem to znovu a vydavatelství Bantam ji koupilo. Kniha je nyní přeložena do devíti jazyků a prodává se po celém světě.

Když jsem poprvé začala komunikovat se spirituálními průvodci, nedokázala jsem přesně rozlišit mezi těmi, kteří se mnou byli po celou dobu, a těmi, kteří přišli jen na několik měsíců, aby mne naučili určitou techniku, a pak odešli. Vždy jsem je byla schopna vidět. Po letech, ve kterých jsem se připravovala tak, že jsem s duchovními průvodci pracovala sama, mi teď začali radit, jak mám v průběhu sezení pracovat se svými klienty. Nakonec se masáže a terapeutické praktiky pomalu změnily v léčení. Průvodci mi radili, co mám dělat s rukama. Dávali mi informace o klientovi, které bych se jinak nedozvěděla. Řekli mi o fyzické a psychické příčině klientova problému, která se vážala k určitému vztahu, ve kterém klient byl nebo je. Pomalu, nesměle a s divným pocitem jsem se s nimi o tyto informace při sezení podělila. Řekla jsem například: „Napadlo vás někdy toto...“ a přidala jsem informaci od průvodců. Byla jsem pod velkým psychickým tlakem - informací bylo hodně. Víceméně začalo být nutné, abych začala používat channeling, tj. stala se kanálem - prostředníkem pro sdělování informací od spirituálního vedení svým klientům. Neříkala jsem, že mluvím můj duchovní průvodce - jen jsem mluvila trochu jiným hlasem. Vysvětlila jsem, že se můj hlas změnil, protože jsem byla ve stavu změněného vědomí. Po několika letech, ve kterých jsem takto pracovala, mi jeden klient řekl: „Právě jste byla prostředníkem svého duchovního průvodce, že?“

„Kdo, já?“ podivila jsem se.

„Jak se jmenuje?“ zeptal se klient.

„Nevím,“ odpověděla jsem.

Většinou jsem věnovala více pozornosti spirituálním průvodcům, které si moji klienti přivedli s sebou na léčebné sezení. Klienti si vždy přáli, abych jim je popsala. Byla jsem schopna sdělovat jim informace jak od jejich spirituálního průvodce tak i od mého. Dokonce jsem při tom mluvila se zvláštním přízvukem, což mi připadalo spíše trapné. Nakonec jsem si řekla, že budu dělat prostředníka jenom svému duchovnímu průvodci. Jestliže chce spirituální průvodce někoho jiného skrze mne sdělovat své informace, nejdříve si je poslechnu a pak je zopakuji.

Při práci jsem kolem sebe měla vždy pět spirituálních průvodců - a doposud jsou se mnou. Tenkrát byli duchovní průvodci v módě a channelingem se zabýval každý. Stále jsem ovšem nevěděla, kdo je mým hlavním duchovním průvodcem. Rozhodla jsem se, že to zjistím. Když jsem jednou měla léčebné sezení s Pat Rodegastovou, velmi známou právě schopností vedení informací od duchovních průvodců, autorkou knih *Emmanuelova kniha a Emmanuelova kniha II*, zeptala jsem se na to. Uslyšela jsem slovo Heyoan nebo Heokan. Řekla jsem: „Ne, chci spirituálního průvodce s hezkým jménem, jako je třeba Patin Emmanuel.“ Snažila jsem se to jméno změnit, ale bezvýsledně. Pak jsem na to všechno zapomněla. O šest měsíců později jsem se zase setkala s Pat. Kdykoli jsme spolu pracovaly, vždy jsme požádaly svá duchovní vedení o to, abychom se něco nového naučily. Tenkrát jsem v totální frustraci řekla: „Proč každý kromě mě ví, jak se jeho spirituální průvodce jmenuje. Chci se dozvědět jméno svého duchovního průvodce.“ Samozřejmě hned potom, během sezení, přišel znovu Heyoan, naklonil se ke mně, když jsem předváděla léčení, a řekl:

\*\*\*

**„Jmenuji se Heyoan - pamatuješ si, řekl jsem ti to před šesti měsíci. Jsem z Afriky a moje jméno znamená: Vítr, šeptající pravdu po věky. ”**

\*\*\*

Teď to bylo opravdu trapné. Ono mi to vlastně bylo sděleno a já jsem na to úplně zapomněla. Tak jsem se oficiálně seznámila s Heyoanem. Od té doby jsme dobří přátelé. Ve stavu změněného vědomí „vidím“ většinou Heyoana, jak stojí po mé pravici trošku za mnou. Zdá se, že je vysoký 3 až 6 m a je celý světle modrý, zlatý a bílý. Když dělám prostředníka Heyoanovi, spojí se mé vědomí s jeho v jedno. „Stanu“ se Heyoanem. V tomto okamžiku se moje pole aury roztáhne do rozměrů asi 6 m. Trvá-li spojení s Heyoanem jednu až dvě hodiny, častokrát mne vezme do pokoje plného světla, ve kterém sedí mnoho spirituálních průvodců kolem velkého dlouhého stolu. Tady mi ukazují plány toho, jak bude vypadat naše budoucnost. Většinou tomu, co je na plánu, moc nerozumím, ale snažím se. Snad se mi to postupně podaří. K programům, které jsem vedla, se připojovali také různí jiní spirituální průvodci. Před pěti lety jsem začala channelovat jinou duchovní bytost, která se mi zdála být velmi ženská. Ze začátku jsme ji nazývali Bohyně, protože ztělesňovala ženský aspekt Boha. Energetické pole této bytosti je bílozlaté a v průběhu let se rozšiřuje. Je tak velká, že je nemožné určit její velikost. Když jsme s ní pracovaly - moje drahá přítelkyně Marjorie Valeriová, která je profesionální hráčkou na harfu, a já - dostávaly jsme se do stavu extáze. Za námi vyrostla stěna bílého světla, mnohem větší než celý pokoj, která pozvedla úroveň vědomí všech přítomných. Potom jsem v tomto stavu obcházela místnost, léčila lidi a channelovala pro ně informace. Byla to tak obrovská síla, že jsem byla schopna dávat léčivou energii až 280 lidem za hodinu.

A co více, tato léčivá síla je tak úžasná, že léčebný účinek se ještě v průběhu následujících několika měsíců zvyšuje. Neúžasnější případ se stal na semináři v Institutu Omega. Přišla tam žena, která měla na zádech kyslíkovou bombu a čekala na transplantaci plic a srdce. Bohyně s ní pracovala asi pět minut. Toto a velká touha té ženy uzdravit se zdolaly její nemoc. Úroveň kyslíku v krvi se jí postupně začala zvyšovat, až byla vyšší než s kyslíkovou bombou. Darované orgány už nebyly zapotřebí. Později se vdala a přestěhovala někam na západ. Když jsem naposledy mluvila s jejím doktorem, sdělil mi, že nakonec potřebovala transplantaci pouze jedné plíce. Od chvíle, co se jí Bohyně dotkla, uplynuly už tři roky.

V průběhu let se v léčivé energii té, kterou jsme nazývali Bohyně, více vyrovnal mužský a ženský aspekt. Mé duchovní vedení mi dalo informaci, že se jednalo o Ducha svatého. Požádat o spojení s Duchem svatým se teď dost ostýchám - ženský aspekt Boha se mi zdál přístupnější. Budu na tom muset pracovat. Na posledním semináři, který jsem pořádala v Santa Fe, se objevila nová skupina spirituálních průvodců, kterým říkám Rada Světla. Zdá se, že mají velkou moc. Sedí v kruhu a každý má u nohou svíčky. Mají velkolepé plány na vybudování léčebných středisek na celém světě. Jsem zvědavá, jak se to vyvine. Dojde k tomu, až nastane ten správný čas.

Tak fungovalo v mém životě spirituální vedení. Tím, že jsem následovala jeho pokyny, přestože se mi některé zdály divné, bláznivé nebo hloupé, jsem si vybuodovala víru. Musela jsem mít víru, abych ve zkouškách obstála a dělala přesně to, o co jsem byla požádána, nebo předala přesnou informaci bez toho, abych se ji snažila vyložit. To je důvod, proč jsem se dostala na takovou úroveň, že jsem schopna channelování specifických léčebných metod a stanovení doby, po kterou se má pacient léčit. Mé duchovní vedení mne vedlo krok za krokem k vyššímu stupni mimosmyslového vnímání a ke spojení se třemi vyššími úrovněmi pole aury. Zavedlo mne do mé spirituality, duchovní podstaty a duchovního světa, který se pro mne tímto způsobem stal reálným.

Spirituální vedení mi darovalo mnoho úžasných prožitků a umožnilo mi širší porozumění Božské jiskře v sobě.

Následování duchovního vedení a vkročení do spirituální části života není vždy lehké, ale je to zároveň velká výzva. Máme sklon své vedení ignorovat, považovat jeho instrukce za nepodstatné nebo si prostě myslet, že není reálné. Naučit se své spirituální vedení následovat je postupný proces, který probíhá krok za krokem a posunuje nás do vyšších duchovních realit. Pokaždé, když se rozhodneme své vedení následovat, volíme také vyšší vůli Boží v nás. Jakmile tak činíme často, začneme prožívat vyšší úroveň našich spirituálních realit, které odpovídají páté, šesté a sedmé úrovni pole aury. Pojdme se společně podívat do vyšších úrovní aurického pole.

## **Pátá úroveň aury: Boží vůle**

Pátá úroveň aury je spojena s Boží vůlí. Je to primární rovina forem a symbolů. Jakmile se pomocí vyššího smyslového vnímání posunete do páté úrovně, uvidíte kobaltově modré světlo. Pátá úroveň je předlohou a plánem všech forem. Možná nás její vzhled zpočátku bude mást, protože vypadá jako negativ fotografie nebo jako



šablona pro stříkací pistoli na malování. Všechno je tam obrácené. Tam, kde očekáváte, že by mělo být něco pevného, je prázdný čistý prostor. Kde byste hledali prázdný čistý prostor, naleznete pevnou látku - kobaltovou modř. Až v páté úrovni pobudete nějaký čas, na „převrácenost“ si zvyknete a nepřijde vám to divné. Protože pátá úroveň je předlohou pro první, můžete si ji představit jako drážky, do kterých zapadají paprsky první úrovně aury nebo jako koryto řeky, ve kterém místo vody proudí energetické linky první úrovně.

Pátá úroveň energetického pole tvoří předlohu pro první úroveň, která je zase předlohou pro fyzické tělo.

Pochopit pátou úroveň bývá většinou pro lidi naší kultury nejtěžší. My se necháváme vést rozumem. Řekne-li nám někdo, že máme něco udělat, chceme hned vědět proč. Chceme všemu porozumět. Problém je v tom, že svým rozumem dokážeme pochopit jenom věci, které existují uvnitř námi definované reality. Pokud jsme nezažili spirituální reality vyšších dimenzí, nedokážeme je považovat za skutečné. A tak nás naše duchovní vedení musí vzít za ruku a vést nás do nich krok za krokem. Chvilku nám bude trvat, než se ve vyšších spirituálních realitách zorientujeme, protože jsou to pro nás nová neznámá území. Utkvělých představ o tom, jaké to tam bude, se ale musíme vzdát. Nechme prožitky plynout a rozvíjet se.

K tomu, abych mohla vejít do duchovního světa, který popisuji v této knize, jsem musela mít v Boží vůli důvěru a následovat ji i v situacích, kdy jsem vlastně vůbec nechápala, co se děje. Pochopení přišlo později. Ne náhodou mi duchovní průvodci zpočátku nařizovali dělat naprosto jednoduché neškodné věci. Můj rozum se potřeboval naučit přizpůsobovat se. Musela jsem být vedena krok za krokem. Pouze sladěním se s Boží vůlí jsem byla schopna zkouškami projít, přestože můj rozum se stále snažil o pochopení, aniž k tomu měl dostatek informací. Jediným způsobem, jak se k nim dostat, bylo prostě dělat to, co mi bylo řečeno, a důvěřovat.

## Naše negativní představy o Boží vůli

Božská vůle, neboli vůle Boží, bývá často nepochopena a i zneužívána. Starý způsob prožívání Boží vůle byl založen na principu autority. Naše hlavní negativní představa je, že Boží vůle je zaměřena proti naší vlastní, protože se s největší pravděpodobností nebude ztotožňovat s tím, co bychom chtěli my. Je to tedy něco, čemu se musíme vzepřít, abychom si uchovali svou svobodu. Svobodnou vůli máme přece proto, abychom se mohli rozhodnout. Vzniká dvojité vazba. Svobodnou vůli sice máme, ale jestliže ji nevyužijeme k tomu, abychom se donutili dostat ji do souladu s vůlí Boží, budeme mít problémy.

Proto máme po ruce další představu: Boží vůle je něco, čeho se máme bát, protože když ji neposlechneme, budeme potrestáni. Takže, když nevíme, jaká ta Boží vůle vlastně je, nebudeme možná potrestáni tak krutě. Z toho plyne, že by možná bylo nejlepší se o její pochopení ani nesnažit.

Nabízím ještě jinou představu Boží vůle používanou v situacích, které jsou pro nás bolestné. Stačí říci: „Musím rezignovat. Nemohu dělat nic, abych Boží vůli změnil.“ Tak se hezky vzdáme odpovědnosti za to, že bychom se situací, která je pro nás trýznivá, mohli něco dělat.

Boží vůle nám může také sloužit jako komora, do které ukládáme všechny věci, kterým nerozumíme, a kterou se to všechno dá hezky vyložit. Ještě jednou zdůrazňuji, že nemusíme rozumět. Je to mystérium. Pokoušet se všechno pochopit by dokonce mohlo být i svatokrádeží !

V náboženství se Boží vůle používá k řízení lidí pomocí přesvědčení, že existuje pouze pár vyvolených, kteří ví, co Boží vůle je. Z toho plyne, že všichni ostatní musí dělat to, co malá skupinka vyvolených nařídí. Těchto pár lidí v podstatě úplně převrátilo obraz Boží vůle, který v sobě nosíme tím, že se chovají - možná nevědomě - tak, jako by jejich vůle byla vůlí Boží. U svých souvěrců zneužili obrazu Boha ke svému vlastnímu prospěchu. Boží vůle jim slouží jako zástěrka pro vraždění a zabírání území. Ve skutečnosti je zneužívána jako omluva za všechny hrozné věci, které se kdy přihodily v celé dlouhé historii lidstva.

Když si uvědomíme, že to, po čem toužíme, bývá často v rozporu s tím, co po nás chce Bůh, pak to vysvětluje i to, jak snadno ho dokážeme obviňovat ze svých problémů. Je to přece on, kdo nám nedává to, co po něm chceme. Tento způsob uvažování nás zbavuje síly. Jediné, co podle tohoto systému přesvědčení stačí dělat, je být hodní ve smyslu toho, co po nás vyžadují pravidla našeho náboženství. Pak možná to, co chceme, i dostaneme. Náš negativní obraz dobra je asi tento: řídit se jím je dost nudné, dá se toho těžce dosáhnout a určitě by se k tomu nikdo neodhodlal ze své svobodné vůle. Bůh je něco jako náš rodič, že ? „Když budete hodní, dostanete zmrzlinu.“ Není divu, že se lidé odvrací od myšlenky Boží vůle.

Naše negativní představa o Boží vůli může mít také za následek vnitřní zmatení, týkající se toho, co to vlastně vůle je. Většinou uvažujeme o síle vůle, kterou potřebujeme, abychom se donutili něco udělat. Existuje vždy někdo nebo něco, co musíme odstranit z cesty. Jinými slovy, další negativní přesvědčení spojené s vůlí je to, že vůle nám vždy slouží k překonání odporu. Vůle nám dává sílu zvítězit nad překážkou. V tomto starém systému se nám odpor jeví jako něco, co existuje vždy mimo nás.

Skutečnost je však taková, že nás všechna tato negativní přesvědčení oddělují nejenom od ostatních, ale také od nás samotných. Jestliže následujeme Boží vůli, která je odlišná od toho, co sami chceme, oddělujeme se tím sami od sebe. Jsme-li odděleni od nás samotných, jsme také odděleni od ostatních a boj může začít. To, že se musíme velmi snažit, aby naše vůle odpovídala vůli Boží, naznačuje, že naše vůle nebude až tak dobrá. Kde se vzala ta myšlenka, že by naše vlastní vůle nemusela být správná ? Vychází z ideje separace a z toho, že s námi není něco v pořádku. Ale toto staré pojetí náboženských hodnot bylo již překonáno. Funguje jen v přežitém systému nadvlády síly. Hlavní myšlenkou tohoto systému je, že potřebujeme Boha proto, aby nás donutil být zodpovědnými a dobrými. Ale opravdu to tak je ? Heyoan říká:

\*\*\*

**Všechno toto je pouhá iluze, drazí přátelé. Váš tlak vytváří odpor a ten vytváří další tlak. Když odpor nebude existovat, k čemu vám bude vůle sloužit ?**

\*\*\*

## Spojení se s Boží vůlí v srdci

Pohybujeme se směrem k novému způsobu bytí, které je založeno na vnitřní síle a zodpovědnosti. Přijímáme možnost, že vůle nemá nic společného s překonáváním odporu, že je to spíše způsob, jak si najít vlastní cestu. Podívejme se na různé druhy metafyziky, ve kterých má toto pojetí vůle smysl. Jestliže si uvědomíme, že máme dobrého, zodpovědného vnitřního Boha, který je v harmonii s Bohem univerzálním a je jeho holografickou součástí, pak musí být naše vnitřní vůle stejná jako vůle Boží. Není tu nic, proti čemu by se muselo bojovat, nic, proti čemu by se musel vyvíjet tlak. Za tím, co si přejeme, pouze následují činy, aby myšlenka mohla být uskutečněna. Vůle vyvolává činnost.

Jediné, co potřebujeme vědět, je: Co je naše pravdivá vůle? Odkud pochází? Jak tuto správnou vnitřní vůli poznáme? Jak víme, že je to ta pravá? Jak se to dá vycítit?

Je čas obrátit se k metafyzice M-3, uvedené v třetí kapitole. V jejím rámci jsou všechny fyzické věci tvořeny myslí nebo vědomím. Mysl zde byla před hmotou. Předpokládáme-li, že mysl skutečně vytváří naše fyzické životy, musí to mít nějaký záměr. Záměrem univerzální mysli při tomto konání je Boží záměr. Ten, pro který jsme se sem narodili - splnění našeho životního úkolu. Boží vůle uvádí v činnost Boží mysl.

Univerzální neboli Božská mysl neustále pokračuje v procesu vytváření fyzického světa. Životní záměr se vyvíjí, a to nejen v rozsahu celé délky našeho života, ale uskutečňuje se i v každém jeho okamžiku - tady a teď. Úmysl v každém přítomném okamžiku je vždy spojen s naším životním posláním, nezávisle na tom, v jaké situaci se nacházíme. Naše vnitřní Boží vůle bude fungovat v každém okamžiku, v každé maličkosti, kterou uděláme, právě tak jako v obrovských dlouhodobých projektech. Funguje holograficky tak, aby sloužila Božímu záměru.

## Vztah mezi svobodnou vůlí a Boží vůlí

Zmatení, týkající se vůle, vzniká z toho, že jsme nepochopili tuto skutečnost: volba, kterou v každé vteřině svého života činíme prostřednictvím své svobodné vůle, je vždy výzvou sloužit Božské vůli v nás. Míra, v jaké se svobodně rozhodneme pro Boží vůli v sobě, odpovídá přesně tomu, nakolik vyjadřujeme své pravdivé Já a nakolik jsme s ním v souladu. Je to vůle založena spíše na vlastní vnitřní síle, než na síle namířené proti někomu nebo k výhře nad někým jiným. Je postavena spíše na zodpovědnosti za sebe, než na obviňování někoho dalšího. Plyne z ní spíše svoboda pro všechny než na jejich řízení. V Boží vůli není místo pro žádné obviňování ani iluzi, že existuje něco vnějšího, proti čemu je nutné bojovat. V oblastech života, ve kterých nás sužuje bolest a trápení, konáme vše na základě strachu a svou vnitřní Boží vůli nenásledujeme. Možná nemáme jasno v tom, co vlastně chceme v životě dělat. Naše jednání vychází ze strachu a děláme věci, o kterých si myslíme, že potěší ostatní.

Naše chování je ovlivněno názorem, že musíme bojovat proti něčemu vnějšímu, abychom to odstranili z cesty - takže se nenamáháme následovat svou pravou vůli. Co bychom doopravdy dělat chtěli, neděláme. Někdy se nám dokonce podaří vytvořit

vnější odpor, který nás „ochrání“ předtím, abychom udělali, po čem toužíme. Jsme to skutečně pouze my sami, s kým bojujeme - ostatní lidé jsou jen kolemjdoucí poutníci. Někdy řekneme určité své přání další osobě jen proto, aby proti němu mohla protestovat. Tak se můžeme vyhnout tomu, co bychom si přáli udělat, ale příliš se bojíme se o to pokusit. Samozřejmě, že to tak nebude na první pohled vypadat. Jenom se soustředíme na protest lidí okolo nás. Přesto cítíme, že je to opak toho, co víme, že musíme udělat. Dlouhodobě tato metoda nenese žádné ovoce. Šťěstí se k nám bude obracet zády, dokud nezačneme dělat to, co je správné pro nás.

Uvedu příklad. Napsání mé první knihy byl pro mne velmi těžký úkol. Neustále jsem se sebou bojovala, jestli ji napsat nebo ne. Mnoho času jsem strávila pochybnostmi a tím, že jsem se tomuto úkolu vyhýbala, „musela“ jsem najednou dělat tolik věcí, že jsem opravdu neměla na psaní čas. Měla jsem strach přiznat, že tato práce je velmi důležitá a že svět bude opravdu knihu chtít a potřebovat. Většina lidí vůbec nevěděla, že ji píšu. Skoro každý, komu jsem se svěřila, že hodlám vydat vlastní knihu, si myslel, že je to bláznovství. Obětoval by někdo, kdo je při smyslech, životní úspory jen proto, aby vydal knihu, kterou dvanáct vydavatelství odmítlo? Já ale věděla, že můj životní úkol, který je v souladu s Božím záměrem, je, abych tuto práci předala světu. Tak jsem to udělala. Důvěřovala jsem prozřetelnosti. Má velká víra mi dodala síly. Můj život se tím změnil. Věděla jsem, že moje práce byla konána z lásky.

Boží záměr je v každém okamžiku sladěn s univerzálním celkem. Lidé to nemusí vědět a mohou protestovat proti tomu, co jsme se rozhodli udělat. Je to ale pouze naše zodpovědnost, co zvolíme a co budeme následovat. Řídit se Boží vůlí není vždy nejjednodušší řešení. Mnohokrát je to velmi obtížné, například jako pro mne bylo přestěhovat se do komunity bez manžela. Kdybych to však neudělala, můj život by se vyvíjel úplně jinak.

*Pár dobrých otázek, abyste zjistili, jestli jste s Boží vůlí v sobě vyrovnaní*

Zasahuje moje vůle do svobody někoho jiného ?

Snažím se někoho řídit a mít ho pod kontrolou ?

Je moje vůle založena na obviňování někoho a tudíž na principu imaginární autority ?

Je moje vůle zaměřena proti někomu jinému a je tudíž vyjádřením mého vnitřního odporu ?

Jestliže je některá z odpovědí na výše položené otázky kladná, stále ještě myslíte a jednáte v metafyzice M-1.

Je v tomto okamžiku moje vůle spojena s mým životním posláním ?

Směřuje má vůle k odpovědnosti za sebe sama, a tím k mé svobodě ?

Pomáhá mi otevřít srdce a lásku ?

Dává mi sílu jít vpřed a splnit nejhlubší touhy mé duše ?

Jestliže jsou všechny vaše odpovědi na výše položené otázky kladné, posunuli jste se do způsobu myšlení podle nové metafyziky M-3. Teď vám všechno půjde lépe.

## Denní afirmace (prohlášení), díky nimž zůstanete v souladu s vaším posláním

K tomu, aby váš život a zdraví probíhaly hladce, pomůže i toto velmi dobré cvičení sloužící k vědomému sladění se s Boží neboli pozitivní vůlí v sobě. Co si nejvíc ze všeho přejete dosáhnout? Tato otázka se nevztahuje pouze na oblast osobního života a zdraví, ale na celý váš život. Jak už bylo řečeno, záměr každého okamžiku je sladěn s celkovým životním záměrem. To, co toužíte dělat právě teď nebo v jiné chvíli, je přímo spojené se širším účelem vašeho života. Možná se vám to tak vždy nejeví, ale věřte, je tomu tak.

Jestliže je smyslem vašeho života být léčitелеm, potom to, jak se o své zdraví v tomto okamžiku staráte, má význam, protože to ovlivňuje energetické pole, a tím i schopnost léčit ostatní. Když je vaším životním záměrem vyjadřovat se pomocí slov, potom pokud právě teď vyslovujete svou pravdu, je to způsob, jak se s ním ztotožnit. Pokud je vaším životním úkolem zabezpečovat potravu pro chudé, pak je váš vztah k potravě velmi důležitý. To, co děláte v této chvíli pro nasycení své rodiny, je získávání praxe pro větší životní úkol, který přímo ovlivňuje i to, co, jak a kolik toho sníte. Jestliže se máte pouze těšit ze života, tak každá sekunda znamená velmi důležitý krok ve vašem úkolu. Když se vám nyní jeví sklenice jako poloprázdná, ve svém úkolu postoupíte dál, shledáte-li ji zcela naplněnou. Pokud cítíte uvnitř, že můžete být vůdčí osobností pro mnoho lidí, potom je velmi důležité to, jak jednáte právě teď s těmi, co žádnou moc nemají. Nebudete-li s nimi zacházet v tomto okamžiku s láskou a úctou, nepřiblížíte se ke svému záměru. Vaší úlohou je procvičovat si vyšší principy v tom, co činíte v každé minutě. Vyšší životní úkol je vlastně jenom důsledkem postupného procvičování vyšších principů v životě.

Důležité je to, co se odehrává právě teď, ať jste kdekoliv a život vám přinese cokoliv.

Jakmile je váš původní záměr zdeformován a tato verze přináší do vašeho života bolest a nemoc, potřebujete, aby se znovu sladil s vaším vyšším záměrem - jenom tak se do vašeho života navrátí rovnováha a zdraví.

Jednou z možností, jak se znovu spojit se svou vůlí, je používání afirmací. Pokud se vám myšlenka následování Boží vůle jeví jako něco, k čemu se musíte nutit a co vám uložil někdo mimo vás, potom ve vás přetrvává starý negativní obraz Boha - autority, která stanovuje pravidla hry. Pravdou ale je, že Boží vůle spočívá ve vašem vlastním srdci. Naslouchejte Boží vůli mluvící prostřednictvím vašeho srdce.

Uvádím zde afirmace, které jsem používala několikrát za den po dobu dvou let poté, co jsem požádala, aby se můj kanál pro spojení s duchovními průvodci zavřel, a soustředila jsem se na svůj vnitřní rozvoj. Snažila jsem se, aby tímto způsobem u mne došlo k posunu od malého ega k Boží vůli v mém srdci. Je mezi nimi krásné prohlášení, které rozpouští mylnou představu, že Boží vůle je zákon přicházející zvnějšku. Afirmace, které channelovala Eva Pierrakosová, jsem našla v knize Pathwork Guide Lecture.

*Afirmace ke sladění se s Boží vůlí*

*Zaslibuji se vůli Boží.*

*Dávám své srdce a duši Bohu.*

*Zasluhuji si v životě to nejlepší.*

*Sloužím té nejlepší věci.*

*Jsem Božím zjevením.*

## Jak získat vedení

Mechanismus je velmi jednoduchý. Nejlepší je začít prostými věcmi. Můžete to zkusit ve skupině nebo sami. Ale je dobré v období, kdy se tomu učíte, pracovat oběma způsoby. Posadte se a vezměte si tužku a sešit. Sedte v meditační pozici a vědomě se slaďte s Božskou vůlí.

Mohli byste si potichu pro sebe říci: „Chci být zajedno s vůlí Boží. Chci znát pravdu, ať je jakákoliv. Ve jménu Boha (Ježíše Krista, Buddhy, Allaha nebo jiné spirituální osoby, která je pro vás významná) to chci znát.“ Napište na papír svou otázku a čekejte na odpověď. Tužka se bude ve vaší ruce pohybovat automaticky. Spíše by se dalo říci, že telepaticky nasloucháte. Napište bez výběru cokoli vám přijde na mysl. I když se vám to bude zdát hloupé nebo nesprávné, napište to. Až psaní dokončíte, odložte sešit nejméně na čtyři hodiny. Potom si to můžete přečíst a analyzovat.

Když se to učíte, záleží skutečně na tom, abyste psali úplně všechno, co vám vytane na mysl. Dodržíte-li to, postupně s přibývajícím praxí začnete rozlišovat, co svou myslí přetváříte a co telepaticky slyšíte. Rozdíl v kvalitě informace, v jazyku a tónu, vám to umožní rozeznat. Skutečné spirituální vedení je vždy plné lásky, podporuje vás, neodsuzuje a drží se pravdy. Nikdy by nenarušilo vaši celistvost, nezradilo vaši čest a neponížilo vaši sebeúctu.

Učíte-li se ve skupině, ať jedna osoba položí otázku. Odpověď na ni může dát duchovní vedení komukoliv z přítomných. Zapisujte si každý pro sebe a potom odpovědi porovnejte. Budete překvapeni, jak budou souhlasit a doplňovat se. Neobávejte se sdělit skupině, že se domníváte, že odpověď není správná. Právě na začátku je vhodná doba pro to, abyste se naučili udržet spojovací kanál čistý. Jestliže vás za to kritizují, snažte se najít zrnko pravdy, které v kritice bylo ukryté, a promluvte o něm na příštím sezení skupiny. Naleznete-li v sobě oblast, kterou je potřeba vyčistit a která s kritikou souvisí, zmiňte se o tom ve skupině také. Společně se můžete pokusit zjistit, jaký předsudek nebo zaujatost vaše channelování ovlivňuje. Je to těžké a obvykle to vyžaduje spolupráci s odborníkem, který má zkušenosti s fungováním psychiky a hledáním spirituální pravdy. Vždy se mi jevilo, že mít pravidelnou fundovanou podporu je nutné. Čím poctivější k sobě budete, tím čistší bude vaše spojení se spirituálním vedením.

Za následování duchovního vedení se mi dostalo velkého daru - prožila jsem mnohokrát spirituální extázi. Jak jsem říkávala v čase, když jsem se ještě zabývala léčitelkou praxí: „Je to opravdu velké privilegium. Celé dny trávím s anděly ve stavu lásky.“ Byl to ten nejúčinnější nástroj, který mi pomáhal pozvednout se do šesté úrovně aurického pole, úrovně Boží lásky.

## Šestá úroveň aury: Boží láska

Na rozdíl od úrovně páté, úroveň šestá je nám důvěrně známá. Jsme inspirováni nádherou západu nebo východu slunce nad vodní hladinou nebo září měsíce. Hvězdy nás pozvednou do tmavomodrého nebe a my žasneme nad tou krásou. Nasloucháme hudbě nesoucí se katedrálou nebo zpěvu v kapli a prožíváme stav spirituální extáze. Cítíme se, jako kdybychom se vraceli domů, a vše, co se tam nachází, je našemu srdci drahé. Takovéto pocity prožil každý z nás. Hloubka a rozsáhlost spirituálních pocitů je slovy nezachytitelná. Na práh těchto dveří nás přivádí poezie a my vstupujeme dál.

Šestá úroveň aury vypadá jako složená z nádherných jasných opalizujících paprsků světla, které míří na všechny strany, a má tvar vaječné skořápky. Obsahuje všechny barvy duhy a je snad ze všech aurických vrstev tou nejkrásnější. Pozvednout své uvědomělé vědomí do této úrovně znamená dostat se do stavu spirituální extáze.

Všichni bychom potřebovali prožívat tento stav pravidelně, mělo by se to pro nás stát samozřejmostí jako dýchání. Ale mnoho lidí ho vůbec nezná. Přitom je stejně nutné nasytit svou duši jako své tělo. Když se naší duši nasycení nedostává, začneme smýšlet o životě cynicky. Náš život je plný zádrhelů a chybí nám pohoda. Máme neurčitý pocit, že nám něco v životě schází, a snažíme se to kompenzovat materiálním bohatstvím. Nefunguje to. Jediná cesta, jak naplnit potřeby šesté úrovně, je pomocí prožitků, které k ní náležejí. To znamená pozvednout se do této úrovně zkušeností. Proto je nutné poskytnout této části sebe energii a čas v denním běhu života.

Může to být formou pravidelných denních meditací, nebo pravidelnými procházkami při západu slunce po pláži nebo v horách. Může to také znamenat pravidelnou účast při náboženských obřadech podle vašeho výběru. Můžete číst poezii či navštěvovat symfonické koncerty. Chce to vyhradit si pro tyto činnosti čas a věnovat se jim pravidelně. Jestliže vám nevyhovuje meditace v tichu, doplňte ji nějakou vhodnou hudbou.

Tento druh nasycení je pro vaše sebeuzdravování naprosto nezbytný. Jakému typu meditace dáváte přednost? Znáte jiné cesty, jak se dostat do extatického stavu? Které to jsou?

Když v tom budete pravidelně pokračovat, probudíte v sobě rozlehlé kraje plné krásy a lásky, které se vám otevřou. Stanou se neodmyslitelnou součástí vašeho Já.

Na šesté úrovni prožíváme bezpodmínečnou lásku k sobě i k ostatním. Bezpodmínečná láska je ta, při které se staráme o blaho a pohodu někoho jiného bez toho, abychom za to na oplátku něco chtěli. Dáváme lásku, aniž bychom si kladli nějaké požadavky. Znamená to úplně akceptovat toho druhého - takového, jaký doopravdy je. Znamená to ctít a respektovat milovaného či milovanou, radovat se z toho, jak jsme rozdílní, a podporovat ji nebo jeho, aby se rozvíjeli svým vlastním způsobem. Znamená to vnímat jejich vnitřní zdroj života jako zdroj Božství v nich.

## Význam touhy

Všechny sudé úrovně aury souvisejí s pocity. Každá z nich nese naše touhy. Druhá úroveň - naše pocity o sobě - nese naši touhu cítit se dobře, milovat sebe sama a být šťasten. Na čtvrté úrovni se naše touhy zaměřují na náš vztah k ostatním: touhu po důvěrnosti, po domově plném lásky a přátelích, kteří nás mají rádi. Na šesté úrovni se naše touhy týkají procítění spojitosti se vším okolo nás a spojení s Bohem. Jsou to naše touhy po spirituálním společenství. Některé spirituální nebo náboženské skupiny tvrdí, že není dobré toužit, že touhy vás mohou dostat do těžkostí a potřebují být pod kontrolou, anebo se jim máme vyhnout. Všechna hlavní světová náboženství zavrhnou určitou část lidských prožitků, ať už se jedná o sexuální touhu nebo touhu být přímo ve spojení s Bohem namísto toho, aby spojení probíhalo prostřednictvím určité vybrané osoby. Odmítají touhu poznat, kdo jsme, touhu rozpomenout se na své minulé životy či touhu být v duchovním kontaktu s anděly nebo touhou rozpoznat dobro a zlo a touhu poznat, co je skutečnost - jak vzniká a jaká je naše úloha v ní. Každé náboženství označuje některou z nich jako špatnou, nebezpečnou nebo směšnou.

Heyoan má na to jiný pohled. Říká, že hlavní problém nejsou naše opravdové touhy jako takové, ale jejich deformace a přehnané zveličování. Všechny tyto touhy jsou spojeny s naší hlubší touhou či spirituálním toužením, které neseme ve svém nitru v hlubších dimenzích. (Tyto dimenze budou vysvětleny v sedmnácté kapitole.) Spirituální touhy nás vedou životem. Drží nás na naší cestě. Pomáhají nám uskutečnit záměr, se kterým jsme přišli na naši planetu. Nedávno při meditaci mi Heyoan vysvětloval, jak jsou pro nás důležité, jak pomáhá naslouchat jim, vyjasňovat si je a následovat je. Uvádím zde tuto malou lekci, která podává vysvětlení příčin deformací a zveličování našich opravdových tužeb. Ukazuje nám, jak oddělit touhy pravdivé od deformovaných a jak uzdravovat touhy deformované, které přinášejí do našich životů tolik frustrace a pocitů nenaplnění.

\*\*\*

## **SPOJENÍ OSOBNÍ TOUHY SE SPIRITUÁLNÍM TOUŽENÍM** převzato od Heyoana

**Najděte cíl uzdravování své osoby, který si přejete dosáhnout, a spojte ho s vyšším plánem řízeným spirituálním světem. Jestliže budete sladění se svým úkolem, synchronizovaným s úkolem ze spirituálního světa, bude práce lehčí a jednodušší. Budete ve spojení s hlubším významem jakékoliv události, kterou prožíváte jako součást procesu léčení. Budete schopní držet se záměru, který jste si stanovili, a opustit ty své osobní touhy, které nejsou v souladu s vaším životním úkolem.**

**Víte, nemyslím, že každá touha je něco negativního, jak možná říkají některé skupiny. Dalo by se spíše říci, že některé z nich jsou deformací nebo zveličením vašeho vyššího spirituálního toužení, které je uloženo ve vašem životním plánu.**



**Pocit nenaplnění a frustrace, který prožíváte, pochází z toho, že se vám nedaří hlubší spirituální práce, kterou jste sem přišli završit, a ne ze zdánlivě neuspokojené touhy, která zůstává na povrchu vašeho vědomí. Vaše osobní práce bude tedy spočívat v nalezení a pochopení kořenů zdeformovaných toužení, které zůstávají uvnitř vašeho plánu života, a potom manifestovat hlubší touhy spirituální neboli spirituální toužení, jak to nazýváme my, aby byly s tímto plánem v souladu.**

**A tak, moji drazí, jaké jsou vaše pravdivé potřeby? Dovolte svým pocitům a toužení po vašich skutečných potřebách ovládnout celou vaši bytost tak, aby mohlo dojít k jejich naplnění. Nejdříve si udělejte seznam. Co si pro sebe přejete vytvořit? Napište to jasně a v celém rozsahu. Když je vizualizace jasná, *neposílejte ji prosím vás k nám, jako kdyby pocházela od nás a my vám ji dávali dolů, ale spíše ji zasad'te hluboko do jádra svého Bytí tak, aby se mohla vynořit prostřednictvím vašeho vnitřního zdroje.* Kdykoliv pociťujete touhu, která je čistá a v souladu s vaším životním úkolem, vezměte ji ke zdroji svého Bytí.**

**Jak budete pokračovat v práci na svém spirituálním rozvoji a rozšíříte své uvědomělé vědomí do vyšších úrovní energetického pole, prožijete přímé spojení s vyšším plánem spasení a záchrany a s hierarchiemi, které tam jsou. Je to plán, který se týká velkého počtu lidí. Jak léta běží, rozvíjí se na Zemi ve stále větším rozsahu a intenzitě a s větší jasností.**

**Možná že to, co teď čtete, pro vás nebude okamžitě srozumitelné. Pochopíte to třeba za tři roky, za sedm, deset nebo možná patnáct let. Zachovejte tyto lekce v posvátném místě uvnitř sebe. Ved'te si osobní deník. S postupujícím časem i osobním rozvojem tak budete mít zprávy o předcházejících událostech, které vám nedávaly žádný smysl nebo pro vás byly nesrozumitelné. Později se mohou stát tím nejdůležitějším kouskem při skládání vašeho životního úkolu. Deník může sloužit i pro osobní duchovní vedení, které obdržíte k procesu svého duchovního rozvoje. Snažíme se vám pomoci, abyste si uvědomili svou sílu a světlo, které již ve vašem nitru nosíte, a svou zodpovědnost za ně.**

**Teď vás povedeme k hlubšímu pochopení zranění, které v sobě nosíte a o kterém jsme mluvili v první kapitole této knihy, a k hlubšímu porozumění vašeho záměru zranění nepocítovat. Tento záměr se nazývá negativním záměrem, protože vám neslouží. Do vašeho života přináší pouze víc bolesti. Umožňuje ale hlubší pochopení vlastního Já a celkového procesu osobní transformace. Transformační proces je cestou do nitra a objevováním vnitřní krajiny. Musíte překonat temné vnitřní chodby, které vedou k většímu světlu. Pomocí transformačního procesu naleznete ve svém nitru vyšší lásku, integritu, sílu a nevinnost. Zjistíte, že váš vnitřní svět je stejně rozsáhlý, jako ten vnější, a potom si možná znovu položíte otázku: „Kdo jsem?“**

**Na začátku vašeho života přišla neočekávaná bolest. Reagovali jste na ni tak, že jste se pokusili zastavit ji. Tím, že jste to udělali, jste zastavili také svůj vnitřní tvůrčí impuls. Možná to bylo prosté -bolest, kterou jste pociťovali, když jste se dotkli rozpálených kamen, nebo se jednalo o rozzlobený pohled rodiče. V okamžiku, kdy se bolest dostavila, zastavili jste tvořivou sílu ve svém nitru a pokryli ji stínem. Tím, že jste to udělali, odpojili jste se od centra svého Bytí a část vás zapomněla, kdo jste.**

Jak budete objevovat v průběhu osobního transformačního procesu další části svého vnitřního území, vrátí se vám vzpomínky na to, kým jste. Prvotní láska a spirituální toužení, které nesete ve svých emocích, prvotní odvaha vaší vůle, prvotní pravda vašeho rozumu jsou stále s vámi ve vašem nitru. Spirituální toužení si nemusíte přímo uvědomovat, pracuje prostřednictvím vašich stínů a osobních tužeb. Na osobních touhách na lidské úrovni není nic špatného - jsou odrazem Božské touhy v nás, prvotního tvůrčího impulsu. Touhy, které jako lidské bytosti máte, jsou překrásné, ať se týkají vztahu, lásky, bezpečí nebo nalezení cesty, jak vytvářet svůj život v souladu s tím, po čem toužíte. Možná nejsou až tak čisté. Možná, že jsou zdeformované. Možná, že si přejete mít hodně peněz, abyste se cítili být v bezpečí. Ale peníze vám pocit bezpečí nezaručí. Třeba toužíte po dokonalém partnerovi, který vám bude absolutně rozumět, bude s vámi ve všem souhlasit a bude o vás pečovat. Co se ale skrývá pod tou touhou? Vzdání se vlastní odpovědnosti dospělého člověka? Strach ze změny? V takovýchto podmínkách nemůžete růst prostřednictvím výměny myšlenek a nápadů. Tento druh „dokonalosti“ v lidských podmínkách nefunguje - kde by byl váš záměr života ve fyzickém světě?

Jestliže si přejete naplnit své opravdové touhy, závisí to na nalezení částí vašeho Já, které pokryly stínem a zdeformovaly původní akt tvoření pocházející z vašeho vnitřního zdroje. Můžete toho dosáhnout tím, že budete stíny a deformace čistit a sladíte své osobní touhy s prvotním spirituálním toužením, které leží v jádru vašeho Bytí. Jsou přímo spojené. Čisté nezdeformované osobní touhy jsou na osobní úrovni manifestací toho, po čem touží podstata vašeho Bytí. Jsou vašimi spojenci. Vedou vás k hvězdě středu - k vašemu jádru.

Jakou touhu cítíte teď? Možná si myslíte, že je sobecká. Může a nemusí to tak být. Položte si prostou otázku: „Jak je tato touha mé osobnosti spojena s původním vnitřním toužením, které mne provází životem?“ Vaším úkolem je pouze vyčistit mezi nimi cestu tak, aby osobní touha byla vyjádřením původního tvůrčího impulsu.

Myslím, že na Zemi v tom mnoho lidí nemá jasno. Nese to s sebou zmatek, protože v některých kruzích jsou touhy považovány za hříchy. Hříchem je pouze zapomínání na to, kdo jste. Hříchem je falešná představa, že vaše touhy jsou hříšné. Neodsuzujte je. Chovejte své touhy jako tu nejvzácnější část sebe sama, složenou z kousků vašeho života, kterým se potřebuje dostat světla.

Teď meditujte na nalezení cesty od svých osobních toužení k hlubšímu toužení duše. Pamatujte na to, že jsou spojené s vyšším plánem spasení, který je na zemi stále rozvíjen. Když budete uzdravovat sebe, bude se léčit i vaše planeta.

\*\*\*

Víru a naději prožíváme také prostřednictvím šesté úrovně svého energetického pole.

Jejich budování je důležitou součástí procesu léčení. Víry v sebe sama, ve své vnitřní zdroje a svou schopnost se o sebe postarat a vytvořit to, po čem ve svém životě toužíte a v co doufáte. Naděje na lepší život, na lepší zdraví a na nový řád světa.

Naděje pro lidstvo, naděje pro planetu. Víra vás provede tmavými chodbami, kterými v životě procházíme, směrem k naději naplnění našich toužení.

Každý z nás prožil ve svém životě období, kdy víru ztrácel. Stává se to, když procházíme transformačním procesem a nacházíme se v nejtemnějším místě našeho vnitřního tunelu. Když všechno selže a víme, že jsme prohráli, odevzdáme se víře a naději, o kterých jsme dokonce ani netušili, že je v sobě nosíme.

Překrásná meditace pro léčení nám byla dána při přednášce, kterou jsem měla v červenci 1988 v Denveru. Mluví o víře a naději a o spojení mezi léčením bolesti a životním úkolem.

Je to nádherná věc, kterou můžete použít, když je vaše víra podrobena zkouškám. Tady ji máte.

\*\*\*

## **LÉČENÍ POMOCÍ VÍRY A NADĚJE** převzato od Heyoana

**Dovolte světlu, aby vámi procházelo a pozvedalo vás, zatímco pevně stojíte oběma nohama na zemi. To je pro vás nejpřirozenější - jste mostem mezi nebesy, vaší spiritualitou a Zemí, vaším milovaným domovem ve fyzickém světě. Čím více necháte tuto realitu procházet svou osobností, tím více začnete žít své pravdivé Já - poznávat, kdo jste a proč jste sem přišli. Jakmile se dostanete do tohoto spojení, procitujte, jak se v místnosti, kde se nacházíte, energie proměňují na energii bílou. Otevřete oči, aby viděly, uši, aby slyšely, a ostatní smysly, abyste naši přítomnost vnímali. Nejsme vaší představou. Jste našimi bratry a my sem přicházíme, abychom společně pracovali na tom, jak přinést mír a léčení pro tuto planetu.**

**Všichni jsme souhlasili s tím, že se tím budeme zabývat, ještě předtím, než jste se narodili. Přijít a přenést se do lidského těla vyžadovalo velký díl odvahy a víry. Ale touha, kterou jste cítili, byla tak silná, že jste souhlasili s tím, že částku bolesti, která existuje na této planetě, převezmete a budete ji uzdravovat. Souhlasili jste s tím, že bolest vstoupí do vašeho těla a duše, aby mohla být transformována na lásku.**

**Jak jsem řekl, přišli jste sem s velkou nadějí ve svých srdcích na krásnou budoucnost a s vírou, že budete vedeni na každém kroku této cesty, ke transformaci nejen vlastního nitra, ale i této planety.**

**Teď si podrobněji vysvětlíme, jak to funguje. Nazýváme to spojením s univerzálním Božským principem. Přišli jste sem s obrovskou moudrostí a silou. Přišli jste s úžasným množstvím lásky, mnohem větším, než jste kdy mohli snít, že v sobě máte nebo můžete obdržet. Přišli jste sem pomocí této lásky a moudrosti uzdravovat. Vaše tělo vzešlo z těla matky Země. Bylo velmi dobře vymodelováno. Nebesa vám poskytla energetický systém a dokonalou kombinaci energií, která vám slouží jako nástroj pro naplnění vašeho nejhlubšího vnitřního toužení. Proto jste sem přišli: abyste naplnili to,**

co toužíte dělat nejmíc ze všeho. Ten nejfantastičtější sen uzamčený hluboko ve vašem srdci - to je právě to, proč jste sem přišli.

Možná je teď vhodná chvíle, abyste malý balíček s tímto tajným snem otevřeli a podívali se dovnitř. Neostýchejte se. Nedomnívejte se, že je to egoistické. Není - je to vaše pravda. Nevěřte, že to je příliš fantastické jenom proto, že to říkají vaše systémy přesvědčení, které jste vytvořili a nosíte v sobě. Nemyslete si, že to není pro vás - být v přítomném okamžiku, být spojen se svým centrem a nechat vycházet všechny své činy z podstaty svého Bytí. Ať v tomto okamžiku děláte cokoliv, je to ten nejposvátnější čin. Je to akt víry.

Pokud jste svůj balíček ještě neotevřeli, dejte se do toho. Tím, co tam najdete, budete velmi potěšeni. Navrhuji, abyste ho po otevření položili na svůj oltář a dvakrát denně na něj meditovali nejméně pět minut. Jsem si jistý, že si těch pět minut dvakrát denně najdete - třeba ráno po probuzení a večer před spaním - aby se vám podařilo sladit se se svým záměrem. Ostýcháte-li se to někomu říci, držte to v tajnosti. Pokud máte potřebu o tom mluvit, tak mluvte. Ale vybírejte dobře, komu se s tím svěříte, u koho naleznete pochopení a podporu pro své úsilí. Máte před sebou práci -popíšu v následující části, o co se bude jednat.

Byl bych rád, abyste prošli svůj dosavadní život. Vraťte se do dětství a nalezněte tu nejhlubší bolest, kterou jste kdy cítili. Kde je její jádro ?

Když jste bolest našli, sledujte, kde z ní co vzešlo. Zjistěte, jakým způsobem prostoupila každý okamžik vašeho života a každou jeho oblast. Jak jste v sobě tuto bolest nesli, rok za rokem. Ano, měnilo se to. Projevovala se však v každé oblasti. Ujišťuji vás, že se jednalo o tu samou bolest.

*Přesně stejná bolest, kterou nosíte ve svém nitru a kterou jste sem přišli léčit, se odráží i ve světě.*

Vzali jste tu bolest na sebe - do svého těla a do své duše. Bylo k tomu potřeba velké odvahy. Teď se ale nedá uniknout. Uniknout od bolesti znamená ji nevléčit. Jediná cesta je její léčení.

Rád bych, abyste bolest vzali, přijali ji a obalili láskou. Opatrujte ji jako novorozeňátko, které zapomnělo, kdo je. Je to dítě *naděje*, dítě jasné zářivé budoucnosti, Vy jste léčitelem, který má *víru*, že toto dítě bolesti vyléčí. První krok k sebeuzdravo-vání je přijetí skutečnosti, že je to vaše bolest a že je potřeba ji léčit. Je to váš osobní úkol, který jste dobrovolně přijali jako službu nejen sobě, ale také této planetě. Vám, jako léčitelům, přísluší složit přísahu, že budete k sobě úzkostlivě čestní, že budete milovat a ctít sami sebe, následovat a poslouchat Božskou moudrost, kterou nosíte v sobě, která je nad vámi, pod vámi a všude okolo vás.

Prociťujte naši přítomnost v místnosti. Nenesete tuto tíhu sami. Vaše spirituální vedení je vždy s vámi. Uzdravujte své tělo pomocí *víry*. Zvykněte si tak jednat. Nečekejte, až se dostaví bolest, pomáhejte si vírou.

Na oltář umístěte bolest dítěte hned vedle lásky vnitřního léčitele. Jedno z nich je naděje a druhé víra. Tyto dvě složky formují a proměňují vaši

**energii tak, abyste se vy i vaše planeta stali světlem. Prociťujte lásku, které je tato místnost plná. Prociťujte světlo, kterým jste vy. Prociťujte světlo, které je nad vámi i pod vámi. Světlo, které je kolem vás. Světlo těch, kteří šli před vámi. Prociťujte světlo v každé buňce svého těla. Buďte tím, kdo jste. Je to přesně to, k čemu jste se zavázali. Je to vše, co se po vás žádá. Být sám sebou - to je vše, co potřebujete. Buďte tím, kdo jste.**

\*\*\*

## **Sedmá úroveň aury: Boží mysl**

Říká se, že nejvyšší formou extáze je čistá božská tvůrčí myšlenka. Je darem sedmé úrovně. Až sem se vznesl Tvůrce, zde se nachází dokonalý vzorec/model a pochopení toho, co znamená Bůh jako takový a Bůh v nás. Zde se vetkávají zlaté nitě do perfektního univerzálního vzorce tvoření, přinášející do živé, pulzující, zlaté sítě reality ještě víc dokonalosti. Každý z nás má právo zde spočinout. Je to náš nejpřirozenější stav. Čím více zde pobýváme, tím je život plnější, tím jsme zdravější a více lidsší. Bez sedmé úrovně bychom nemohli existovat. Když se této úrovni budeme pravidelně věnovat v krátké meditaci, kterou včleníme do svého každodenního života, bude náš život provázet více štěstí, lásky a spirituální extáze. Nepodceňujte se. Je to pouze otázka přenesení vědomí do této úrovně a toho, abychom byli sami sebou.

### ***Meditace na dosažení sedmé úrovně***

Dělejte tuto jednoduchou desetiminutovou meditaci každý den ráno a budete překvapeni tím, jak budou vaše dny hladce probíhat. Posadte se do meditační pozice s rovnými zády. Vrchní část zad musí být volná. Teď pouze s každým nádechem a výdechem opakujte každé slovo následující mantry. Když se vaše mysl někam zatoulá, prostě ji vraťte zpět ke slovům:

„Jsem v klidu a vím, že jsem Bůh. “

Úroveň Boží myslí nás pozvedá k vyššímu rozumu. Sedmá úroveň pole je úrovní pochopení dokonalého modelu. Když povzneseme své vědomí do této úrovně bytí, vstoupíme do stavu jasnosti, který nám přináší pochopení, že všechno je dokonalé tak, jak to je - i ve své nedokonalosti. Můžeme tomu porozumět pouze z této úrovně bytí. Z úrovní ostatních to může znít nesmyslně, jako kdyby to nemělo nic společného se skutečností. Jak může být něco, co je nedokonalé, vlastně dokonalé? Ze sedmé úrovně bytí pochází také poznání, že náš život na zemi s jeho zkušenostmi a prožitky je školní třídou, ve které se učíme jednotlivým lekcím. Hlavní úkol je naučit se lásce. Milovat něco, co je dokonalé, je pro nás lehké - s tím nemáme problém. Potřebujeme však milovat sami sebe, i když jsme plní bolesti a máme samé těžkosti. Nedokonalost, kterou nacházíme na zemi, je dokonalou situací pro to, abychom se naučili lásce. Když se naučíme, jak milovat bez jakýchkoliv podmínek, nebudeme tyto podmínky dál vytvářet. Když se naučíme dávat lásku za jakýchkoliv okolností, naše láska tyto okolnosti změní.

Na sedmé úrovni je aura vytvořena z velmi tlustých třpytivých linek zlatobílého světla. Tyto linky drží pohromadě celou auru. Jsou až neuvěřitelně tlusté. Meditace, ve které pozvednete své vědomí do této úrovně, přinese do vašeho života sílu, lehkost

a přijímání. Protože všechno je dokonalé a funguje v dokonalém řádu věcí, cokoli se stane, musí mít nějaký vyšší důvod. Zlé věci se nestávají proto, že jsme špatní. Není to proto, abychom byli potrestáni. Mnoho věcí se odehrává podle vyššího řádu, který nemůžeme pochopit. Ať se stane cokoli a nám se zdá, že to nedává žádný smysl anebo jenom negativní, je to vždy lekce o lásce.

Octneme-li se v těžké situaci, pochopení vyššího Božského rozumu nám pomůže vyrovnat se s tím, co se děje. Jestliže porozumíme, že lekcím se učíme prostřednictvím obtížných zkušeností a prožitků, procházíme jimi lépe i v případě, že nám není jasné, čemu se máme naučit. Většinou nevíme, o jakou lekci se jedná - obvykle ji neumíme pochopit, dokud ji nezvládneme.

Uvádím zde dva případy, které mi vyvstaly na mysli, abych ukázala, jak se nepřijatelná situace stala přijatelnou. Došlo k tomu prostřednictvím odevzdání se procesu léčení, snahou o zvládnutí životní lekce a pomocí pozvednutí vlastního vědomí do sedmé úrovně.

## Léčení srdce Stephanie vyléčilo srdce celé rodiny

V roce 1985 jsem dávala řadu léčení jedné tříleté holčičce a její matce. Holčička se jmenovala Stephanie a narodila se s defektem síňového septa - s dírou mezi komorami srdce o velikosti drobné mince.

Operace srdce byla naplánována na červenec 1985. Její matka Karen měla za sebou několik chirurgických zákroků a měla strach, že holčička bude po operaci trpět bolestmi. Vstupovala do léčení s tím, že se chtěla operaci dcerky vyhnout.

Při každém sezení se ptala Heyoana, jestli její dcera opravdu musí operaci podstoupit. Neexistuje nějaký způsob, jak ji před tím ochránit? Také jsem se chtěla operaci vyhnout. Pokaždé, když se Karen ptala Heyoana, jsem znervózněla. Nechtěla jsem jí dát nesprávnou odpověď. V jednom okamžiku před koncem léčení Heyoan, který už měl dost našich nářků, mi náhle řekl: „Pojď se mnou. ”

Pospíchala jsem za Heyoanem nemocniční chodbou. Prošli jsme dveřmi operačního sálu, potom ukázal na stůl a řekl: „Tak se podívej. ”

Dívala jsem se na otvor v hrudi Stephanie. Operace probíhala dobře. Potom jsme se posunuli v čase a viděla jsem její rekonvalescenci. Byla v pořádku. Seděla na židli ve svém nemocničním pokoji a vypadala velmi čiperně. Najednou seskočila ze židle a utíkala přivítat rodiče, kteří ji přišli navštívit. Zase jsme se posunuli v čase a já jsem viděla Stephanií asi ve třinácti letech - právě vstupovala do puberty. Stála před zrcadlem a prohlížela si jizvu na hrudi. Vypadala krásně, byla v pořádku a zářila zdravím. Nezáživně a zvědavě studovala jizvu, která jí pomohla spojit se se svým srdcem a láskou.

Potom Heyoan řekl: „No, je to tak špatné ?”

Vylíčila jsem své malé dobrodružství Karen a její strach na chvíli zmizel. Ale přirozeně se do příštího sezení objevil znovu.

Bylo pro mne velmi těžké zůstat při tomto léčení nezaújatá. Měla jsem také malou dceru a chtěla jsem jim pomoci, aby se mohli operaci vyhnout. Při narození mé dcery mi dělali císařský řez a přidružily se další komplikace. Zjistila jsem, že jsem vůči chirurgii zaujatá také, i když mému dítěti zachránila život. Mé předsudky a stálý tlak od Karen způsobily, že jsem měla těžkosti s udržením čistého kanálu pro spojení. Nakonec jsem se pozvedla do vyšších úrovní aurického pole k Heyoanovi a obdržela jsem od něj následující vedení:

\*\*\*

**Tvé problémy souvisejí s tím, že toužíš držet někoho v poli své láskyplné energie, ale zároveň bys ho chtěla nechat prožívat život tak, jak si ho on pro sebe naplánoval. Nemůžeš ušetřit ani ochránit žádné dítě od jeho karmy. Karma v tomto případě znamená jeho životní plán, pro který se rozhodlo samo. Duše je moudrá a rozhodla se naplnit nějaký krásný životní úkol, vybrala si přesně, jak bude postupovat, a teď v každém okamžiku pokračuje a volí si své možnosti. Pokračuje ve svém zaslíbení se životu ve fyzickém světě každým svým dechem, stejně jako to děláte i vy dvě s Karen.**

(Dál Heyoan mluví k Barbaře i Karen.)

**A tak se pojd'me podívat na věci zde diskutované ze širšího pohledu. Jestliže se každá z vás teď přenesete do místa moudrosti, kterou máte ve svém nitru, naleznete tam svou hlubší moudrost, která se rozhodla pro operaci, kterou každá z vás prožila. Obě jste se z toho mohly mnohému naučit. Tebe (obrací se na Barbaru) to nasměrovalo k tomu, aby ses začala zabývat léčitelstvím, že? Předtím jsi žádnou bolest nebo nemoc neprožila, a tudíž ses nedokázala vcítit do nemocných, protože ti tato zkušenost chyběla.**

**A s vámi, má drahá Karen, je to podobné. Nikdy předtím jste nezažila, aby o vás bylo tak dobře pečováno, jako v souvislosti s tou operací. Otevřelo vám to ohromné možnosti srdce, přijímání péče a také odevzdávání se a důvěřování. Ano, slyším jak říkáte: „Důvěřování - to myslíte vážně? Důvěřovala jsem a podívejte se jak to dopadlo!“ Já také říkám - podívejte se, jak to dopadlo. Máte dvě krásné děti. Pečujete o ně. Hodně jste se díky tomu sblížili s manželem a také se svou širší rodinou.**

**Naučila jste se o ně pečovat. Více jste pochopila bolest. Určitě jste dobře připravena pomoci svému dítěti po dobu operace i potom, protože víte, jaké to je. Položte si otázku: „Co mi poskytovalo nejvíc radosti, když jsem byla v nemocnici na operaci - květiny v pokoji, lidé, kteří za mnou chodili na návštěvu, ruce blízkých? Jak může moje zkušenost ulehčit mé dceři? Jaké prožitky mi zpříjemnily můj pobyt v nemocnici?“**

**Jak můžete pomoci svému dítěti, které jde na operaci? Pečlivě vybírejte nemocnici, stejně tak, jak jste to udělala před jejím narozením. Buďte tam s ní. Projděte s ní touto zkušeností. Prožijte své pocity. Držte ji ve svém láskyplném poli ve vědomí, že ať se stane cokoliv, je to Boží vůle a její vůle. Cokoliv se stane, ona se proto rozhodla. Tedy respektujte moudrost duše, která sídlí ve vašem dítěti. Respektujte jeho volby a podpořte je. Podpořte učení, pro které se vaše dítě rozhodlo. Jestliže se rozhodla podstoupit operaci, je to její vyjádření narůstající důvěry ve svou rodinu, v lásku a srdce.**

**Možná to bude znít jako kontradikce v pojmech, ale podívejte se na to z tohoto pohledu: k rozhodnutí projít touto zkušeností je potřeba mít více důvěry v rodinu, lásku a srdce, než kdybyste se rozhodli opačně.**

**Ano, vím, Barbara bude namítat: „Ale proč se tomu nemohla vyhnout ?“ Proč ? My prostě říkáme, že žádná cesta není lepší než jiná. Každý se učí jiné lekci.**

**Úcta a odvaha - ty vám pomohou. Vaše dcerka je tak odvázná. Bude vám říkat „Mami, podívej se, já to udělám a to posílí tvou víru stejně jako mou. Přináším ti to jako dar. Svět je bezpečné místo, i když je v něm bolest. Je plný lásky, i když v něm existuje oddělení. Je překrásný, i když v něm panuje zmatek. Toto mé prohlášení dělám prostřednictvím činů své víry ve fyzický svět. Přináším ho jako dar. A tak, drahá maminko, přicházím léčit tvé srdce, jako ty jsi přišla léčit mé. "**

\*\*\*

**KAREN:** „Na základě vašeho velmi pozitivního hovoru k nám, který na mne opravdu hluboce zapůsobil, by chtěl vědět můj manžel, zda se může objevit u dcerky nějaký psychický problém v souvislosti s její operací. Zdá se, že ona je v pohodě, těžkosti to přináší spíše manželovi a mně. "

**HEYOAN:** „Mluvili jsme o vyjádření Stephanie - její vyšší moudrosti. Ale je zde také část jejího Já, která zapoměla. Když se po operaci probudí, bude plná bolesti. Její reakce bude z této bolesti vycházet a bude vám říkat: „Mami, vezmi mne domů, vezmi mne domů. ' Vy to ale nemůžete udělat. Zůstaňte u ní a řekněte jí: „Svět je bezpečné místo. Vzpomínám si, že jsi mi to řekla ty. "

To samé platí i pro vašeho manžela. Pokoušet se ji ochránit před její vlastní moudrostí - to, milý synu, nefunguje. Je třeba se připojit k hlubší moudrosti její volby a cítit se tím posílen. Kdyby na svou sílu pozapoměla, můžete jí dát svou. Oplatíte jí pouze její dar. Uvidíte, jak mezi jednotlivými členy vaší rodiny proudí krásná harmonie a jaká nádherná rodina to je !"

**KAREN:** „Nemám další otázky. Chtěla bych poděkovat vašim průvodcům za návrh na léčbu vkládáním rukou a za všechnu jejich pomoc. Byla pro nás radost s vámi tento měsíc pracovat. Líbilo se to malé i mně a stalo se to pro nás jakýmsi rituálem. "

(Heoyan instruoval Karen, aby prováděla léčení vkládáním rukou každý večer, než dcerku uloží do postýlky. Velmi je to sblížilo a pokračovaly v tom po dobu několika měsíců.)

**HEYOAN:** „Je to skutečně krásné spojení mezi vámi. "

**KAREN:** „Chtěla bych také vědět, jestli dnes nedošlo k něčemu, o čem bychom měli vědět. "

**HEYOAN:** „Bylo posíleno její srdce i její víra. Než dojdete k výsledku, potřebujete nějaký čas. Lituji, má drahá, ale musíte opět ctít moudrost své duše, která se bude velmi radovat, když projdete svým temným tunelem do světla. "



**BARBARA:** „Pokouším se vidět, co je v tom tunelu.“ (Dívá se do tunelu.) „Vypadá to jako jedna z těch stavebnic Lego, taková ta legrační malá hra, kterou hrají děti spolu s rodiči.“

Máte ještě nějaké otázky ?"

**KAREN:** „Mám spoustu pocitů. Cítím ten tunel. To, čím jsem hlavně procházela v tomto posledním měsíci byla separace od mých rodičů. Nakonec jsem přijala, že moji rodiče tady pro mne nebyli a nejsou. Když jste mi řekli o tom tunelu, tak jsem pochopila, že já zde pro svoji rodinu být musím a musím začít být dospělá a oddělit se od závislosti na svých rodičích, kteří nikdy... Byla jsem na nich závislá, potřebovala jsem je, ale oni tam nikdy nebyli. Mnoho mých pocitů se týkalo rodičů. Ale nevím, na co se mám zeptat. "

**HEYOAN:** „Vím, že prožíváte bolest, a také, že to nebylo přesně tak, jak jste si přála - ze své dětské úrovně. Ale jak už jsme říkali, vaše vyšší moudrost si tyto dětské prožitky a zkušenosti vybrala. Když se teď podíváte na své mateřství a vidíte, jaký je to zázrak, kolik prostoru pro sebevyjádření vám to poskytuje, možná porozumíte některým volbám, pro které jste se rozhodla. Nikdo vás nevezme kolem ramen a neřekne:, Ale ne, matky to dělají takhle. ' A vy to také nebudete dělat své dceři, až vyroste. "

**KAREN:** „To je pravda. Zapomněla jsem na svobodu. "

Heyoan: „Když budete v nemocnici, nikdo nebude stát za vámi a říkat: Takhle bys měla jednat. ' Budte proto úplně svá a když budete potřebovat, aby vás někdo podržel, samozřejmě o to požádejte. Patří to k dítěti i dospělému. Jsou to skutečné potřeby a jsou krásné. Spojují lidi dohromady a vytvářejí mezi nimi více lásky, přinášejí více komunikace a více síly. Mohli bychom říci, že potřeba dává sílu růstu. Přijetí strachu je nalezením lásky. Přiznání, že jste v koncích, je nalezením cesty domů. Potřeba je prohlášením pravdy o tom, kde se na své cestě nacházíte. Když byl Ježíš Kristus přibit na kříž, vyjádřil své pochybnosti. Na okamžik ztratil svou víru a vyjádřil to. Později následoval okamžik víry. Jednejte podle svého nitra a buďte úplně tou, kdo jste - buďte v každém okamžiku sama sebou. Přinese to sílu a odvahu všem okolo vás. Můžete se víc opírat o svého manžela. Je velmi silný. "

**KAREN:** „Opravdu tomu tak je ?"

**HEYOAN:** „Možná, že na to občaszapomene. Zkuste se o něj opírat trochu víc a on si vzpomene. "

**KAREN:** „Mám spíše pocit, jako kdyby ho to zatěžovalo. Nechci se o něj opírat. To mne překvapilo. Děkuji vám. "

**HEYOAN:** „Jste vždy srdečně vítaná a pamatujte na to, že jsme s vámi. Budeme jemně držet vaši dcerku, až opustí při operaci tělo. "

**KAREN:** „Ano, já vím. Nechci počítat s tím, že by na operaci nemusela, spíše se připravuji na to, že -"

**HEYOAN:** „Musíte tím projít. Potřebujete projít tím tunelem buď tímto způsobem, nebo jiným. "

Pomocí spirituálního vedení se stávalo čím dál jasnější, že k operaci pravděpodobně dojde proto, aby se pomohlo celé rodině spojit se a naučit se mít víru a důvěru v žití ve fyzickém světě. Oba rodiče byli velmi spirituálně orientovaní a domnívali se, že operace je jakési vyrovnání za to, že v duchovní oblasti neudělali něco správně. Postupně po sérii sezení s duchovními průvodci neboli strážnými anděly bylo čím dál jasnější, že to není tento případ. Při posledním sezení Heyoan sdělil Karen, že její manžel Michael by mohl získat nové zaměstnání a že by se mohli odstěhovat z Brooklynu do malého městečka vzdáleného asi hodinu od New Yorku, což by pro ně znamenalo výrazně jiný způsob života. To vše bude důsledkem uzdravování celé rodiny a jejího růstu vyvolaného Stephaniinou operací. Karen se zmínila, že její manžel se přes rok snažil získat práci a že se chtěli přestěhovat do New Jersey. Heyoan odpověděl, že pro to v té době nebyl vhodný čas, protože potřebovali společně ukončit léčení své rodiny. Pro Stephanie bylo důležité, aby se léčení odehrálo v prostředí starého domova, aby potom mohla odejít, nechat vše za sebou a začít nový život.

Tuto knihu píšu v roce 1992 a právě jsem telefonovala s Karen, abych zjistila, jak vše probíhalo. Karen mi řekla, že její život je lepší, než se kdy odvážila snít. Potvrdila to, co jsem viděla na operačním sále, kam mne tenkrát vzal Heyoan. Bylo to přesně tak, jak řekl. Stephanie operovali v červenci. Zotavovala se velmi rychle. Už dva až tři dny po operaci byla plná života. Sotva ji sestřičky odpojily od přístrojů, vyskočila ze židle a rozeběhla se k rodičům, kteří právě vstoupili do místnosti, aby je pozdravila.

Karen mi dále sdělila, že Stephanie prošla v průběhu svého pobytu v nemocnici třemi traumaty. Prvním - když musela opustit rodiče, protože bylo nutné udělat vstupní vyšetření a testy, druhým - při vlastní operaci a třetím - když byla odpojována od přístrojů. Po návratu domů prožila tři děsivé noční sny, každý z nich se vázal k jednomu z prožitých traumat. Tím vše skončilo - pobyt v nemocnici v ní nezanechal žádné stopy.

V srpnu jeli na dovolenou a pak se stalo něco, co jim Heyoan řekl také, ale čemu se jim nechtělo uvěřit. Když se vrátili, Michael dostal nabídku na práci v New Jersey. Byla to práce, o kterou se zajímal už předtím, ale odmítl ji, protože nabízená mzda byla příliš nízká. Teď firma nabídla mzdu vyšší, která odpovídala jeho požadavkům. Karen řekla, že trvalo jenom pár dnů a našli vhodný dům, který koupili. Již v říjnu bydleli v New Jersey a Michael začal pracovat v novém zaměstnání.

Karen prohlásila, že léčení Stephanie představovalo velmi důležitý krok v životě jejich rodiny. Dále mi řekla, že Stephanie se tak tři - čtyři týdny po operaci změnila. Předtím to bylo zamyšlené a melancholické dítě, potom byla daleko zakotvenější ve svém těle. Začala si říkat „dítě srdce“. Píše krásné básně a skládá písně, které sama zpívá, a velmi se zajímá o herectví.

Karen sama se prostřednictvím této zkušenosti naučila více důvěřovat v synchronicitu vesmíru.

Když se dívá na minulost, jasně vidí, jak perfektně bylo všechno načasováno. Například to, že i když Michael hledal práci po celý rok, věci se začaly hýbat teprve potom, když bylo léčení malé Stephanie ukončeno. Jakmile k tomu došlo, všechno další probíhalo velmi hladce a plynule na sebe navazovalo tak, aby rodina mohla začít žít nový život.

Karen dále vyslovila tyto myšlenky: „Naučila jsem se důvěře ve vyšší plán. Nemusíte o nic příliš usilovat. Když narazíte na odpor, musíte pochopit, že ve hře může být ještě něco dalšího. Třeba ještě nenastala ta pravá chvíle a ve vašem životě musí ještě k něčemu dalšímu dojít, něco se musí dokončit. Jakmile se to uskuteční, okamžitě začne všechno do sebe zapadat. Hledala jsem nový dům dva dny, Michael jeden a hned další den jsme ho koupili. Majitelé snížili cenu tak, že byla na horní hranici našich finančních možností. Bylo to až neuvěřitelné. Cítila jsem, že této důvěře jsem se naučila ze zkušenosti se Stephanii. Pokračuji v tom. Když je něco v pořádku, vše jde velmi lehce. Nemusíte plavat proti proudu. Reka vašeho života vás nese sama. "

## Jak Andy dokázal spojit rodinu

Druhým příkladem, jak akceptovat to, co je pro nás nepřijatelné tím, že se přesuneme do vyšších úrovní porozumění, a tím transformujeme životní zkušenost, je příběh mladého asi pětadvacetiletého muže umírajícího na maligní melanom. Budu mu říkat Andy.

Andy to měl ke mně asi tři hodiny autem a na léčení ho přivedla jeho sympatická matka. Když ke mně přišel Andy poprvé, zbývalo mu podle vyjádření lékařů méně než rok života. Rychle se šířící rakovina zachvátila už celé tělo a začínala se šířit do mozku. Později, když už jsme spolu pracovali, začal být opakovaně ozařován, aby se zredukovala velikost tumorů, které by mu způsobovaly bolesti.

Andymu nikdo neřekl, jaký je jeho skutečný stav, ale on to ve svém nitru věděl. Zarážející bylo, že Andy se nijak zvlášť neznepokojoval svou smrtí. A to ani v době, když se u mne začínal léčit a neměl ještě bolesti. Od prvního okamžiku, kdy vstoupil do mé ordinace, o svůj život ve fyzickém těle příliš nebojoval. Připustil, že jeho vztah k bytí ve fyzickém světě je velmi ambivalentní. Chtěl vědět víc o spirituálním světě. Často jsem pro Andyho channelovala a on a Heyoan se stali dobrými přáteli.

Během času se Andy se spirituálním světem obeznámil a cítil se v něm dobře a snažil se spojit se svým vlastním duchovním průvodcem neboli strážným andělem. Andy se začal stále více zajímat o lásku mezi lidmi, zejména se to týkalo vztahů v jeho vlastní rodině. Někdy jako kdyby byl tím, že už brzy zemře, zaskočen, ale pokaždé v něm zůstávala ve vztahu ke smrti rozpolcenost i určitá zvědavost - jako když se vydáváte vstříc velkému dobrodružství.

Jednou měl Andy věštecký sen, pomocí kterého se odmítání své smrti úplně zbavil. Řekl mi, že si byl úplně jistý, že umře, protože viděl svého duchovního průvodce. Ve snu se k němu přibližoval blíž a blíž, až nakonec spolu splynuli v jednotě. V tomto stavu sjednocení se svým strážným andělem viděl lidi na svém pohřbu, jak ukládají rakev s jeho tělem do hrobu. Andy zemřel asi měsíc po této události.

Byla jsem z toho velmi smutná. Věděla jsem, že já i ostatní jsme se od tohoto mladého muže mohli mnohému naučit. Měla jsem pocit, že jsem selhala, protože umřel, i když jsem věděla, že to bylo v pořádku. Ostýchala jsem se setkat se s jeho rodinou, když mne po jedné přednášce, kterou jsem v té oblasti měla, jeho matka a bratr chtěli navštívit. Předpokládala jsem, že mnou nebudou příliš nadšeni, protože jsem ho nedokázala „zachránit“. Zažila jsem velké překvapení. Překypovali díky a sdělili mi, že Andyho léčení mělo obrovský dopad na celou rodinu. V průběhu

procesu léčení pomohlo jeho hluboké odevzdání se pravdě a lásce členům jeho rodiny hluboce se jeden druhému otevřít a celá rodina se začala měnit.

Jeho bratr mi sdělil, že asi před pětadvaceti lety, v období kolem Andyho narození, došlo v rodině k těžkému rozkolu. Rodina se zřejmě rozdělila na dvě části a po celá dlouhá léta spolu zneprátelené příbuzenstvo nepromluvilo. Teprve Andy v době svého procesu léčení začal naléhat, aby se staré rány vyléčily. Rodina, která se v čase Andyho narození rozdělila, se sjednotila plná lásky nad jeho hrobem a tak to už zůstalo.

Byli přesvědčeni, že jedním z Andyho životních úkolů bylo uzdravení jejich rodiny. Jeho celý život byl pro ně životní lekcí. Byli vděční za to, že s ním mohli žít, a za to, co jim všem dal.

### *Uzdravující meditace pro sedmou úroveň*

Posadte se s rovnými zády nebo se položte na koberec a uvolněte se. Zpomalte dýchání a zaměřte pozornost do svého nitra. Naslouchejte svému nitru a prociťujte jej.

Nejdříve prociťujte své tělo. Jaké je v tomto okamžiku? Přeneste své vědomí do části těla, o kterou se obáváte. Věnujte jí pozornost a přijměte ji s láskou, takovou, jaká je, a sjednoťte ji s celým tělem.

Teď vizualizujte své tělo jako úplné a dokonalé. Dívejte se, jak je celé ve zlaté síti dokonalosti, jasnosti, síly a krásy. Pomocí zlatého světla, které proudí z vašich rukou, navraťte tělesný orgán do perfektního stavu. Poděkujte za tuto transformaci.

Provádějte tuto meditaci několikrát denně. Trvá pouze jednu nebo dvě minuty.

## **Uzdravující meditace, která spojuje všechny úrovně našeho pole**

Při usměrňování uzdravující energie do částí těla a do všech úrovní vaší aury, které potřebují uzdravit, vám pomůže jednoduchá technika hluboké relaxace a vizualizace. Nazývám to „cestování tělem“. Tento proces se skládá ze čtyř hlavních částí. V první části jde o to, abyste se zcela uvolnili. Druhá je věnována lásce k sobě samému a spojení se strážnými anděly. Během třetí části dochází k léčení potřebné oblasti těla. A v průběhu čtvrté části se ze stavu úplné a hluboké relaxace vracíte a přitom zůstáváte ve stavu uzdravování.

Do velmi hluboké relaxace se můžete uvést pomocí kinestetických pocitů a vizuální fantazie při zvukové sugesci, kterou doprovází jemná relaxační hudba. Jestliže vnímáte hlavně kinesteticky (tzn. že váš kontakt se světem se uskutečňuje pomocí tohoto druhu fyzických vjemů), pak si budete představovat, jak si vychutnáváte odpočinek v měkcoučkových peřinách nebo vás budou jemně kolébat vlny na palubě lodi. Jestliže vnímáte spíše zrakem, budete vizualizovat například krásné letní nebe, jezero, na jehož hladině se odrážejí horské štíty. K tomu, abyste se dostali do stavu hluboké relaxace, je nejlepší využít všech pěti smyslů.

Jakmile se v něm ocitnete, vytvoří se ve vašem těle harmonické proudění, které uzdravování podporuje. Nyní můžete pokročit k druhé části vizualizace, věnované lásce k sobě samému a otevření se pomoci od vašich strážných andělů.

Ve třetí části si můžete určit, co chcete uzdravit. Můžete to udělat jednoduše a zaměřit se na stav úplného zdraví celého těla. Nebo si můžete orgány a dokonce i buňky, kterých se to bude týkat, přímo určit. Někteří lidé si například představují bílé krvinky, jak pojídají nežádoucí nádorové buňky. Uzdravující energii, která přichází do nemocných částí vašeho těla, budete cítit. Je důležité, abyste zůstali v tomto stavu dostatečně dlouho - dokud si nebudete zcela jisti, že jste práci dokončili.

Čtvrtá část obsahuje pouze návrat ze stavu hluboké relaxace tak, abyste zajistili pokračování ozdravného procesu. Dopřejte si dostatek času a ujistěte se, že se kdykoliv - během pár chvil - můžete do tohoto stavu opět vrátit. Uvědomte si, že uzdravování, s kterým jste právě začali, bude během dalšího léčebného procesu pokračovat. To je cesta, pomocí které začnete vytvářet každý den ve svém energetickém systému více léčivé síly.

Podle předchozího popisu si můžete vytvořit vizualizaci vlastní. Použijte k tomu svou oblíbenou hudbu, oblíbené představy a pocity. Uvádím zde příklad cestování tělem, které se mi zdá účinné. Nejdříve si pusťte svou oblíbenou jemnou hudbu.

### *Cestování tělem*

Lehněte si pak na pohovku, postel nebo podložku s příjemným povrchem a uvolněte si oblečení. Zpomalujte dýchání.

Nechte tělo, aby se na podložce uvolnilo. Ucítíte teplo a energii proudící každou jeho částí. Soustředte se na chodidla. Vaše chodidla jsou těžká a teplá. Pak přeneste svoji pozornost k nohám a postupujte pomalu vzhůru. Nechte, aby se každá část vašeho těla stala těžkou, teplou a zcela uvolněnou. Ucítíte, jak napětí jako hustý med přechází z vašeho těla do podložky pod vámi. Napětí prochází podložkou, pak podlahou až do půdy a noří se hluboko do země. Zpomalujte dech do příjemného zdravě uvolněného tempa. Opakujte si: „Jsem v klidu a neobtěžuje mě žádný hluk.“

Představte si, že jste velmi malí a jako malé zlaté světélko vstupte do svého těla, na kterémkoliv místě budete chtít. Vaše malé já plyne do vašeho levého ramene a uvolňuje v něm veškeré napětí. Řekněte si: „Moje levé rameno je těžké a teplé.“ Pak se přesuňte do pravého ramene. Dejte svému malému já jakékoliv nástroje, které by chtělo použít, aby ve vašem pravém rameni uvolnilo napětí nějakou činností - např. stříkáním hadicí nebo malováním štětcem. Pokračujte: „Moje pravé rameno je těžké a teplé. Jsem v klidu a neobtěžuje mě žádný hluk.“ Vaše malé já plyne zpět až do vašeho hrudníku a ještě více vás uvolňuje. Potom se pohybuje po vašem těle dál, část po části a uvolňuje je. Každá jeho součást je těžká a teplá.

Teď se na chvíli zastavte, abyste měli čas projít celé tělo.

Nyní, přejete-li si skutečně dostat se do větší hloubky, si představujte, že se procházíte po louce s překrásnými květinami. Dívejte se na ty květiny a na všechny jejich nádherné barvy a tvary, přivoňte si k nim a dotkněte se měkkých sametových okvětních lístků. Jak se procházíte po louce, na obličeji cítíte lehký větřík. Přišli jste ke svému oblíbenému ovocnému stromu a ochutnáváte jeho ovoce. Větřík jemně šelestí ve větvích v korunách stromů, které obklopují louku. Ptáci zpívají. Když

se podíváte vzhůru, vidíte modrou oblohu s bílými načechranými mráčky. Ležíte na měkké trávě pod stromy a snažíte se hledat tvary v oblacích.

Mějte rádi sami sebe, mějte rádi svůj život a své tělo. Začněte k sobě cítit lásku. Zkuste opravdově milovat své Já, svou osobnost, svou duši, každou část těla, všechny své problémy a stránky života. Přijímejte je láskyplně, bez ohledu na to, jak obvykle tu kterou část nenávidíte a odmítáte. Přijměte každou část sebe, ke které máte negativní vztah, a představujte si, jak se negace rozpouští a objevuje se původní božský aspekt. Nevadí, že přesně nevíte, co to bylo. Během procesu rozpouštění a rozpomínání se se tyto části pomalu a automaticky vrátí ke svému původnímu božskému účelu a pravdě. Tímto způsobem naleznete hlubší smysl života.

Při procvičování lásky k sobě procházíte s tímto pocitem každou část svého těla, milujete ji a sbíráte jakoukoliv bolest, která tam může být.

Jestliže existuje určitá část těla, která potřebuje zvláštní péči, pošlete jí lásku navíc a přijměte ji. Nyní nastal čas, abyste se zbavili nechtěných buněk nebo mikroorganismů. Prostě jim řekněte, že není vhodné, aby tam byly a že by měly jít někam jinam. Nebo použijte agresivnější cestu - každá je správná. Můžete si třeba představit proud chladné vody z hadice, kterým vystříkáte všechno, co si přejete, aby zmizelo. Pokud je některý váš orgán nedostatečně aktivní nebo naopak hyperfunkční, můžete se s ním spojit a zjednat nápravu. Vaší tvořivosti se meze nekladou. Celý proces si pěkně vychutnejte.

Zase se na chvíli zastavte, abyste měli dost času projít všechny nemocné části těla.

Poté, co jste skončili s léčením těch částí těla, které ho potřebovaly, projděte každou jednotlivou úroveň své aury a přineste tam energii a láskyplné přijetí. Pokaždé, když postoupíte o úroveň výše, znamená to něco jako přepnout rádio na stanici o vyšší frekvenci. Nebo jako jet výtahem a vystoupit ve vyšším patře. Posunete si stupnici trochu výše a jste tam.

### *První úroveň aurického pole:*

Nejdříve je tu úroveň fyzického vnímání. Je to překrásná energetická síť, která drží buňky pohromadě. Dodejte do ní světlo. Je o trochu větší než je vaše fyzické tělo, protože se z něj rozšiřuje. Nyní se soustředte na každou ze sedmi čaker.

Jsou rozmístěny následovně: první čakra je v perineu mezi nohama, druhá těsně nad stydkou kostí na přední a zadní straně těla, třetí v oblasti solárního plexu těsně pod žebry na přední a zadní straně těla, čtvrtá na srdci a mezi lopatkami, pátá na přední a zadní straně krku a šestá na čele a na zadní straně hlavy. Sedmá čakra se nachází na temeni hlavy.

Na této úrovni vašeho aurického pole jsou všechny čakry vytvořené z jakési síťoviny modré barvy. Roztočte každou čakru ve směru hodinových ručiček na přední i zadní straně těla tak, aby se otáčely směrem k sobě. Představte si na místě jednotlivých čaker modré hodiny a roztočte jejich ciferníky.

### *Druhá úroveň aurického pole:*

Teď vejděte do úrovně emocionální, kde se nad vámi a skrz vás pohybují barevné mraky. Potěšte se jejich pohybem a prosvětlete je. Pocítíte lásku k sobě samému, která tudy plyne. Na této úrovni čakry mění barvy. První je červená, druhá

je oranžová, třetí je žlutá, čtvrtá je zelená, následuje modrá, indigová (tmavě modrá) a konečně bílá - na temeni hlavy.

### *Třetí úroveň aurického pole:*

Nyní se přesuňte do jemně žlutého světla mentální úrovně. Pocítíte jas, přiměřenost a integraci, která náleží této úrovni a kterou můžete ještě zvětšit. Hranice mentálního těla se rozšiřují ještě dál - jsou širší nejméně o patnáct centimetrů na každé straně. Každá z dalších úrovní bytí povznese vaše vědomí do vyšších sfér sebezpřijetí a pochopení sebe sama. Roztočte na této úrovni každou čakru ve směru hodinových ručiček - všechny se zbarví jasně žlutě.

### *Čtvrtá úroveň aurického pole:*

Ve čtvrté úrovni aurického pole budete opět vnímat barvy plynoucí skrz vás a kolem vás. Připomínám, že tělo se na každé úrovni rozšiřuje. Cítíte se trochu tlustší a lehčí, trochu jako balónek naplněný plynem. Na této úrovni najdete ještě více lásky. Nechte ji sebou procházet, abyste se naplnili láskou k ostatním. Opět se zaměřte na barvy energetického pole. Roztočte každou čakru ve směru hodinových ručiček. Při postupu vzhůru se barvy opět změní. Budou obdobné jako na druhé úrovni, ale budou mít v sobě hodně růžového světla.

Spojte se se svými strážnými anděly, aby vám pomohli. Teď nastala ta správná chvíle, abyste je požádali o pomoc, protože mají větší možnosti pozvednout vás do vyšších spirituálních úrovní, než si většina lidí uvědomuje. Já osobně jsem viděla strážné anděly pracovat s mnoha klienty i bez přítomnosti léčitele. Když budete vědět, že tato pomoc je dostupná i vám, budete vnímat jejich podporu a ve svém boji se nebudete cítit tak osamoceni. S pomocí vašich průvodců projděte skrz vyšší úrovně bytí.

### *Pátá úroveň aurického pole:*

Nejdříve si uvědomte Boží vůli ve svém nitru i všude kolem. Uvědomte si, že je to úroveň předlohy - vypadá jako tmavomodrý modrotisk úrovně první. Vnímejte, jak vás tato Boží vůle posiluje a dává vám formu. Spojit se s touto úrovní bývá pro mnoho lidí nejtěžší, protože na této úrovni je pozadí tvořeno tmavomodrým pevným prostorem a ostatní je pouze prázdnota. Roztočte své čakry i na této úrovni - skládají se z čistých linií prázdného prostoru.

### *Šestá úroveň aurického pole:*

Když se přesunete do šesté úrovně aurického pole, prožijete spirituální extázi. Budete překrásným opalizujícím světlem kolem plamene svíčky. Nechte své světlo zářit. Uvědomte si, že vaše Já se zvětšilo nejméně o šedesát centimetrů na každou stranu. Barvy čaker mají stejné barvy jako předtím, ale tentokrát jsou plné opalizujícího perleťového světla.

### *Sedmá úroveň aurického pole:*

Konečně přicházíte ke zlaté síti sedmé úrovně. Uvědomte si sílu těchto čistých světelných zlatých vláken, která vás zabalí do zlatého vajíčka. Prociťte sílu vaječné skořápky, která vás ochraňuje. Zesilte ji celkově a zvláštní pozornost věnujte místům, která to potřebují. Roztočte každou zlatou čakru ve směru hodinových ručiček. Cítíte jejich sílu? Váš rozměr se zvětší asi o devadesát centimetrů na každou stranu. Vychutnejte si celý tento proces. Odpočiňte si v klidu vaší Boží mysli. Zůstaňte

v tomto stavu, jak dlouho budete chtít - je to dobré pro vaše léčení. Pokud se vám chce spát, klidně usněte.

Následuje fáze návratu do normálního stavu vědomí. Až budete připraveni, můžete začít s odpočítáváním. Řekněte si jenom: „Až se dostanu k nule, budu úplně bdělý a čilý, sebevědomý a vědomý si svého vlastního já. Zůstanu přitom hluboce uvolněný/uvolněná a mé uzdravování bude pokračovat.“ Poté začněte pomalu odpočítávat od pěti nebo šesti. Při každém čísle si připomeňte, že do stavu hlubokého uvolnění se můžete vrátit během několika minut. Opět si zopakujte: „Budu úplně bdělý a čilý, sebevědomý a vědomý si svého vlastního já. Zůstanu přitom hluboce uvolněný a mé uzdravování bude pokračovat.“ Nakonec se dostanete k nule a můžete říci: „Nula ! Nyní jsem úplně bdělý a čilý a moje uzdravování bude pokračovat. ”

(6/3)

## SEDMNÁCTÁ KAPITOLA

### **NÁŠ ZÁMĚR A DIMENZE HARA**

Všechno, co děláme, záleží na našem okamžitém záměru. Řekneme-li nějakou větu, která má určitý obvyklý význam, může ho způsob, jakým ji vyslovíme, značně změnit. Slova a věty naplňujeme energií svých pocitů a to, co si opravdu myslíme, je ve způsobu vyjádření věty či slov zachyceno. „Miluji tě“ můžeme říci s láskou, s nechutí, s prosbou nebo ironicky, což může také znamenat „Nenávidím tě“.

Způsob, jakým slova řekneme, nese v sobě náš úmysl ve chvíli, kdy je vyslovujeme. Když říkáme „Miluji tě“ s láskou, pak je to přesně to, co máme na mysli. Naproti tomu, když řekneme „Miluji tě“ s odporem, chceme, aby naše nechuť byla zřejmá, bez výslovného vyjádření. Když řekneme „Miluji tě“ s prosbou, není naším úmyslem vyjádřit lásku, ale dosažení něčeho pomocí této prosby. Když řekneme „Miluji tě“ s ironií, možná chceme dát najevo, že dotyčnou osobu nemáme rádi. Ale můžeme mít i řadu dalších úmyslů.

Ve všech případech jsou slova promluvy stejná, ale liší se energií, která je nese a doručuje. Co se mění, je záměr, schovaný za slovy. Ve vazbě na záměr je odlišná i energie a v aurickém poli vypadá jinak. Náš záměr, který vytváří energii v energetickém poli, každou zprávu formuje. A výsledkem je dovršení toho, co jsme zamýšleli - předání vzkazu.

Už jsem se zmínila o úmyslech a záměrech (ve dvanácté kapitole), kde jsem psala o důvodech „proč ne“. Naše důvody „proč ne“ nám výsledky, které chceme, nedávají, protože jsou založeny na jiných záměrech. Jejich cílem není dokončení původního úmyslu, ale záměrné vytváření výmluv, proč jsme nedokončili, co jsme zamýšleli. Naše důvody „proč ne“ překrývají náš původní úmysl předstírajíce, že jsme s ním sladění. Ale ve skutečnosti jsou naše záměry protichůdné. To znamená, že když jsme tyto důvody připustili, došlo k pomíchání úmyslů.



Ve třinácté kapitole, která pojednává o vytváření zdravých vztahů, jsme viděli, jak ve vztazích může docházet ke zmatení jejich účelu. Ukázali jsme si, že roztržidání našich záměrů ve vztazích může být velmi účinná a transformující práce.

V pasáži o světovém míru a uzdravování světa, která pochází od Heyoana (ve třinácté kapitole), jste se dočetli, že naše individuální potřeby a přání pramení také z různých záměrů. U některých jde jenom o zmenšení strachu, jiné pocházejí z hlubšího toužení naší duše. Pokud by účelem záměrů pocházejících z touhy našeho srdce bylo navíc zmenšení strachu, docházelo by ke smíchání záměrů. Nebo sami sobě bychom nemuseli rozumět. To by znamenalo zásah do přirozeného procesu kreativity v našich životech a nám by se nedařilo vytvořit to, co chceme. Kdekoliv v našich životech - včetně zdraví a uzdravování - se nám nedaří (vytvořit to, co chceme), jedná se o oblasti, kde jsme zaměnili úmysly nebo kde došlo k neporozumění sobě samému. Abychom mohli vytvořit to, co chceme, je nezbytné najít podstatu našich pomíchaných úmyslů a oddělit je. Musíme si ujasnit naše opravdové úmysly. To, co opravdu chceme, je vždy sladěno s naší vyšší duchovní touhou. Když jsou naše osobní potřeby a přání v souladu s přáním naší duše neboli vyšším přáním, jsou sladěny i naše záměry. Princip tvoření ve vesmíru může probíhat nerušené a bez překážek. Naplněním spirituálních přání jsme vedeni krok za krokem k tomu, abychom naplnili spirituální účel našeho života, náš životní úkol.

Věnovala jsem se práci s aurickými poli mnoho let a mohu zodpovědně říci, že změna záměru úplně změní rovnováhu energie v lidském energetickém poli, stejně jako druh energie, která je uvolňována v bioplazmatických paprscích. V patnácté kapitole je uvedeno mnoho příkladů interakcí typických obranných energetických systémů, které používáme, ve vazbě na naše záměry. Ale v energetickém poli jsem žádný přesný aspekt, který by odpovídal záměru jako takovému, nenašla.

Byla jsem zvědavá, zda je možné, aby léčitel mohl se záměrem pracovat přímo při léčení metodou vkládání rukou. Proč má záměr takovou moc a jak může tak zásadně změnit aurické pole? Jakou roli hraje, z pohledu vyššího smyslového vnímání a aury, ve zdraví a při léčení? Zajímalo mě, jestli se záměr nachází v našem aurickém poli nebo jinde. Mohl by existovat celý další svět, uložený v hlubší dimenzi pod aurickým polem, podobně jako se nachází naše energetické pole pod fyzickým tělem?

Abych se tím začala zabývat a dostala odpověď na své otázky, potřebovala jsem trochu postrčit. Impulz přišel od mých studentů. Díky němu jsem našla místo, kde náš záměr existuje, a odpověď na otázku, proč má takovou moc měnit aurické pole. Heyoan mě také naučil, jak pracovat přímo v dimenzi hara s našimi záměry týkajícími se léčení našich každodenních životů.

Do sfér reality, která je pod aurickým polem, jsem poprvé vstoupila v roce 1987. Bylo to poté, co mne jeden student požádal, abych ho spojila s úrovní hara. Upadla jsem do rozpaků, poněvadž jsem o této problematice věděla velmi málo a nikdy jsem nestudovala bojová umění.

Něco málo jsem četla v knize nazvané *Hara* od velmi známého filozofa a psychoterapeuta Karlfrieda Durkheima. Dozvěděl se o hara při svých cestách na Východ. Hara je termín, který Japonci používají ve vztahu k podbříšku. Termín hara nereferuje pouze o oblasti podbříšku, ale vztahuje se také na schopnost mít sílu a energii a soustředit tuto sílu k této oblasti. Je to střed duchovní síly. Východní bojovníci po staletí rozvíjeli bojová umění, jejichž jádrem byly disciplíny, které se soustředily na vytváření síly v oblasti hara jako zdroje, ze kterého v boji čerpali.

V oblasti hara v podbřišku se nachází bod, který se nazývá tan tien. Tan tien je tradičně považován za střed gravitace v těle a střed ohniska síly v oblasti hara. Je to bod, ze kterého vycházejí v bojových uměních všechny pohyby.

Kromě zmíněných informací o oblasti hara jsem také měla možnost použít k pozorování tan tienu uvnitř těla vyššího smyslového vnímání. Všimla jsem si, že u většiny Američanů je tan tien velmi kalný, nejasný a není dostatečně nabitý energií. U lidí, kteří po určitou dobu cvičili bojová umění, má toto místo formu velmi jasného míče ze zlatého světla. Mohla jsem u některých z nich vidět velmi tlustou zlatou linku, která procházela tělem od hlavy až k patě.

Nakonec jsem neodolala nové výzvě zabývat se touto oblastí a další dobrodružství bylo na světě. Chtěla bych se o něj s vámi na tomto místě podělit. Zjistíte, že pro váš plán léčení je tato úroveň velmi důležitá, protože díky těmto poznatkům můžete léčení umístit na správné místo. Zároveň se může léčení stát mocným aktem evoluční kreativity. Zde uvádím, co řekl o spojení s oblastí hara Heyoan:

\*\*\*

**Hara existuje v dimenzi, která je hlubší než dimenze aurického pole. Existuje na úrovni záměru. Je to oblast síly ve fyzickém těle, ve které se nachází tan tien. To je bod, s jehož pomocí jste sestavili své fyzické tělo z matky Země. Drží vaše tělo ve fyzické podobě. Bez tohoto bodu byste neměli tělo. Když změníte tento jeden bod, změníte celé tělo. Tělo má formu želatiny, která drží pohromadě díky němu. Tento bod je úplným středem.**

\*\*\*

To znělo velmi zajímavě. Když jsem překonala svoji normální reakci typu „Ale ne, co je zase tohle?“, začala jsem hledat způsob, jak nové informace využít. Jestliže naše tělo opravdu udržuje ve fyzické podobě jeden tón, pak by práce s ním měla být maximálně účinná. Myšlenka, že naše těla jsou želatinová, je velmi vhodná pro situace, kdy se snažíme o nějakou změnu a domníváme se, že než k ní dojde, uplyne hodně času. Představa želatinového těla je pro uzdravovací vizualizace velmi příhodná.

Později Heyoan vysvětlil, že úroveň hara, kde se nalézají naše záměry, je základem, podle kterého se formuje aurické pole.

Fyzický svět existuje ve třech dimenzích a chová se podle fyzikálních zákonů. Fyzické tělo je s osobností spojené, ale jeho reakce na to, co se děje minutu po minutě v naší duši, se obvykle dostavuje po dlouhé době, někdy až po desetiletích. Mezi fyzickým světem, který můžeme vidět očima, a světem aurického pole, které můžeme vidět pomocí vyššího smyslového vnímání, je velký rozdíl. Přesunutí vědomí z fyzického světa do aurického pole znamená kvantový skok - musíme se dostat na hlubší úroveň, do oblasti, o které věřím, že je čtvrtou dimenzí. Myslím, že aurické pole existuje ve čtyřech dimenzích a chová se podle fyzikálních zákonů bioplazmy a světla. V aurické hladině je čas úplně jiný než ve fyzické. Můžeme se nalézat v současnosti nebo můžeme cestovat podél linie času, jak to nyní mnoho lidí nazývá, a vstoupit do zkušeností minulého života, jako kdyby k nim docházelo právě teď.

Aurické pole existuje v hlubší dimenzi naší osobnosti než tělo fyzické. Koresponduje s tím, co se v daném okamžiku děje v naší osobnosti. Tato shoda je specifická

a okamžitá. Každá myšlenka, pocit nebo jiná životní zkušenost se okamžitě projeví v aurickém poli jako pohyb energie a vědomí změnou formy a barvy.

Energie a vědomí prožíváme jinak v aurické dimenzi a jinak ve fyzické dimenzi. Ve fyzické dimenzi se energie a vědomí jeví jako dvě odlišné věci. V aurické dimenzi nemohou existovat odděleně. Zkušenosti lidí s energií a vědomím závisí na frekvenci a vibrační úrovni, na které se jedinec nachází. Vědomí můžeme přesouvat z jedné úrovně aurického pole do druhé. Takto prožíváme odlišné aspekty lidského vědomí, jak již bylo popsáno ve druhé kapitole. Přestože se přesouváme z jedné úrovně energetického vědomí a lidských zkušeností do další, zůstáváme ve čtvrté dimenzi.

Přesun z aurické dimenze do dimenze hara, kde sídlí naše záměry, vyžaduje další kvantový skok. Záměry existují v hlubší dimenzi naší základní podstaty než aurické pole. Jestli lze harickou úroveň považovat za pátou dimenzi nebo ne, skutečně nevím. Vyžadovalo by to rozsáhlý výzkum, a tak bych mohla pouze hádat.

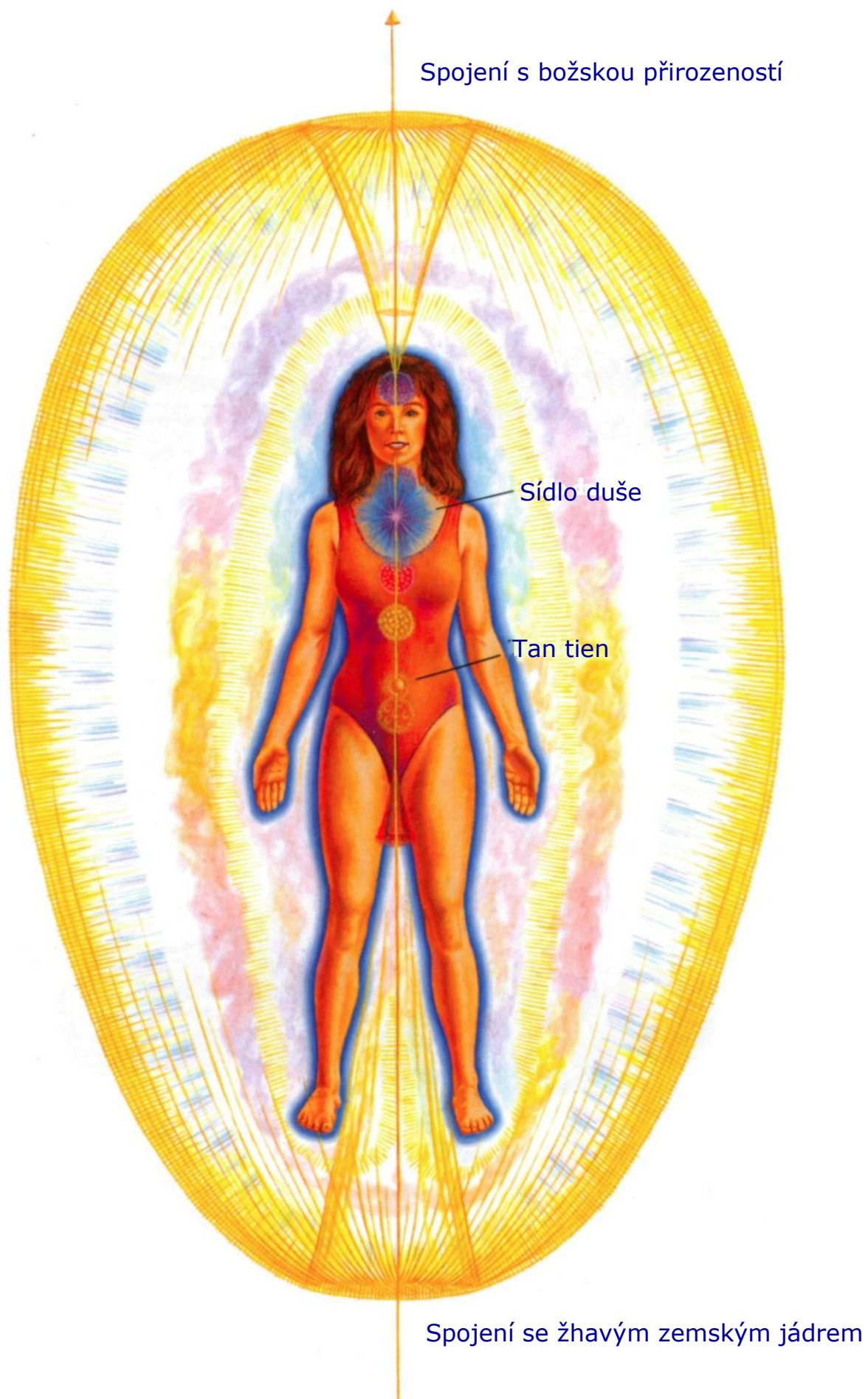
Úroveň hara se v každém okamžiku specifickým způsobem shoduje s našimi úmysly/záměry, právě tak, jako se aurické pole shoduje s našimi myšlenkami a pocity. Každá změna v našich záměrech se shoduje s posunem v pozici a s vyrovnáním naší linie hara.

Obrázek 17-1 (viz níže) znázorňuje vyrovnanou úroveň hara u zdravého člověka. Skládá se ze tří hlavních bodů, které jsou spojeny čarou. Tuto čáru, která je podobná laserovému paprsku, nazýváme harickou linií. Linie hara vychází z bodu, který je asi jeden metr nad hlavou a který nazývám bodem individualizace. Podobá se velmi malé nálevce, jejíž širší konec o průměru asi osm milimetrů míří dolů nad hlavu. Představuje naši první individuální existenci z prázdnoty neboli nezjeveného Božství. Naše přímé spojení s Bohem prochází tímto bodem.

Linie hara pokračuje směrem dolů a prochází bodem v horní části hrudníku, pro který používám název sídlo duše. V některých pramenech je tento bod nazýván vyšším srdcem a může docházet k jeho záměně s čakrou. Není tomu tak. Sídlo duše vypadá jako zdroj rozptýleného světla, které se šíří do všech stran. Obvykle je tento zdroj dva a půl až pět centimetrů veliký, ale během meditace se může zvětšit až na čtyři a půl metru. V tomto bodě jsou uloženy naše spirituální touhy, které nás vedou životem. Zde můžeme najít všechno: čím toužíme být, co toužíme dělat nebo čím se toužíme stát, a to od nejmenších věcí nebo chvil v našich životech, až po celý rozsah života jako takového.

Linie hara dále pokračuje směrem dolů a v podbřišku prochází bodem tan tien. Tan tien se nachází asi čtyři centimetry pod pupkem. Velikost tan tienu je přibližně čtyři centimetry v průměru a svoji velikost nemění. Vypadá jako prázdný gumový míč, protože má kolem sebe blánu. Jak řekl Heyoan, tón tohoto bodu drží naše tělo ve fyzické podobě. Jeho zvuk je v harmonii se zvukem, který vydává roztavené jádro země. Jeho pomocí se léčitelé dostávají do spojení s velkým množstvím léčivé energie. Tento bod je spojuje se zdrojem síly země.

O konceptu zvuku, který udržuje formy ve fyzickém světě, jsem psala již v deváté kapitole. V tomto případě se jedná o více, než o jednoduchý tón, který můžeme slyšet obvyklým sluchovým vnímáním. Tento tón totiž existuje také v rozsahu vyššího smyslového vnímání. Myslím, že to má ještě nějaký další význam, ale zatím ještě nevím jaký. Zvuk, nejvíce podobný tónu zachycenému vyšším smyslovým vnímáním, který jsem v normálním pásmu zvukového vnímání slyšela, je výkřik, kterým karatista doprovází rozseknutí cihel lehkým úderem.



Obr. 17-1: Hara linie zdravé osoby

Linie hara pokračuje dál směrem dolů z bodu tan tien do středu Země. Její pomocí  
Zjevení světla

jsme spojeni se zemí a se zvukem, který zemské jádro vydává. Ještě jednou připomínám, že se jedná o více než jen prostý zvuk. Pravděpodobně se vztahuje k vibračnímu zdroji života. Spojením se s jádrem naší planety prostřednictvím harické linie můžeme sladit pulz svého pole s pulzem magnetického pole Země. Tímto způsobem se napojíme na zdroj a můžeme čerpat energii z jejího pole.

Zdravá linie hara je umístěna ve středu těla. Je rovná, dobře zformovaná, plná energie, pulzující a spojená se zemským jádrem. Všechny tři body, které se na této linii nacházejí, jsou v rovnováze, mají správný tvar a jsou dohromady pevně spojeny linií hara, podobné laserovému paprsku.

Obrázek 17-1 znázorňuje harickou linii zdravých lidí, zaměřených na životní cíl a sladěných se svým životním úkolem. Když je toto uspořádání udržováno, život dané osoby je holograficky pravdivý, jak v jednom okamžiku, tak po celé jeho trvání. Člověk je nejdříve postaven před malý úkol a ten je spojen s úkolem větším, který jej obklopuje, tak jak jsme si to ukázali v holografickém modelu ve třetí kapitole. Potom je schopen vyřešit daný úkol ve chvíli, kdy se tento úkol řešit má, protože je ve spojení s veškerým časem a s celkovým životním úkolem.

Když je vaše harická linie uspořádaná, jste v souladu s celkem. Pokud je zdravá, budete cítit hodně síly, vaše osobnost bude integrovaná a váš osobní cíl vám bude jasný. Je to proto, že jste v souladu s vesmírným cílem. Když prožíváte překrásné dny, ve kterých vše plyne bez zádrhelů, tak jak by mělo, má to tento důvod.

Nacházet se v úrovni hara je velmi osvobozující. Na tomto místě nenaleznete protivníka. Jakmile jednou u někoho dojde ke sladění harické linie s vesmírným záměrem, je tento člověk automaticky sladěn s ostatními, kteří mají harickou linii také uspořádanou. Proto jsou tedy jejich cíle synchronní - jeden se hodí k druhému. Jejich záměry jsou také holograficky spojeny. Smysl a účel každého okamžiku je spojen jak se všemi okamžitými, tak i dlouhodobými cíli.

Naproti tomu lidé, kteří se staví do pozice protivníka, nemívají své linie hara vyrovnané. Kdyby tomu tak bylo, museli by být sladěni s vesmírným záměrem, ve kterém žádní protivníci neexistují. Každý, u koho dojde k vyrovnaní linie hara, se automaticky sladí s těmi, kteří ji už vyrovnanou mají.

Z toho vyplývá, že přesně do stejné míry, do jaké je sladěna vaše harická linie, jste ve spojení se svým cílem a pozitivním záměrem. Platí to i naopak: do jaké míry nejste se svou úrovní hara ve spojení, do takové míry setrváváte v negativním záměru. Je to skutečně jednoduché.

Poznat, zda jste sladěni s linií hara nebo ne, je obtížné. Jestliže je vaše vyšší smyslové vnímání rozvinuté, může vám posloužit. Když se zaměříte na úroveň hara, uvidíte, zda je všechno dobře zformované, uspořádané, nabité energií, vyvážené a zda všechno funguje. Jinou možností je sledovat jednání ostatních. Osoba, jejíž harická úroveň je vyrovnaná, se nebude přít o to, kdo má pravdu a kdo ne. Z jejího pohledu neexistují žádní protivníci, se kterými by se tato osoba přela nebo bojovala.

Zjistíte-li, že se s někým hádáte, vaše harická linie není vyrovnaná. To platí i pro osobu, se kterou se přete, pokud se i ona chová stejně. To neznamená, že pokud jste se svou úrovní hara sladěni, tak jednoduše řeknete „máš pravdu“ a odejdete. Nebude existovat nic, o co byste se mohli přít nebo s čím nesouhlasit. Kdykoliv zjistíte, že se

s někým přete, první, co musíte udělat, je usadit se ve svém středu a vyrovnat svou harickou linii.

O tom, co je nebo není správné, se dohadují lidé, kteří sami sobě nerozumějí a jejichž záměry jsou smíchané. To znamená, že ve spojení s pozitivním záměrem je pouze jejich část. V linii hara se nedostatečné sladění projeví. Určité části osobnosti nejsou v souladu s ostatními. Jestliže použijeme pojmů vyšší Já, nižší Já a maska, o kterých jsem psala v první kapitole, mohli bychom říci, že části duše mohou fungovat v jakékoli kombinaci zmíněných pojmů. Je to velmi obvyklé. Velmi zřídka funguje naše osobnost jako celek z pozice vyššího Já, tj. na základě vyrovnané linie hara.

Vnitřní nesoulad mezi částmi našeho Já se projevuje na vnější úrovni ve formě hádky s jinou osobou. Skutečnost, že nerozumíme sami sobě, se projeví ve vnějším světě jako problém s vytvořením nebo dokončením něčeho. Nedorozumění se může materializovat například jako odkládání úkolů nebo nedbalá práce. Mezi partnery, kteří spolu pracují na určitém pracovním úkolu, může vnášet zmatek, vyvolávat soutěživost a porušování smlouvy.

Je-li například cílem každé osoby v týmu dokončit daný pracovní úkol nejlepším možným způsobem, v nejlepší kvalitě a ve stanoveném čase, pak se tak pravděpodobně stane. Ale jestliže jeden z nich touží převzít místo svého vedoucího, pak tento negativní záměr změní kvalitu celé práce a automaticky bude postavení vedoucího podkopávat a to dokonce i v případě, že se o to tento zaměstnanec ani nepokusí.

## Úroveň hara ve zdraví a při léčení

Ve zdraví a při uzdravování platí stejný princip sladění se s pravdivým účelem. Zdraví si udržíte nebo ho znovu získáte přesně v takovém rozsahu, v jakém zůstanete spojeni se svým cílem.



Obr. 17-2: **Dysfunkce bodu tan tien**

Pokroucení linie hara a deformace bodů na ní zobrazují ohromnou bolest lidstva. Bolest, kterou lidstvo cítí, ale které nerozumí. Dysfunkce na úrovni hara se vztahuje k záměru a životnímu úkolu. Mnoho lidí dokonce ani neví, že své zkušenosti z reality kolem nás si vytvářejí sami. Nerozumí myšlence smyslu života, životního cíle a životního úkolu. Nerozumí přesvědčení, že úmysly mají velký vliv na naše životy. Nejsou si ani vědomi jemného, ale silného posunu, který vyvolává změna našich záměrů v aurickém poli a v kreativní energii.

Při jakékoliv vážné nebo dlouhodobé nemoci se zjevně jedná o dysfunkci v linii hara. Skolený léčitel bude schopen pracovat na této úrovni, aby nemoc léčil. Uzdravování harické úrovně obsahuje práci na hlubších otázkách klientova záměru včetně účelu života v každém okamžiku a otázky životního úkolu. Před tím, než popíšu příklady

toho, co to přináší pro léčebná sezení, nejdříve si probereme druhy deformací, které se mohou objevit ve zmíněných bodech rozmístěných podél linie hara a v linii hara samotné.

## Dysfunkce bodu tan tien

Dysfunkce bodu tan tien se projevuje několika způsoby. Tan tien může být buď vysunutý příliš dopředu či dozadu, nebo může být posunutý k jedné či druhé straně těla. Tan tien může být také zdeformovaný. Blána, která ho obklopuje, může být natržená, její polovina odchlípnutá nebo může být poškození ještě větší (viz obrázek 17-2). Následkem dysfunkce bodu tan tien dochází k chronickým problémům s páteří. Jestliže je tan tien příliš vpředu, pak bude spodní část pánve posunutá dozadu. Takoví klienti se snaží předhonorit sebe sama. Jestliže je tan tien příliš vzadu, pak bude spodní část pánve posunutá dopředu. Tito klienti se zase „drží zpátky“ od svého životního úkolu. Oba dva případy se v těle projeví jako bolesti dolních částí zad. Jelikož tan tien nese zvuk, který drží tělo ve fyzické podobě, pak v případě jakéhokoliv porušení blány kolem bodu tan tien tento zvuk zmizí. V takovém případě dochází k poškození těla a otřesení psychiky. Mohla jsem sledovat, jak lidé v tomto stavu upadli do záchvatu hysterie, ze kterého nebyli schopni se dostat po dobu několika hodin. Viděla jsem, jak těla jiných extrémně zeslábla a oni po mnoho let nedosáhli své původní síly. Zním dokonce případy, kdy došlo k degeneraci nohou.

Cokoli lidé potom dělají, včetně fyzického cvičení, příliš nepomáhá, dokud není obnoven původní stav poškozeného bodu tan tien. Proto se práce musí soustředit na léčení bodu tan tien -k docílení jeho správného tvaru, správného umístění na linii hara, spojení se Zemí prostřednictvím harické linie a naplnění energií. Léčitel, který je dostatečně školený v léčení této linie, může léčení provádět přímo nebo i na dálku.

K uzdravování bodu tan tien může také dojít při cvičení bojových umění s dobrým učitelem. Cvičení tai-tchi je pro tento cíl velmi dobré. Učit se bojovým uměním od fundovaného učitele je základním předpokladem proto, aby cvičení bylo účinné. Jinak k uzdravení nedojde.

Poté, co je bod tan tien uzdraven, je užitečné udržet sladění fyzickým cvičením. Všechna fyzická cvičení se mají dělat se zaměřením na udržení vědomí v těle.

## Dysfunkce v sídle duše

U sídla duše se obvykle jedná o jeho zahalení. To znamená, že dochází k zakrytí sídla tmavým mrakem energie (jak ukazuje obrázek 17-3). Výsledkem je, že lidé s touto poruchou nemají schopnost cítit, co chtějí nyní nebo co chtějí v budoucnosti. Nemají žádné zdání, co by chtěli ve svém životě dělat. Obvykle mívají také propadlý hrudník a dávají najevo postoje typu „vzdal jsem se“, „mě to nezajímá“ nebo „život je nudný a bezvýznamný“. Tito lidé si v sobě nesou hluboký smutek.

Když začne léčitel pročišťovat mrak tmavé energie a zvyšovat světlo sídla duše tak, aby se z něho šířilo a plynulo do všech stran, reagují klienti obvykle dvěma způsoby. První reakcí je, že pro ně nastane nový život a začnou si ho vytvářet v souladu

se svou spirituální touhou, které jsou si nyní vědomi. Při té druhé propadnou klienti smutku, kvůli veškerému času, který v životě ztratili a po který nedělali to, co dělat chtěli. Po období plném smutku začnou jejich životy nabírat nový smysl. Znovu se zrodí eros a oni sami jsou naplněni velkým nadšením, co všechno mohou se svými životy udělat.

U mnoha lidí dochází k zakrytí sídla duše temnou energií poté, co ztratili někoho milovaného. To sice umrtví jejich pocit ztráty, ale zastaví to také přirozený proces truchlení. Jestliže měl pár velké společné plány, které zůstaly nenaplněny, mnohokrát si osoba, která byla zanechána ve fyzickém světě sama, myslí, že pokračování v nich je loajální čin vůči zesnulému. Plány však musí být živé a stále se měnit a rozvíjet. Zablokování procesu truchlení jim to nedovolí. Odmítnutí smutku může zmrazit veškerou životní sílu, která se omezí pouze na tyto plány. Po určitém čase se však práce na nich přestane rozvíjet. Lidé se zaměří pouze na její konzervování, podobně jako u preparátů v muzeu.

Způsob, jak se v tomto případě uzdravit, je dát smutku po milované osobě průchod - prožít ho. Tím se plány mohou svobodně rozvíjet. Mohou se realizovat kdykoliv. To umožňuje, aby do plánů na nový život a přátelství vstoupili další lidé. Nikdy není na nic příliš pozdě. Plán se může dokončit, ovšem jiným způsobem než předtím, protože k jeho dokončení jsou jiné nástroje a jiní lidé.

## Dysfunkce bodu individualizace

Bod individualizace, který má tvar nálevky a je umístěn nad hlavou, může mít zdeformovaný tvar nebo se ucpat, jak ukazuje obrázek 17-4. Taková situace vyúsťuje v odpojení se od bodu individualizace, které může vést i k cynickému pohledu na smysl života, protože chybí pochopení a poznání Boha. Lidé, kteří nejsou spojeni s bodem individualizace, si pravděpodobně myslí, že věřící lidé mají velmi naivní pohled na život a žijí ve fantazijním světě. Organizované náboženství je pro ně způsobem kontroly nad lidmi, protože definuje a popisuje Boha, který podle těchto lidí neexistuje. Oni sami zatím neprožili žádnou osobní zkušenost s Bohem, se kterou by mohli porovnávat a potvrdit jeho popis nebo definici. Buď jsou ateisté, nebo agnostici. Budou akceptovat metafyziku M-1, která otázku existence Boha ignoruje.

Když léčitel vyčistí a opět spojí tento bod hara linie s Božskou podstatou, budou klienti prožívat vzpomínky z dětství, vzpomínky na spojení s Bohem. Začnou také za pomoci svých osobních zkušeností rozvíjet nové spojení s Bohem. Tomuto postupu dávají přednost před přijetím Boha podle popisu či pravidel někoho jiného, jak je tomu v mnoha organizovaných náboženstvích.

## Dysfunkce v linii hara a v bodech ležících na této linii

Podle mého pozorování nemá většina lidstva ideálně srovnanou harickou linii. Nikdy jsem nepotkala nikoho, kdo by byl schopen udržet si linii hara v přímce a srovnanou po celý čas. Většina lidí ji nedokáže udržet srovnanou vůbec. Pár lidí je pravděpodobně schopno udržet ji tak asi 30 % veškerého času. Jen velmi málo lidí to dokáže na dobu delší než 50 % veškerého času. Většina těch, co po léta cvičili



bojová umění, je schopna si udržet spodní část harické linie spojující zemi a bod tan tien. Někteří z nich mohou držet i střední část linie hara - z bodu tan tien do sídla duše. Ale nevědí o vyšší části této linie. Spojit a udržet celou linii hara, sladěnou po celý čas, vyžaduje roky cvičení.

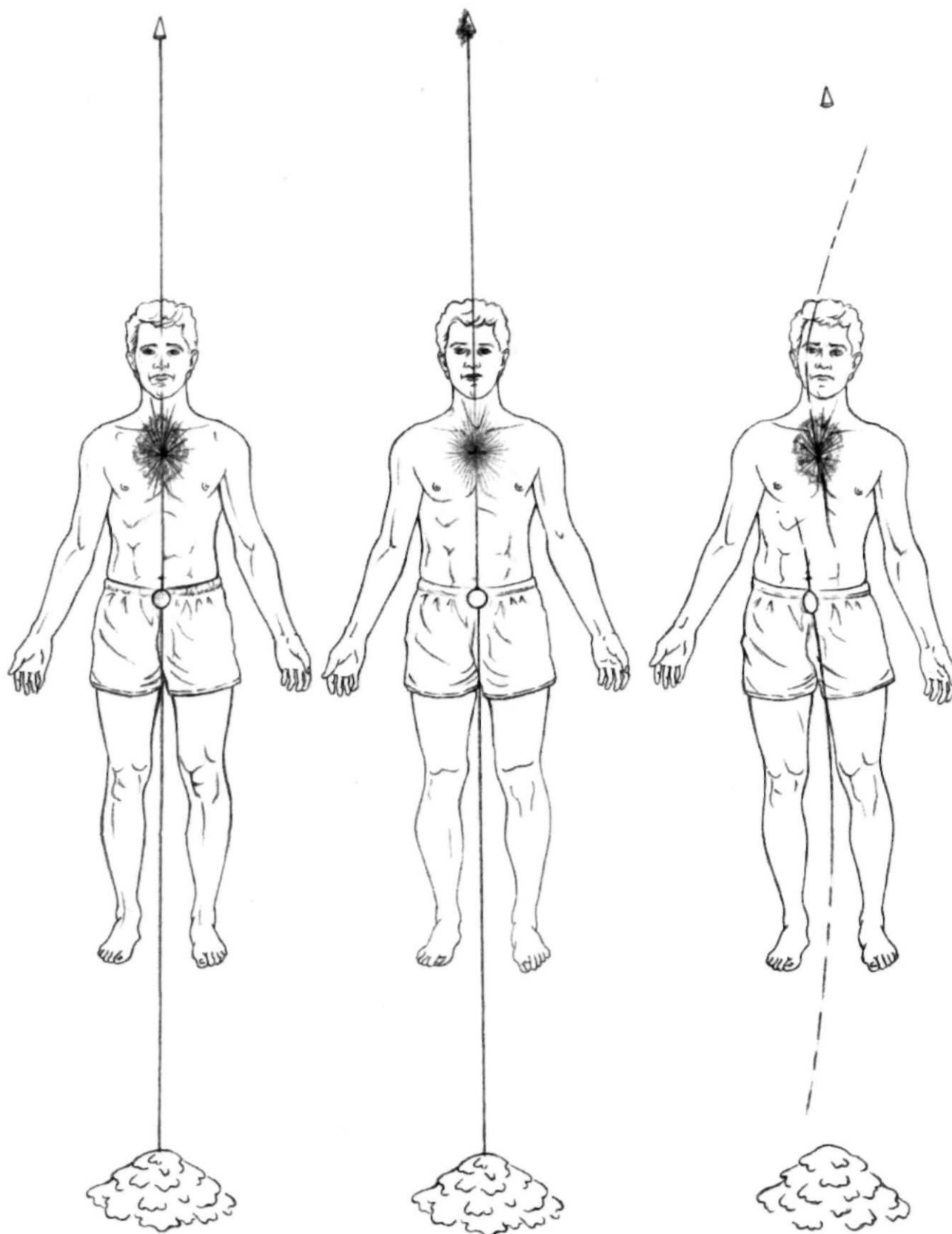
Převážná část lidí nemá po většinu času harickou linii srovnanou a velmi kvůli tomu trpí. Nesoulad v této úrovni se projevuje zkroucením harické linie a deformací tří bodů, podél této linie rozmístěných. Objevuje se i přerušení spojení mezi jednotlivými body anebo mezi těmito body a zemí. Obrázek 17-5 znázorňuje nejobvyklejší vychýlení linie hara, kterou má mnoho lidí v naší společnosti.

Na obrázku můžete vidět:

- Bod tan tien je vychýlen vpravo od středu a způsobuje, že tato osoba je příliš agresivní. (Pravá strana těla má obecně silovou energii.)
- Linie hara není spojena se zemí, a tak tato osoba nemá žádné základy, které by podepřely agresivní sílu, aby byla užitečná pozitivním způsobem. Jinými slovy, tato osoba je nebezpečná a může být iracionálně agresivní, ale nemá sílu. Nemá ani ve spojení se svou „existencí na planetě Zemi“ a navazuje tedy obtížně vztahy s jejími dalšími obyvateli.
- Bod tan tien není spojen se sídlem duše, a tak fyzická existence této osoby není ve spojení se spirituálním toužením, které bylo naplánované tak, aby ji vedlo životem. Proto tedy neví, proč na zem přišla, a životní úkol nemůže dokončit.
- Laserová linie hara není spojena s bodem individualizace, a tak tato osoba není spojena s Božstvím a nemá tedy žádné opravdové osobní spojení se spiritualitou nebo náboženstvím.

Jako důsledek výše zmíněných deformací má mnoho lidí v americké společnosti přerušené spojení se zemí, s ostatními bytostmi, s Bohem, s účelem svého života, stejně jako se sebou samým. Přináší jim to velkou bolest jak na úrovni emocionální, tak na úrovni spirituální. Lidé nevědí, proč jsou na této planetě. Nevěří, že jejich život má smysl, a cítí se zde nepříjemně. I zde pomůže léčení harické linie.

Příslušníci jiných kultur mají linie hara odlišné. Lidé každé kultury si zdeformují harickou linii svým způsobem. Pro většinu těch, kteří žijí v jedné kultuře, je vždy typická určitá deformace. Proto lidé stejné kultury strádají podobným způsobem. Lidé v různých kulturách trpí také různými druhy bolesti. Zatím jsem neměla čas ani možnost, abych mohla dostatečně pozorovat kultury po celé zeměkouli a abych tyto odlišnosti rozpoznala, ale Heyoan říká, že právě toto je důvodem velkého počtu mezinárodních sporů. Naučíme-li se uzdravovat úroveň hara, dosáhneme míru mezi všemi národy.



Obr. 17-3: Zakrytí sídla duše

Obr. 17-4: Zablokovaný bod individualizace

Obr. 17-5: Zdeformování linie hara

## Hara léčení

Když se léčitelé naučí určovat harickou úroveň, mohou v ní pracovat i při léčení. Léčení navrátí úroveň hara do stavu zdravého sladění se, rovnováhy a nabití, jak můžete vidět na obrázku 17-1. Klienty také vede k tomu, aby se navrátili zpět na správnou cestu a jejich život se obvykle začne

výrazně měnit, a to ve velmi krátkém časovém úseku. Jak se lidé navrátí ke své opravdové životní cestě, dojde k tomu, že celý materiální svět existující kolem nich, který s ní není v souladu, se buď změní, nebo pokud ke změně nedojde, prudce zhorší. Týká se to majetku, práce, místa, ve kterém lidé žijí, stejně tak jako přátelství a intimních vztahů.

Hara léčení je práce pro velmi pokročilé léčitele a vyžaduje hodně procvičování a praxe. Léčitel se musí naučit narovnat a udržet svou linii hara včetně všech tří bodů ve správné pozici a být pevně spojený se zemí, aby byl schopen napravovat tuto linii u klienta. Když to léčitelé neumí, mohou lehce stav pacienta zhoršit - nemocí, ztrátou orientace a duševním zmatením. Nikdy jsem si nedovolila učit hara léčení pokud si nejsem jistá, že žáci jsou připraveni. To znamená, že musí být schopni udržet linii ve správném stavu bez přerušení po dobu jedné hodiny. Pokud z něj potom vypadnou, musí umět se vrátit zpět za méně než minutu. Vyžaduje to léta praxe.

Dobrý příklad toho, co se může přihodit jako následek léčení hara, se udál při mé práci s klientem - profesionálním hudebníkem, kterého pojmenuji Tomáš. Jeho aurické pole bylo velmi tmavé a stagnující s hustou energií o velmi nízkých vibracích. Podle stavu energetického pole bych řekla, že po léta trpěl depresemi. Byl plný zášti a vzteku a jeho hlavní charakterová struktura byla masochistická. Takže když jsem vstoupila do pole a začala energii vytahovat ven a pole čistit, nefungovalo to, protože jsem dělala přesně to samé, co mu kdysi prováděli jeho rodiče a co bylo prvotní příčinou jeho problémů. (Viz patnáctá kapitola, část o masochistické obraně.) Na harické úrovni jsem viděla, že jeho tan tien byl zatlačen dolů a dozadu a byl odpojen od sídla duše. To znamenalo, že potlačoval svůj životní úkol a stavěl se k němu zády. Nebyl také spojen s bodem individualizace, který je umístěn nad hlavou.

Věděla jsem, že klíčem k uvolnění energie bylo sladit ho s jeho životním úkolem i účelem a smyslem života. V průběhu léčení jsem se koncentrovala pouze na práci v úrovni hara. Ve čtyřech či pěti sezeních jsem se snažila narovnat linii hara a sladit všechny její body. Viděla jsem, že v důsledku tohoto léčení jeho aura zesílila a začala se čistit. Čištění aurického pole zmírnilo depresi a umožnilo psychickým problémům, aby se dostaly až do jeho vědomí a aby na nich mohl začít při léčebných sezeních přímo pracovat.

Když jsme spolu mluvili asi po čtyřech létech, řekl mi toto:

Před léčením jsem měl spoustu problémů ve svém životě a potácel jsem se neustále v depresích. Chtěl jsem mnoho sporných věcí někam ukrýt a nezabývat se jimi ani je neřešit, když se objevily. Bylo to opravdu hodně depresivní. Hlavním důvodem mého léčení bylo dostat se ke své energii. Každé léčebné sezení mi přineslo spoustu zmatků a převratných změn. Nejdříve jsem v terapii začal zpracovávat rodinné problémy - látku týkající se mé matky a mého otce. Byly to obvyklé problémy, které s rodičovskými vztahy souvisejí - měl jsem v sobě spoustu hněvu. Nosil jsem ho

v sobě opravdu neuvěřitelné množství. Brzy na to se rozpadlo mé manželství. Navíc jsem se v té době potýkal s finančními problémy a neměl jsem zaměstnání. Všechno to přišlo najednou.

Prožil jsem tolik bojů, bolesti, zmatků a smutku z toho všeho, že jsem došel k závěru, že cílem mého života tady na zemi bylo, abych všechny tyto věci vyřešil. Pokud jsem nezapomínal na to, proč tady jsem, a díval se na věci tímto způsobem, zůstával jsem docela v pohodě.

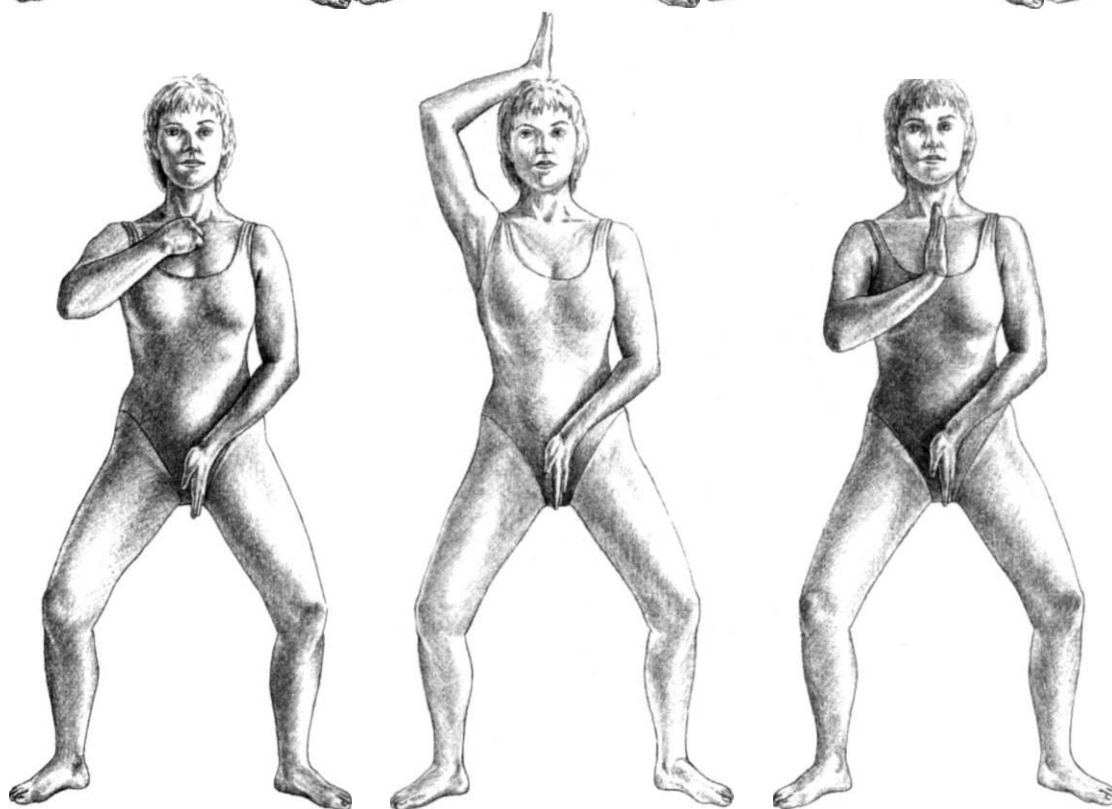
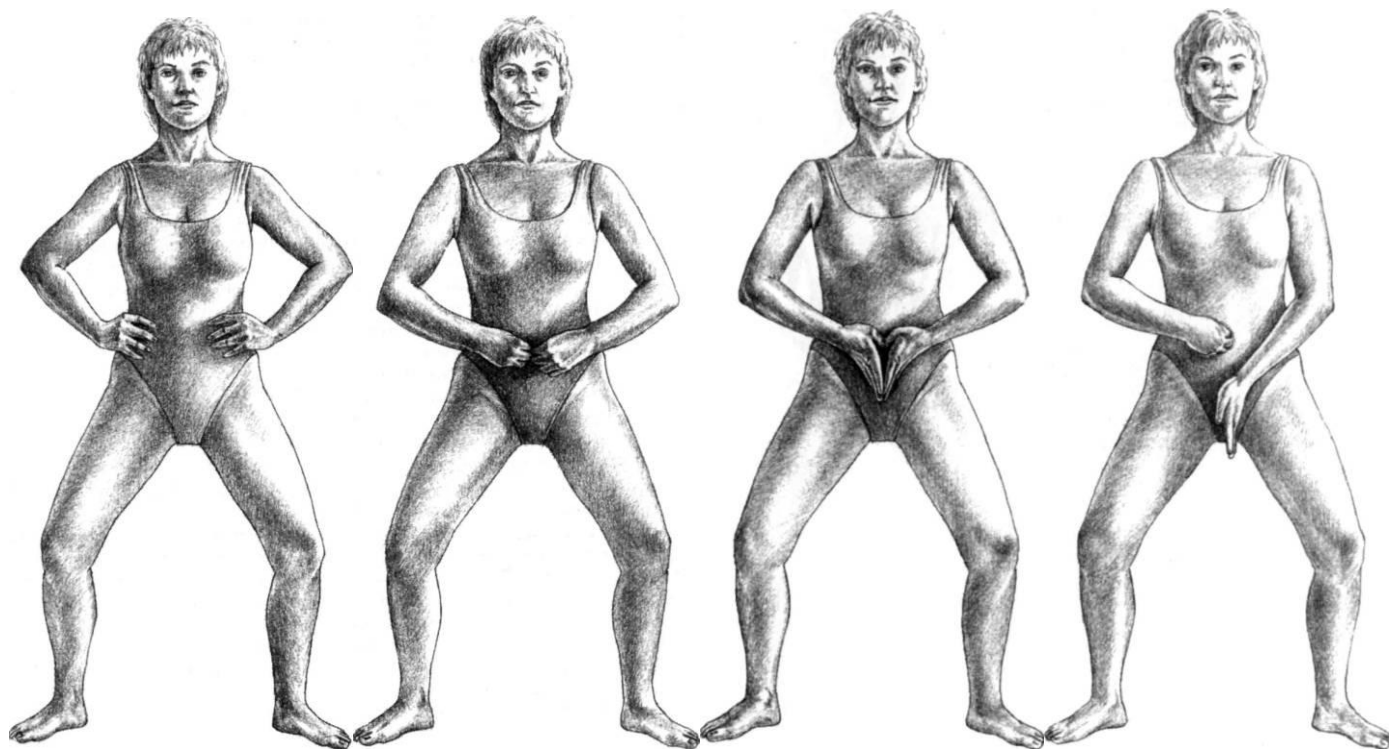
Prošel jsem tím vším a mnohé pochopil. Zhubl jsem deset kilo. Před třemi lety jsem našel nový vztah, který mi úžasně vyhovuje, a s mou bývalou ženou a její rodinou jsme zůstali dobrými přáteli. Tam už nemusím nic znovu řešit. Chodím také na počítačový kurz, abych mohl dostat zaměstnání, ve kterém vydělám víc peněz. Ještě pořád funguji jako profesionální hudebník. Hraji a mám i několik studentů.

Hlavní věc, kterou mi léčení přineslo, je to, že si víc rozumím se svou energií. Teď jsem schopen si ji udržovat a dělat pro sebe to, co cítím, že potřebuji. Docela rád bych měl víc žáků a více se vyjadřoval prostřednictvím hudby. Chtěl bych sdělit to, co ve svém nitru cítím, ale bez nějakého škatulkování na jazz nebo new age hudbu. Chci se napojit na vnitřní zdroj v sobě. To je teď pro mne velká výzva.

Srovnání úrovně hara vám přinese také sladění se s cílem života. Následující cvičení vám může být nápomocné při srovnání linie hara a léčení jejích deformací včetně problémů s jednotlivými body, které jsou na ní umístěny. Tím se sladíte i se svým vyšším cílem neboli účelem života. Navrhují, abyste cvičili každý den ráno pro své sebeuzdravování a pokaždé, když se chystáte něco uskutečnit. Výsledky vás určitě překvapí. Když si zvyknete držet linii hara narovnanou, bude to už potom dělat stále. Takto můžete zůstat sladění se svým vyšším životním úkolem v jakékoliv maličkosti, kterou právě v určitém okamžiku děláte. Pro sebeuzdravování je to velmi užitečné.

## **Jak se sladit s účelem svého života - cvičení**

Představte si kuličku energie uvnitř svého těla umístěnou na jeho středové linii asi tři centimetry pod pupkem. Tento bod je těžištěm fyzického těla. Je to bod, který se nazývá tan tien. Jeho tón drží naše tělo ve fyzické manifestaci. Hara linie a tan tien mají obvykle zlatou barvu. Při tomto cvičení se změní barva tan tienu na červenou. Postavte se do širokého stoje rozkročného tak, aby vaše chodidla byla od sebe vzdálena asi 90 cm a pokrčte kolena tak, jak vidíte na obrázku 17-6. Vytočte chodidla do strany tak, aby kolena zůstala ve stejné pozici, to znamená směrovala dopředu. Srovnejte si páteř. Vezměte do ruky pramínek vlasů, který máte přesně na temeni hlavy. Zatahejte se za ně tak, abyste mohli cítit, kde přesně máte střed vrchní části hlavy. Teď si představujte, že na tomto pramínku visí celé vaše tělo. To srovná vaše tělo svisle - jako když řemeslníci použijí olovnici - se zemí. Dejte špičky prstů obou rukou k sobě a obě ruce položte na tan tien - viz obrázek 17-7. Prociťujte bod tan tien uvnitř svého těla a zahřívejte ho. Rozpalte ho tak, aby zčervenal. Když se s tímto bodem spojíte, za chvíli se začne ohřívat celé vaše tělo. Pokud k tomu nedojde, nepodařilo se vám s bodem tan tien spojit. Zkoušejte to znovu tak dlouho, než se vám to podaří. Když už je to v pořádku, přeneste své vědomí do žhavého tekutého jádra země.



- Obr. 17-6:* Základní postoj při hara cvičení
- Obr. 17-7:* Špičky prstů obou rukou směřují do tan tienu
- Obr. 17-8:* Trojúhelník směrem dolů
- Obr. 17-9:* Špičky prstů pravé ruky směřují do tan tienu, levá ruka je nad tímto bodem, prsty směřují dolů
- Obr. 17-10:* Špičky prstů pravé ruky směřují do sídla duše, levá ruka je nad tan tienem, prsty směřují dolů
- Obr. 17-11:* Pravá ruka směřuje do bodu individualizace, levá ruka je nad tan tienem, prsty směřují dolů
- Obr. 17-12:* Pravá ruka je nad sídlem duše, prsty směřují nahoru, levá ruka je nad tan tienem, prsty směřují dolů

Spojte ruce do trojúhelníku tak, aby špičky prstů směřovaly dolů do země a umístěte je přímo před tan tien tak, jak vidíte na obrázku 17-8. Prociťujte spojení mezi zemským jádrem a svým bodem tan tien. Teď začnete cítit opravdové horko, tolik pálicího tepla, až se začnete potit. Můžete dokonce uslyšet i zvuk podobný tomu, který vydávají mistři bojových umění předtím, než udeří.

Jestliže máte otevřené vyšší smyslové vnímání, budete schopní i vidět, že váš tan tien má červenou barvu. Také uvidíte rovnou linii světla podobnou laserovému paprsku spojující tan tien se žhavým jádrem země. Nazývám ji laserová linie hara. Ale nemusíte ji nutně vidět, funguje to i bez toho.

Teď nasměřujte prsty pravé ruky do tan tienu a dejte levou dlaň tak, aby směřovala k pravé straně těla se špičkami prstů směřujícími dolů. Levou ruku držte před tan tiem (viz obrázek 17-9). Zůstaňte v této pozici dokud udržíte rovnováhu. Teď přeneste vědomí do oblasti vrchní části hrudníku asi sedm a půl centimetru pod krční jamku a opět na střední linii těla. Tady se nachází koule rozptýleného světla. Toto světlo nese píseň vaší duše, jedinečný tón, kterým přispíváte do symfonie univerza. Nese vaše toužení, které vás vede životem k tomu, abyste naplnili duchovní cíl vašeho nynějšího života.

Dejte špičky prstů obou rukou k sobě a obě ruce položte na sídlo duše nacházející se ve vrchní části hrudníku, tak jak jste to předtím dělali u bodu tan tien. Když se s tímto místem spojíte, můžete mít pocit, jako kdyby se ve vašem hrudníku naplnil nafukovací míč vzduchem. Můžete se cítit příjemně a v bezpečí. Prociťujte tu sladkou touhu, která ve vás spočívá. Nemusíte ani znát její jméno, ale můžete si ji uvědomovat. Sídlo duše se podobá rozptýlenému světlu kolem plamene svíčky, ale má purpurovo-modrou barvu. Rozšiřte světlo této barvy ve své hrudi.

Teď ponechte na sídle duše pouze pravou ruku a prsty levé dlaně směřující dolů k zemi přemístěte na bod tan tien. Dlaň levé ruky bude otočená k pravé straně těla (viz obrázek 17-10). Prociťujte linii hara, která probíhá přímo dolů ze sídla duše přes tan tien dolů do země. Když silně vnímáte toto spojení, přesuňte se k následujícímu kroku.

Levá ruka zůstane ležet na stejném místě. Prsty pravé ruky zvedněte nad hlavu. Tyto narovnané prsty držte tak, aby prostředníček mířil k in-dividuačnímu bodu, který je umístěn asi tak 1 m nad vaší hlavou. (Je to znázorněno na obrázku 17-11.) Prociťujte linii hara, která stoupá ze sídla duše přes vaši hlavu až k malému obrácenému trychtýři u individuačního bodu. Tento vstup do individuačního bodu vypadá opravdu jako malý vír nebo trychtýř, jehož širší konec míří na vaši hlavu. Vnímat toto místo je asi nejtěžší. Pokuste se o to. Bude vám to asi chvíli trvat. Tento vír představuje první místo individuace ležící mimo Božskou přirozenost neboli jednotu. Je to první bod individuace od jednoty s Bohem. Jestliže se vám podaří dostat linii hara přes bod individuace, zmizí do světa bez forem. Při přechodu linie hara přes trychtýř můžete pomocí vyššího smyslového vnímání slyšet zvuk podobný tomu, jako když vytáhneme z lahve korkovou zátku. Okamžitě, jakmile se to stane a vy se spojíte s tímto světem, budete cítit, že máte tisíckrát víc síly. Náhle se ve vašem nitru všechno ztiší a vy cítíte, že jste mostem, kterým prochází síla - vaše linie hara je srovnaná.

Počkejte pár minut, aby se tato linie stabilizovala. Potom přesuňte svou pravou ruku dolů nad sídlo duše tak, aby prsty mířily nahoru a dlaň byla obrácená k levé straně

těla. Tato pozice bude pro vás příjemnější. Levá ruka zůstává nad bodem tan tien, prsty míří dolů a dlaň směřuje doprava (viz obrázek 17-12).

Vnímejte celou linii hara a tyto tři body. Srovnejte ji se svým záměrem. Zaměřte se na to, aby byla rovná, jasná a silná. Myslete na svůj záměr až do chvíle, než ucítíte, jak je pevný, jasný a silný. Zase srovnejte tělo, jako kdyby viselo na vlásku, který máte přesně uprostřed hlavy na jejím vršku. Zastrčte hýždě trochu pod sebe a postavte se do širokého stoje rozkročného (chodidla ve vzdálenosti asi 90 cm od sebe) a hodně pokrčte kolena. Kolena by měla být přímo nad chodidly. Potom prověřte vyšším smyslovým vnímáním (vnitřním zrakem, sluchem a kineziologickým smyslem), zda jsou všechny body silné, pevné a nabité. Jestliže pociťujete, že v některé oblasti to není v pořádku, zaměřte svou pozornost na tuto oslabenou oblast. V této oblasti je potřeba pracovat na uzdravování. Sladte linii hara a zvětšete body, jak dokážete nejlépe.

Když sladíte první bod individuace s posvátnou duchovní touhou a s jedinečným tónem, který složil vaše tělo pocházející z matky země - sladili jste se se svým životním záměrem a cílem.

Nemusíte dokonce ani přesně vědět, co to je, ale jste s ním sladění a vaše činy budou automaticky v souladu s vaším životním záměrem, dokud udržíte toto sladění.

## **Skupinová linie hara**

Tuto techniku můžete použít také ve skupině, abyste ustanovili cíl - záměr skupiny. Skutečný individuální záměr každého člena skupiny je holograficky spojený se záměrem skupiny jako celku. Když mají všichni členové skupiny sladění linie hara, znamená to, že v tomto okamžiku jsou jejich individuální cíle i cíle skupiny sladěné s vyšším záměrem. Vyšší záměr každého je součástí velkého evolučního plánu země, o kterém jsem se zmiňovala ve třinácté kapitole. To znamená, že každý ve skupině se dostane do synchronicity a celá skupina bude jednat synchronně. Jak už bylo řečeno v předcházejících kapitolách, v rámci této reality nemůže dojít k soupeření a zaujetí nepřátelských pozic. Místnost je naplněna souladem. Každý dělá svou část práce. Záměr jednotlivců je v souladu se záměrem celku. Je až s podivem, jak takováto skupina dobře funguje. Pokud dochází k sladění individuálních cílů, vynořuje se jednotná vůle skupiny.

Sladění hara lze použít pro jakoukoliv skupinu. Můžete ji využít pro práci s vaším týmem léčitelů a odborníků v oblasti péče o zdraví, ve výzkumném týmu, při politické práci nebo v zaměstnání pro stanovení záměru skupiny. Tento model vždy pravdivě funguje, zejména za jednacím stolem při obchodních schůzkách, protože je založen spíše na jednotě než na dualitě. Jestliže všichni sladí své úrovně hara a spojí se s univerzálním záměrem, nemůže nastat situace, kde jeden vyhrává a druhý prohrává. Průběh jednání je mnohem hladší.

Jednou jsem měla na toto téma třicetiminutovou přednášku v Denveru v klubu, který se nazývá „Vyhrává každý“. Tato organizace je sdružením šéfů firem a korporací, které používají více styl „Výhra pro obě strany“ než „Jeden vítězí a druhý prohrává“. Trvalo pouze několik minut změnit energii v místnosti na synchronizovanou s účelem

skupiny, když jsem jim ukázala, jak sladit hara. Naučili se tomu rychleji než kterákoliv jiná skupina, kterou jsem měla kdy čest učit.

Doporučuji požit sladění hara jako vstupní meditaci pokaždé, když pracujete se skupinou. Jakmile se objeví nesoulad, znamená to, že sladění se ztratilo. Doporučuji meditaci zopakovat.

Na druhou stranu přítomnost vůdce se sladěnou linií hara pomůže všem ostatním okolo něho se synchronizovat se svým vlastním záměrem. Pravidelně to dělám tak, že nejdříve pracuji na sobě, potom s týmem svých učitelů a nakonec s „učedníky“, se kterými pracuji ve svých výukových programech. Nazývám to připravením linie hara skupiny. Pro tento úkol je velmi důležitý první krok, kdy vedoucí skupiny musí srovnat svou linii hara, to znamená provést meditaci, která zde byla popsána.

Já jako vedoucí skupiny to provádím o samotě předtím, než se poprvé setkám s týmem učitelů. Potom při prvním setkání s nimi projdeme celou meditací jako skupina. To zesynchronizuje záměr každého jedince v týmu se záměrem celé skupiny. Později, když se setká tým učitelů s učedníky, kterým dává podporu, provedeme meditaci ještě jednou, abychom dali dohromady záměr větší skupiny.

Příštího dne, ještě předtím, než začne vyučovací hodina, uděláme opět toto sladění se s každým, kdo se nachází v místnosti. Tato sladěná energie se rozšíří po místnosti, předtím než do ní vstoupí studenti. Když se studenti usadí na svých místech, opět vedu meditaci, abych jim pomohla s přípravou jejich linie hara. Tento postup pomáhá řídit obrovské množství energie uvolňované v průběhu týdenních studijních pobytů.

Síla, moc a cíl vytvořené v učebně mohou být vyjádřeny jako skupinová linie hara. Je to překrásné na pohled. Každá osoba má svou linii, která je spojena se zemí, srovnaná a projasněná. Jak o to každý usiluje, pomůže to i těm, kteří ještě nejsou schopni toho dosáhnout, protože místnost je naplněna silou. Když se zesynchronizuje celá místnost, velká hara linie skupiny reprezentující záměr celé skupiny se zformuje ve středu místnosti. Jak to vypadá, vidíte na obrázku číslo 17-13.

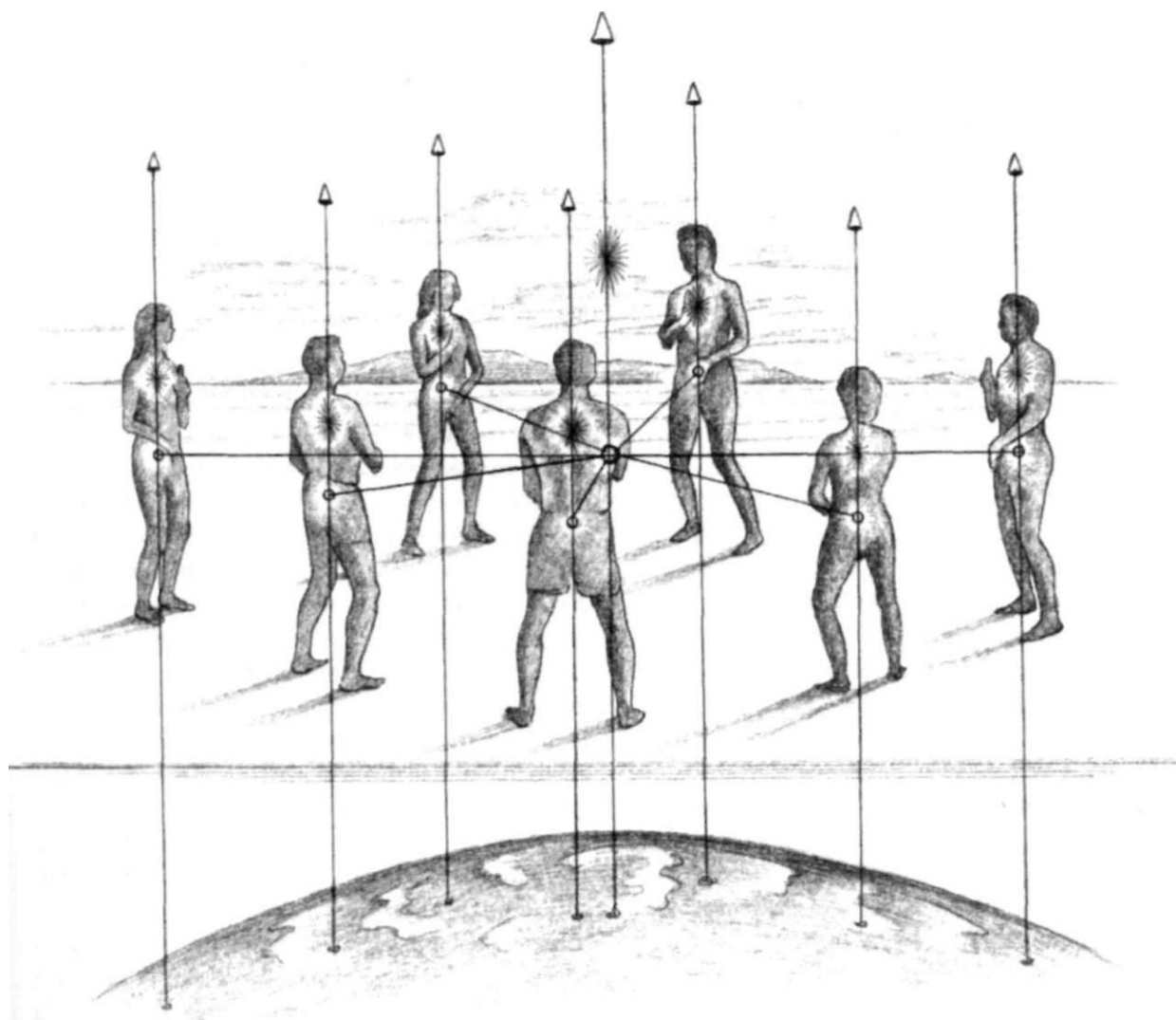
Tímto způsobem pracujeme se záměrem v průběhu celého studijního pobytu. Když k synchronizaci nedojde, celý proces prostě zopakujeme. Sladění hara linie skupiny je jedním z nejlepších výsledků holografického modelování, jaké jsem viděla. Je to praktický příklad, jak si udržet individualitu a individuální cíl při spojení se s větší skupinou, která jednotlivce obklopuje. Touto cestou se jednatel spojuje s láskou, podporou, silou a znalostmi uvnitř větší skupiny. Věřím, že právě toto umožňuje, že se toho v naší škole tak mnoho naučíme, završujeme své úkoly a u studentů dochází k tak rychlým změnám.

## **Sladění skupiny lidí s jejich záměrem - cílem**

Abychom toho docílili ve skupině, posadíme se nebo postavíme do kruhu a srovnáme své individuální linie hara podle instrukcí, které jsme uvedli v příslušném cvičení. Každý ze skupiny musí procházet jednotlivými kroky stejně - musí se z jedné pozice do další dostávat ve stejnou dobu. Při každém kroku je potřeba ponechat každému členovi skupiny dostatek času k tomu, aby mohl úspěšně provést příslušnou část cvičení. Jakmile to všichni dokončí, energie skupiny se posune. Je to jako když se sladuje orchestr. Po nějakém čase budete pomocí vyššího smyslového vnímání



vnímat - cítit nebo vidět či slyšet, že energie skupiny se ustálily. Když budete v meditaci pokračovat, začnete vnímat hara linii skupiny, která se zformuje uprostřed kruhu. Vypadá to velmi podobně jako laserová linie vedoucí vaším tělem. Představuje záměr skupiny. Je to linie překrásného zlatého světla, na které můžeme vidět tři body, které jsme popsali výše. Podobně jako paprsky kola vypadá spojení mezi body tan tien od každého jednotlivce do hara linie skupiny (viz obrázek 17-13). Procíťujte nyní, jak silná a stabilní je energie v místnosti. Teď můžete začít pracovat jako skupina bez sporů a těžkostí.



**Obr. 17-13:** Skupinová linie hara

## **Reinkarnace ve stejném životě a transformace linie hara**

V knize *Ruce světla* jsem psala o jevu reinkarnace v tom samém životě, která proběhne, když někdo dokončí svůj životní úkol a postoupí k dalšímu životnímu úkolu bez toho, aby opustil své tělo. Popsala jsem kokon, který se zformuje v aurickém poli a je umístěn na hlavním silovém vertikálním proudu běžícím podél páteře. Pozorovala jsem dál, co se s ním děje na harické úrovni. Linie hara se rozložila a znovu vytvořila a tudíž ustanovila se podle nového životního úkolu určeného pro další inkarnaci bez

toho, aby jedinec přešel do nového těla. Proces rozložení a znovu vytvoření nové linie hara trvá obvykle asi tak dva roky.

Jelikož se mění také zároveň s ní i body podél linie hara, reinkarnaci v tom samém životě provázejí obvykle fyzické problémy. Když se rozkmitává a rozkládá tan tien, může ve fyzickém těle docházet k naprostému chaosu. Může to být provázeno mnoha fyzickými příznaky, ale žádný z nich nemusí být diagnostikovatelný. V některých případech se může jednat také o onemocnění ohrožující život nebo o zkušenosti klinické smrti nebo návratu do fyzického života po klinické smrti.

Reinkarnace ve stejném životě uvede každého, koho se dotýká, do velkého zmatku, protože při tomto procesu ztrácíte v určité chvíli sám sebe, všechny věci, se kterými jste se až do té doby identifikovali, a smysl a cíl svého života. Někdy vám to může připadat, jako byste se chystali umřít. Je to čas hlubokých osobních proměn. Čas, kdy nic nevíte, čas hlubokého rozjímání a čekání - někdy v černém sametu prázdnoty plné nemanifestovaného života. Je to čas odevzdání se vyšší moci, která pracuje s vaším nitrem.

Po určitém čase začnou z jádra vašeho Bytí proudit do harické úrovně nové energie, které odpovídají novému životnímu úkolu, který jste si zvolili. Samozřejmě, že nový úkol bude nějakým způsobem souviset se starým, stejně jako minulé životy souvisí s tím současným. Reinkarnace ve stejném životě je stále rozšířenější, protože počet lidí, kteří jsou na cestě za spirituálním poznáním, stále přibývá.

V období, kdy postupně dochází k nové inkarnaci, se v životě takového člověka všechno změní. Dojde k výrazným změnám v zaměstnání, v partnerských vztazích, místě bydliště, ve výběru přátel i ve financích. Život, který žijete po uplynutí těchto dvou let, bývá skutečně úplně jiný. K reinkarnacím ve stejném těle může dojít i víckrát za život, ale je to velmi neobvyklé.

Uvedu zde příklad toho, jakým způsobem se může změnit něčí život následkem reinkarnace ve stejném životě. Jeho aktérku budeme nazývat Ráchel. Ráchel pracovala jako úspěšná vedoucí divize lidských zdrojů ve velké firmě zabývající se financemi. Původně přišla za mnou, abych jí pomohla s chronickým edémem (otokem), kterým trpěla již osmnáct měsíců. Po třech léčebných sezeních, mezi kterými byly určité přestávky, řekl Heyoan, že dalšího léčení není zapotřebí. Trvalo ještě pár měsíců, než se otok vyčistil, ale už se nikdy znovu neobjevil. V průběhu léčení se Heyoan nevyjadřoval k jejímu celkovému zdravotnímu stavu. Namísto toho mluvil o jejím životě, o vetkávání zlatých nití do goblénu jejího života a jejich proplétání. Ráchel potom začala studovat v mé škole léčení a po několika létech mi začala pomáhat s vedením programů. Právě při jednom z těchto programů jsem si všimla, že byl její tan tien posunutý a že začíná procházet dvouletým obdobím reinkarnace v tom samém životě. Své prožitky a zkušenosti popsala takto:

„Vůbec jsem nevěděla, co se děje. V den svých třicátých osmých narozenin, které slavím v únoru, jsem si ustříhla své dlouhé vlasy. Měla jsem pocit, že něco na sobě musím od základu změnit. Několik dnů poté jsem přijela do San Franciska, kde jsem na úvodním semináři potkala tebe. Šla jsem do hotelového pokoje a ty si se na mne podívala a řekla jsi: ‚Podívej, tvůj bod tan tien silně kmitá, je umístěn úplně jinde, než má být.‘ Vůbec jsem nevěděla, co to znamená. Řekla jsi: ‚K tomu dochází, když někdo reinkarnuje do stejného těla. Tvoje linie hara se rozpadá.‘ Byla jsem tím úplně vyvedená z míry, protože jsem ti vůbec nerozuměla. Potom jsi se začala dívat, jestli

nalezneš okolo mého vertikálního silového proudu kokon. Byl tam. Nakreslila jsi mi, jak vypadá.

Asi po šesti měsících, poté co se kokon začal rozpouštět, v určité části vertikálního proudu zůstala změna uvězněná. Řekla jsi mi, že jsem proces zastavila. Později, když jsem onemocněla se zády, zkonstatovala jsi, že jedním z důvodů, proč jsem měla s léčením tolik těžkostí, bylo to, že můj tan tien stále nebyl v pořádku, jelikož reinkarnační proces pokračoval. Předtím jsem byla po celý svůj život zdravá, a tak bylo pro mne velmi těžké se s tím vyrovnat.

Po zahájení reinkarnačního procesu jsem začala mít také zkušenosti s minulými životy. Na osobní úrovni jsem to nikdy předtím nezažila. Také jsem nejméně osmkrát nebo devětkrát prožila něco, co jsem pro sebe nazvala dimenzí splývání času, kdy docházelo k tomu, že se časy při prožitcích překrývaly. Prožívala jsem ještě další časovou úroveň, která byla zcela odlišná od toho, co se právě v přítomnosti odehrávalo. Vzpomínám si na jednu z nich. Při jednom semináři jsem seděla na pódiu a dívala se na studenty. Když jsem se podívala nahoru na balkon, viděla jsem, že je prázdný. Věděla jsem, že se jedná o rok 1989, ale zároveň jsem velmi živě viděla, že balkon byl naplněný řvoucím davem vyžadujícím rozsudek. Viděla jsem celý soud. Všechny tyto prožitky začaly u mne po nastartování reinkarnačního procesu do stejného těla.

Asi dva roky potom, co to začalo, jsi při channelovaném léčení za mnou přišla a řekla, že už je to za mnou.

Vyplynuly z toho určité vnější věci. Jednou z nich bylo to, že jsem už nemohla vykonávat své dosavadní zaměstnání. Potřebovala jsem hodně času k tomu, abych se zabývala učením o spirituálním životě, a tak jsem zaměstnání opustila a začala pracovat pro školu. Chtěla jsem to udělat už dlouho předtím, ale měla jsem velké obavy týkající se financí - bála jsem se všeho, co by se mi mohlo stát, když nebudu tolik vydělávat a tím pádem nebudu zabezpečená. Ale po reinkarnaci jsem prostě v zaměstnání zůstat nemohla, ať už byly moje obavy jakékoliv. Nutkání hnací síly změny mne doslova dovedlo do té oblasti mého života, kde jsem se mohla cítit lépe, pokud se jednalo o mne samotnou, i když jsem ani netušila, co by to mělo být, protože jsem o tom nic nevěděla. Ale jasně jsem cítila, že ten každodenní pocit při ranním vstávání, že se nedokážu odhodlat jít do práce, znamená, že s prací musím skončit.

Zkušenost z reinkarnace mne naučila, že změna je spíše k užitku, než aby bylo potřeba se jí obávat. Změna se pro mne stala něčím, na co se těším, co je velmi vzrušující. Vnímám to teď úplně jinak.

Před reinkarnací jsem byla snad ten nejzdravější člověk na světě. Když to začalo, začala jsem trpět bolestmi zad. Bylo to první onemocnění v mém životě. Ted' jsou má záda na tom líp než před rokem už aspoň o tisíc procent. Už mám jenom funkční bolesti bez dalších fyziologických důsledků.

Největší rozdíl ale vidím v tom, jaká změna nastala v mém vztahu k sobě. Po zkušenostech s minulými životy se tento vztah dostal na mnohem hlubší úroveň. Také si teď všímám své role, kterou ve všem hraji. Skutečně si uvědomuji, že jsem přinejmenším na padesát procent odpovědná za všechno, co se mi stane. Také mnohem méně obviňuji ostatní. Jsem si vědoma navyklého vzorce chování ve svém životě, který způsobuje to, že jedním pomocí svých obranných systémů. Moje

sebeuvědomování vzrostlo z nuly do závratných výšek. Svých reakcí jsem si už vědoma. Také jsem si mnohem více vědoma role, kterou hraji ve všech situacích, než tomu bylo předtím. Předtím se mi zdálo, že mne život staví do různých situací, teď se cítím spíše jako jejich tvůrce nebo spolutvůrce. Při každé zkušenosti okamžitě hledám, jakou účast jsem v ní měla. To se týká i vztahů, prostě všeho.

Všímám si také své odpovědnosti za věci. Když mám například s někým neshody, sleduji, jaký díl na tom mají moje chyby. Vidím, jak všichni všechno spolu sdílíme, jak je všechno společné. Z tohoto pohledu věci potom vypadají doopravdy jinak. Třeba moje rodina: při jakékoliv interakci s nimi vnímám ještě další rozměr, třeba když s maminkou vaříme nebo něco děláme, sleduji také, jak to, co dělám já, ovlivňuje ji, a jakým způsobem se to děje. Potom zareaguje ona a vrací se to ke mně a já zase nějak zareaguji - je to jako pingpongový míček.

Od té reinkarnace také vnímám, že se u mne vždy jedná o interakce a já vlastně mohu vidět, jak můj part prochází celou touto hrou. Vánoční svátky například byly pro mne překrásným zážitkem, protože jsem si byla vědoma úplně všech energetických interakcí se svou rodinou. Předtím jsem to vůbec tak neviděla, bylo to něco obyčejného na co jsem byla zvyklá. Sledovat tento proces mne úplně fascinovalo. Jakmile jsem zastavila energetický tok, jenom jsem zastavila interakci, o kterou se jednalo, a nahradila ji něčím jiným - všechno se změnilo.

Myslím, že zmenšení bolestí zad u mne souvisí se vším, o čem jsem právě mluvila - o zodpovědnosti za své vztahy. Má to asi co do činění s celkovým zaměřením se navenek namísto dovnitř, protože čím více jsem se učila orientovat se na své nitro, tím více bolest polevovala. A naopak, čím více jsem se orientovala směrem ven, ať už se to týkalo příznivého přijetí či něčeho jiného, tím více malérů jsem si nadrobila. Cítím také spojitost mezi svými nemocnými zády a zadržováním spontánních emocionálních reakcí či odpovědí. Víím, že stále ještě zadržuji spoustu emocí ve svých vnitřnostech. Stále jsem plná pochybností, kladu si otázky a hledám na ně odpovědi a to jim myslím nejvíc ublížilo. Ještě se mi nedaří si to pokaždé všechno uvědomovat, ale už se to zlepšilo. Vííte, když jsem šťastná, tak mne ta záda vůbec nebolí. "

## **Úvod k meditaci „Odevzdání, smrt a proměna“**

Zážitek reinkarnace ve stejném životě vyžaduje odevzdání a smrt starého, aby se uvolnil čas a prostor pro nové. Uvádím zde překrásnou Heyoanovu meditaci, která napomáhá tomu, aby mohlo od vás odejít vše, co potřebujete, aby se rozplynulo. Je velmi vhodné použít hudbu, kterou máte rádi, jako pozadí k meditaci. Můžete medítovat buď o samotě, nebo ve skupině. Meditace je sestavena tak, aby podpořila velké změny ve vašem životě.

\*\*\*

## **ODEVZDANÍ, SMRT A PROMĚNA** podle Heyoana

Prociťujte sílu Boží milosti v sobě. Sílu světla, které vás sem přineslo. Zkušenost vašeho uzdravování vám bude dána prostřednictvím této milosti. Toto období života může být pro vás velmi těžké, ale určitě je to čas růstu, čas lásky a bratrství. Je to:

- čas být vděčný i čas vzdát díky;
- čas směřovat k něčemu i čas směřovat od něčeho;
- čas odpuštění těm, kterým zbývá odpustit;
- čas porozumění tomu, čemu může být porozuměno;
- čas přijetí toho, čemu nemůže být porozuměno;
- čas následování i čas vedení;
- čas bytí i čas činů.

Je to váš čas. Vytváříte ho pro sebe a budete v něm podle své volby.

Moji drazí, jak byste si přáli tento čas strávit? Je to přece váš čas. Je to čas k následování nejposvátnějšího toužení vaší duše.

- čas života,
- čas zrození,
- čas obnovy.

Namáhavé zrození přichází po čase temnoty. Uvnitř tmy dělohy jste dorostli. Tajemné kouzlo bylo dokonáno. Ze země vyklíčil život. Jste znovu zrozeni do plnosti nové formy, nového života. Spolu s vámi vyrůstá nová generace, která obšťastní požehnáním tvář této země. Nastolí vládu míru.

V centru svého Bytí, svého těla prociťujte hvězdu světla, která představuje vaši individuální esenci. Všichni se rodíme do světla. Jste ze světla, jste světlo a světlo bude po tisíce let této zemi kralovat; všechny lidské bytosti budou žít v „jednotě“. Nechte se obklopit kouzlem nepochopitelného. Zůstaňte v děloze regenerace. Dovolte tomu, co potřebuje umřít, aby se rozplynulo do čarovného tajemna a stalo potravou pro půdu.

- Co potřebujete odevzdat zemi, aby se v ní rozložilo?
- Co z vás musí odejít, aby mohlo dojít k regeneraci?

Uložte to teď s láskou a odevzdáním do země a rozlučte se s tím. Provázejte to požehnáním a milými vzpomínkami na to, co vám v minulosti sloužilo a co vám již nemůže sloužit déle. Umístěte to hluboko do dělohy své matky země. Jako semínko. Ať se to z vašeho těla odkutálí. Ať to odplyne z vašeho

**vědomí. Ať to zmizí z vašich myšlenkových forem a odteče hluboko do země - dozrál čas pro zapomenutí.**

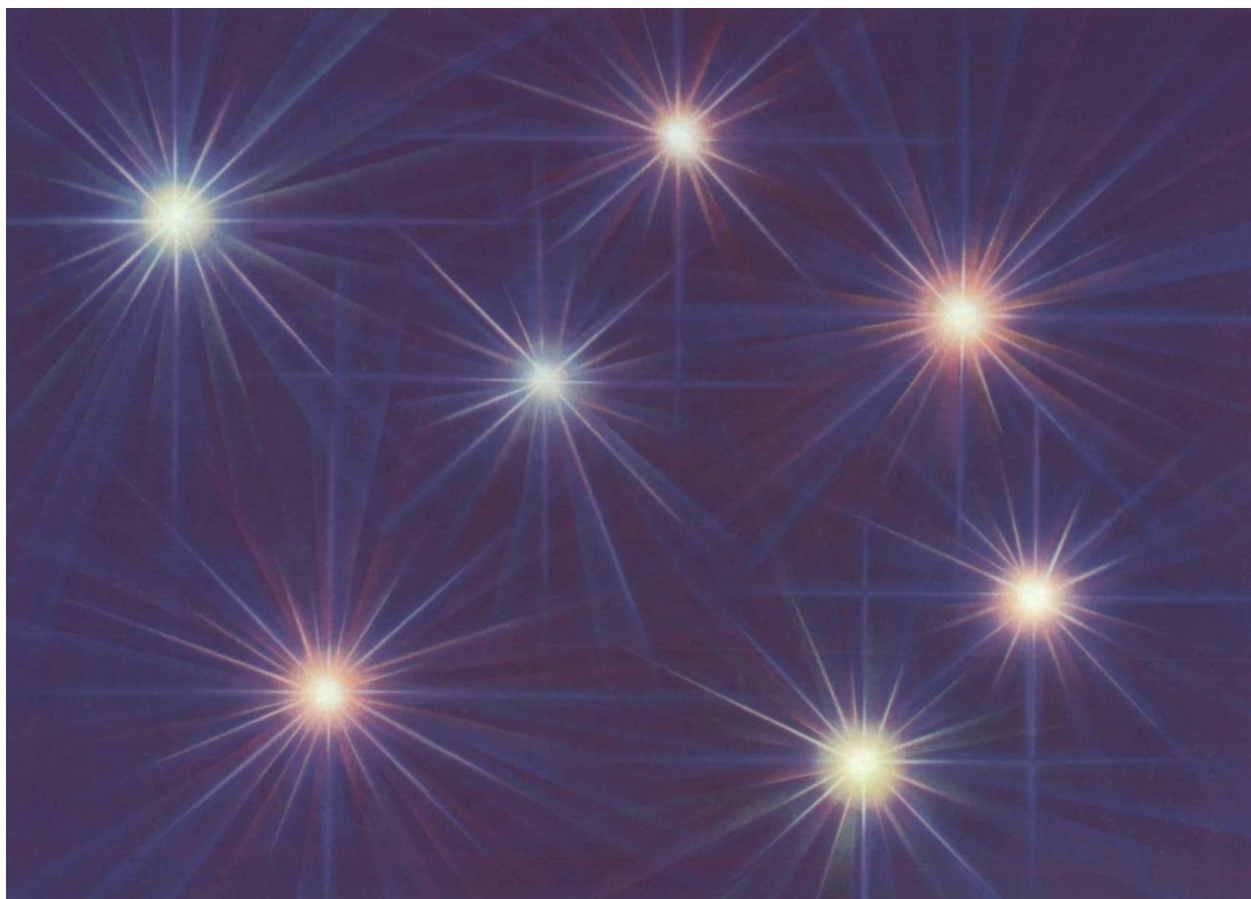
**Potom se vraťte ke hvězdě světla hluboko ve svém nitru, která je umístěna asi tři centimetry nad pupkem. Je to překrásná hvězda jedinečnosti vaší esence. Jenom *bud'te tady a teď*. To, co z vás odešlo, bude tímto způsobem proměněno. Stačí pouze *být tady a teď*.**

**To, co jako forma umírá, se okamžitě zrodí znovu do temné tmy života bez forem. Co je smrtí pro formu, je narozením pro plodný život bez forem odehrávající se ve věčné tmě.**

**Ve věčném koloběhu přírodních cyklů se nové jaro dotkne všeho, co jste nechali zmizet. To, na co jste zapomněli, povstane z popela jako pták Fénix - uchováte to v paměti ve vzpomínkách jiného druhu.**

**A když se život v beztvaré temnotě odevzdá své smrti, znovu se zrodí forma.**

\*\*\*



*Obr. 18-2: Úroveň hvězdy jádra skupiny lidí*



*Obr. 18-1: Hvězda jádra*

## OSMNÁCTÁ KAPITOLA

# BOŽSKÉ JÁDRO V NÁS

Na linii hara i na záměru jsem pracovala s mnoha lidmi. Viděla jsem, jak velké změny to přineslo do jejich života, jak se před nimi otevřel přístup k individuálnímu životnímu cíli a jak se jejich život začal naplňovat. Položila jsem si otázku: „Kdo se to cítí naplněný? Kdo to má tento určitý životní cíl? Kdo jedná s těmito záměry? Kdo to všechno je?“ Naše záměry, naše osobnost, to přece není všechno, to nejsme my jako celek. Je to jenom určitý charakteristický znak vyjadřující pouze část z nás. Naše fyzické tělo určitě není také všechno, co jsme. Tak kdo potom jsme? Odkud přicházíme? Z čeho ten veškerý život vzešel? Kdo vlastně jsem?

Usoudila jsem, že pod harickou úrovní musí ležet ještě nějaká hlubší dimenze, dimenze, která je základem pro tuto úroveň - dimenze poznání. Heyoan zareagoval na moji zvědavost rychle:

\*\*\*

**Pod harickou úrovní leží dimenze hlubšího jádra. Jádro je věčné „jsem to, co je teď, to, co už bylo, i to, co ještě bude“. Veškerá tvořivá síla pochází z něj. Jádro je vnitřním zdrojem Božství. Pomocí vyššího smyslového vnímání můžeme vidět, že vypadá jako hvězda - hvězda našeho středu. Toto světlo je znakem věčné esence každé bytosti. Existuje mimo čas, prostor, fyzickou inkarnaci a dokonce mimo koncept duše. Zdá se, že se jedná o zdroj života jako takového. Je to jedinečný individuální Bůh v nitru každého z nás. Je to zdroj, ze kterého pocházejí všechny inkarnace a který zůstává v úplném míru a blaženosti. Kde se světlo jádra vynořuje, tam přináší zdraví. Kde je zablokováno, dochází k onemocnění.**

\*\*\*

A tak pro mne nastalo další dobrodružství - hledání jádra, jeho nalezení, učení se, jak s ním pracovat, a získávání zkušeností. Práce s jádrem je velmi prospěšná. Při všech léčeních, které teď dávám, pracuji ve všech třech úrovních najednou. Zvu vás na další cestu poznávání. Pojďte se mnou, vstoupíme do světa vaší esence, světa nejsvětější svátosti ve vašem nitru. Určitě se vám tam bude líbit.

## Hvězda jádra: Věčný zdroj vaší esence

Když použiji vyšší smyslové vnímání, dokážu najít, kde se uvnitř vás nalézá hvězda vašeho jádra neboli středu. Je to doslova střed vašeho těla. Zjistila jsem, že esence jádra existuje všude, ale zaměření se na umístění ve středu těla pomáhá dostat se s



ní do kontaktu. Tato hvězda je umístěna na linii vedoucí středem našeho těla asi čtyři centimetry nad pupkem. Vypadá jako jasné zářivé světlo mnoha barev (viz obrázek 18-1 barevné přílohy). Toto světlo se může neomezeně rozšiřovat. Nese v sobě pocity našeho vnitřního, ničím neomezovaného Já. Jste to vy - ten, kdo jste v celém tomto životě. Jste to vy - všechno, čím jste kdy byli před ním. Jste to vy - tak, jak budete v životech pokračovat, až tento určitý život, který teď žijete, skončí. Jste to vy, existující nad prostorem a časem. Je to jedinečná esence vašeho Já, která je jiná pro každého z nás. Je to individualizované Božství ve vašem nitru.

Určité zmatení by mohlo u tohoto pojmu způsobit to, že existuje zároveň v Božím sjednocujícím principu neboli Bohu. To znamená, že jádro je současně jak individualizovaným Bohem v našem nitru, tak i Bohem univerzálním. Tomuto paradoxu je někdy obtížné porozumět. Jak mohu být ve stejném okamžiku sám sebou a zároveň Bohem? Bůh je něco nesmírného, něco, co se vymyká lidskému pochopení. Jak bych mohla nazvat sama sebe Bohem, když vím, že Bůh je mnohem víc, než jsem já? Jediný způsob, jak na tuto otázku odpovědět, je získat zkušenost - zážitek hvězdy jádra. Pouze přenesení uvědomělého vědomí do hvězdy jádra, procítění a pochopení toho, že tato esence je stejná jako naše Já, může tento lidský paradox pomoci vyřešit.

Jakmile jednou prožijete esenci svého jádra, budete schopni ji nacházet úplně všude. Naleznete ji na všech místech svého těla. Objevíte ji v celém aurickém poli. Bude prostupovat celou harickou úroveň. Najdete ji v celém životě. Bude dosahovat až do Univerza. Všude, kde ji budete hledat, na ni narazíte.

Esence jádra je do určité míry obsažena ve všem. V místech, kde jsou uloženy vaše záměry, v životních energetických polích, ve fyzickém těle. Nejvíce se ve vašem životě projevuje tam, kde se cítíte zdraví a šťastní. V oblastech, kde jste nejméně šťastní, cítíte se nepříjemně nebo máte problémy, se esence projevuje nejméně. Je to velmi jednoduché. Takže teď se můžeme vrátit k začátku této knihy, kde je onemocnění popsáno jako signál, který dostáváme, když se nějakým způsobem odpojíme od své esence jádra. Přestaneme být ve spojení s Bohem v sobě. Zapomeneme, kdo jsme.

Za pomoci vyššího smyslového vnímání to můžeme „vidět“ jako odpojení se od jádra.

## Odpojení se od jádra

Dysfunkce na úrovni hvězdy jádra téměř vždy souvisí právě s tím, že se nějakým způsobem od jádra odpojíte. Není to tak, že by nebylo v pořádku něco s jádrem. Nefunguje však spojení mezi jádrem a ostatními úrovněmi existence. Esence jádra není z určitého důvodu přenášena až do fyzického světa. Může to být způsobeno dysfunkcí na aurické nebo harické úrovni, která znemožňuje, aby esence jádra mohla přes příslušnou úroveň postupovat dál. Nebo může být hvězda středu zakryta mraky tmavé energie či dokonce obalena velmi hustou, pružnou a odolnou substancí. Potom se pulzace a světlo hvězdy jádra vůbec nemůže vynořit.

Lidé, kteří jsou od svého jádra odpojení, jsou odtrženi od svých tvůrčích schopností a nejsou schopni sami sebe vnímat jako bytost, uvnitř které sídlí Bůh. Nevidí se ani jako jedinečné světlo ve vesmíru. Zapomněli na to, kdo jsou, a mají hodně těžkostí

se spojením se se svým vyšším Já nebo dokonce ani netuší, že nějaká vyšší síla v jejich nitru existuje.

## Léčení pomocí esence jádra

Vzhledem k důležitosti úrovně jádra Bytí je jasné, že při všech léčeních se musí nějakým způsobem pracovat na pozvednutí esence jádra do úrovně, které jsou nad ní. Jakákoliv část harické úrovně, aurického pole a fyzického těla, se kterou pracujeme při léčení, by měla být před ukončením léčení naplněná esencí jádra. Je to i proto, že když ve fyzickém těle, v aurickém poli nebo na úrovni hara dochází v nějakém místě k deformaci, bude tato deformace zabraňovat tomu, aby se esence Bytí dostala dál v plném jasu a zářivosti.

Při zahájení léčebného sezení musí léčitel nejdříve pomocí vyššího smyslového vnímání určit stav všech úrovní - fyzické, aurické, harické a úrovně jádra. Léčení probíhá na každé z těchto úrovní. Začíná s úrovní aury nebo hara podle toho, co je pro kterého klienta nejvhodnější. Když skončí tuto práci, najde hvězdu jádra pacienta a nechá esenci stoupat do všech úrovní, které se nacházejí nad ní. Esence zaplaví nejdříve úroveň hara, potom aurickou úroveň a nakonec stoupá do fyzického těla. Léčitel rozšíří klientovo individuální jádro Bytí tak, aby jím byl naplněn záměr na harické úrovni, osobnost na úrovni aurického pole a každá buňka fyzického těla. Potom rozšiřuje světlo jádra dál, tak daleko, jak je to pacientovi příjemné. Světlo se může rozšířit na méně než na jeden metr, anebo může přesahovat daleko do vesmíru.

Léčení, které zde uvedu jako příklad, se odehrálo ve třídě studentů druhého ročníku naší školy léčení někdy kolem prosince 1989, kdy jedna ze studentek ze západního pobřeží přišla o berlích se zavázanou nohou. Budeme jí říkat Sára. Řekla nám, že měla nehodu při lyžování, při které si těžce poškodila přední zkřížený vaz v levém koleně. Použila jsem vyšší smyslové vnímání a zjistila jsem, že vaz v koleně je roztržený a potřebuje napravit. Viděla jsem také, že její linie hara je vychýlená a že hlubší příčinou je její vztah k léčitelství, kterému se začínala učit. Požádala jsem ji, zda bych mohla její koleno použít jako učební pomůcku a pracovat na něm před celou třídou.

Léčení jsem zahájila rozhovorem ze všemi studenty, kteří pracovali na jejím léčení předtím, než jsem se k tomu dostala já, a diskutovali jsme o tom, jaké byly výsledky každého jednotlivého léčení. Potom jsem demonstrovala další práci v aurickém poli, léčila na úrovni hara a nakonec jsem nechala stoupat esenci jádra tak, aby zaplavila každou buňku jejího těla. Díky tomuto léčení již nepotřebovala chirurgický zákrok a noha se jí velmi dobře hojila. Mluvila jsem s ní asi po dvou letech, někdy v prosinci 1991, abych zjistila, jaké další účinky léčení mělo. Uvádím zde nejdůležitější výňatky z našeho rozhovoru. Sára mi řekla:

„Když se mi to stalo, byla jsem v Yosemite. Stoupala jsem do kopce. Byla jsem poprvé na lyžích. Učila jsem se v lyžařské škole - lyžovali jsme po celý den a pomalu jsme se měli dostávat výš a výš do kopce a sjíždět ho. Když jsem upadla, cítila jsem, jak mi koleno, vyskočilo'. Moje třída právě jela dolů. Potom zastavili. Cítila jsem, že se nemohu postavit, ale nechtěla jsem, aby se kvůli mně museli vracet a zvedat mě, tak

jsem nakonec vstala a pomalu sjížděla dolů. Když jsem vracela vypůjčené lyže, kulhala jsem a noha mě hrozně bolela.

Večer jsem zůstala v chatě. Prožila jsem snad nejtěžší noc v životě. Vypadalo to, že jsem opravdu nemocná. Příští ráno jsem jela do nemocnice.

V autě jsem zvracela. Byla jsem úplně zelená.

V nemocnici mi dali něco na utišení bolesti a řekli, že je to vážné. Bylo nutné, aby mne ihned viděl ortoped. Nohu mi znehybnili. Pak jsem navštívila ortopeda. Koleno jsem měla tak strašně nateklé, že mi nemohli udělat ani rentgen. I ortoped potvrdil, že to vypadá velmi vážně. Vše směřovalo k tomu, že budu muset jít tak do deseti dnů na operaci. Chtěl mne znovu vidět po pěti dnech. Řekla jsem mu, že se chci za dva dny vrátit na východní pobřeží do školy léčitelství.

Podíval se na mne a řekl:, Vy jste se zbláznila. Opravdu vám na tom musí hodně záležet. Neřeknu vám, abyste tam nejezdila, protože je to vaše věc, ale bude vám hodně mizerně. ' Všechno však dopadlo dobře. Na letišti mi dali k dispozici kolečkové křeslo a v letadle jsme byli v řadě pouze tři, takže se mi sedělo docela pohodlně. Jela jsem se svou spolužačkou Tony a ta se mi postarala o zavazadla. Tony mě léčila ještě před odletem, ihned po mé návštěvě u ortopeda. Když jsem použila své vyšší smyslové vnímání tak, jak jsem se tomu naučila v hodinách léčitelství, viděla jsem, že v mém aurickém poli spojila dva nitkovité pramínky. Slovo zkřížení pochází i v latině ze základu kříž. Jednalo se o úpony, které se křížem upínaly na vnitřní stranu kolena. Spojila dvě nitky, které tam visely. Když jsem se na ně podívala prostřednictvím vnitřního zraku, vypadaly jako bílé hadovité provázky. Vložila je na místo. Musím říci, že to pěkně bolelo. Když je tam dostávala, byla jsem celá zpocená.

Potom jsem přišla do školy a pracovali se mnou tři spolužáci. Někdo mi jenom dodával do nemocného místa energii. Cítila jsem, že to velmi potřebuji. Poprvé v životě jsem porozuměla tomu, co se myslí pod pojmem fyzická energie. Potom se mnou pracoval Martin. Každý den se mi někdo věnoval a koleno se vždy trochu zlepšilo. Ale pořád hodně bolelo a nemohla jsem se na něj postavit.

Pak jste vy mé koleno použila pro výuku. Vyzvala jste každého, kdo se mnou pracoval, aby řekl, co pomocí vyššího smyslového vnímání viděl, a jak se mnou pracoval. A potom jste mi řekla, co to pro mne znamenalo. Pamatuji si, že jste začala pracovat na úrovni hara, protože o tom jsem nic nevěděla. Stála jste u mých nohou a mluvila s lidmi a já si vzpomínám, jak to bylo úžasné. Říkala jsem si:, Nevím, co to je, ale něco se s nohou děje. '

Cítila jsem, jak něco velmi silného probíhá vzhůru po mých nohách a celém těle, a cítila jsem, jak to na mne působí. Potom jste nám sdělila, že jste pracovala na úrovni hara. Pamatuji si, jak jsem ležela na tom stole, něco silného mnou probíhalo a najednou jako kdybych ztratila vědomí. Uzavřela jste léčení pomocí hvězdy Bytí, což jsem tenkrát také neznala. Nikdy předtím jsem to neviděla dělat.

Poté, co jste se mnou pracovala, jsem byla dost dlouho mimo. Zůstala jsem tam a asi hodinu nebo dvě jenom ležela. Ještě si pamatuji, jak jsem potom vstala a mohla jsem se na nemocné koleno postavit. Nemohla jsem se ale opřít plnou vahou. Trochu jsem kulhala, když jsem šla. A vy jste mi řekla: Ještě to nedělejte ! Vezměte si berle. Potřebuje to určitý čas, aby došlo ke zpevnění. '

Ale cítila jsem se velmi dobře. Netýkalo se to pouze mého kolena, ale celého těla. Cítila jsem se velmi silná a pevná v názorech takovým způsobem, jaký jsem předtím nikdy nezažila. Byl to hodně velký posun. Víte, vždy jsem byla velmi skeptická, co se týče léčitelství, a trápily mne pochybnosti, zda jsem tady na svém místě. Také jsem pochybovala, je-li tento druh práce reálný. A pak je tu najednou tak velké poranění, které vypadá na operaci - to, že vaše práce byla tak účinná a tolik mi pomohla, pro mne hodně znamenalo. Moje koleno bylo opravdu vyléčené. Připadalo mi, že jsem musela poznat na základě skutečnosti a jaksi navzdory sobě, co tato práce může dokázat. Cítila jsem, že v mých názorech skutečně došlo k velkému posunu. Pevně jsem v ni začala věřit, a to mi pomohlo ztotožnit se s ní. Pochopila jsem mnoho věcí. Když jsem potom navštívila svého ortopeda, byl překvapen a nevycházel z údivu. Sledoval stav mého kolena ještě po dobu několika týdnů. Hodně jsem pracovala na svém koleně na první úrovni - úrovni aury, převážně tak, že jsem ho nabíjela energií.

Hlubší význam ? Často jsem mívala zranění levé půlky těla. Asi to souviselo s mou ženskou stránkou. Potřebovala jsem se naučit přijímat. Na ženském principu v sobě jsem hodně pracovala. Měla jsem také hodně snů o malém děvčátku ve svém nitru. Potřebovala jsem se odevzdat a naučit se přijímat. Bylo to také o cestě ke svému domovu, k tomu místu rovnováhy, místu pravdy v nitru, místu opravdového života. Bylo to také o tom, že se musím naučit stát na svém, věřit si a vědět, že mám co nabídnout. Krátce potom se začaly rozvíjet i mé léčitelské schopnosti. Tato práce je pro mne cestou k místu, o kterém jsem mluvila. "

## Otevírání cesty k jádru

Teď věnujte několik okamžiků přenesení svého vědomí do fyzického středu těla, kde se asi tak čtyři centimetry nad pupkem na středové linii těla nachází sídlo hvězdy jádra. Za chvíli se uklidníte, začnete se cítit uvolněně, plní světla a síly a vnímání vašeho Já bude větší. Otevření vyššího smyslového vnímání na úrovni hvězdy středu je překrásný zážitek. Nejdříve asi budete vidět svou vlastní hvězdu v celé její nádherné zářivosti. Později, když se ocitnete v místnosti plné lidí, budete vidět místnost plnou hvězd - každá z nich bude jiná, zářivá a dokonalá. Zdá se vám, jako kdyby hvězdy v prostoru naplněném světlem Bytí, které je známo také jako Bůh všemohoucí, nádherně zpívaly (viz obrázek 18-2 barevné přílohy).

Jestliže budete pár minut denně (už 5 minut má účinek) věnovat zaměření své pozornosti na toto jádro středu Bytí, váš život se změní. Začne cesta vědomé změny vašeho života, která vás dovede na místa, na která jste se vždycky toužili dostat. Možná se dostanete vysoko k úžasným spirituálním prožitkům. Také se otevrou věci, kterým jste se, možná po celý život, vyhýbali a nechtěli jim pohlédnout do tváře. Dostanou se do popředí, abyste je mohli prožít a uzdravit se. Začnete ve svém životě vytvářet věci, po kterých jste vždy toužili, ale zatím se vám je nepodařilo uskutečnit.

Otevřením vnitřní cesty ke svému jádru dovolíte lásce, pravdě a odvaze ve vašem nitru, aby vystoupily na povrch. To je podstatné při uzdravování. Otevřením tohoto vnitřního koridoru léčivá energie automaticky stoupá přes všechny čtyři dimenze a proudí dál, aby mohla sloužit pro uzdravování vás samých i ostatních lidí. Léčivá energie proudí automaticky z každého, jehož vnitřní koridor mezi hvězdou jádra a vnější osobností je otevřen. Když se nacházíte v přítomnosti takovéto osoby,

je velmi lehké to rozpoznat. Cítíte klid, jste uvolnění, připadáte si v bezpečí a máte pocit naplnění.

Spojení vaší osobnosti s jádrem děláte automaticky prostřednictvím vyššího Já. Většina lidí pocituje ostych před bytím ve vyšším Já. Připadají si nechránění a odhalení. Věnujte nějaký čas tomu, abyste poznali své vyšší Já. Které části vás jsou již jasné, čisté a milující? Když si lépe uvědomíte, o které části se jedná, můžete je lépe vyjádřit. Naučíte se vyjadřovat svou lásku a péči o ostatní bez přílišného ostychu.

Hvězda našeho středu je zdrojem Boha v nás. Otevření vnitřní cesty k božskému zdroji nás také automaticky spojí s vnějším božským zdrojem lásky a energie všude kolem nás - s tím, co já nazývám univerzálním Bohem. Tím, že přijmeme individuálního Boha umístěného ve svém nitru, dostaneme se k poznání Boha univerzálního. Jinak řečeno, otevření vnitřního koridoru k Bohu vytváří vnější cestu k němu. Nebo naopak, odevzdáním se Bohu, který je nad námi, pod námi a všude okolo nás, se dostaneme k božskému v našem nitru - k Bohu v nás. Jedno bez druhého není možné.

Všechno, co děláme, včetně našich pozitivních záměrů, pochází z hvězdy našeho jádra. Radost je motivační silou a přináší do života potěšení a naplnění.

Teď vás seznámím s cestou, kterou se naše esence dostává do manifestovaného světa. Když naše tvořivá síla stoupá z hvězdy jádra, naplňuje nás to velkou radostí. Jak se esence na cestě do fyzického světa objevuje v dimenzi hara, proudí do centra tří důležitých bodů ležících na linii hara. Jestliže jsou body správně rozmístěny a sladěny linií, je sladěn i náš záměr s tím nejlepším, co v sobě máme, a jsme synchronizovaní s Božím záměrem. Jinými slovy Boží vůle s naší vůlí jsou zajedno. Když potom dovolíme esenci jádra proudit do tohoto Božího záměru, vyjadřujeme zároveň naši individuální esenci prostřednictvím svého záměru a smyslu života - vyjadřujeme individualizovaný Boží smysl života.

Jak stoupá esence našeho Bytí do aurické úrovně, proudí do středů čakr, odtud se rozšiřuje do celého aurického pole a prostupuje ho esencí toho, kdo vlastně jsme. Tak vyjadřujeme Božskou esenci svou osobností.

Když se esence dostane až do fyzické úrovně, proudí do jádra každé buňky, do DNA. Prostoupí celé naše tělo, až Boží světlo začne svítit tak jasně, že doslova vyzařuje naší pokožkou. Záře, která z nás vychází, vyjadřuje naši Božskou esenci prostřednictvím našeho fyzického těla. Naplní celou místnost, ve které se nacházíme, a každý, kdo je přítomen, ji může prožít a radovat se z ní.

Teď uvedu meditaci, kterou jsem získala od Heyoana a která slouží k tomu, abychom přinesli svou esenci do každé úrovně svého bytí.

\*\*\*

# HVĚZDA STŘEDU NAŠEHO BYTÍ, NAŠEHO JÁDRA – MEDITACE

podle Heyoana

## **První stupeň: Sladění dimenze hara**

Přeneste své vědomí k bodu tan tien, který je umístěn asi čtyři centimetry nad pupkem na středové linii těla. Prociťujte sílu a teplo, které se tam nacházejí. Vnímejte, že teplo je stejné jako teplo rozžhaveného zemského jádra. Je v harmonii se zvukem, který z jádra země vychází. Zůstaňte tak až do doby, než budete cítit, jak je bod horký.

Přeneste vědomí do oblasti horní části hrudníku asi šest centimetrů pod jamku mezi klíčními kostmi. Tady leží na harické úrovni sídlo vaší duše, které vypadá jako světlo rozptýlené kolem plamene svíce. Zde kraluje toužení vaší duše, píseň vaší duše. Nejedná se o srdeční čakru. Spojení se s tímto místem lze někdy vnímat, jako kdyby se vám v hrudi nafoukl velmi jasný, kulatý balon. V něm jsou toužení vaší duše.

Teď se zaměřte na linii podobnou laserovému paprsku, která vede ze sídla duše, umístěného v hrudi, dolů přes bod tan tien, který leží v břiše, až do středu země. Prociťujte sílu a klid v místnosti, který nastane, když se vaše individuální a skupinové záměry dostanou do synchronicity.

Přeneste své vědomí do bodu nad hlavou. Narovnejte páteř. Nezapomeňte na hlavu - nenechte ji svěšenou. Představte si, že vrškem vaší hlavy vede jemná nit. Jestliže se vám to nedaří, uchopte se za pramínek vlasů, které vám rostou přesně na vršku hlavy, a jemně za něj zatahejte, jako kdyby to byl provázek, na kterém je pověšená vaše hlava. Pomocí vnitřního vidění se zvedněte k drobnému vstupnímu otvoru asi sedmdesát pět centimetrů nad hlavou. Pokud je vaše vnitřní slyšení otevřené, uslyšíte velmi vysoký zvuk. Pokud se vám podaří, aby laserová linie prošla tímto otvorem, zvuk se bude podobat bouchnutí korkové zátky při otevírání láhve šampaňského. Najít tento bod není lehké. Vypadá jako malá nálevka. Když ho naleznete, dostanete se do úplně jiné reality, která je nad vámi. Budete v Božské přirozenosti, nerozlišené realitě. K tomu, aby se vám to podařilo, musíte mít úplně srovnané fyzické tělo.

Vnímejte velmi úzký laserový paprsek o síle asi poloviny malíčku, jak vámi prochází z Boží přirozenosti až do tekutého jádra země. Prociťujte píseň své duše v hrudi a svou sílu v bodě tan tien. Zároveň s tím vnímejte celou dráhu linie až dolů do žhavého zemského jádra. Je to most, prostřednictvím kterého se srovnáváte se svým životním úkolem. Jste to vy - most mezi nebesy a zemí.

Teď se zaměřte na sjednocení záměru v místnosti. Stejná linie prochází středem místnosti - je to skupinová linie hara. Prožijte spojení mezi svým a skupinovým bodem tan tien, který se nachází na zmíněné hara linii skupiny.

Toto je úroveň, na níž se synchronizuje váš úkol s úkolem větší skupiny, které jste členem, úkol této skupiny s úkolem většího společenství. Ten se potom bude dostávat do souladu s úkoly státu, kontinentu a země. Je to způsob, jak

se spojit se silou a pravdou systému, který je uvnitř většího systému a ten zase uvnitř ještě většího. Je to klíč k holografickému univerzálnímu vyrovnání, sladění se. Není potřeba bojovat, ani se obávat, že váš úkol je příliš těžký. Není. Když se srovnáte na všech úrovních - úrovni hvězdy jádra, aurické, harické a fyzického těla, potom se dostanete do synchronicity s celým světem, se vším kolem vás, stejně tak jako sami se sebou.

### ***Druhý stupeň: Světlo se vynořuje z hvězdy jádra***

Přesuňte své vědomí ke hvězdě jádra, ke středu svého Bytí. Zde, nad časem, prostorem, toužením i přáními sídlí esence toho, kdo jsme. V tomto místě jenom jsme, existujeme. Nemáme žádné potřeby. Nepocítujeme žádnou bolest. Jsme tvůrci. Když jako tvůrci vystoupíme z jádra své esence, abychom tvořili, přineseme tvořivou energii nejdříve do úrovně hara, k našemu Božskému úkolu. Z harické úrovně přineseme energii do úrovně aurické vytvářející svou osobnost, předlohu pro fyzický svět. Potom energie stoupá do fyzická, aby se život zformoval do fyzického těla.

Tvořivá síla stoupá z jednoho (hvězda jádra) přes trojici (představovanou bodem nad hlavou, bodem v hrudi a bodem uvnitř tan tienu na harické úrovni), přes úroveň sedmi (sedm vrstev aurického pole) a do mnohočetnosti forem trojrozměrného světa. Když dokončíme jeden plán tvoření, uvolníme ze svého jádra více esence do trojice, prostřednictvím které bude vyzařovat náš záměr, náš cíl.

Dovolte teď své esenci, aby vši silou proudila z hvězdy vašeho jádra, ze středu vašeho Bytí přes harickou úroveň do úrovně aury. Dovolte esenci, aby postupovala postupně všemi úrovněmi vašeho energetického pole. Každá vrstva představuje stav bytí či lidského údělu. Přineste esenci bytí do každé úrovně lidské bytosti. Potom pokračujte dál do fyzického těla a nechte ji proudit každou buňkou. Ať esence vytvoří zdraví, radost a potěšení ve vašem fyzickém životě a při práci na životním úkolu. Vždyť vaše tělo, vaše osobnost a váš život jsou vyjádřením vaší božské esence.

A tak se jedno stává trojím, trojice se změní na sedm, a když budete vstupovat do sedmi vrstev, poznáte Boha v nitru lidské bytosti. V jádru každé buňky naleznete uspořádání velmi podobné vaší hvězdě jádra - bod světla vyzařující esenci vašeho bytí z každé buňky vašeho fyzického těla. Uzdravování potom znamená pomoc při spojení se s pravdou svého bytí. Nic víc než toto.

Tam, kde objevíte bolest nebo nemoc, hněv či strach, kde naleznete podezřívavost nebo chamtivost, kde zapomínáte, tam je třeba si vzpomenout na své jádro. Dovolte světlu uvnitř vás, aby se vynořilo. V každé buňce vašeho těla je světlo, které září. Připomeňte si ho. Připojte oddělené části ke světlu svého těla, k oltáři jeho formy. Toto světlo je světlem hvězdy vašeho středu, vaší esence jádra, Boha, kterého nosíte v sobě.

*Váš úkol nevrátil z bolesti. Vyrostl z touhy tvořit. Vychází z proudu lásky ze středu vašeho Bytí. Při pohybu vzhůru jste se ale od jádra odpojili a zapomněli jste, kdo jste. Teď se musíte znovu spojit. Vaším životním úkolem je znovu si vzpomenout na ten původní tvořivý impulz a tvůrčí akt dokončit, aby mohl z vašeho vnitřního zdroje vyprýštit další.*

**Nechte esenci toho, kdo doopravdy jste, spočívající ve hvězdě jádra, zářit všemi úrovněmi svého bytí. Dovolte původnímu impulzu kreativity, aby vás vedl životem.**

\*\*\*

## **Hvězda jádra a tvůrčí pulz života**

Nedávno při přednášce o kreativitě popsal Heyoan fáze procesu tvoření ve vztahu ke čtyřem dimenzím bytí. Řekl, že tvůrčí pulzování vyrůstá z jádra a stoupá všemi úrovněmi, které jsou nad ním, až do fyzického světa, jak jsme právě mohli vidět při meditaci. Uvedl, že tvořivé pulzování se plně manifestuje v našem životě tvůrčími činy. Například tím, že namalujeme obraz, napíšeme knihu, postavíme dům nebo uděláme nějaký vědecký objev či vytvoříme nějakou organizaci. Když skončíme, oslavujeme to. Cítíme se úžasně - dokázali jsme to !

Ale Heyoan upozorňuje, že i když má tvůrčí činnost svou váhu, musíme být opatrní při hodnocení toho, co je vlastně završením díla. Říká, že akt objevu nebo práce na uměleckém díle není konečným produktem procesu tvoření. Připomíná, že účelem života v dualitě fyzického plánu je nastavovat si zrcadlo tak, abychom mohli rozpoznat svou božskou individualitu. Výsledek umělecké činnosti, vědecký objev či vytvoření organizace jsou skutečně naším zrcadlem. V něm opravdu vidíme sebe sama - ale nejsou završením tvůrčího procesu, nacházejí se někde uprostřed.

Proces tvoření neboli tvůrčí pulz života má čtyři fáze. První je nehybnost prázdné temnoty hluboko uvnitř hvězdy jádra. To je stadium stagnace (zastavení). Potom přichází na řadu expanze (rozšiřování) z jádra, při které se esence toho, kdo jsme, vyjadřuje prostřednictvím úrovně záměru (hara), osobnosti (aurická úroveň) až do fyzického světa. Z fyzického vyjádření se uměleckou či vědeckou činností a podobně - to se díváme na sebe do naleštěného zrcadla - vstupujeme do další fáze. Tou je zastavení se na konci naší expanze do individualizmu. Zde máme přestávku pro pozorování sebe sama. Brzy poté se tvořivý pulz života začne vracet zpět z fyzického světa do světa aurického, pak dolů do harické úrovně a zpátky do jádra. To je stadium kontrakce (stažení). A tam, hluboce v nitru našeho jádra, se dostáváme do čtvrté, závěrečné fáze tvůrčího pulzu života - vracíme se do stagnace.

Co je tedy konečným produktem tvoření? Když jsme se vynadávali do zrcadla sebezpoznání, přinášíme svůj výtvar zpátky přes úroveň osobnosti, záměru, až do našeho hlubšího Já. Jak se tvůrčí síla postupně vrací zpět, v každé dimenzi se něčemu naučíme. Toto učení začíná ve fyzickém světě, klesá k psycho-noetickému světu pocitů a myšlenek do noetického světa čistých idejí, dál dolů do světa záměru a potom do naší esence. *Výsledek našeho tvoření je destilovaným extraktem esence našeho jádra.*

Tento tvořivý proces probíhá nepřetržitě. Vytváříme tak stále více esence jádra. V každé části našeho života se nacházíme v určitém místě této vlny tvoření. Domnívám se, že se po celý čas pravděpodobně nacházíme ve všech částech pulzu, ale v různých oblastech životních prožitků a zkušeností.

Jsme obklopeni pulzací univerzální vlny tvoření, která námi proniká. Jsme z ní stvořeni, jsme jí a ona je námi. Proudí námi a my proudíme skrze ni. Není tam



konce ani začátku. Tvoříme a jsme tvořeni. Není nikdo, kdo by tento proces spouštěl. Je pouze kreativní vlna života, která se nepřetržitě rozvíjí a zavínuje, roztahuje a stahuje. V rozvinutí je čas vytvářen, v zavínutí se čas ztrácí. David Bohm, renomovaný fyzik, to nazval implicitním řádem.

Kreativní vlna začíná zastavením, potom se rozvine ven z hvězdy jádra přes dimenze, které jsou nad ní, do fyzicky manifestovaného světa a rozšíří se ještě dál, až dosáhne univerza. Expanze se zpomaluje, zastavuje a mění ve stagnaci. Zlaté nitě nového tvoření jsou již zatkané do všeho, co se ve vesmíru nachází, a prochází celým manifestovaným světem. Tady je v kontaktu vše, co se má sloučit. Při tomto splynutí se vytváří láska. Láska zůstává. A potom následuje dlouhá cesta stažení se do sebe, návrat kreativní energie přes čtyři dimenze zpět do hvězdy jádra. To, co jsme vytvořili a naučili se, přinášíme zpět do individuálního Já. Většina z nás nedopřeje v kreativní vlně dostatek času pro část stažení se. Vlna tvoření obsahuje dvě fáze stažení se: jednu před expanzí, kdy se stahujeme a splýváme s naším nejhlubším Já, a druhou po ní, kdy se spojujeme a splýváme s jinými.

Při první potřebujeme čas pro sebe, abychom se sjednotili s tím, kdo jsme a co jsme v minulosti vytvořili. Potřebujeme zůstat o samotě, abychom se našli, potřebujeme se soustředit na sebe a pouze být. Je to čas vyměřený jenom ke shromažďování síly, bez toho, abychom cokoli konali.

Druhý typ zastavení vyžaduje čas, který strávíme s ostatními tichým neverbálním spojením, abychom mohli prožít ten úžas zázraku přítomnosti někoho jiného. Můžeme k tomu dojít různými způsoby, například v tichém souznění dvojice nebo při meditaci ve velké skupině anebo jenom tím, že s někým jsme bez toho, že bychom se čímkoliv zabývali.

Ve většině případů nám více vyhovuje expanzivní část kreativní vlny. Radujeme se z obrovského množství energie vycházejícího směrem ven a cítíme, že jsme úžasní. Užíváme si toho, že jsme vyrazili do světa, a prožíváme dobrodružství učení se. Připadá nám vzrušující chodit na semináře nebo malovat obrazy. Když se podíváme do tvůrčího zrcadla, ve kterém se odrážíme, cítíme, že jsme hodně vysoko - chtěli bychom takhle zůstat navěky. S tímto pocitem vstupujeme do stavu stagnace, který následuje po expanzi, a klademe odpor změně, která zákonitě musí následovat.

Odmítáme se vrátit dolů a do svého nitra. Je důležité si pamatovat, že potřebujeme dát stejný čas a věnovat stejnou pozornost tiché tmě zastavení se uvnitř, které následuje. Mnohým z nás se to nelíbí. Nemáme tento stav rádi. Po dokončení velkého expanzivního projektu se často dostáváme do depresí. Je to tím, že jsme neporozuměli přirozené kontrakci tvořivého procesu a nevíme, že je nutné ho uctít a oslavit v celé jeho plnosti.

Fázi tvůrčího principu, ve které dochází k zavínutí a stahování se do sebe, vzdorujeme nejvíce. Toto stadium totiž obvykle vyvolává negativní pocity o sobě samém. Dovolte mi vysvětlit, proč k tomu dochází.

Ve fázi expanze prochází naším tělem a energetickým systémem velké množství energie. Tato silná energie přináší do temnoty našich energetických bloků světlo, které jim vrací život a uvědomělé vědomí. V důsledku toho se bloky uvolňují a začínají se pohybovat. Energetické vědomí v nich prožíváme jako součást procesu uzdravování či osvětlení. Zjednodušeně by se dalo říci, že se ve fázi expanze cítíme velmi dobře - máme nové znalosti, vytvořili jsme něco nového a jsme na to hrdí. Ale toto nové

poznání nám přináší i jasnější pohled na naše chyby a omyly. Když se zaměříme pouze na zrcadlo nových výtvorů, je nám fajn. Jakmile se ale naše pozornost zaměří dovnitř, začneme vidět chyby, kterých jsme si předtím nevšimli. Problém je v tom, že začneme sami sebe odsuzovat a odmítat pro to, co jsme teď v sobě objevili. Toto odsuzování zvyšuje naše negativní pocity o sobě, a ty my nechceme prožívat.

Když se pak vracíme zpět do sebe přes druhou úroveň aurického pole, kde se nacházejí naše pocity o sobě, nechceme v jejich přítomnosti zůstat. Proto odmítáme fázi kontrakce. Pokoušíme se zastavit zavíjející se pulz vlny nebo uskočit stranou -přerušujeme kreativní proces. Ale jakmile to uděláme, odpojujeme se od toho, co jsme vytvořili. Buď to odhodíme s tím, že to pro nás nemá hodnotu, nebo odvrhneme s tím, že jsme to dělali pro někoho jiného. Nakonec uvěříme tomu, že jsme tvořili pro někoho jiného, ne pro sebe. Jako kdybychom nabyli přesvědčení, že vytvořit něco pro vlastní radost, pokud z toho ostatní nemají nějaký užitek, je něco špatného. To přináší další bolest.

Důvodem, proč se mnozí z nás tvůrčím činům vyhýbají, je to, že nevědí, jak kreativní proces uzavřít přenesením svých výtvorů zpět do svého nitra a uctěním sebe sama za to, co se nám podařilo vytvořit. Proces uznání a ocenění sebe sama je právě pohlédnutím do zrcadla odrážejícího naši manifestaci a slouží k rozpoznání individuálního božství v nitru každého z nás. Tato fáze kreativního procesu je opravdu důležitá. Potřebujeme se naučit, jak prožívat fázi stahování se pozitivním způsobem. Heyoan říká:

\*\*\*

**Stažení znamená sestoupení do sebe, k moudrosti, která je v nás od věků. Po významné zkušenosti či silném prožitku, jakým je například velký úspěch nebo i léčení, dochází tak do tří dnů nebo možná i dříve, převážně automaticky ke kontrakci. Je potřeba, aby nebyla vnímána jako negativní. Je to zkušenost, při které vstupujete do svého nitra, abyste rozpoznali své Já a objevili svou další zemi, další vnitřní horizont, odhalili další zakázanou komnatu. Právě v tomto místě naleznete nový život. Jestliže po každé expanzi najdete víru, a věnujete čas tomu, abyste se ponořili do svého nitra, usadili se v tichu svého Já a znovu seznali, kdo jste na nové úrovni, potom bude k expanzi docházet převážně automaticky. Jestliže necháte kontrakci, aby přirozeně proudila a zanesla vás do vašeho nitra, a budete na to nahlížet pozitivně, nebude potřeba vytvářet ve vašem vnějším životě negativní zkušenosti, prostřednictvím kterých byste k sestoupení do sebe byli donuceni.**

**Z výše uvedeného vyplývá, že když si po expanzi ponecháte nějaký čas, zanesse vás pozitivní proudění do vašeho nitra automaticky. Tam naleznete bod ticha, ve kterém zůstanete usazení v černé sametové tmě uvnitř sebe sama, ve tmě, která se hemží nediferencovaným životem čekajícím na své zrození do manifestovaného světa. Tato temnota leží ve hvězdě vašeho jádra. Odsud život jako Fénix znovu povstává. Je to vaše nové Já, které se zjevuje s dalším aspektem esence vašeho Bytí, kterým jste ho obohatili.**

\*\*\*

Ne vždycky kreativnímu pulzu dovolíme, aby skrz nás prošel bez překážek, protože se obáváme prožitku, který s sebou nese. Přináší životní zkušenost a změnu.

Z obojího máme strach. Věříme, že to může být nebezpečné, a proto pulz zablokujeme. Stáhneme se do obrany a utečeme z „tady a teď“.

Heyoan měl nedávno přednášku o naší volbě obrany a o tom, jak tato volba vytváří cykly uzdravování v našem životě. Nazval ji „Komu sloužíte?“

## **KOMU SLOUŽÍTE** podle Heyoana

**Usaďte se ve svém středu a zaměřte se na sladění svého pole: spojte se se zemí, srovnejte linii hara, projděte každou čakru a vyčistěte ji, přeneste vědomí do každé úrovně pole a postupujte krok za krokem do jádra svého Bytí. Položte sami sobě otázky: „Komu sloužím? Proč jsem přišel na Zem? Nejen z krátkodobého, ale i z dlouhodobého pohledu.“**

**Z perspektivy časoprostorové kontinuity tvoříte zjevně lineárním způsobem, ve kterém okamžik následuje za okamžikem. Tyto tvůrčí činy sledují linii vašeho záměru. Každý váš čin, každá vaše volba odráží vaše rozhodnutí, komu chcete sloužit. Když jste přítomni v rozvinutém okamžiku, zůstáváte ve spojení s energiemi jádra a s účelem tohoto okamžiku. To znamená, že energie z vašeho jádra proudí volně, nenarážejí na žádné překážky. Vytváříte ve svém životě radost a štěstí. Sloužíte božskému v sobě - svému jádru.**

**Když jste nepřítomní, nejste tady a teď, třeba když použijete obranu, nejste v přímém spojení s energiemi, které vycházejí z hvězdy jádra. Nesloužíte svému kreativnímu jádru. Jestliže se rozhodnete „chránit sami sebe“ tím, že se začnete bránit, potom sloužíte iluzi, že obrana je nutná. Obrana vás vytrhne z rozvinutého okamžiku. Pokouší se nechat čas zamrznout. Chce řídit a kontrolovat běh událostí tak, aby mohla zastavit to, co se děje, nebo zabránit, aby k tomu došlo. Záměr zastavit tvořivý proud se nazývá negativním záměrem. Je to úmysl zapomenout.**

**Neříkáme to jako výtku. Částí vašeho životního úkolu je naučit se odejít od svých obranných systémů a zůstat usazen ve svém středu. Když se začnete bránit a tvoříte z této pozice, vytváříte lekce, kterým se později budete muset naučit. Tyto lekce vás budou během času vracet zpět k jádru vašeho Bytí. Dá se na ně nahlížet jako na cyklus léčení neboli uzdravování.**

**Váš systém uzdravování nebo cyklů učení je zabezpečen proti selhání. Je to systém, který jste vynalezli. Obviňování tohoto systému je dalším krokem směrem od vašeho Božského záměru a smyslu jádra. Vytváříte nový koloběh. I tento sekundární okruh je však cyklem léčení. Cykly uzdravování, které mohou být považovány za primární nebo sekundární, vytváříte ve svých tvůrčích činech svými díly.**

**Okamžik za okamžikem, jak kolísáte mezi jasným pozitivním záměrem a záměrem negativním, vytváříte nejdříve radost a štěstí a potom více cyklů léčení, prostřednictvím kterých vstupujete do procesu uzdravování. Jedno podporuje druhé. Čím více je v životě radosti a štěstí, tím mohutnější**

je základ, na kterém budete spočívat při své cestě cykly učení a uzdravování. Čím více se naučíte, tím více víry v cykly uzdravování budete mít. Čím více cílů dosáhnete, tím více radosti a štěstí vám to přinese. Tento nepřetržitý proces vytváření životních zkušeností vám bude přinášet čím dál víc radosti a štěstí !

Jsem tady dnes proto, abych vám sdělil, že není třeba, aby cykly léčení byly tak bolestné. Přirozený proces uzdravování se skládá z principů expanze, kontrakce a klidu. Mnoho problémů, které máte, pochází z nepochopení procesu tvoření. Nevíte také, jak při něm být sami sobě nápomocni. Nové cykly lekcí, které před vámi leží, pro vás budou snazší, jestliže vytrváte v pravdě o sobě; v pravdě o tom, kdo v daném okamžiku jste, co jste schopni v té chvíli udělat a co je správné, abyste udělali.

Za nedostatkem sil zůstat v každém okamžiku sám sebou leží nedůvěra. Odmítáte fázi stahování se, protože usuzujete, že pro vás bude velmi bolestivé jí projít.

Zvažte možnost, že kontrakce je definována jako návrat do nitra, přinesení a přijetí všech pokladů, se kterými jste byli v kontaktu, když jste byli ve stavu expanze svého vnitřního Já. Tyto dary umístěte na oltář ocenění se za to, co jste dokázali.

Kontrakce znamená usadit se uprostřed těchto darů, v tom, čemu jste se naučili, a předat je svému vnitřnímu dítěti. Položte mu je k nohám a řekněte: „Podívej, co jsem ti přinesl z vnějšího světa.“ Stejně jako dospělí, matka nebo otec přinášejí svému dítěti dárky, kontrakce obdarovává dítě vnitřní. Jednou z krásných tradic ve vaší kultuře je, že když rodiče někam odjedou, přinášejí dětem při návratu domů dárky. To není dar pouze pro jejich vlastní fyzické děti, ale také pro jejich dítě vnitřní. Vnitřní dítě častokrát ocení dárek stejně jako dítě fyzické a někdy se z něj dokonce raduje víc, což jste bezpochyby sami zažili. Potěšte tedy těmito dary své vnitřní Já.

Nacházíte-li se ve fázi stažení se, poté co jste v expanzi prošli nějakým silným životním prožitkem nebo hlubokým učením, přijměte i poučení z kontrakce. Jestliže jste prožili bolest, dovoďte také jí, aby byla vaším učitelem. Neskrývejte ji, nenuťte se do obrany, která by bolest zahnila do úkrytu. Při svých činech vycházejte z tohoto postoje. Jakmile budete něco skrývat, vaše práce nebude vyjadřovat celou vaši esenci. Nebude to úplné. Tím, že při práci nebudete zapojovat obranné systémy, posunete se do stavu radosti.

To, o co vás teď chci požádat, je vsutku těžké. V určitém smyslu po vás chci, abyste přestali dělat to, co jste se naučili používat k vytvoření pocitu bezpečí v situacích, o kterých jste se domnívali, že vás mohou ohrozit. Vašemu jednání rozumím a mám s vámi soucit. Vždyť jsme tu pro vás, jsme s vámi. Procházíme s vámi kreativní vlnou. Když se léčitel pohybuje vlnou tvoření v každém okamžiku s vámi, což jste mohli někdy zažít při léčebném sezení, není bolest tak velká. Je to jenom vlna života vyjadřující sebe sama.

Takže, když jsem položil otázku „Komu sloužíte ?“ myslel jsem na to, že ten, komu sloužíte, je Bůh nebo Bohyně ve vašem nitru. Takže sloužíte hvězdě

svého jádra, středu svého Bytí, vyjádření pravdivé individuality Boha. A tak, když před vámi přistě bude ležet otázka, co dělat dál, kam jít a co říci, přesuňte se do středu v sobě. Jestliže při této cestě potkáte své zraněné vnitřní dítě, vezměte ho do náručí a pokračujte do hvězdy jádra s ním.

Když se dostanete na místo, nechte v sobě jádro narůst a rozšířit se. Potřebujete-li pár okamžiků předtím, než začnete odpovídat na nějakou otázku nebo se věnovat nějaké činnosti, dopřejte si je. Jen tak můžete zůstat ve spojení se svou pravdou, ať už se na vnější úrovni (ve vnějším světě) děje cokoli.

Prostě řekněte: „Teď potřebuji chvíli času. Potřebuji se zabývat jen sebou, abych věděl, ve které fázi se nachází má kreativní vlna. Když to zjistím, budu s vámi moci komunikovat. Ale než k tomu dojde, nejsem schopen komunikovat ani sám se sebou. Tak jak bych mohl komunikovat s vámi?“

Nejdokonalejší jste v okamžiku, kdy jste plně přítomni tady a teď, jste sami sebou a jste sladění se svou kreativní vlnou. Také se světem jste nejlépe synchronizováni. Pokud vaše dny plynou tak hladce, že se tomu až divíte, je to právě proto, že jste s vaší vlnou tvoření - expanzí, zastavením, kontrakcí, zastavením - v úplném souladu. A jisté je, že když jste sami sebou, jste v jednotě s vesmírem, se vším, co se zde nachází, s Božstvím, které je zjevené ve všem fyzickém, stejně jako ve spirituálním. Je to ta nejpřirozenější forma. Je to to, co opravdu jste. Je to to, co jsme my. Jste částí nás a my jsme částí vás.

Když jste sestoupili do zemského plánu, který s sebou nese jak radost, tak žal, pozapomněli jste na pravdy, o kterých jsem mluvil. Rozdělili jste se do duality a své průvodce jste zanechali ve spirituálním světě. My, vaši spirituální průvodci, můžeme být považováni za někoho, kým se vy jednou stanete. Ale vždyť vy už námi vlastně jste. Jste i někým víc. Když svého spirituálního průvodce vysoce oceňujete, uvědomte si, že on nebo ona jste vy. V části vás, která se inkarovala, je jen o trochu víc zapomínání, než se manifestuje v průvodci. To je jediný rozdíl. A my jsme vždy s vámi, abychom vám to mohli připomenout a vrátit vás do synchronicity. To je podstata naší práce. Je to dar, který vy přinášíte zemi, a dar, který my přinášíme vám.

Když postupujete procesem léčení, kráčíme vedle vás. Jsme blízko, ve vašem nitru. Procházejte procesem tvořivým způsobem, který je vám vlastní. Tím, co pro vás má uchystáno ve vašem nitru vaše tvořivá síla, budete potěšeni nejvíce vy sami.

\*\*\*

## **Sebeuzdravování pomocí toho, že jsme sjednoceni s pulzem kreativní vlny**

Léčit neboli uzdravovat se a zůstat ve zdraví znamená být si neustále vědom své kreativní vlny a jít s ní. Znamená to být přítomen v každém okamžiku. Znamená

to být neustále tím, kdo jsme. Vědomě následovat pulz života při jeho pohybu přes čtyři dimenze tvořivé energie. Můžeme s ním být v každém okamžiku jeho pohybu jednotlivými úrovněmi aurického pole.

Na závěr této kapitoly bych ještě ráda uvedla meditaci, se kterou nás seznámil Heyoan na konci výukového programu 1989-1990. Cílem této meditace je, abychom zůstali v pevném spojení se svou kreativní vlnou při tom, jak námi prochází. Přináší nás do našeho živoucího, svobodného a kreativního středu. V něm se stáváme pulzem života.

## **ROZVÍJEJÍCÍ SE JÁ** podle Heyoana

**Naslouchejte hudbě svého nitra, která zpívá, kdo jste. Prociťujte světlo, které ve vás narůstá, které je v každé buňce vašeho těla. Spojte se se zemí a s účelem vašeho pobytu zde. Jaký úkol před vámi přesně v tomto okamžiku leží? Kvůli čemu přicházíte a co se v této chvíli máte naučit? Namísto přemýšlení o tom, co musíte udělat v dalším okamžiku, zůstaňte v tom přítomném, který se rozvíjí ve vašem nitru. Usad'te se v jasném míru uvnitř každé buňky svého těla. Nezůstávejte u toho, kým si přejete být. Buďte tím, kdo doopravdy v tomto okamžiku jste.**

**Když budete procházet expanzí, potom zastavením ve společenství a dál v kontrakci spouštěním se do svého Já, následujte stále svou vlnu. Vrstvou bolesti, kterou tam najdete, jenom projděte ke svému vnitřnímu dítěti. Vezměte je do náručí, jděte dál, hlouběji k jádru svého Bytí, ke své individualitě. Ponořte se ještě hlouběji do černé tmy uvnitř svého Já. Vychutnejte si tuto temnotu - představuje vaše možnosti, váš potenciál. Temnota je plná veškerého pulzujícího, vibrujícího a ještě nezrozeného života. Vládne zde nekonečný mír. Pohodlně se v ní usad'te. Není prázdná, i když z vaší osobní úrovně by to tak mohlo vypadat. Čím více se do ní ponoříte, tím více života naleznete. Jenom se odevzdejte bezpečí a půvabu tohoto místa a odpoutejte se od všech vazeb.**

**Když ale nastane ze zdánlivé nicoty pohyb směrem ven, nechte se unášet expanzí pulzu života naplňující prostor manifestovaným životem a pochopením. Při tom, jak budete stoupat nahoru, pocítíte, že se pulz života pohybuje přes úroveň vašeho aurického pole. Tam je úroveň, kde opět začíná mysl. Budete pokračovat dál a projdete všemi úrovněmi pole a všemi svými osobními zkušenostmi uvnitř každé z nich. Prožijete manifestaci života a kreativní proces. Expanze pokračující směrem ven nezná meze. Nechte plout vědomí s pulzem tak daleko, jak je to možné. Vězte, že pulz dosahuje až do vesmíru. Omezují vás jenom vaše představy. Přeneste své vědomí do tohoto procesu. Při expanzi se s vámi rozšiřuje ve všech směrech jako koule až tam, kam se dostanete vy. Rozšiřuje se a dosahuje do nekonečného vesmíru. Tam jste ve společenství se vším, co je vně nebo zdánlivě vně vás. Je to místo sjednocení, splnutí. Usad'te se tam. Začne-li se vaše kreativní vlna stahovat, jenom ji následujte.**

**Expanze a kontrakce probíhá v každém okamžiku. Je to pulz složený z mnohonásobných expanzí/zastavení a kontrakcí/zastavení. Obsahuje pulzy rychlé a pulzy pomalé. Pulzy, které jste vědomou myslí nebyli schopni nalézt, pulzy pro vás nepředstavitelné.**

**Vracíte-li se směrem dovnitř, musíte znovu projít přes každou úroveň aurického pole. To, co jste se naučili, přenášíte zpět všemi úrovněmi - celou osobností, aby nové dary mohly vnést světlo do vaší osobnosti. Toto světlo zaplavuje vaše aurické pole a části vaší bytosti, které stagnují uvnitř negativních představ, se jím naplní. Když se světlo poprvé dotkne toho, na co jste zapomněli, pocítíte častokrát bolest. Vybavují se vzpomínky, kterými se uvede do pohybu energie a ztuhlé energetické vědomí. Když se na začátku procesu budete pohybovat přes emocionální úroveň pole, budete pocítovat bolest emocionální. Nezastavujte tento pohyb. Pokračujte, abyste tam přinesli světlo a ozářili všechna svá zklamání. Projděte všemi strachy, smutky, bolestným trápením a zoufalstvím, které jste ve svém životě zakusili.**

**Budete-li pokračovat s pulzem směrem dovnitř a dolů a přinášet světlo a pochopení, že jste jedno se vším, co se tam nalézá, stanete se i svou bolestí. Spojíte se v jednotě i s těmi, kteří se na vaší bolesti podíleli, a tak dojde ke splnutí duality, která mezi vámi a jimi zjevně existovala. Takto se rodí láska. To, čeho se světlo dotkne, vytvoří lásku. Spojení mezi vámi vytvoří lásku. Jak se vnořujete hlouběji do bolesti a strachu a procházíte jimi, proces sjednocování se s ostatními účastníky událostí začne vytvářet lásku. Přineste ji až dolů ke svému vnitřnímu dítěti a položte mu ji k nohám. Láska se dotkne prvotního zranění dítěte a léčí ho. Pokračujte ještě hlouběji, do hvězdy jádra, do esence toho, kdo jste. A ještě jednou se usadte v temnotě a přidejte do svého vnitřního světla novou zář. Jenom sedte v milosrdenství a slitování - tak jste ve spojení s velkou matkou - a opět se zrodí láska.**

**Později začne pohyb směrem ven. Dítě, které je plně nasyceno, odchází - jeho pohár přetéká. Zrozené z lásky stává se samo sebou. Procítuje své individuální Já a své tělo. Ví teď miluje sebe sama. Má pro sebe víc pochopení a zná svou hodnotu. Ví o svém významu a důležitosti, pocítuje lásku k ostatním a pokračuje ve své cestě ven. Láska k ostatním vyvolává lásku k němu. Dítěti se od ostatních dostává lásky a potvrzení. Posiluje ho to, když se jeho vědomí rozšiřuje do Boží vůle. Procítuje svou celistvost a božství a vstupuje do spirituální extáze. Ve spirituální extázi prochází pochopením dokonalosti modelu a znalostmi Boží mysli. Pohybuje se směrem ven, daleko do univerza, až k tomu, kdo bývá nazýván Otcem, a opět prožívá sjednocení. Vnitřní Já se pohybuje zjevným vesmírem vytvářejíc při své cestě víc života. Přináší dary svého individuálního Já.**

**Proces tvoření tedy probíhá takto. Rozpouští dualismus. Znamená to, že svět kolem vás si vytváříte vy sami: prostřednictvím expanze, zastavení a sjednocení s vesmírem okolo vás; prostřednictvím kontrakce, zastavení a spojení se se svou vnitřní individualitou. To rozvíjející se Já jste vy.**

\*\*\*

## ZÁVĚR

V této knize bylo řečeno mnohé o vytváření vlastní reality a jejím spojení s naším zdravím a pohodou. Vysvětlili jsme si, že kreativní energie vychází z našeho jádra a impuls ke tvoření z radosti a štěstí. Popsali jsme způsob, jakým postupují kreativní vlny energií, vynořující se z jádra našeho Bytí na své cestě do fyzického světa. Ukázali jsme, že když energie tvoření prochází do fyzického světa volně a nenaráží na žádné překážky, vytváří v našich životech zdraví, radost, štěstí a naplnění. Pokud dojde k přerušení, zablokování či deformaci jejího proudění, následují negativní zkušenosti a onemocnění. Nemoc je důsledek blokování kreativní síly. *Nemoc je blokována kreativita.*

Každá negativní zkušenost je životní lekcí vytvořenou k tomu, aby nás dovedla k pravdě. Na každou takovou zkušenost může být nahlíženo jako na cyklus uzdravování, přivádějící nás do hlubokých úrovní našeho Já, na které jsme po dlouhou dobu zapomínali.

Energie tvoření automaticky prýstící z jádra se pohybuje buď přímo, aby přinesla do našich životů více radosti, nebo se někam odklání a vytváří cykly léčení. Buď jedno nebo druhé: buď plně vyjádříme esenci svého jádra v radosti a štěstí, anebo vstoupíme do cyklu léčení. Ten nám poskytne více sebeuvědomění, což nakonec také přinese větší vyjádření esence a následně více radosti a štěstí do našich životů. Toto je nové paradigma pro devadesátá léta.

Na spirituální úrovni se vždy jedná o volbu mezi láskou a strachem. Takto se rozhodujeme v každém okamžiku života, ať už si toho jsme či nejsme vědomi. Je to volba mezi obranným postojem a nebráněním se, mezi tím, být se vším ve spojení jako individualita, nebo být oddělen. Zvolíme-li si lásku, znamená to, že dovolíme esenci jádra, aby vyzařovala. Možná se proto ještě neumíme v tomto okamžiku rozhodnout. Až si příště zvolíme lásku, bude to znamenat přijetí všeho, co s sebou stav lidské bytosti nese. Rozhodneme se pro cestu vedoucí prostřednictvím životních lekcí či cyklů léčení k narůstání uvědomělého vědomí.

Každá ze zmíněných možností má svou cenu. Zvolit si životní lekcí nebo cyklus léčení je hodno úcty. Vždyť naše volba existovat ve fyzickém světě je volbou těmito cykly procházet. Vyžaduje to značnou dávku odvahy. Zasloužíme si úctu a jsme velmi stateční, že jsme tady. Heyoan říká, že jediný důvod, proč jsme tady, je to, že se pro to v každém okamžiku rozhodujeme. Nenutí nás k tomu žádný Bůh zvenčí, žádná stará karma. Lidské podmínky si volíme sami. Součástí naší lidské existence je také to, že v bodě evolučního vývoje, ve kterém se nacházíme, nejsme vždy schopni vyjádřit svou esenci. Nevíme, jak to udělat. Ještě jsme se nenaučili věčné lásce, ale jsem si jistá, že jsme na tom už udělali pěkný kus práce. Cítili jsme, že pobyt na zemi pro nás má velkou cenu, a proto jsme tady. Všichni toužíme po tom, abychom se stali lepšími, a doufáme, že se nám to podaří. Jsme tu dy proto, abychom se učili, kdo jsme, a to na všech úrovních.



Proces léčení znamená dovolit světlu, aby se vynořilo z hvězdy vašeho jádra. Čím více bude vaše pravdivá podstata naplňovat každou buňku vaší bytosti, vašeho fyzického těla, tím budete zdravější a šťastnější.

(7/1)

## DODATEK A

### **LÉČEBNÉ SEZENÍ S RICHARDEM W.**

Ráda bych vám ukázala, jak vypadá mé léčení. Pro ilustraci jsem si vybrala léčebné sezení s lékařem, kterému budu říkat Richard. Na začátku obvykle s pacientem vyplním vstupní formulář a promluvíme si spolu. Richard byl ale zvědavý na mou práci a nechtěl mi poskytnout žádné vstupní informace. Chtěl vyzkoušet, zda vyšší smyslové vnímání a léčení vkládáním rukou funguje a mohlo by mu pomoci. S výsledkem byl spokojen a zápis z léčebného sezení poskytl svému lékaři dr. George Sarantovi. Doktor Sarant porovnal výsledky testů a diagnózy stanovené v lékařských zprávách s informacemi čtenými pomocí vyššího smyslového vnímání v průběhu sezení. Odpovídalo to.

### **Zápis z léčebného sezení s pacientem Richardem W.**

*(Richard a Barbara sedí na židlích proti sobě ve vzdálenosti asi 150 cm.)*

**BARBARA:** „Potřebujete hodně posílit spodní část těla, první čakru a pánevní oblast. Metabolismus cukru také není úplně v pořádku, máte nedostatečně fungující štítnou žlázu a pravděpodobně potřebujete pročistit játra. V tenkém střevě je nějaký problém s přijímáním živin. Nefunguje tak dobře, jak by mělo. Netrpíte zácpou ?“

**RICHARD:** „Ne. “

**BARBARA:** „Bylo by potřeba, aby vaše kostrč byla pružnější. Víte, kostrč a týl by se měly při dýchání pohybovat. To bude zřejmě důvod toho, že spodní pŕlka těla je slabší, než by měla být. Taky to bude souviset s vaší charakterovou strukturou. (Charakterovou strukturou podle bioenergetické terapie, která se vztahuje ke stavbě fyzického těla a psychickému ustrojení - pozn. překladatele.) Ale hlavní příčinou oslabení bude kostrč - není dostatečně pružná. Budu se tomu věnovat. Pátá a první čakra se zdají být ovlivněny v první řadě masochistickou charakterovou strukturou. Ráda bych přednostně pracovala na problému třetí čakry, který vznikl zřejmě jako následek nějakého dětského prožitku. Jsou to staré věci týkající se vaší matky a otce. Následkem toho je tato oblast vašeho těla nejslabší.“

Víte, myslím, že by pro vás nebylo těžké naučit se vidět do těla. Vaše třetí oko je hodně otevřené - máte tam hodně energie. Nechcete to zkusit? Zabýval jste se tím už někdy?"

**RICHARD:** „Jenom trochu. Ale někdy vidím věci, o kterých si nejsem jistý, zda jsou skutečné, nebo ne. “

**BARBARA:** „Když si nejste jistý, zda jste něco viděl v těle nebo si to pamatujete z učebnice, je dobré zaměřit se na anomálie, které v knihách nebývají popsány. Asi jste také pitval. Tyto poznatky byste měl také oddělit. Když se podíváte do těla, budete hledat věci, které jste nikdy předtím neviděl a které by vám mohly pomoci.

Nevím, jestli je to normální nebo ne, ale pravá strana štítné žlázy je trochu menší než levá. Byl byste tak laskavý a uvolnil si kravatu? Potřebuji se podívat na srdce, zda tam jsou nějaké změny, a trochu špatně tam vidím.

Neprožíváte nějaký stres? Hodně pracujete, že?"

**RICHARD:** „Nic zvláštního. Našla jste tam něco?"

**BARBARA:** „Teď zrovna ne. Musím jít do větší hloubky. Vidím, že jste ve stresu.“  
(*Přestávka - vyšetřování srdce pomocí vyššího smyslového vnímání - Richard W. sedí stále ve stejné vzdálenosti.*)

„Když se dívám na srdce, problém je na pravé straně vzadu. (Vztahuje se to ke spodní části zadní srdeční stěny.) Vypadá to trochu jako... jako kdyby tam svaly byly tužší. Později vám to vysvětlím lépe.“ (Barbara mu v tomto okamžiku neřekla úplně všechno, aby se příliš nerozrušil.)

(Richard W. se položil na stůl sloužící k léčení a Barbara začala pracovat. Uplynul nějaký čas.)

**BARBARA:** „Budu vám říkat, co právě dělám. Je to něco, co jsem ve své knize neuváděla. Zjistila jsem, že existuje hlubší úroveň, než je aurické pole. Nazývá se úroveň hara. Pracují s ní lidé, kteří se zabývají bojovými uměními. Teď budu posilovat bod, který se jmenuje tan tien.

Pro vaši informaci, důvod, proč jsem se vás ptala na zácpu, byl ten, že rovnováha tekutin ve vašem těle není úplně v pořádku.

Když dělám léčení hara, z psychického hlediska dochází k tomu, že celá spodní část těla se uvolní, ve smyslu určitého roztání, rozplynutí a uvolnění bloků. Pravý kyčelní kloub je trochu mimo osu, tak na tom pracuji. Přední část kloubu je zmáčknutá.“  
(*Po chvíli Barbara pokračuje.*)

„Teď pracuji na akupunkturní linii - na meridiánu, který vede přesně tímto místem, a snažím se mu dodat energii... Ještě napravuji vazy. No, druhá čakra je už docela dobře nabitá.

Musím přestavět první čakru. To se provádí ve zlaté úrovni pole v sedmé aurické vrstvě. První čakra směřuje přesně do kostrče. Je posazena do spojení kostrče se sakrální částí páteře. Nebylo tam dost energie. Pokračovalo to nahoru k pravému kyčelnímu kloubu a dál po celé pravé straně těla. “

*(Barbara pokračuje v práci mlčky.)*

„Teď jsem u žlučníku. No, játra nevypadají tak špatně. Jsou mnohem čistší, než jsem myslela. Je tam jedna oblast vzadu dole, kde neproudí energie. Snažím se dostat ze žlučníku něco, co tam leží. Na aurické úrovni se mi to podaří. Nemusí tomu tak nutně být na úrovni fyziologické. Mělo by k tomu dojít přes noc, jak teď slyším od svého duchovního průvodce. Víte, obvykle nepodávám vysvětlení v průběhu své práce, dělám to proto, že jste lékař.“

Už jsem u třetí čakry a pracuji na čtvrté úrovni pole.

Nemáte bratra ? Nebo někoho, s kým jste si byli doopravdy blízcí, když vám bylo tak dvanáct ? Umřel nebo se mu něco stalo ? Spadl ze stromu ? Týká se to nějaké ztráty. Je to na levé straně těla. Vypadá to, že to je bratr. Trauma s ním spojené způsobilo, že ve vaší třetí čakře je jeden vír zesláblý a zasunutý. To je zajímavé. Viděla jsem tuto aurickou konfiguraci už víckrát, ale vždy to bylo spojené s nadváhou." *(Richard W. má nadváhu.)*

„Poprvé se setkávám s tím, že je to spojené s bratrem nebo kamarádem. Psychicky je to spojení s otcem." *(Informace se týká pravé strany solárního plexu.)* „Potom je tam něco s vaší matkou." *(Levá strana třetí čakry.)* „Jak vidím, vztah k otci byl mnohem zdravější než vztah k matce. Více je toho na levé straně aurického pole.“

Teď se právě snažím dostat celou oblast opět k sobě. Třetí čakra je v blízkosti slinivky břišní roztržená. "

**RICHARD:** „Týká se to vztahu s matkou ?“

**BARBARA:** „Ano. Začínám na tom pracovat (pomocí léčivé energie) - spojuji třetí čakru opět dohromady. Kdybych na tom pracovala delší dobu, dostávala bych se stále do hlubších vrstev. Ale já to chci jenom spojit dohromady na první úrovni pole. Posílí se tím celá oblast." *(Po chvíli Barbara začne pracovat v těchto místech s léčivými zvuky.)*

„Teď to ovlivňuje víc druhou vrstvu, která je jasnější a svěžejší. "

*(Barbara potichu dokončuje léčení a odchází. Richard W. asi patnáct až dvacet minut odpočívá. Potom Barbara znovu přichází a začnou diskutovat o léčení. Obvykle se hned po léčebném sezení všechno tak důkladně neprobírá, protože klient potřebuje odpočinek. V tomto případě, vzhledem k tomu, že Richard W. je lékař, je tomu jinak.)*

**BARBARA:** „S přestavěním třetí čakry a reaktivací energií pocítíte úlevu v oblasti srdeční čakry. Víte, vaše srdce se snažilo pracovat za dva. "

**RICHARD:** „Viděla jste něco okolo mé srdeční čakry ?“

**BARBARA:** „Ano, je tam něco, co jsem vám ještě neřekla. Oslabení slinivky zasáhlo levou ledvinu. Všechny vnitřní orgány mají svůj pulz, který je, pokud jste zdravý, synchronizován. (Při nemoci tomu tak není.) Minulý měsíc jsem pracovala spolu se svým žákem s pacientem, který měl transplantovanou ledvinu. Museli jsme znovu sladit všechny orgány. Jelikož vaše slinivka na tom nebyla dobře, musela jsem ji znovu sesynchronizovat s játry a ledvinami. Vypadalo to, jako kdyby se byla ledvina energeticky úplně vyčerpala a přitáhla se k pankreatu. Nemyslím fyzicky, ale energeticky. Vrátila jsem ji na místo.“

Potom jsem našla stagnující energii v srdci. Levá strana se zdála být energií lépe zásobená, než pravá. Myslím, že prvotní příčina je někde jinde. Je to oslabení nižších čakr. Oslabení se pak snažíte vykompenzovat přes srdeční čáku. Heyoan (duchovní průvodce) mi říká:, Když jsi spojená se svými pacienty, potřebuješ začít pracovat s nižšími čakrami a úrovní hara. ' Srdce bylo oslabené a hluboko uvnitř ucpané stagnující energií, protože třetí čakra byla roztržená. Srdeční čakra se to snažila kompenzovat. Vzpomínáte si, jak jsem říkala, že právě tudy vede akupunkturní linie ?

Na pravé straně srdce bylo méně energie než na levé. Část energie jsem přesunula. Nepřekvapilo by mne, kdybyste byl to váznutí energie cítil. Další věc, jestliže se obáváte srdeční arytmie, bude to záležitost té třetí čakry. Jiný důvod tam pro to není. Přirozeně nějaké tuky a cholesterol jsem tam také našla. Ale srdce jako takové, když mu pomůžou nižší čakry, bude v pořádku. Musíte opravdu posílit spodní část těla. Třetí a čtvrtá čakra jsou opravené a v důsledku toho se změní vaše vnímání vztahů. Dodala jsem vám hodně síly do úrovně hara, do bodu tan tien a pracovala jsem s kostrčí. Stůjte pevně na nohách, a když pracujete v nemocnici, vnímejte svou úroveň hara a buďte s ní spojen. Namísto toho, abyste byl s pacienty spojen tady (oblast srdce a solárního plexu), vycházejte ze silné úrovně hara. Třetí a čtvrtou čáku můžete používat, to je v pořádku, ale nasadte si přes ně ochranný kryt. Jenom si představujte, že tam máte malý kryt, který vás chrání. To stačí.

Máte ještě nějaké otázky ?"

**RICHARD:** „Co má struktura, mám robustnější vrchní část těla ?"

**BARBARA:** „Ano, jeví se mi to jako masochisticko psychopatická struktura. "

**RICHARD:** „Takže energie neproudí a zůstává zachycená v trupu ?"

**BARBARA:** „Ano. "

**RICHARD:** „Co se týká fyzické stránky, měl jsem před dvěma lety infarkt. Co jste tím myslela, když jste říkala, že srdce pracuje za dva ?"

**BARBARA:** „Srdeční čakra pracovala i za třetí čáku. Vzpomínáte si, jak jsem vám říkala, že svaly na zadní straně srdce byly - no nejpřesněji by to vystihovalo slovo... staré. Nechtěla jsem to tak říci, protože to zní hodně negativně. Ale vypadalo to, jako kdyby tyto svaly - přesně jako je tomu u starých lidí, neměly mezi sebou spojovací tkáň a byly šlachovité a tvrdé. Byly to ty svaly ve spodní a zadní stěně pravé komory - byly jako z tvrdého papíru. Nevím, jestli to s něčím souvisí. "

**RICHARD:** „Je to zjizvená tkáň. "

**BARBARA:** „To je ono. "

**RICHARD:** „Můj kardiolog mi řekl, že vnitřní strana stěny srdce nepracuje dobře. Je tvrdá, protože se jedná o mrtvou zjizvenou tkáň. "

**BARBARA:** „Je to jenom v té části nebo na celém srdci ? Řekla bych, že horní část vypadá podstatně lépe. "

**RICHARD:** *(Ukazuje na zadní část srdce odpovídající oblasti, kterou Barbara četla.)* „Tady je ta mrtvá tkáň, takže kontrakce nemohou pořádně probíhat. Ale říkala jste, že problém je ve skutečnosti dole. "

**BARBARA:** „Ano, oslabená je třetí čakra, je tam také problém s metabolismem cukru. Celá čakra byla roztržená, proto jste se nedokázal dostat dolů, odpočívat a čerpat sílu z tan tienu. Něco jako tai-tchi by pro vás bylo ideální. Co ale pro vás není dobré, když se se svými pacienty spojujete příliš přes srdce. Vaše srdce má už práce víc než dost (oslabení v dolní části), alespoň mně se to tak jeví. Takže vy jste měl před dvěma léty infarkt ?”

**RICHARD:** „Ano, operovali mne. ”

**BARBARA:** „Vy jste po operaci ? Nevšimla jsem si toho. Máte bypass ? Víte, vypadalo to zvláště, téměř jako kdyby celá aorta byla odtlačena v tomto směru (doprava). Posunula jsem ji zpět (na energetické úrovni). Všechnu energii po celé délce aorty jsem zatlačila doleva. Domnívám se, že k tomu mohlo dojít při operaci. ”

**RICHARD:** „Pravděpodobně ano. ”

**BARBARA:** „Tím by mohl být vysvětlen rozdíl v množství energie na pravé a levé straně srdce. ”

Stává se často, že orgány se při operaci posunou z původního místa, na kterém jsou ve struktuře pole umístěny. Jestliže orgány nejsou na svém místě ve struktuře předlohy, nedostává se jim životní energie, kterou potřebují pro své správné fungování. Později u nich dochází k poruchám funkce, protože energetická těla slouží jako vzorová struktura, ve které jsou buňky i orgány vyživované a rostou. Po každé operaci je nutné zasadit fyzické orgány do orgánů energetických a sladit energetická těla s tělem fyzickým. Přesně toto jsem udělala s Richardovou aortou.

Bohužel jsem právě v době, kdy se odehrávalo popisované léčebné sezení, uzavírala svou praxi, abych se mohla naplno věnovat učení a psaní, a tak jsem tohoto pacienta už nikdy neviděla. Bylo by velmi zajímavé sledovat, jak by léčení pokračovalo.

Požádala jsem dr. Saranta o lékařskou zprávu, ve které by uvedl informace o zdravotním stavu Richarda W., které by bylo možné porovnat s mým čtením aury. Zde ji příkládám.

### **Dopis od dr. George Saranta s komentářem k léčebnému sezení Richarda W.**

Vztahy mezi lékaři a léčiteli nebyly v minulosti zvláště produktivní a dějiny vztahů mezi organizovanou medicínou a neortodoxními systémy léčení byly snad ještě horší. Pamatuji si ze svých studentských let na posměšné a znevažující poznámky na adresu léčitelů a jiných systémů léčení, které padaly mezi našimi profesory i spolužáky. Myslím si, že tyto tradiční postoje se začínají měnit. Mezi lékaři najdeme mnohé, kteří k léčitelům své pacienty posílají nebo se dokonce sami léčitelstvím zabývají. Patří k nim například dr. Norm Shealy, dr. Bernie Siegel a dr. Brugh Joy. A to jmenuji jenom ty nejnámější.

Svého pacienta Richarda W., jsem poslal za Barbarou Brennan z několika důvodů. Richard W., který je lékařem, se velmi zajímá o neortodoxní způsoby léčení a práci léčitelů. Richardovi je 37 let, utrpěl rozsáhlý infarkt myokardu a kvůli nepostačujícímu výkonu koronárních tepen mu byl dán bypass. Infarkt zasáhl a poškodil také pravou

síň. Richardův otec umřel ve věku třiceti osmi let. Když Richard onemocněl, určitě trpěl pocity bezmocnosti, protože neviděl žádné východisko ze situace, ve které se ocitl.

Rozhodli jsme se, že nejlepší bude nedávat paní Brennan žádné informace a vyčkat, co nám sdělí sama. Její čtení bylo vsutku tak přesné, až z toho mrazilo v zádech. Neřekla „Aha, to byl infarkt!“, ale úžasně popsala myokard poškozený ischemickou chorobou, tj. popsala srdce postižené koronárním infarktem. Našla také... srdce oslabené a hluboko uvnitř ucpané stagnující energií... Velmi zajímavý byl také její komentář, že... levá strana srdce má více energie než pravá. Ve skutečnosti měl Richard W. poškozenou svalovinu pravé i levé srdeční komory a také pravé síně. Pravá síň byla poškozena nejvíc a tomu odpovídá její popis (šlachovité a tvrdé... svaly ve spodní pravé části srdce). Když se z anatomického hlediska díváte na část srdce, která je více vzadu, vidíte hlavně pravou předsíň a komoru. Kdybychom stáli vzadu za Richardem a mohli mu vidět přes záda, dívali bychom se právě na pravou komoru a síň. Tam byly ty „šlachovité a tvrdé“ svaly. To se prostě nedalo zjistit jinak, než použitím vyššího smyslového vnímání, tj. tak, že do těla viděla.

Ostatní body jsou neméně pozoruhodné: Barbara sdělila, že „metabolismus cukru není zcela v pořádku“, což se stalo klinickým problémem až dva roky poté. Richard má v současné době diabetes mellitus, typ II. Není nezajímavé uvažovat o tom, zda časové opoždění onemocnění, prokázaného klinickým nálezem, nebylo sekundárním důsledkem nějaké manipulace v aurickém poli. Ačkoliv s tím nebyl Richard W. seznámen, existovaly v té době určité biochemické důkazy o lehké dysfunkci jeho jater. Hodnoty testů jaterních funkcí byly nepatrně zvýšené, což potvrzuje prohlášení Barbary („potřebujete trochu pročistit játra“). Její komentář týkající se funkce štítné žlázy potvrzen nebyl. Testy byly v pořádku.

Další části čtení byly správné funkčně, i když ne formálně. Pozoruhodné je porovnávat některá Barbařina čtení se sny nebo s telepatickými informacemi, které jsou někteří lidé schopni obdržet. Někdy jsou téměř úplně přesné. I když celkové vyznění sdělení je nepochybně správné, najdou se tam i drobné odchylky.

Takže: nebyl to Richardův bratr, o kterého přišel, když mu bylo dvanáct, ale byl to jeho otec, který umřel, když mu bylo devět. Ale Richard popsal jejich vzájemný vztah slovy „byli jsme s otcem jako dva bratři“. Myslím, že v určitých oblastech čtení je potřeba ještě udělat nějaký výzkum.

I když Barbara velmi přesně popsala anatomické a fyziologické abnormality pravé komory a síně Richardova srdce, nezmínila se o komoře levé. Mohlo by to souviset s tím, že levá komora je schovaná víc stranou v hrudníku, takže k ní neměla přístup? Otázka vhodná ke zvážení.

Z bioenergetického pohledu měl Richard W. určitě staženou bránci - to znamená, že v této oblasti se nacházel poměrně těžký blok, který Barbara uvolnila a do určité míry odstranila. Taky mne zaujalo, že si povšimla stagnace v srdci, což dávala do souvislosti s tímto blokem. Věřím, že lékaři služeb léčitelů mohou využívat. Chce to mít otevřenou mysl a uvědomit si, že my lékaři nemáme výhradní právo vyjadřovat se k nemoci pacienta. Vyžaduje to od nás pokoru.

I Richard W. měl zajímavé komentáře k Barbařině čtení: byl hluboce pohnut touto zkušeností, i když si vědomě nebyl schopen vybavit, proč tomu tak bylo. Dále mi řekl,

že několik hodin po léčení se cítil strašně unavený a musel si na hodinku zdřímnout. Byla to únava podobného druhu jako po akupunkturním léčení.

Pevně věřím, že postupně bude docházet k dalším konzultacím mezi lékaři a léčiteli. Toto spojení je určitě pro obě strany velmi užitečné.

(7/2)

DODATEK B

## **ODBORNÍCI, KTEŘÍ SE ZABÝVAJÍ PÉČÍ O LIDSKÉ ZDRAVÍ**

### **Lékaři, kteří pracují holistickou metodou**

Jedná se o lékaře, kteří absolvovali studium medicíny na univerzitě (MUDr.) a praktikují některý druh přírodní terapie, např. homeopatii, akupunkturu, zabývají se výživou apod. Vycházejí z předpokladu, že stav úplného zdraví je vytvářen pomocí všech aspektů, které v sobě zahrnuje život. Analyzují výživu, emocionální, spirituální potřeby klienta, prostředí, ve kterém žije, a jeho životní styl. Léčí člověka jako celek, ne jenom jednotlivá onemocnění. Léčení se obvykle skládá z několika druhů terapií v závislosti na jednotlivých aspektech života klienta. Cílem je dosažení plně prožívaného života. Holističtí lékaři s klienty spolupracují a pomáhají jim při procesu sebeuzdravování. Učí klienty, že podstatnou roli v procesu léčení hraje zodpovědnost za vlastní zdraví.

### **Naturopati**

*Jak pracují a čím se zabývají:* Naturopatičtí lékaři praktikují léčení přírodním způsobem. Zabývají se komplexní péčí o rodinu, od přirozeného porodu až ke geriatrici. Naturopati mají licenci v řadě států USA a v několika kanadských provinciích. Absolvovali školení v přírodní medicíně včetně čtyř let postgraduálního studia a dvou let výuky klasické medicíny s nácvikem mnoha přírodních terapií, například hydroterapie, manipulace, přirozeného porodu, homeopatie, akupunktury a léčení bylinkami.

## Osteopati

*Jak pracují a čím se zabývají:* Zakladatelem tohoto oboru, který vznikl koncem devatenáctého století, byl Andrew Still. Jedná se o práci na kostech, která slouží k podpoře přirozeného procesu léčení. Osteopatie pomáhá stimulovat a obnovovat vlastní imunitní systém pacienta a je velmi účinná při léčení autoimunitních onemocnění, například artritídy. Tento systém léčení klade důraz na práci s tělem k napravení chybných struktur a funkcí. Osteopati se specializují na manipulaci se svaly a klouby. Mají stejné vzdělání jako doktoři medicíny s nadstavbou léčení pomocí tělesných struktur a funkcí.

## Chiropraktici

*Jak pracují a čím se zabývají:* Tito lékaři se specializují na napravování páteře. Daniel Palmer, považovaný za tvůrce této metody, s ní začal v roce 1895. Je založena na teorii o podpoře přirozeného zdraví páteřní subluxací. Chiropraktici analyzují a napravují interference spinálních nervů, které mohou vzniknout v průběhu porodu, při mentálním stresu, špatnou výživou nebo vadným držení těla.

## Specialisté na výživu

*Jak pracují a čím se zabývají:* Využívají pro léčení dietu. Určují individuální potřeby pacienta týkající se výživy s přihlédnutím k případným alergiím na určité potraviny tak, aby dieta podporovala léčení onemocnění nebo udržování zdraví. Vytvářejí pro jednotlivé klienty návrhy individuálních, „na míru“ šitých diet včetně potravinových doplňků typu vitaminů a minerálů. Stanovují také, v jakém množství, kdy a jak dlouho mají být užívány. Mnoho běžných onemocnění může být léčeno tímto způsobem.

## Homeopati

*Jak pracují a čím se zabývají:* Otcem homeopatie je Samuel Hahnemann (1755-1845), který ji začal používat v Německu. V průběhu 19. století se homeopatie v Americe stala hlavní přírodní léčebnou metodou. Tento farmaceutický obor pracuje se substancemi z rostlin, minerálů a živočichů. Využívá poznatku, že tyto přírodní substance mohou léčit symptomy onemocnění, které tyto látky vyvolávají, jsou-li podávány v nadměrném množství. To znamená, že když některý lék u zdravého člověka vyvolává příznaky určité choroby, je možné nemocného léčit stejným lékem, ale mnohem menšími dávkami a zvláštním způsobem připravenými. Každý lék je předepisován individuálně podle toho, jak stimuluje imunitní a obranné systémy nemocného člověka. Homeopatie se též nazývá „královskou medicínou“.



## Specialisté na akupunkturu

*Jak pracují a čím se zabývají:* V Číně je akupunktura považována za cestu k zachování zdraví, která stimuluje udržování rovnováhy v těle. Vychází z předpokladu, že elektromagnetická životní síla je rozváděna v těle prostřednictvím sítě meridiánů. Jehličky jsou umísťovány do určitých bodů v místech meridiánů. Jejich působením dochází ke zvýšení nebo snížení energetického toku. Tímto způsobem dochází k odstranění nerovnováhy v těle. Akupunktura nepoužívá vždy stejnou techniku pro léčení stejného typu onemocnění, ale léčí člověka individuálně, jako jedinečnou bytost.

## Specialisté na práci s tělesnými strukturami

*Jak pracují a čím se zabývají:* Pracují se spojovacími tkáněmi (fasciemi) tak, aby prodloužili a vyrovnali tělo s jeho podélnými vertikálními osami. K deformacím a zkroucení spojovacích tkání může dojít následkem reakcí na nehody, emocionální napětí, minulá traumata nebo vzorce pohybu vytvořené v raném dětství a jejich kompenzací. Celé léčení vyžaduje asi deset sezení, při kterých se postupuje od oblastí stažených svalů, nacházejících se na povrchu, k práci s většími částmi těla.

## Specialisté na masáže

*Jak pracují a čím se zabývají:* Masáže se pro léčení využívají již velmi dlouho - od čtvrtého století před naším letopočtem, od časů Hippokrata. Je to druh fyzikální léčby.

Základní filozofií masáží je manipulace s měkkými tkáněmi za účelem zvýšení snahy těla o léčbu sebe sama.

## Psychoterapeuti

*Jak pracují a čím se zabývají:* Psychoterapeuti pracují s klientem na emocionální složce jeho osobnosti, zabývají se traumaty z dětství a ostatními příčinami psychických poruch. Někteří z nich se zabývají také vztahem mysl-tělo.

## Léčitelé

*Jak pracují a čím se zabývají:* Jak jsme se v této knize dozvěděli, pracují léčitelé na vyrovnávání a nabíjení energetického pole člověka. Přitom se mohou nebo nemusí těla dotýkat. Léčivou energií přenášejí buď do celého těla, nebo do jeho určité části.

(7/3)

## O autorce



BARBARA ANN BRENNAN je léčitelkou, terapeutkou a vědeckou pracovnící, která zasvětila více než dvacet let zkoumání lidského energetického pole. Vystudovala obor atmosférické fyziky na univerzitě ve Wisconsinu a pracovala jako vědecko-výzkumný pracovník v NASA, v Goddardově centru kosmických letů. Absolvovala kurz bioenergetické a core-energetické terapie na Institutu pro psychofyzickou syntézu a ve Společnosti pro celostní léčení ve Washingtonu, D. C. Dále mezi prvními vystudovala Institut new age dr. Johna Pierrakose, který je nyní znám jako Institut pro core-energetické metody a nachází se v New Yorku.

Její první kniha *Ruce světla* je považována za jednu ze základních pomůcek pro alternativní léčení. Je zakladatelkou a ředitelkou Školy léčení Barbary Brennan v East Hamptonu na Long Islandu, kde vytvořila čtyřletý osvědčený program pro vědu o léčení. Barbara Brennan pořádá přednášky, organizuje semináře a ukázky léčení po celé Severní Americe i v Evropě.

(7/4)

## Poznámka překladatele:

Práce na překladu této knihy znamenala posun v procesu mého osobního rozvoje a vnesla do mého života mnoho změn. Přehodnotila jsem své názory na mnohé události i vztahy - s něčím jsem se bolestně rozloučila, něco jsem nově objevila a pochopila.

Chtěla bych poděkovat svému manželovi, dcerám Lucii a Andree, mamince své i manželově, svým přítelkyním a všem ostatním za jejich lásku a starostlivost. Bez jejich pomoci a podpory bych překlad nedokončila.

*Nora Kutnarová*

## BIBLIOGRAFIE

- Altman, Nathaniel. *Everybody's Guide to Chiropractic Health Care*. Los Angeles, CA: J. P. Tarcher, 1990.
- Angel, Jack E. *Physician's Desk Reference*. Montvale, NJ: Medical Economics Company, 1983.
- Aranya, Swami Hariharananda. *Yoga Philosophy of Patanjali*. Albany, NY: State University of New York Press, 1983.
- Artley, Malvin N. Jr. *Bodies of Fire, Vol. 1: A Thousand Points of Light*. Jersey City Heights, NJ: University of the Seven Rays Publishing House, 1992.
- Becker, Robert O. *Cross Currents: The Promise of Electro-medicine*. Los Angeles, CA: J. P. Tarcher, 1990.
- Becker, Robert O. - Selden, Gary. *The Body Electric: Electromagnetism and the Foundation of Life*. New York: William Morrow & Co., 1985.
- Berkeley Holistic Health Center Staff. *The Holistic Health Lifebook*. Berkeley, CA: And-Or Press, 1981.
- Berkow, Robert. *The Merck Manual of Diagnosis and Therapy*. West Point, PA: Merc Sharp & Dohme International, 1982.
- Bohm, David - Peat, David F. *Science, Order, and Creativity*. New York: Bantam, 1987.
- Bohm, David. *Wholeness and the Implicate Order*. New York: Routledge Chapman & Hall, 1983.
- Brewster, Letitia - Jacobson, Michal F.: *The Changing American Diet: A Chronicle of American Eating Habits from 1910-1980*. Washington, D. C: Centers for Science in the Public Interest, 1993.
- Bruyere, Rosalyn L. *Wheels of Light: A Study of the Chakras*. Arcadia, CA: Bon Productions, 1989.
- Burnham, Sophy. *A Book of Angels*. New York: Random House, 1990.
- Burr, Harold Saxton. *Blueprint for Immortality: The Electric Patterns of Life*. Essex, England: The C. W Daniel Company, Ltd., 1972.
- Burt, Bernard. *Fodor's Healthy Escapes*. New York: McKay, 1991.
- Campbell, Don, ed. *Music Physician for Times to Come*. Wheaton, IL: Quest Books, 1991.
- Cousens, Gabriel. *Conscious Eating*. Coos Bay, OR: Vision Books, 1992.
- Cummings, Stephen - Ullman, Dana. *Everybody's Guide to Homeopathic Medicines*. Los Angeles, CA: J. P. Tarcher, 1984.
- Diamond, Harvey - Diamond, Marilyn. *Fit For Life*. New York: Warner Books, 1985.
- Dunne, Lavon J. *The Bestselling Guide to Better Eating for Better Health*. New York: McGraw-Hill, 1990.
- Durkheim, Karlfried. *Hara: The Vital Center of Man*. New York: Samuel Weiser, 1975.
- Eisenberg, David. *Encounters with Qi: Exploring Chinese Medicine*. New York: Viking Penguin, 1987.
- Epstein, Gerald. *Healing Visualizations: Creating Health Through Imagery*. New York: Bantam, 1989.
- Estella, Mary. *Natural Foods Cookbook*. New York: Japan Publications, 1985.
- Evans, John. *Mind, Body and Electromagnetism*. Dorset, England: Element Books, 1986.

- Fremantle, Francesca - Trungpa, Chogyam. *The Tibetan Book of the Dead*. Boston: Shambhala, 1975.
- Gach, Michael Reed. *Acu-Yoga*. New York: Japan Publications, 1981.
- Gawain, Shakti. *Living in the Light*. San Rafael, CA: New World Library, 1986.
- Gerber, Richard. *Vibrational Medicine*. Santa Fe, NM: Bear & Co., 1988.
- Goldman, Jonathan. *Healing Sounds: The Power of Harmonics*. Rockport, MA: Element, Inc., 1992.
- Goldstrich, Joe D. *The Best Chance Diet*. Atlanta, GA: Humanics, 1982.
- Gottschall, Elaine. *Food and the Gut Reaction: Intestinal Health Through Diet*. Ontario: The Kirkton Press, 1986.
- Grof, Christina - Grof, Stanislav, M. D. *The Stormy Search for the Self*. Los Angeles, CA: Jeremy P. Tarcher, Inc., 1990.
- Harman, Willis. *Global Mind Change*. Indianapolis, IN: Knowledge Systems, Inc., 1988.
- Harman, Willis - Rheingold, Howard. *Higher Creativity: Liberating the Unconscious for Breakthrough Insights*. Los Angeles, CA: J. P. Tarcher, 1984.
- Hay, Louise L. *You Can Heal Your Life*. Santa Monica, CA: Hay House, 1982.
- Hodson, Geoffrey. *Music Forms*. Wheaton, IL: The Theosophical Publishing House, 1976.
- Hooper, Judith - Teresi, Dick. *The Three Pound Universe*. New York: Macmillan, 1986.
- Ivanova, Barbara. *The Golden Chalice*. San Francisco, CA: H. S. Dakin Co., 1986.
- Jaffee, Dennis T. *Healing from Within: Psychological Techniques to Help the Mind Heal the Body*. New York: Simon & Schuster, 1980.
- Jenning, Hans. *Cymatics*. Basel, Switzerland: Basler Druck an Verlagsanstalt, 1974.
- Karagulla, Shafica, M. D. - van Gelder Kunz, Dora. *The Chakras and the Human Energy Fields*. Wheaton, IL: The Theosophical Publishing House, 1989.
- Kowalski, Robert E. *The 8-Week Cholesterol Cure*. New York: Harper & Row, 1989.
- Krieger, Dolores. *The Therapeutic Touch: How to Use Your Hands to Help or Heal*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall, 1979.
- Kulvinskis, Viktoras. *Survival into the 21st Century: Planetary Healers Manual*. Connecticut: Omangod Press, 1975.
- Kushi, Aveline - Jack, Alex. *Aveline Kushi's Complete Guide to Macrobiotic Cooking for Health, Harmony and Peace*. New York: Warner Books, 1985.
- Kushi, Aveline - Kushi, Michio. *Macrobiotic Diet*. New York: Japan Publications, 1985.
- Lavabre, Marcel. *Aromatherapy Workbook*. Rochester, VT: Healing Arts Press, 1990.
- Levine, Frederick G. *Psychic Sourcebook: How to Choose and Use a Psychic*. New York: Warner, 1988.
- Levine, Stephen. *Healing Into Life and Death*. New York: Doubleday, 1984.
- Lieberman, Jacob, O. D., Ph. D. *Light: Medicine of the Future*. Santa Fe, NM: Bear & Company, 1991.
- Mandel, Peter. *Energy Emission Analysis: New Application of Kirlian Photography for Holistic Health*. Germany: Synthesis Publishing Company, N. d. Markides, Kyriacos C. *Homage to the Sun*. New York: Routledge, 1987.
- Markides, Kyriacos C. *The Magus of Strovolos: The Extraordinary World of a Spiritual Healer*. New York: Routledge, 1985.
- McCarty, Meredith. *American Macrobiotic Cuisine*. Eureka, CA: Turning Point Publications, 1986.
- Mitchell, Elinor R. *Plain Talk About Acupuncture*. New York: Whalehall, 1987.
- O'Connor, John - Bensky, Dan, eds. *Acupuncture: A Comprehensive Text*. Chicago, IL: Eastland Press, 1981.

- Orenstein, Neil - Bingham, Sarah L. *Food Allergie: How to Tell If You Have Them, What to Do About Them If You Do*. New York: Putnam Publishing Group, 1987.
- Ott, John N. *Health and Light*. Columbus, OH: Ariel Press, 1973.
- Pearson, Carol S. *The Hero Within: Six Archetypes We Live By*. New York: Harper Collins, 1989.
- Pierrakos, Eva. *The Pathwork of Self-Transformation*. New York: Bantam, 1990.
- Pritikin, Nathan. *Pritikin Permanent Weight Loss Manual*. New York: Putnam Publishing Group, 1981.
- Pritikin, Nathan - McGrady, Patrick. *Pritikin Program for Diet and Exercise*. New York: Bantam, 1984.
- Reilly, Harold J. - Brod, Ruth H. *The Edgar Cayce Handbook for Health Trough Drugless Therapy*. New York: Berkeley, 1985.
- Rodegast, Pat - Stanton, Judith. *Emmanue Vs Book II: The Choice for Love*. New York: Bantam, 1989.
- Rolf, Ida P. *Rolfing: The Integration of Human Structures*. Rochester, VT: Inner Traditions, 1989.
- Rubin, Jerome. *New York Naturally*. New York: City Spirit Publications, 1988.
- Satprem. *The Mind of the Cells*. New York: Institute for Evolutionary Research, 1982.
- Schechter, Steven R. - Monte, Tom. *Fighting Radiation with Foods, Herbs and Vitamins*. Brookline, MA: East-West, 1988.
- Schwarz, Jack. *Voluntary Controls: Exercises for Creative Meditation and for Activating the Potential of the Chakras*. New York: Dutton, 1978.
- Seem, Mark. *Acupuncture Energetics*. Rochester, VT: Inner Traditions, 1987.
- Shealy, Norman C. - Myss, Caroline. *The Creation of Health: Merging Traditional Medicine with Intuitive Diagnosis*. Walpole, NH: Stillpoint Publishing, 1988.
- Sheldrake, Rupert. *A New Science of Life*. Los Angeles, CA: J. P. Tarcher, 1981.
- Siegel, Bernie S. *Love, Medicine & Miracles*. New York: Harper & Row, 1986.
- Simonton, O. Carl - Henson, Reid - Hampton, Brenda. *The Healing Journey*. New York: Bantam, 1992.
- Steindl-Rast, Brother David. *Gratefulness, the Heart of Prayer*. New York: Paulist Press, 1984.
- Talbot Michael. *The Holographic Universe*. New York: HarperCollins, 1991.
- Ullman, Dana, ed. *Discovering Homeopathy: Your Introduction to the Science and Art of Homeopathic Medicine*. Berkeley, CA: North Atlantic Books, 1991.
- Upledger, John E. - Vredevoogd, Jon D. *Craniosacral Therapy*. Seattle, WA: Eastland Press, 1983.
- Werbach, Melvin R. *Nutritional Influences on Illnes: A Sourcebook of Clinical Research*. New Canaan, CT: Keats Publishing, 1989.
- Wilber, Ken. *The Holographic Paradigm and Other Paradoxes*. Boston: Shambhala, 1982.
- Wilber, Ken. *No Boundary: Eastern and Western Approaches to Personal Growth*. Boston: Shambhala, 1979.
- Wilhelm, Richard - Jung, C. G. *The Secret of the Golden Flower*. New York: Harcourt Brace Jovanovich, 1970.
- Wolf, Vernon V, Ph. D. *Holodynamics: How to Develop and Manage Your Personal Power*. Tucson, AZ: Harbinger House, Inc., 1990.
- Woolger, Roger J. *Other Lives, Other Self es*. New York: Bantam, 1988.
- Zerden, Sheldon. *The Best of Health: The 101 Best Books*. New York: Four Walls Eight Windows, 1989.
- Zukav, Gary. *The Seat of the Soul*. New York: Simon & Schuster, 1989.