

Astrální projekce





(c) Copyright 2.7.1994 Robert Bruce

Překlad M.Štěpánek

*Pozn.: text neobsahuje diakritiku*

Tato verze byla zcela prepracovana a opravena, zpracoval jsem vsechny otazky a komentare dosle od prvniho vydani. Jako projektor a mystik jsem se pokusil vyuzit svych zkusenosti za ucelem vyreseni nekterych zakladnich problemu, ktere lide s projekci maji. Stala se z toho interaktivni prace diky konstruktivni zpetne vazbe a experimentovani, ktere se v Internetu probudilo. Urcite aspekty astralni dimenze a procesu projekce jsou velice slozite. Mnohe je nepochopeno, coz muze byt velice zavadejici. Tento soubor clanku se do teto veci pokousi vrhnout trochu svetla a, jak doufam, vysvetlit, oc se zde jedna. Teorie a zavery uvedene v tomto pojednani pochazeji prevazne z me vlastni zkusenosti s projekci. Cilem tohoto pojednani je vyvinout vetsi porozumeni a nove, jednodussi a efektivnejsi techniky projekce. Myslenky, teorie a techniky, o nichz zde pojednavam, jsou neustale ve vyvoji a jsou predmetem pro dalsi upravy a zmeny, jakmile se vynori nove objevy a nova porozumeni.

Obsah

[Co je to astralni dimenze?](#_9sjy2qwh5wly)

[Sny](#_dyfev0d9x9wa)

[Myslenkove formy](#_h8bviel0s6h0)

[Astralni videni](#_uoec73b0435i)

[Tvurci schopnost vizualizace](#_6rj8fq3c7qsv)

[Efekt Alenky v Risi divu](#_bnwn17u3ox3)

[Rozplyvajici se ruce](#_ok0vq65y89yw)

[Objekty vytvorene v myslenkovych formach](#_m64dhfqrcn21)

[Astralni projekce](#_v1vcjf1ojj7y)

[Pruzracny sen](#_fg26uvrs1tqg)

[Astralni projekce nebo pruzracny sen?](#_jhby7epo685e)

[Etericka latka](#_5epp4ujy6ag1)

[Ektoplasma](#_e9lllsagwngb)

[Interdimenzionalni jev](#_z1rdtmr6qxae)

[Tok energie](#_zd5rdm1jmbrs)

[Vyuziti caker](#_n5iuptnv4rjj)

[Vyssi urovne a jejich vyrovnavaci zony](#_j4vnz73dqfj8)

[Projekce do vyssich urovni](#_ohduqwmgujy4)

[Astralni dimenze](#_9wgwrgcoymch)

[Projekce do virtualni reality](#_egm6k0h8m7uy)

[Akashicke zaznamy](#_wofltfin6dm)

[Mentalni dimenze](#_eir1f970k5ue)

[Buddhicka dimenze](#_b0no6huhsj1u)

[Atmicka dimenze](#_5he8307w7r7k)

[Smrt](#_4oap2hp68jc4)

[Relaxace](#_22mu0uy8gtl)

[Rozjimani](#_ilkz20m4lh88)

[Uvedomele dychani](#_4309m0prz9bn)

[Povrchni myslenky](#_qwkkftt2kcqv)

[Koncentrace](#_2svpphdo3dwz)

[Stav transu](#_odsainbp0vh2)

[Jak dosahnout transu](#_dppdzekcas0m)

[Stav hlubokeho transu](#_seawo0mrmmxq)

[Expanze energetickeho tela](#_8bdl6h28qwoj)

[Nenucenost transu](#_uqkit9i7jjf9)

[Hmatove predstavy](#_x8v32b2820kx)

[Hlavni cakry](#_w9yc3eg5aku4)

[Co jsou to cakry?](#_b9lqwefyebod)

[Shromazdovani](#_27wosehb5sa5)

[Stimulace caker](#_fcpajq3sd63e)

[Zastavte a zkontrolujte se](#_j6saezuznu5t)

[Vnimani caker](#_3gt8qwyuf85)

[Uzavirani caker](#_v9v80mqojsey)

[Psychotronicke schopnosti](#_27isgmw8gkzv)

[Bude to dlouho trvat?](#_wdot8d3djipn)

[Cast 5: Astralni snura](#_nzn4ze79vgof)

[Pokracovani v tlaku](#_3uso2webhfrf)

[Ziskani pocitu snury](#_ulf0pnt5z121)

[Aktivni cakra](#_42h0ziw32i77)

[Kdy provadet cviceni](#_j9liy610fo1m)

[Vase projekcni posloupnost](#_vk5qswg9gspy)

[Jak vyuzivat snuru](#_98qocvavjkth)

[Varianty snury](#_3zcnaj5rj4mq)

[Mechanismy fungovani snury](#_7wljx5q6xo29)

[Jak dlouho to vsechno bude trvat](#_d83vflyyk1dv)

[Ma prvni snurova projekce](#_8qkitpivzv31)

[Vzpominky na to vsechno](#_gd3ykltemhqs)

[Toto mentalni cviceni je snurova technika.](#_9lmbnn31b7hh)

[Jednoduche uziti snury](#_svkbdp9gfsxt)

[Sekundarni cil - pruzracne sny](#_t52g66nsicwp)

[Pruzracne sneni](#_pu3vmkqy0s3y)

[Kontrola reality](#_n40ljjrhjs70)

[Spoust pruzracnych snu](#_30p71wfbh64i)

[Zmena vasi reality](#_rsule4ws22zj)

[Astralni forma v pohybu](#_ynu24l48jmie)

[Astralni hybna sila](#_wjgg1m1ku7l9)

[Jak se pohybovat](#_ck14e86iabpn)

[Uceni se letani](#_t808luq70502)

[Rychlost](#_cvvhldfgldvr)

[Okamzikove cestovani](#_dgzn7eiualdf)

[Cestovani na velke vzdalenosti](#_d8wdmwmqhdba)

[Krouzeni kolem Zeme](#_ylihij1j3zci)

[Vitr budoucnosti](#_cwj7dafyzgh5)

[Symbolicke vize](#_iytepgqdqgrm)

[Priklad vetru budoucnosti](#_zgk4n2cpaf35)

[Ohlednuti](#_c0xkl1funqxg)

[Lepsi sbohem?](#_2pfdtl21j058)

Cast 1 : Obecna pojednani

# Co je to astralni dimenze?

Astralni dimenze je nejblizsi dimenze k dimenzi fyzicke. Prekryva a prostupuje svet jako obrovska sit vedomi,zachycuje a zachovava vsechny myslenky. Jeji obsah je vytvaren kolektivnim vedomim celosvetove mysli.Obsahuje myslenky, vzpominky, fantazie a sny kazde zijici bytosti na svete. Uvnitr ni zpusobuje pravidlo pritazlivosti mezi podobnym, ze se tento ocean mysli rozklada do vrstev a jezirek. Tato jezirka myslenek seobycejne nazyvaji astralnimi rovinami, astralnimi svety, astralnimi podrovinami nebo astralnimi risemi. Astralni dimenze je tvorena astralni latkou, ktera je vystizne popsana jako hmota mysli. Je neobycejne citliva na myslenku a muze se zformovat do jakehokoliv tvaru nebo formy. Tyto vytvory mohou byt natolik dokonale, ze jsou nerozeznatelne od skutecnosti.

Nejlepsim zpusobem, jak to vysvetlit, je nacrtnout srovnani mezi stralni latkou a neexponovanym fotografickym filmem. Jestlize tento film vystavime svetlu zaostrenemu cockou fotoaparatu, je na nej okamzite zapsan perfektni obraz reality pomoci chemicke reakce vyvolane svetlem. Jestlize je astralni latka vystavena myslence zaostrene cockou mysli, okamzite se mimo astralni hmotu mysli zformuje dokonaly odraz reality reakci astralni latky na myslenku. Slozitost a stalost jakehokoliv vytvoru v astralni dimenzi zavisi predevsim na sile mysli, jez ho vytvorila.

# Sny

Takto podvedoma mysl vytvari sny: naladenim se na astralni dimenzi behem spanku muze vytvorit jakykoliv scenar, ktery si preje. To je zpusob jakym podvedoma mysl resi problemy a komunikuje s vedomim. Vytvari rady scenaru ze slozitych myslenkovych forem a promita je do hmoty mysli v astralni dimenzi, kde se ustali. Vedomi pak ve stavu sneni tyto vytvorene scenare proziva. Podobne jako promitacka (podvedomi) promita na platno (astralni dimenze).

# Myslenkove formy

Po urcite dobe astralni dimenze asimiluje kazdy novy objekt v realnem svete. Jeho reprezentace v myslenkove fome nejprve narusta v nejnizsi casti astralni dimenze, blizko k dimenzi fyzicke a s postupem casu je cim dal tim stalejsi. Cim vetsi pozornost je mu venovana tim rychleji roste. Cim vyse v astralni dimenzi, popr. cim dale od dimenze fyzicke jsme, tim mene nalezame myslenkovych forem fyzickeho sveta. Fyzicke veci potrebuji mnoho casu, aby "prosakly" a ziskaly tvar ve vyssi astralni dimenzi. Uz jste nekdy zkouseli projit kolem neznameho domu ve tme? Pravda, narazite do vseho mozneho. Ale jakmile se s nim dobre seznamite a ve vasi mysli vznikne mentalni obraz okoli, najdete cestu lepe. Cim dele zustanete v tom dome, tim jasnejsi mentalni obraz bude. Podobnym zpusobem jsou veci, jako myslenkove formy, asimilovany a rostou v jinych dimenzich. Generovani myslenkovych forem v astralni dimenzi take funguje zpetne. Jestlize objekt existoval dlouhy cas, vytvoril v astralni dimenzi trvaly otisk myslenkove formy. I kdyz je pote objekt znicen nebo premisten, jeho myslenkova forma trva dal. V astralni dimenzi tak napriklad muzete ve svem dome najit nabytek, ktery nemate promichany s vasim vlastnim. To je zapricineno trouchnivejicimi myslenkkovymi formami starych veci patricich predchozim najemnikum apod., ktere zde pretrvavaji roky pote, co originaly zmizely. Stare myslenkove formy nenasleduji svuj fyzicky protejsek, jestlize je premisten. Nove zacinaji vyrustat kdekoliv se protejsek nachazi, zatimco stary pomalu trouchnivi. Cim dele je vec na jednom miste, tim silnejsi bude na tom miste myslenkova forma. Stejnym zpusobem to funguje u staveb, konstrukci a geologickych utvaru. Muzete se promitnout do parku a nalezt tam dum, most, potok, kopec apod., ktery tam jiz neni. Cim vyse stoupate v astralni dimenzi, tim starsi jsou myslenkove formy nebo jste hloubeji zpet v geologickem case. Tempo rustu myslenkove formy zavisi vekou mirou na pozornosti, ktera je venovana predloze. Tak bude mit napr. znamy obraz vystavovany a vysoce ceneny miliony daleko silnejsi myslenkovou formu nez obycejny obrazek, ktery visi v neci loznici a videlo jej jen par lidi. Mnozstvi myslenkovych forem take zavisi na tom, jak blizko k fyzicke dimenzi se nachazite. Jestlize jste velmi blizko jako pri projekci v realnem case nebo pri OOBE, naleznete jen velmi malo myslenkovych forem, pokud vubec nejake. Pri OOBE v realnem case nejste zcela v astralni dimenzi, ale existujete v astralni forme ve vyrovnavaci zone mezi fyzickou a astralni dimenzi.

# Astralni videni

Fyzicke telo nam umoznuje videt pouze zaber pod uhlem 220 stupnu, tzn. vidime pouze pred sebe, nikoliv za sebe, nad sebe a pod sebe v jeden okamzik. S astralnim telem mame rozhled vice nez 360 stupnu a muzeme tedy videt do vsech stran najednou. To je sfericke videni. Behem projekce nas sila zvyku nuti zamerit svou pozornost pouze jednim smerem, kde mame pocit, ze predni cast naseho pohledu. Vyhledy vzad, nahoru, dolu, vpravo a vlevo zustavaji, vsechny najednou, nejsou vsak zpracovavany soucasne mozkem. To by neodpovidalo celozivotnimu navyku frontalniho pohledu. Sfericke videni je jako byt jedno velke mnohaplosne oko, ktere dokaze videt vsemi smery a naraz! Astralni telo nema zadne fyzicke organy, ani oci. Jste nehmotny bod vedomi plovouci prostorem. Nepusobi na vas gravitace ani jine fyzikalni zakony. V tomto stavu neexistuje zadne nahore nebo dole, vzadu nebo vepredu, nalevo ci napravo. Je to jen sila zvyku, ktera se snazi zachovat puvodni perspektivy i behem projekce.

Jestlize jste zcela v astralni dimenzi, je dulezite pochopit sfericke videni. Predevsim pak, projektujete-li se v realnem case blizko fyzicke dimenze. Sfericke videni casto zpusobi dojem, ze jste v zrcadlovem obraze nebo obracene kopii reality. To znamena, ze napriklad vas dum bude vypadat obraceny zezadu dopredu. To je zpusobeno ztratou puvodniho prirozeneho vyhledu behem projekce. V urcitem bode projekce ztratite orientaci a ziskate vyhled odlisny od normalniho, tj. prevratite se zeshora dolu nebo dovnitr bez vaseho vedomi. To prevrati vas prirozeny levo-pravy, nahore-dole vyhled a oklame vase podvedomi, ktere si prevrati misto, ve kterem se nachazite, a vedomi pracuje spravne. Protoze v astralni dimenzi nemate fyzicke telo, chcete-li se podivat za sebe, nemusite se otacet ani jinak pohybovat. Staci zmenite-li svuj vyhled smerem dozadu. To je pak pricinou zrcadloveho efektu; vyhled dozadu je svym zpusobem jako pohled do zrcadla. Podobneho efektu dosahneme, lehneme-li si a divame se nad svou hlavu nebo stoupneme-li si na hlavu a pokousime se strefit leve a prave strany veci. Zpusobi to mensi zmateni vasich smyslu pro levou a pravou, tj. musite vedome uvazovat o tom, co je nalevo a co napravo z vasi obracene pozice. Toto lehke zmateni je vsechno, co je treba k oklamani podvedomi, ktere vytvari neco lepe akceptovatelneho. Vas mozek neni schopen prizpusobit se prevraceni a tak vam doda novou perspektivu odpovidajici tomu, co povazuje za levou a pravou stranu. V okamziku, kdy tuto anomalii vedome odhalite, je jiz pozde to zvratit. Mozek neprijme vedomou zamenu prave a leve strany. Rozumite-li vsak sferickemu videni a behem projekce dojde k prevraceni, neni to jiz zadny problem. Vezmete to na vedomi a nebudete se obavat, ze plytvate svym casem v jakesi zrcadlove dimenzi, tj. mate-li v astralni dimenzi neco v planu, muzete v tom pokracovat. Vse, co musite udelat, je odhadnout sve pravo-leve souradnice podle budovy nebo neceho podobneho v okoli, a ignorovat zcela sve smysly pro pravou a levou. Vsechno, co v astralni dimenzi vidite, je primo vnimano vasi mysli. To je jednoduchy podnet pro vase podvedomi zamotat nebo prevratit behem projekce vsechny nebo alespon nektere vedome vjemy.

Pozn.: Toto prevraceni vyhledu se muze prihodit behem projekce v realnem case mnohokrat.

# Tvurci schopnost vizualizace

Podvedomi ma nesrovnatelne vetsi schopnosti vizualizace nez vedomi. Je to jako srovnavat superpocitac s detskou kalkulackou. Tento rozdil muze behem vedome projekce v astralni dimenzi nebo behem pruzracneho snu, kde je vedomi uvedomele, zpusobit velky zmatek. Podvedomi vre pod povrchem behem kazde projekce. Vsechny ty tvurci schopnosti senahle tlaci ven a vyuziji kazde prilezitosti. Tento rozdil v tvurcich schopnostech spolu se zvykem na frontalni vyhled je pricinou efektu Alenky v Risi divu. Hned to vysvetlim... Spojte si dohromady tyto skutecnosti:

1. Neuveritelne tvurci schopnosti podvedomi

2. Slabe tvurci schopnosti vedome mysli

3. Citlivost astralni latky na myslenku

4. Sfericke videni

5. Prevraceni leve a prave strany

- a mate recept na totalni zmatek.

# Efekt Alenky v Risi divu

Projektujete sve astralni telo a rozhlizite se po vasem pokoji. Vse vypada normalne, kdyz najednou zjistite, ze dvere jsou ve spatne zdi! Zatimco jste se rozhlizeli, spatrili jste dvere zpetnym pohledem matoucim vasi prirozenou perspektivu. Mozek se nemuze prizpusobit, nebot vas pohled dopredu na nabytek, okno, obraz atp. je normalni, avsak vyhlidka dozadu je prevracena. To povzbudi podvedomi k vytvoreni dveri tam, kde by podle nej mely byt. Podivate-li se na tyto dvere vypadaji skutecne, jakkoliv vite, ze tam nepatri. Jakmile jednou byly vytvoreno, nelze to vzit zpet, protoze by to vase vedomi nebylo schopno akceptovat - hmatatelne dvere nemivaji ve zvyku mizet vam pred ocima. Kdyz se otocite k mistu, kde maji dvere skutecne byt, obycejne je tam take najdete. Nyni muzete mit dvoje nebo vicery dvere tam, kde maji byt jedny. Projdete-li skutecnymi dvermi, najdete snad zbytek domu tak, jak ma byt. Projdete-li vsak falesnymi dvermi, mysl vi, ze je to klam a nenecha je otevrit do normalni casti vaseho domu, ktera tam jasne nemuze byt. Otevrete-li tedy tyto dvere, spatrite neco jineho. Obycejne to byva pasaz nebo chodba, kterou v dome nemate, ustici do jinych casti domu, ktere ve skutecnosti take neexistuji. Projdete-li tedy temito dvermi, jste v Risi divu, kde je cokoliv mozne, ne vsak verohodne. Takto vstupujete do astralni dimenze skrze nekontrolovane tvoreni, dvermi, ktere neexistuji, ale nyni jsou. Jakmile jednou podvedomi zacne tvorit timto zpusobem, dalsi vytvory se zacnou mnozit geometrickou radou. Vedome mysli nezbyva, nez se prizpusobit abnormalni situaci, v niz se nachazi. V urcitem stupni tohoto maelstromu kreativity se podvedomi docela ztrati a zacne se ladit na jine casti astralni dimenze. V tomto okamziku jakekoliv zdani reality vyprcha a zcela se propadnete do astralni dimenze. Existuje mnoho zpusobu, kterymi tento "Alenka" efekt behem projekce vznika, uvedeny priklad byl pouze jednou z vice moznosti. Mnoho projektoru ztratilo nekdy behem projekce kontrolu. Objekty se objevuji, mizi a vubec vsechno zacne byt ponekud zvlastni. To je v podstate zpusobeno spustenim obrovskych tvurcich schopnosti podvedomi. Zacne vytvaret a smazavat veci, vyladovat se na jine oblasti astralni dimenze a vseobecne delat projektorovi vsechno tezsi. Abyste se vyhnuli popsanemu problemu: koncentrujte se na to, co behem projekce delate a nenechte svou mysl nekontrolovane bloudit. Problem prevraceni stran muzete minimalizovat koncentraci na vas predni vyhled, tzn. zamerenim na jeden smer v jednom okamziku. Otacite-li se, sledujte mistnost okolo a nenechte vyhled preskocit nahle z jednoho smeru do druheho. Mate-li vazne plany, astralni dimenze neni vhodne misto pro relaxaci. Nicmene obrovskou schopnost vizualizace podvedomi muzete vyuzitkovat. Je to neobycejne cenny nastroj, vite- li, jak jej pouzit. V treti casti teto serie naznacim, jakym zpusobem tak ucinit, pod hlavickou: "Projekce do virtualni reality", kde se zminim o tom, jak si vytvorit vlastni astralni risi.

# Rozplyvajici se ruce

Projektujete-li sve astralni telo blizko fyzicke dimenze, nemate telo jako takove. Mysl to vsak neni schopna prijmout, a tak obstara telo v myslenkove forme tvorene eterickou latkou. Jestlize pohlednete na sve telo, rekneme treba na ruce, zjistite, ze se zacinaji velmi rychle rozplyvat. Zacinaji blednout a ridnout a v nekolika sekundach se vase prsty rozpusti jako kousek ledu pod plamenem pochodne. Zkrati se na blede pahyly a pote se zacne rozplyvat i zbytek vasi ruky a paze. Tento efekt zrejme nastava pouze tehdy, snazite-li se umyslne prohlizet nekterou cast tela nebo neco vedome vytvorit. Zamerne prohlizeni astralniho tela timto zpusobem vyuziva vedome mysli, ktera ma jen slabe tvurci schopnosti a nedokaze udrzet slozite tvary delsi dobu, coz zpusobuje popisovany efekt. Jestlize behem projekce zahlednete mimochodem nekterou cast sveho tela, k tomuto efektu nedochazi.

# Objekty vytvorene v myslenkovych formach

Behem projekce muzete vedome mysli vyuzivat k tvoreni ruznych objektu. Trvani objektu v myslenkove forme zavisi na sile vasi tvurci vizualizacni schopnosti. Dale to zalezi take na usili a case, ktere jste tvorbe venovali. Stejny jev rozplyvani se deje se vsim, co je vedome vytvoreno v astralni dimenzi. Vytvorite-li napr. mec, objevi se ve vasi ruce behem okamziku potom, co si ho predstavite, a nasledne se rozplyne stejne jako se to stalo s rukou. Koncentrujete-li se na nej, muzete jej udrzet, avsak v momente, kdy vase koncentrace zakolisa, zacne se rozplyvat i vytvor. Podobne je to s vizualizaci v realnem svete. Je obtizne a musite se dostatecne soustredit, abyste udrzeli vizualizaci ve svem vnitrnim oku. Jakmile vase koncentrace vyprcha, potka totez i vizualizovanou predstavu. Ukazuje se tim obrovsky rozdil mezi tvurcimi schopnostmi vedome a podvedome mysli. Abyste dali vznik stalemu objektu v myslenkove forme, musite presvedcit podvedomi, aby jej pro vas vytvorilo.

Timto tematem se budu ve vetsim rozsahu zabyvat pozdeji. Jak dochazi k projekci? Behem spanku se energeticke telo (etericke telo, vitalni obal) zacina nabijet. Toto muze energeticke telo normalnedelat pouze v expandovanem stavu behem spanku. Jakmile expanduje, cakry do nej privadi energii ve forme etericke latky. Behem tohoto procesu obnovovani energie se astralni telo oddeli a naladi se na astralni dimenzi, kde muze vytvaret a prozivat sny. Prvovadite-li toto oddeleni vedome nebo uvedomite-li si sama sebe, pote co k nemu dojde, muzete jej do urcitemiry ridit. Tim vznikne OOBE, astralni projekce nebo pruzracny sen. Hlavni rozdily mezi OOBE, astralni projekci a pruzracnym snem jsou:

***OOBE***

OOBE (Out Of Body Experience = zazitek mimo telo) je projekce v realnem case, blizko fyzickeho sveta. Casto nastava jako casto cast zazitku blizkych smrti. Osobnost je vyhozena z vlastniho tela nasledkem nejakeho tezkeho traumatu, tzn. automobilove nehody, chirurgicke operace, srdecni zastavy, narozeni ditete apod. Ucastnici OOBE jsou si vedomi veci, ktere se deji v realnem svete a v realnem case, jako rozmluv a udalosti probihajicich vedle nebo blizko jejich fyzickeho tela. V mnoha pripadech pak po navratu do sveho tela tyto rozmluvy a udalosti presne popisuji.

Pozn.: OOBE se ponekud lisi od astralni projekce nebo pruzracneho sneni tim, ze jsou objektivni a probihaji v realnem case. To je zpusobeno velkym mnozstvim etericke latky obsazene v astralnim tele, ktere je drzeno blizko fyzickeho sveta.

Existuji dve hlavni priciny OOBE v realnem case:

*1. Telo je blizko smrti, nebo se tak domniva, coz zapricinuje odliv velkeho mnozstvi etericke latky do astralniho tela v ramci pripravy na smrt.*

*2. Osoba ma aktivni cakry, ktere provadeji podobnou vec, tj. prelevaji eterickou latku do astralniho tela. Aktivni cakry muze mit clovek od prirody nebo je lze vyvinout cvicenim.*

Pozn.:Jestlize cakry produkuji dostatek dostatek etericke latky, muzete vedome vyvolat OOBE v realnem case. Pri OOBE je realita skutecna a cas normalni (realny).

Projektujete-li se do fyzickeho sveta v realnem case jako pri OOBE, je to ve skutecnosti hranicni prostor vyrovnavaci zony mezi fyzickou a astralni dimenzi. Jestlize astralni telo obsahuje dostatek etericke latky, muze existovat v pouze nepatrne vzdalenosti od stadia reality. Projekce je tedy v realnem case a tak blizko fyzicke dimenze, ze rozdil temer neni znat.

Pozn.: Mnohokrat jsem to pri projekci v realnem case behem dne vyzkousel a prozkoumaval mistni oblast, kde jsem hledal prace na silnici, nehody a jine udalosti, a pote si overoval presnost a pravdivost techto zjisteni. Ve fyzickem svete existuji silne prirozene bariery pro OOBE v realnem case. Jednou z nich je mnozstvi etericke latky produkovane a dodavane astralnimu telu. Tim je omezena delka projekce podle stupne vyvinutosti a ovladnuti caker.

# Astralni projekce

Astralni telo je projektovano do astralni dimenze, kde jsou veci zcela odlisne od realneho sveta. Cas je zdeformovany a rozpinavy, tzn. hodina v astralni dimenzi muze byt jako par minut v dimenzi fyzicke, coz zalezi na tom, v jake casti astralni dimenze se nachazite. Realita je pohybliva a promenliva.

# Pruzracny sen

To je pripad, kdy si clovek behem snu zcela uvedomuje, ze sni. Bud ziska urcity druh vedome kontroly nad behem udalosti nebo upravuje zazitek pro astralni projekci. Pruzracne sneni se podoba astralni projekci vice nez OOBE, nebot jsou cas a realita zkreslene.

# Astralni projekce nebo pruzracny sen?

Mnozi projektori ztrati vedomi pred opustenim sveho tela a navrati se jim v astralni dimenzi. Vedomi se navrati po skutecnem oddeleni od fyzickeho tela a to se jiz obycejne nachazite v astralni dimenzi. Jestlize vam unikne vedomy unik z vaseho tela, mate vlastne pruzracny sen, ne astralni projekci. Vsechny tri typy projekce jsou v uzkych vztazich - vsechny znamenaji oddeleni astralniho a fyzickeho tela a prozivani reality mimo fyzickou schranku.

Cast 2: Zaciname

Potom, co fyzicke telo usne, astralni telo se promita do fyzickeho sveta. Jakmile energeticke telo expanduje, astralni telo volne plyne a vznasi se nad fyzickym telem, ale v ramci ochranneho pole expandovaneho energetickeho tela. Uvnitr tohoto pole, znameho jako rozsah pusobeni snury, se astralni telo drzi blizko fyzickeho sveta, nebot je v poli etericke latky. Pri vedome astralni projekci se muze zdat, ze se projektujete primo do astralni roviny. Vzdy je tu vsak na zacatku mezilehle stadium, kdy existujete jako astralni forma blizko fyzicke dimenze. Toto stadium projekce muzete prehlednout, jestlize v momentu projekce ztratite vedomi. Prostor kolem tela v rozsahu pusobeni snury je naplnen eterickou latkou a astralni telo je v realnem case zadrzovano v tomto poli, blizko fyzicke dimenze.

# Etericka latka

Etericka latka je substance skutecne zivotni sily vytvarena vsemi zivymi tvory pouze tim, ze jsou nazivu. Je to substance nekde mezi fyzickou a astralni latkou, zcasti fyzicka a zcasti astralni. Etericka latka ma urcitou vahu. Je to velmi cista substance mezi hmotou a energii a je podobna sve hrubejsi obdobe - ektoplasme. Za ucelem poznani tohoto jevu byl provaden vedecky vyzkum. Umirajici lide v nemocnicich byli se svymi postelemi umisteni na citlive vahy kratce pred umrtim a pripojeni na monitory EEG a ECG. Ve vsech pripadech byla v okamziku smrti zaznamenana nahla ztrata hmotnosti kolem 8 gramu. To je zpusobeno prelivem velkeho mnozstvi etericke latky do astralniho tela v okamziku fyzicke smrti. To je podobne nahlemu presunu etericke latky do astralniho tela behem zazitku blizkych smrti, kdy se telo domniva, ze umira. Tento nahly rozsahly presun etericke latky je pocatkem procesu smrti.

# Ektoplasma

Podobnym zpusobem byla zkoumana take ektoplasma. Zhmotnovaci media byla umistena na citlive vahy a pozadana, aby vytvarela ektpolasmu na jinych citlivych vahach. Bylo zjisteno, ze tato media ztrati prave takovou vahu, jaka pribude s ektoplasmou na druhe vahy. Jestlize medium ektoplasmu zpetne absorbovalo, doslo k opacnemu jevu. Ektoplasma je vytvarena cakrami. Premenuji cast fyzikalni hmoty z tela media na jinou substanci - ektoplasmu.

# Interdimenzionalni jev

Jakakoliv nefyzicka nebo disinkarnovana entita vcetne astralniho tela musi v realnem case blizko fyzicke dimenze obsahovat eterickou latku. Nefyzicke entity se bez etericke latky stahnou zpet do dimenze, kde vznikly. Eterickou latku lze ziskat pouze z zivych obyvatel fyzickeho sveta.

# Tok energie

Znama ?Stribrna Snura? dokaze vice nez pouze spoutat dve tela. Je to skutecna pupecni snura prenasejici informace a energii mezi fyzickym a subtilnim telem. Nekteri projektori ji vidi, jini ne. Nekdy vychazi z pupku, jindy z cela. Oblast, odkud snura vychazi, muze zaviset na aktivite caker. Nejsilnejsi a nejaktivnejsi cakra muze ridit tok energie do subtilniho tela. Zalezi tez na vire projektora a tvurci sile podvedomi. Snura se obvykle objevi prave tam, kde cekate, ze se objevi.

Jakmile astralni telo vstoupi do astralni dimenze, musi byt z caker dobre zasobovano astralni energii, aby mohlo v teto dimenzi interagovat. Jasna astralni pamet zavisi velkou merou na pristupne energii. Protoze je astralni dimenze prirozenou sferou astralniho tela, nevimizi odtud kvuli nedostatku energie. Stejne jako v realnem svete: jestlize clovek nekolik dni nejedl a nespal, nezmizi do jine dimenze. Pouze zeslabne, bude netecny a nebude prilis reagovat na fyzicky svet.

Astralni mysl musi mit dost energie pro jasne a zive vzpominky. Tyto astralni vzpominky musi byt dostatecne silne, aby zpusobily spravny zaznam ve fyzickem mozku tak, aby si je fyzicka mysl mohla po probuzeni vybavit. Napr.: Nebudete-li spat nekolik dni, budete unaveni, apaticti a vase interakce s realitou bude chaba a vagni. Shlednete-li v tomto stavu nejaky film, budete si pamatovat jen malo. Pozdeji si mozna budete vybavovat pouze utrzky a vsechny vzpominky budou rozmazane a nejasne. Budete-li se vsak divat na film dobre odpocati, svezi a plni energie, dopadne to jinak. Budete dobre vnimat vse, co se deje, a bude to pro vas pozitek. Vase pamet pak bude jasna jak krystal. Analogicky vypada vysledek astralniho vyletu. Jestlize ma astralni telo nedostatek energie, dojmy z vyletu nejsou dost jasne. Jak jsem poznamenal drive, vzpominky musi byt zive a silne, aby se zapsaly do fyzickeho mozku a zazitek byl zapamatovan.

# Vyuziti caker

Plne vyvinuti caker a jejich ovladnuti muze trvat mnoho let, podle prirozenych predpokladu. To vam ovsem nebrani vyuzivat je jednoduchym zpusobem pro vylepseni vasich OOBE a pruzracnych snu jiz v ranne fazi vyvoje. Shromazdovani energie a stimulovani caker je velice jednoduche. Tato shromazdena energie bude automaticky proudit do vaseho astralniho tela pred a behem projekce. S ucenim, jak shromazdovat energii a ridit tok energie cakrami, se zacne menit povaha vasich snu, pruzracnych snu a OOBE. To vam svym zpusobem dava druhy zivot plny bohatych zazitku, z kterych se muzete tesit, ucit a rust po dusevni strance.

# Vyssi urovne a jejich vyrovnavaci zony

Obecne uznavana jmena sedmi znamych urovni existence od nejnizsi po nejvyssi jsou: Fyzicka, Astralni, Mentalni, Buddhicka, Atmicka, Anupadaka a Adi. Tyto vyssi roviny jsou svou strukturou podobne astralni dimenzi, ale na mnohem vyssi urovne vedomi a jsou od ni zcela oddeleny. Mezi rozdilnymi urovnemi jsou prechodne oblasti neboli vyrovnavaci zony nekdy nazyvane nizsimi podrovinami. Dobrou analogii k rozdilnym dimenzim a jejich vyrovnavacim zonam je zemska atmosfera: jestlize by vzduch pozemske atmosfery byl astralni dimenze, stratosfera by byla vyrovnavaci zona a vesmirne vakuum by bylo mentalni dimenzi. Zemskou atmosferou muzete litat normalnim letadlem/astralnim telem, velmi vykonne tryskove letadlo potrebujete, abyste se dostali do stratosfery, ale abyste mohli cestovat vesmirem, musite mit vesmirnou lod/mentalni telo. To je vysvetleni, proc potrebujete rozdilna subtilni tela, abyste mohli cestovat do techto rozdilnych urovni existence.

Astralni telo muze vstoupit do vyrovnavacich zon nebo podrovin dimenzi nad a pod astralni dimenzi, obsahuje-li spravny typ energie. Pro existenci ve vyrovnavaci zone mezi fyzickou a astralni urovni (v realnem case) musi astralni telo obsahovat eterickou energii. Pro existenci ve vyrovnavaci zone mezi astralni a mentalni urovni musi obsahovat mentalni energii.

# Projekce do vyssich urovni

Pri dostatecne kontrole caker muzeme vytvorit energii pro tyto vyssi urovne. Produkce jednoho specifickeho typu energie vynese vedomi na odpovidajici uroven a posili patricne subtilni telo. Toho se obvykle dosahuje meditaci pro pozvedavani vedomi a pokrocilou praci s energii v cakrach. Vedomi pak muze prozit tuto uroven existence. Jestlize je k dispozici dostatek energie a jsou vyhovujici podminky, meditator muze projektovat specificke subtilni telo primo do jeho prirozene urovne.

V zavislosti na umeni a prirozenych schopnostech operatora je vyssi telo posilneno a projektovano z nektereho z nizsich. Astralni telo v sobe obsahuje vsechna ostatni subtilni tela a muze behem projekce projektovat mentalni telo do mentalni dimenze atd. Diky tomu ziskame nekdy rozmanitou sbirku vzpominek z jedne projekce. Zakladnim pravidlem je, ze telo, ktere obsahuje nejvetsi mnozstvi energie, bude mit nejsilnejsi vzpominky. Tyto dominantni vzpominky budou uchovany fyzickou mysli po jejim navratu do bdeleho stavu. Vedome projektovani do vyssich urovni nez je astralni, vyzaduje vysoky stupen dovednosti. Musite byt mistry jak v pozvedavani vedomi tak v ovladani caker, ale da se to zvladnout. Ja jsem se jiz projektoval do Astralni, Mentalni, Buddhicke a Atmicke urovne existence. Obycejne se veri, ze cloveku jsou pristupne pouze Astralni, Mentalni a Buddhicka uroven, zatimco do vyssi Adi a Anupadaka urovne neni mozne se projektovat. Tyto dimenze byly pojmenovany a popsany, takze tam nekdo byt musel - jinak by byly neznamy (ale treba se o nich vi zprostredkovane od jinych, vyssich bytosti - pozn. prekladatele). Jestlize si uvedomite pravou prirozenost mysli, pochopite, ze neexistuji zadne hranice. Jednou take kdosi pravil, ze hranice rychlosti zvuku nebude nikdy prekrocena.

Mimochodem: Tyto dimenze nemaji zadnou cedulku, ktera by rikala ?Vitejte do Astralni dimenze, ta da!? nebo ? Mentalni dimenze, davejte si pozor, na co myslite!? Nyni tedy popisi vyssi urovne. Pouzil jsem tato uznana jmena.

# Astralni dimenze

Je to svet naruby, podobny tomu, ktery nasla Alenka v Risi divu. Vsechno vypada skutecne, ale je to promenlive a nestale. Muzete tu nalezt vsechno - od zakladnich, hrubych urovni plnych sexualni energie az po nadherna a poklidna mista plna spiritualni harmonie. Cas je zde zkresleny a rozpinavy. Hodina v Astralni dimenzi vypada jako par minut ve fyzickem svete. Ve srovnani s fyzickym svetem ma mnohem vyssi vibrace. Je to jako prehravat videokazetu dvacetinasobkem normalni rychlosti, ackoliv to neni zrejme, jste-li uvnitr. Pohyb mezi jezirky astralnich snu je pro vetsinu projektoru zalezitosti typu hop nebo trop. Musite nashromazdit rozsahle zkusenosti, abyste mohli podnikat planovane astralni cesty do specifickych realit. V teto dimenzi je nekonecne mnozstvi realit, rovin, risi a snovych jezirek. Jak jsem jiz podotknul, prirozene se vrstvi a shlukuji do jezirek spriznenych myslenek. Behem spanku nebo pri pruzracnem snu podvedomi vytvari jedno jezirko specialne pro vas, vase osobni divadlo snu. Jestlize si uvedomite sami sebe behem snu, dostanete jej pod kontrolu. Kontrola je prevzata od vykonneho podvedomi. Bez ucinku jeho mocne kontroly se vase osobni zakazkova rise zmeni. Budete se naladovat na jine souhlasne casti astralni dimenze a realita, v niz se nachazite se zacne misit s jinymi realitami a ziskavat odlisny vzhled. Pri vedome projekci do astralni dimenze se muzete naladit na jakoukoliv jeji cast a cestovat do odlisnych realit, jinych snovych jezirek nebo do jejich smesi. Na to existuji ruzne techniky, ale vsechny vyzaduji nejakym zpusobem dezorientovat podvedomi a prinutit jej, aby vas preneslo do jine Astralni reality. Nekteri projektori se divaji na sve rozplyvajici ruce. Jini se otaceji a zpusobuji zamenu stran. Tyto metody dezorientuji mysl a davaji podnet podvedomi naladit se na jinou cast Astralni dimenze.

Je velice slozite popsat, jak se da pohybovat mezi urovnemi, zrejme se to musite naucit tim, ze to udelate - metodou pokusu a omylu. Musite se naucit, jak vyuzivat a ridit podvedomi a jak je primet k urcite cinnosti.

# Projekce do virtualni reality

Zde je jednoducha a spolehliva metoda, kterou jsem vyvinul pro vytvoreni vlastni rise: Vezmete plakat s prijemnou scenerii, neco jasneho a slunecneho. Cim vetsi, tim lepsi, ale standardni plakatova velikost by mela stacit. Poveste jej na zed mistnosti, v niz se hodlate projektovat, popr. v jine mistnosti, ktera je pobliz. Vezmete reflektor a nastavte jej tak, aby osvetloval plakat, stacit bude i obycejna stolni lampa. Umistete osvetleni nad nebo pod plakat, tak aby se po nem svetlo linulo, rozptylilo se a osvetlovalo jej trochu jako promitaci platno. Vstup do vasi osobni rise: Kdyz se projektujete, jdete proti plakatu a na nic nemyslete. Nepremyslejte o tom, co delate, jenom na nej zirejte a pohybujte se k nemu. Jakmile se k nemu timto zpusobem priblizite, vase podvedomi vytvori astralni risi podle plakatu. Jen se pohybujte az k plakatu a do nej. Je to jako vkroceni do jineho sveta. V tomto svete bude vse presne jako na plakatu. Odhali se normalni tridimenzionalni svet, presna kopie, nerozeznatelna od reality.

Upraveni sveta podle svych predstav: Vystrihnete a nalepte male obrazky veci nebo lidi, ktere chcete potkat v tomto svete, kdyz do nej vstoupite. Nenalepujte na plakat cele obrazky. Vezmete nuzky a vystrihnete podle obrysu vec nebo cloveka. Snazte se najit obrazky, ktere jsou priblizne ve stejnem meritku jako plakat. Vystrihnete-li maly obrazek nekoho, at uz ziveho nebo mrtveho, vase podvedomi vytvori myslenkovou formu jeho(jeji) telesne schranky a on(a) tam na vas bude cekat. To muze byt vynikajici zpusob, jak komunikovat s lidmi, kteri jiz zemreli.

Spiritisticka komunikace: (moje teorie) Podvedomi vytvori myslenkovou formu telesne schranky nejakeho cloveka. Tato schranka muze byt ozivena perfektni a podrobnou pameti vaseho podvedomi. Je-li vsak laska mezi projektorem a vytvorenou osobou, duch teto zemrele osoby bude pritahovan na scenu a vyuzije moznosti komunikovat s projektorem pomoci ozivovani vytvoreneho obrazku jeho stareho tela.

# Akashicke zaznamy

Akashicke zaznamy se nachazeji ve vyrovnavaci zone mezi astralnim a mentalnim svetem, zcasti jsou astralni, zcasti mentalni, a svym zpusobem se rozpinaji mezi vsechny urovne. Jsou to zaznamy vsech myslenek a vsech udalosti, ktere se kdy prihodily, neco jako obrovska az nekonecna mentalne-historicka obrazkova kniha. Akashicke zaznamy take obsahuji pravdepodobnosti pramenici z minulych udalosti, cinu a myslenek. Je to jako pohled do budoucnosti. Abyste alespon castecne pochopili, oc se tu jedna, nabizi se prirovnani k urcite schopnosti jasnovidectvi.

Pokud se naladite na Akashicke zaznamy, nejspise narazite na udalosti, ktere doprovazelo nejvetsi mnozstvi energie. Z toho duvodu nejsnaze spatrite valky a pohromy. Energie obklopujici tyto udalosti jim dava vyniknout nad vsechno ostatni a jsou tedy snaze viditelne. Pohlednete-li do budoucnosti, do oblasti pravdepodobnosti, vstoupite do matouciho maelstr?mu symbolismu smiseneho se soucasnymi udalostmi. Tento symbolismus je zpusoben systemem viry vetsiny nabozenstvi. Miliony lidi na svete verily tisice let v urcitou formu proroctvi. At jiz to je biblicka ?Kniha odhaleni? nebo Nostradamova proroctvi. Tato starodavna proroctvi jsou bohate prodchnuta symbolismem. Ten pak ovlivnuje zpusob, jakym lide mysli a sni o budoucnosti. V Akashickych zaznamech se projevuje jako symbolicka reprezentace budoucnosti. Symbolismus je velkou pomoci, ktera usnadnuje konzultaci s Akashickymi zaznamy.

Akashicky symbolismus muzete vyuzit jako index. Napr. lze pomerne snadno pochopit, ze odkaz ?Psi Valky? reprezentuje valku.?Desiva Zubata? je univerzalni symbol smrti a destrukce. Takze pokud vas zajima tento druh budoucich udalosti, naladite se na symbolicky index pro valku a pak listujete oddilem minulych a budoucich valek. Krome jasnovideckych schopnosti pri hledani minulych a budoucich udalosti velmi pomohou znalosti z historie, geografie, nabozenskeho symbolismu, ustrednich osobnosti pri svetovych udalostech a znaky statu. Napriklad co se tyce vize budoucnosti, kterou uvadim dale: Kdybych byl vedel kdo byl znamou osobou mluvici k davu a rozpoznal o jakou zemi se jedna, mohl jsem presne predpovedet budouci udalosti, misto abych jim porozumel az pote, co se staly.

Vstoupil jsem do stavu vedomi zvaneho Akashicke zaznamy. Tam jsem byl zaplaven morem symbolismu. Videl jsem ve ctyrech rozmerech naraz. Ma vedoma mysl to dost dobre nemohla prijmout. Videl jsem valky, hladomory, epidemie, pohromy, zemetreseni, erupce sopek, pady letadel, vrazdy atd. Bylo to priserne zmatene a depresivni. Presto jsem spatril kousek symbolismu, kteremu jsem porozumel a naladil jsem se na nej. Desiva Zubata drzela Psi Valky (jak byli popsani mnohymi proroky). Tito psi byli straslive bestie s Rudyma ocima a slintajicimi chrtany. Drzela je ta postava s kapuci, zlou lebkou misto tvare a srpem v ruce. Spatril jsem jak pustila psi, coz symbolizovalo nadchazejici valku.

Vznasel jsem se nad tim vsim naladen na tuto scenu, citil jsem paprsky slunce a pach mesta pode mnou. Videl jsem muze stojiciho na vyvysenem podiu pod dvema obrovskymi meci. Vedl charismatickou rec k mnoha tisicum lidi. Jeden z mecu se promenil na siroky krizacky mec. Ten muz byl Saddam Hussajn, bylo to v Bagdadu u pamatniku neznameho vojaka. Videl jsem to sest mesicu pred zacatkem valky v Perskem zalivu. Nevedel jsem kdo je Saddam Hussajn nebo kde se scena odehrala, dokud jsem to nevidel v televizi behem valky v zalivu. Pohled do Akashickych zaznamu je jako listovani nekonecnym mentalnim fotoalbem. Jste bombardovani desivou radou obrazu a zvuku z minulosti, pritomnosti a pravdepodobne budoucnosti. Musite si vybrat nektery z techto myslenkovych zaznamu, naladit se na nej a vstoupit dovnitr. Pak budete zaznam prozivat jako kdybyste tam skutecne byli a sledovali to v okamziku, kdy se to deje. Konzultaci s Akashickymi zaznami muzete provadet sami, pokud mate dostatecne schopnosti, obvykle se tak ale deje za asistence vyspele bytosti z vyssi urovne existence. Vse pak probiha ve forme jakesi prohlidky s telepatickym pruvodcem. Enormni mnozstvi informaci a sberu je pro vas profiltrovano a vybrany zaznam minulych udalosti nebo budouci pravdepodobnosti je vam jasnozrive predveden pomoci telepatickeho spojeni s... knihovnikem. Nekteri lide tvrdi, ze po vstupu do Akashickych zaznamu tam nalezli neco jako knihovnu se skutecnymi knihami. Minulost, pritomnost i budoucnost byla zaznamenana ve forme textu v techto knihach. Nekdo dokonce rika, ze precetl zaznam a pote do nej vstoupil a prozil jej na vlastni kuzi. Vsechna tato tvrzeni odpovidaji charakteru Akashickych zaznamu. Toto byly prohlidky za podpory knihovnika, kdy Akashicke zaznamy byly predvadeny jako neco dobre znameho, snadno pouzitelneho a snadno pochopitelneho.

# Mentalni dimenze

Velkolepa dimenze! Promenlive reky zvuku ohranicene duhovymi brehy pulsujiciho svetla. Myslenky se objevuji jako kaleidoskopicke vzory svetla a zvuku. Prochazite se poli napadu pod trpytivym krystalickym nebem inspirace. Vstoupite-li do tohoto sveta, neznazte se jej rozumove pochopit, jinak byste mohli zesilet, nebot to je nad lidske chapani. Pouze to vse primete tak, jak to je, pohybujte se s proudem a uzivejte si! Myslim, ze tato dimenze je tim, cemu starodavni Vikingove rikali prosluly ?Duhovy Most? do Asgardu. Skutecne to vypada a zda se, jako byste stoupali po duze do nejakeho nadherneho sveta, kde musi jiste prodlevat Bohove. Zustavej zde v krasnem uzasu. Nech dite v sobe hrat si v teto pohadkove zemi divu. Vse vypada skutecne a stale. Cas je jeste zkreslenejsi nez v astralni dimenzi a realita je kaleidoskopicka.

# Buddhicka dimenze

Je to hrejivy abstraktni svet plny dokonaleho miru a nekonecne lasky. Pruzracne Bila dimenze. Neni zde zadny jiny zrakovy nebo sluchovy vjem nez vseprostupujici, oslniva Bila. V teto dimenzi velmi rychle zanechate vedomeho mysleni a vzdate se individuality. Neni mozne delsi dobu premyslet, jakmile sem jednou vstoupite, a neexistuje k tomu zadny duvod. Citite neodolatelne prani smerujici vas k tichemu klidu. Je to jako byt pohrouzen ve hrejive, zarive Bile bavlnce. V tomto svete prestanete byt individui a stanete se soucasti jednoho celku. Stejne tak prestanete byt muzem ci zenou. Je to tak trochu jako navrat do materskeho luna. Jste obklopeni, pohlceni a prijati nekonecnym laskyplnym teplem, porozumenim, odpustenim a usmirenim. Us-mi-re-nim.

Cas tu ztraci jakykoliv vyznam. Vstoupite-li jednou do tohoto sveta, jiz nikdy jej nechcete opustit, nemuzete jej opustit, dokud vas vase fyzicke telo nezavola a nepritahne zpet. To je lecive a odpocinkove misto pro dusi.

# Atmicka dimenze

Tato dimenze se jevi jako svet duchu. Zde duchove cekaji na ty, koho na zemi milovali. Je to stastne misto shromazdovani. Misto, kde se kona opetne setkani dusi. Svetlo v tomto svete je nejzarivejsi, nejjasnejsi stribro, jasnejsi nez zablesk svareciho oblouku. Je tak jasne, ze se zda nemozne do nej pohlednout, ale pres to vsechno je to nanejvys jemne svetlo, mekke a konejsive. Je to svetlo bozi lasky. Lide zde vypadaji jako ve fyzickem svete, ale co nejnadherneji. Extaticky salaji plamenem nejjasnejsi lasky, stesti a radosti, jakou si jen lze predstavit. Atmosfera je elektrizujici a vitalni, zaroven vsak hluboce spiritualni. V tomto svete citite pritomnost Boha jako hmatatelne vseprostupujici sily. Komunikace zde probiha pomoci telepatickych predstav na vysokem stupni, podobna ?jeden-na-jednoho? jasnovidectvi, ale je vice ziva a realna. Rec a myslenky ponechava zapomneni. Cas take zde naprosto stoji. Skutecnost je skutecnejsi nez normalni skutecnost. Ve srovnani s tim je fyzicky svet nejasny, unaveny sen plny napul mrtvych lidi. Tuto dimenzi jsem navstivil pouze ctyrikrat ve svem zivote. Pokazde z nejhlubsi meditace pro pozvednuti vedomi se vsemi cakrami siroce otevrenymi a plne funkcnimi. Projevovala se take extremni aktivita temenni cakry. Doprovazel to pocit jako by tisice prstu vibrovaly a masirovaly cely vrcholek me hlavy nad linii vlasu. Pri techto ctyrech prilezitostech ma energie ve mne vyletela do zdanlive nemoznych vysin a s sebou si vzala meho ducha a vedomi. Pri vyvrcholeni tohoto hluboce mystickeho zazitku jsem slysel zvuk jedne dlouhe, pomalu stoupajici, ciste hudebni noty. Citil jsem tu notu v jadru sve bytosti, ve svem srdci, volala mne a pritahovala k sobe. Zameril jsem se na tuto notu a sladil se s ni. Kazdym kouskem sily a energie jsem ovladal soustredeni sveho vedomi na notu a projekci na ni. Zbaven fyzickeho tela jsem se projektoval primo do teto dimenze. Jako bych prochazel skrze hustou clonu na jine misto a do jineho sveta. Po cely zazitek jsem si dualne uvedomoval sve fyzicke telo.

Rozhlizim se kolem sebe v udivu, svetlo je tak stribrne a jasne, pronika hluboko do me duse a citim jeho lecivy dotek. Naproti mne je muj davno mrtvy syn. Bylo mu osm let, kdyz mne opustil a vypadal presne tak, jako kdyz jsem ho videl naposledy. Zaril stestim a jeho oci byly jasne a trpytive. Privinul jsem ho k sobe a plakal stestim z toho, ze ho vidim. Podival jsem se za nej a spatril velky zastup lidi cekajicich na mne. Byli to vsichni pratele a pribuzni, ktere jsem znal a miloval a ztratil behem sveho zivota. Byli tam take mnozi lide, ktere jsem neznal. Presto vsichni vypadali jako stari znami a ja jsem citil, ze je vsechny miluji. Tleskali, skakali nahoru a dolu a zdravili mne. Zazil jsem spoustu slz radosti a mnoho objimani a polibku. Kdyz jsem pohledl za ne, videl jsem, ze jsme v prirodnim kamennem amfiteatru. Podlaha byla z hladkeho kamene a par set metru dal stoupala do hrebene, ktery se ohybal smerem k nam. Na vrcholku tohoto hrebene jsou Andele. Vypadaji presne tak, jak je nakreslil Michaelangelo. Byli neuveritelne nadherni, s velkymi Bile operenymi kridly, kaderavymi Zlatymi vlasy a Alabastrovou kuzi. Zatroubili dlouze na trpytive zlate trubky a zaznela cista a vysoka nota. Vysel jsem ze zastupu na volne prostranstvi. V bazni jsem pohledl na andely a zamaval na ne. Jak jsem to udelal, nota pocala slabnout a Andele zacali spoustet sve trubky. Stal jsem nezmerny okamzik tise a rozhlizel se kolem sebe. Pak sezacalo vsechno mihotat a ja se snesl zpet do sveho fyzickeho tela. Ronil jsem slzy. Nikdy jsem se odtud nechtel vratit.

# Smrt

Kdyz po smrti definitivne opustite sve telo, domnivam se, ze se stane toto: Prvnich par dni se budete projektovat v realnem case blizko fyzickeho sveta, dokud vam nedojde zasoba vasi etericke latky. Pote zazijete druhou smrt a vstoupite do Astralni dimenze. Tam se ocistite od veskere touhy, nebot budete moci mit cokoliv, co jste si kdy prali, a v nadbytku. To se uskutecni pomoci dokonaleho vyuziti mohutnych tvurcich schopnosti vaseho podvedomi. Zde muzete nasytit jakoukoliv vasi potrebu ci touhu, dokud nezjistite, ze vsechny touhy byly ve skutecnosti pouha iluze. Nasledne se zbavite vaseho Astralniho (zadostiveho) tela a vstoupite do Mentalni dimenze. Tam uvidite svuj prosly zivot, prozkoumate a vyjadrite kazdou myslenku, kterou jste kdy meli, a kazdy cin, ktery jste kdy provedli. Vase myslenky, vzpominky a zkusenosti budou pridany k Akashickym Zaznamum. Nebot ty jsou zaznamem zkusenosti cele existence lidstva ve fyzicke dimenzi. Pote, co odlozite sve mentalni telo, vejdete do Buddhicke dimenze. Zde zustanete mimo cas kvuli leceni, odpocinku, usmireni, odpusteni a porozumeni sobe samym. Pak se zbavite vaseho Buddhickeho tela a vstoupite do Atmicke dimenze. Tam budete v bozske pritomnosti cekat na ty, ktere milujete. Jednoho dne potom postoupite do dalsi urovne existence, kde vam budou odhalena velka tajemstvi zivota …

Cast 3: Trenink projekce

Abyste vyvolali projekci Astralniho tela pri plnem vedomi, musi byt splneny ctyri zakladni pozadavky:

1. 100% uvolneni vaseho tela v bdelem stavu.

2. 100% koncentrace na to, co delate.

3. Dostatek pristupne energie.

4. Natlak na oddeleni astralniho tela.

Tyto ctyri veci dohromady vyvolaji OOBE.

Dale uvadim cviceni, ktera vas nauci uvolnit telo, soustredit a ocistit mysl, shromazdit energii, stimulovat cakry avstoupit do stavu transu.

# Relaxace

Musite se naucit a zcela zvladnout cviceni pro uplnou relaxaci tela. Jestlize jiz nejake takove znate, muze byt upraveno pro nase potreby. Tady je jedno velice jednoduche: Sednete si nebo lehnete a uvolnujte se. Zacnete s chodidly - napnete je a uvolnete. Pokracujte lytky, stehny, kyclemi, brichem, hrudi, pazemi, krkem a tvari dokud cele vase telo neni neprosto uvolnene. Zkoumejte je nekolik minut a ujistete se, ze vase svaly zustavaji uvolnene. Pozn.:Hluboka fyzicka relaxace je klicem ke stavu transu, resp. hluboka relaxace vyvolava stav transu. Jakmile jednou jste ve stavu transu, projekce astralniho tela je pomerne snadna.

# Rozjimani

Kdyz zacnete s meditaci, budete suzovani myslenkami vasi povrchni mysli, jez funguje jako obrovsky zaznamnik. Obsahuje zpravy, pripominky, nutkave myslenky, problemy k vyreseni, nevyresene spory apod. Je vecne zamestnana, nikdy neodpociva, myslenky, myslenky, myslenky, jedna za druhou, vsechny vyzadujici vasi pozornost. Nez se pokusite ocistit svou mysl pomoci dechoveho cviceni (viz dale), je moudre vyporadat se s temito povrchnimy myslenkami, a to tak, ze o nich budeme uvazovat. Pohodlne si sednete, provedte relaxacni cviceni a premyslejte, nic vic, pouze premyslejte. Vyhledejte nejnalehavejsi myslenku ve vasi mysli a pokuste se ji prozkoumat, vyresit a porozumet ji. Uvedomte si to slovo: premysleni. Rozjimani neznamena ocisteni mysli nebo vizualizaci. Vyzaduje od vas premyslet, hluboce a bezvyhradne, o necem za ucelem lepsiho porozumeni a pochopeni, jakym zpusobem se vas to tyka.

# Uvedomele dychani

Je to jednoducha forma meditace. Ocisti vasi mysl a zameri vase vedomi. Sednete si nebo lehnete, zavrete oci, provedte relaxacni cviceni a ocistete svou mysl. Dychejte zhluboka a pomalu a pozorujte, jak vas dech vchazi a opousti vase telo. Pocitujte, jak proudi dovnitr a pocitujte, jak vychazi ven. Celou svou pozornost zamerte na vase plice a proces dychani. Tato jednoducha cinnost staci k tomu, aby zamestnala vasi povrchni mysl. Neustupne odmitnete obtezujici myslenky drive, nez mohou shromazdit sily a rozptylit vas. Kontrolovane dychani zamestna vasi povrchni mysl a umozni vam premyslet na mnohem hlubsi urovni.

# Povrchni myslenky

Zvuky jsou nesmirne rozptylujici, vyvolavaji povrchni myslenky. Zatroubeni automobilu zpusobi: ?Kdo je to? Co se deje?? Otevreni dveri vyvola: ?Kdo to prichazi nebo odchazi?? Povrchni mysl je stale velice zvedava, co se kolem vas odehrava. Chce vedet vse a informovat vas o kazde malickosti, ktera ve vasem okoli probehne. Bude vas nutit, abyste otevreli oci, vstali a zjistili, co se deje. Nepodlehnete jejimu nalehani. Vyuzite techto znepokojujicich, pozornost vyzadujicich myslenek pro trenovani. S ucenim, jak je zrusit a ignorovat, poroste vase schopnost koncentrace. Zastavte tyto suzujici drobne myslenky hned v zarodku, drive nez staci zakorenit a vyrust v neco vetsiho.

Napriklad:

*Kdo je to? Co se deje?? se stane: Kdo je.......?*

*Kdo to prichazi nebo odchazi?? se stane: Kdo to pr.......?*

*S opakovanim budou rozptylujici myslenky kratsi a kratsi, dokud*

*nezustane: ?Kd....?......?.......? a ?K....?.............?*

*Az nakonec: ?........?.......?...............?.................?*

Mnoho lidi tvrdi, ze nedokazi ocistit svou mysl, protoze je prilis snadno rozptyli zvuky normalniho denniho ruchu, ktere je obklopuji. Nevyuzivejte hudbu nebo jine zvuky, abyste je prehlusili, vyuzijte jich k treninku. Je to jako cviceni s cinkami, cvicite-li s perickem, vase sila tim nevzroste. Musite to zvladnout, jakkoliv tezke to je, chcete-li mit skutecne silnou mysl. Pomalu, ale jiste ziskate schopnost ocistit svou mysl. Jakmile to jednou dokazete, ziskate cenny mentalni nastroj. Budete schopni koncentrovat 100% vasi pozornosti na jednu ulohu a naprosto vyloucit cokoliv jineho.

# Koncentrace

Musite byt schopni dokonale koncentrace a soustredeni pozornosti na to, co delate. Nedostatek koncentrace je jednoducha casta pricina neuspesne projekce. Ma nepriznivy vliv na kazdou cast projekce, od relaxacniho cviceni az po stav transu a vlastni projekci. Otestujte si svou schopnost koncentrace: Sednete si a uvolnete se. Zavrete oci a ocistete svou mysl od vsech myslenek. Dychejte pomalu a zhluboka a pocitejte kazdy dech na konci vydechu. Udrzujte ji uplne prazdnou, stranou od pocitani, tak dlouho, jak jen to vydrzite. Zjistete jak dlouho to dokazete. Budte k sobe poctivi a pokazde, kdy se prodere ven nejaka myslenka, zacnete pocitat znovu od zacatku. Jste na tom dobre, vydrzite-li to dele nez deset vydechu. Deset vydechu, nicmene, neni dost dlouho. Presto si nedelejte starosti - da se to nacvicit pomoci nasledujicich cviceni.

**Cviceni koncentrace 1**

Zachovani obrazu: Uvolnete se, zklidnete svou mysl a divejte se na svicku nebo zarovku. Umistete svetlo naproti sobe ve vzdalenosti nekolika kroku a minutu nebo dve na nej uprene hledte. Zavrete oci a soustredte se na pozustatek obrazu, ktery vznikne za zavrenymi vicky. Snazte se tento obraz udrzet co nejdele. Pouzijte kontrolovaneho dychani, aby vase mysl zustala behem teto cinnosti cista. Snazte se, aby byl obraz cim dal jasnejsi, misto aby se postupne vytracel.

**Cviceni koncentrace 2**

Upreny pohled do jednoho bodu: Vyberte si bod na zdi a uprene na nej zirejte. Nesoustredte se na nej, pouze na nej klidne zirejte. Ocistete svou mysl od vsech myslenek a nasilim ji udrzujte prazdnou. Vsi silou se behem teto cinnosti soustredte na dychani. Citite-li, ze vas napada nejaka myslenka, utnete ji a nedomyslejte ji do konce! Zustante tak, jak dlouho jen vydrzite. Cvicte nekolikrat denne nebo jeste vic, pokud muzete.

**Cviceni koncentrace 3**

Energicke dychani: Posadte se a uvolnete se. Zavrete oci a ocistete svou mysl. Provadejte kontrolovane dychani a predstavujte si, ze vzduch, ktery vdechujete, je enrgie jasne zbarvena vasi oblibenou barvou. Predstavujte si, ze vzduch, jenz vydechujete, je kourove Sedy, plny toxickeho odpadu. Je to ocistovaci cviceni. Stimuluje cakry k prijimani energie pri nadechu a ocisteni od negativni energie pri vydechu. Pozn.: Pri techto cvicenich koncentrace nebudte pokud mozno napjati, vse se deje v mentalni rovine. Ze zacatku budete mit pocit, ze musite mysl napnout k prasknuti, abyste prestali premyslet, ale casem zjistite, ze opak je pravdou. Navyknete-li si na to, ocistovani mysli je velmi uvolnujici.

# Stav transu

Kdyz dosahnete hlubokeho stupne relaxace a mentalniho zklidneni, bude vam pripadat vase telo velmi, velmi tezke. Tato tiha je hlavnim priznakem toho, ze v okamziku kdy se dostavate do transu, prechazeji vase mozkove vlny z frekvence Beta na Alfa rytmy. Stav transu je zpusoben hlubokou fyzickou a mentalni relaxaci. Neni na tom nic divneho nebo nadprirozeneho. Jednoduse to znamena, ze zatimco vase telo upadlo do stavu spanku, vase vedoma mysl je plne bdela.

# Jak dosahnout transu

Provadejte relaxacni cviceni a zklidneni mysli prostrednictvim kontrolovaneho dychani. Predstavte si, ze ve tme slezate po zebriku. Nevizualizujte zebrik, pouze si predstavte, jak se pri tom citite. Pri vydechu citite jak vasima imaginarnima rukama (viz dale) slezate jednu nebo dve pricky zebriku. Pri nadechu citite, jak zustavate na zebriku v klidu. Co potrebujete je efekt mentalniho sestupu ve vasi mysli. Uroven vasi mozkove aktivity by se tak mela zmenit z bdelych rytmu (Beta) na rytmy usinani (Alfa) nebo rytmy hlubokeho spanku (Theta). V okamziku, kdy uroven mozkove aktivity dosahne Alfa rytmu, upadnete do transu. Pokracujte tak dlouho, dokud se to nepodari. Cas potrebny k dosahnuti transu je promenlivy v zavislosti na zkusenosti, kterou mate s hlubokou relaxaci a mentalnim zklidnenim.

*Pozn.: Jakmile pocitite tihu, prestante se cvicenim mentalniho sestupu.*

*Nemate-li radi zebrik, predstavte si, ze jste ve vytahu, ktery klesa, kdyz vydechujete, a stoji pri nadechu. Nebo si predstavte, ze jste pirko, ktere se snasi pri vydechu a zustava ve stejne vysce pri nadechu. Jak jsem jiz konstatoval, efekt mentalniho sestupu potrebujete ke snizeni urovne vasi mozkove aktivity. Tento efekt ve spojeni s hlubokou relaxaci a mentalnim zklidnenim zpusobi upadnuti do stavu transu. Abyste dosahli pocitu klesani, muzete si vymyslet jakykoliv scenar.*

A takto vypada stav transu: Vsechno je tissi a citite se jako kdybyste byli v daleko vetsim prostoru. Po tele mate velmi lehky pocit bzuceni. Vsechno se zda byt jine. Je to trochu jako kdyby vam nekdo ve tme polozil lepenkovou krabici pres vasi hlavu, citite zmenu atmosfery. Vsechno se zda byt neostre a rozmazane. Kdyz jste ve stavu transu, vsechny ostre zvuky jsou jako fyzicky uder na solar plexus.

# Stav hlubokeho transu

Uroven transu, jake dosahnete, zavisi do velke miry na vasich schopnostech relaxace a koncentrace a sile vule. Abyste dosahli hlubsiho transu, tj. Theta rytmy a niz, musite se pri mentalnim sestupu podporovanem kontrolovanym dychanim koncentrovat daleko vice a daleko dele. Prvni stupen transu, tj. pocit tihy, je pro projekci dostatecne hluboky. Velmi nedoporucuji snazit se dostat do hlubsiho nez jen lehkeho transu drive, nez mate se stavem transu hojnost zkusenosti.

Jak poznam, ze jsem ve stavu transu? Existuji ctyri velmi napadne priznaky:

*1. Neprijemny pocit chladu, ktery vas neroztrese, spojeny s rovnomernou ztratou telesneho tepla.*

*2. Po mentalni strance se budete citit velmi volne a vsechno se bude zdat extremne pooommmaleee. Myslenkove procesy se zpomali, jako kdybyste dostali umrtvujici injekci.*

*3. Budete se citit odpojeni od sveho tela - silny pocit vznaseni se a vse se zda byt hrozne daleko.*

*4. Uplna fyzicka paralyza (ochrnuti).*

Pozn.: Tyto ctyri priznaky dohromady znamenaji, ze jste upadli do stavu hlubokeho transu.

Nezamenujte to se slabym pocitem vznaseni, ktery obcas nastane pri lehkem transu, pri uvolneni astralniho tela. Nebo s mensi ztratou telesneho tepla v dusledku dlouheho sezeni bez pohybu a mirnou paralyzou (tihou). Vjemy hlubokeho transu jsou zcela neprijemne a nezamenitelne.

Dostat se do stavu hlubokeho transu je velmi obtizne, nebot potrebujete vysoce vyvinout schopnosti relaxace, koncentrace a transu, velkou silu vule a mnoho mentalni energie. Nemuzete do nej upadnout ciste nahodou.

Jestlize mate strach, ze klesnete prilis hluboko, pamatujte:

Kdykoliv to muzete prerusit. Koncentrujte vsechnu svou vuli na pohyb svych prstu. Jakmile dokazete pohnout prstem, ohnete ruku, pohnete pazi, zatreste hlavou, zkratka ozivte sve telo; vstante a chvili se prochazejte sem a tam. Strach z upadnuti do hlubokeho transu by nemel byt s temito cvicenimi problem. V meditacnich skupinkach jsem videl mnoho lidi, kteri upadli do lehkeho transu a nebyli schopni dostat se zpatky. Obvykle se nasel nejaky dobry clovek, ktery na ne mluvil nebo masiroval jejich zapesti atp., aby je probudil zpet do reality. To je zbytecne a je to vysledek spatneho treninku, tj. zadna cviceni koncentrace nebo vule. Dotycny clovek se pouze domniva, ze nemuze zpet, a tak se ani prilis nesnazi. Je to take dobry zpusob, jak ziskat pozornost ve skupince.

Pozn.:Vase mysl je neobycejne vykonna a ma nesmirne prostredky. Dokaze cokoliv bez omezeni, je-li vytrenovana, ovladnuta a dukladne motivovana.

# Expanze energetickeho tela

V urcitem bode po upadnuti do transu pocitite mirne ochrnuti. To je brzy doprovazeno prohlubujicimi se vibracemi a bzucenim. Muzete mit take pocit, ze jste velci a nadmuti. Paralyza, vibrace a pocit nafouknuti jsou symptomy expanze energetickeho tela a uvolneni tela astralniho. Je to soucast normalniho spankoveho procesu. Energeticke telo expanduje a otevre se za ucelem shromazdeni a uschovani energie. Behem toho se astralni telo uvolni a vznasi se mirne mimo fyzicke telo.

# Nenucenost transu

Mnoho lidi lidi predcasne prerusi projekci proste proto, ze nejsou zvykli na stav transu. Mysli si, ze je to pouze kratce otevrene okno do Astralni dimenze. To jednoduse neni pravda. Zustanete-li po vstupu do transu mentalne i fyzicky klidni, muzete jej udrzovat cele hodiny. Behem meditace jsem pravidelne travil nekolik hodin ve stavu transu. Jestlize si po upadnuti do transu myslite: ?Slava! Podarilo se to!...Jsem v transu! Honem neco podniknout...driv, nez to skonci!?, je jiste, ze se to prerusi! Stav transu se ukonci prostym aktem nadmerneho rozruseni, tj. poruseni relaxace a mentalniho klidu. Jako dobry napad se jevi travit cas ve stavu transu pouze kvuli navyknuti, jeste predtim, nez se pokusite o projekci. Pouze relaxujte, zustante klidni, soutredte se na dychani a udrzujte se v transu. Neskonci to drive, nez si budete sami prat. Zvyknete si na ten pocit. Kdyz se uz citite pri teto cinnosti pohodlne, cvicte v transu shromazdovani energie a stimulaci caker (viz dale).

*Pozn.: Nemusite byt v transu, abyste se naucili pracovat s energii a cakrami, v transu to jde pouze lepe. Pozn.: Cviceni transu muze byt provadeno vleze, ale nejlepsi je pohodlne kreslo s operadly. Vase astralni telo se ve stavu transu uvolni; zkousejte zdvihat sve astralni paze a nohy. Pouzivejte k tomu rukou, jak je vysvetleno v dalsim oddilu. Soustredte se a pocitujte sve vedomi v pazi a pomalu ji zdvihejte volne od tela. Kdyz to provadite, muzete citit lehke lechtani nebo omezenou zavrat uvnitr vasi paze nebo nohy. Zdvihnete svou astralni pazi a podivejte se na ni zavrenyma ocima, nehybejte vsak svaly. V tomto stavu muzete byt schopni videt skrze zavrena ocni vicka, nemejte vsak strach, pokud tomu tak neni - schopnost se dostavi pozdeji. Zdvihani vasich astralnich pazi je dobry cvik pro projekci. Pozdeji budete vyuzivat tyto astralni paze, k tomu, abyste vytahli astralni telo ven z fyzickeho.*

# Hmatove predstavy

Hmatove predstavy jsou vjemy nebo pocity lokalizovaneho telesneho uvedomeni. Vase ruce jsou velmi uzce spojeny s vasim telesnym uvedomenim. Jsou schopny velice dobre pocitovat kazdou cast vaseho tela. Imaginarni ruce, popsane dale, jsou pouze rozsirenim tohoto uvedomeni. Jestlize potrebujete citit uvedomeni jakekoliv casti vaseho tela, predstavujte si, ze se vase realne ruce snazi dotknout teto oblasti. Pote vyuzijte uvedomeni, ktere timto zpusobem v dane oblasti vznikne, k predstave, ze se tam nachazeji vase imaginarni ruce. Nechte oci zavrene a ruce drzte naproti svemu obliceji ve vzdalenosti asi 30 cm. Soustredte se, pocitujte, kde jsou, a pokuste se je videt skrze tmu za vasimi zavrenymi vicky. Prekrizte sva zapesti, pomalu jimi pohybujte kolem, otocte ruce, otevrete a sevrete ruce v pest. Usilovne se divejte, soustredte se, jako byste se snazili divat ve tme, a svym vnitrnim okem spatrite nezretelny pohybujici se stin vasich rukou a pazi. Zavrete oci a dotknete se ukazovackem prave ruky spicky vaseho nosu. Zjistite, ze i se zavrenyma ocima dokazete polozit prst presne na jakoukoliv cast vaseho tela. Vyzkousejte si to, polozte svou skutecnou ruku na ruzne casti vaseho tela. Vite stale presne, kde presne se vase ruce nachazeji, citite a uvedomujete si, kde jsou. Pozorujete-li, co se odehrava ve vasi mysli, zjistite, ze si uvedomujete cast sveho tela, ktere se chcete dotknout, od okamziku, kdy se k tomu rozhodnete. Prochazejte timto zpusobem cele sve telo a zvykejte si na pocity uvedomeni, ktere takto v ruznych jeho oblastech vznikaji. Deje so toto: Cast vasi mysli se premisti a odhali vam oblast, ktere se chcete dotknout, aby usmernila vasi ruku presne na toto misto. Vase mysl premisti na dane misto cast sveho vedomi a chova se jako domovsky majak pro vasi ruku.

Schopnost premistit timto zpusobem vase vedomi do rozlicnych casti tela je nezbytna pro praci s energii a popisovanou metodu projekce. Pozn.: Nemusite tyto ruce vizualizovat, tzn. videt je nebo si predstavovat, ze je vidite. Vse probiha na zaklade hmatu, ne zraku. Musite byt pouze schopni predstavy, ze je citite neco delat, jako si zkousite nektere jednoduche akce pouze v mysli. Puvodne jsem tuto techniku vyvinul pro slepe lidi. Slepi lide, jsou-li slepi od narozeni, nejsou schopni vizualizovat vubec, zato vsak maji velice intenzivni pocit telesneho uvedomeni. Vetsina lidi, kteri vidi, ma s jakymkoliv druhem vizualizace take velke problemy a vsechny techniky projekce zalezi silne prave na vizualizaci. Pro tento pripad jsem vyvinul techniku projekce, ktera nezavisi na vizualizaci uzite k vytlaceni astralniho tela. Ukazalo se, ze je o tolik jednodussi a uspesnejsi nez jine techniky zalozene na vizualizaci, ze jsem je pro oblibu teto jednoduche hmatove techniky vypustil.

Pozn.: Slepi lide nejsou slepi v astralni forme. Astralni telo nema zadne organy jako takove, je to pouze bod vedomi. Astralni telo, ktere vidite behem projekce, existuje pouze diky tvurcim schopnostem podvedomi.

Cast 4: Zakladni prace s energii

# Hlavni cakry

1. Velka: zakladni cakra (konec patere, mezi anem a genitaliemi)

2. Slezinova cakra (mirne pod pupkem)

3. Solar Plexus cakra (nekolik centimetru nad pupkem)

4. Velka: srdecni cakra (stred hrudi)

5. Hrdelni cakra (koren krku, nad mistem, kde vychazi z hrudi)

6. Celni cakra (presne ve stredu cela)

7. Velka: temenni cakra (cely vrchol hlavy nad hranici vlasu)

Krome temenni cakry, ktera je mnohem vetsi, jsou priblizne ve velikosti vasi dlane.

# Co jsou to cakry?

Cakry jsou nefyzicke organy, ktere transformuji syrovou energii Kundalini na jemnejsi a uzitecnejsi formy energie jineho typu. Cakry samy o sobe neobsahuji energii. Syrova energie je cerpana z planety vedlejsimi cakrami v nohach a chodidlech, ktere pak napaji hlavni system caker. Energie Kundalini je ve sve podstate cista myslenkova energie, ktera pronika a spojuje vesmir. Z tohoto ziveho energetickeho pole muzeme hloubeji cerpat pomoci usmernene a tvorive vule. Energie Kundalini muze byt cerpana lidskym telem a pomoci systemu caker transformovana na jemnejsi a uzitecnejsi formu energie. Cakry jsou napojeny na centralni nervovou soustavu pres urcite zlazy a nervova ganglia. Uplny system caker je neuveritelne slozity. V lidskem tele existuji 3 velke, 4 hlavni a pres 300 vedlejsich caker. Nekolik nefyzickych caker je take situovano mimo lidske telo. Podrobne mapy systemu caker a jejich spojujicich meridianu a drah jsou jiz tisice let vyuzivany ve vychodnim mysticismu a medicine (napr. akupunkture). System caker vyuziva bez vyjimky kazda psychotronicka schopnost. At uz se jedna o jakoukoliv schopnost, metody jejiho vyvijeni nebo pouzivanou terminologii, vzdy se jedna o ten samy zpusob - stimulaci caker. Je nemozne projevit jakoukoliv psychotronickou schopnost bez predchozi stimulace caker. Mnozi lide to budou popirat a tvrdit, ze prestoze nikdy nepracovali s cakrami nebo energii, maji psychotronicke schopnosti. Souhlasim, ze existuje mnoho zpusobu, jak se v teto oblasti vyvijet, ale vsechny, at jiz primo ci neprimo, stimuluji system caker. A nezapominejme na vrozene schopnosti. Mnozi lide se jiz narodi s aktivnimi cakrami a z toho duvodu i s vrozenymi psychotronickymi schopnostmi. Media jsou lide, kteri vykazuji psychotronicke schopnosti za pomoci nefyzicke duchovni entity. Tato entita stimuluje primo cakry media, spojuje se s nim, dava mu psychotronicke schopnosti jasnovidectvi, channelingu, lecitelstvi, produkovani ektoplasmy atd., aby se tak skrze nej mohla projevovat. Odtud take ziskala sve pojmenovani - media nebo kanaly, nebot maji schopnost stat se pasivnim dopravnim prostredkem pro duchovni entity, ktere chteji ovlivnovat fyzicky svet nebo s nim komunikovat. Vy nepotrebujete duchovni entitu, abyste rozvinuli a vyuzili psychotronicke schopnosti. Naucite-li se kontrolovat vlastni cakry a energii, muzete tyto veci provadet sami, aniz byste se zapletali s nejakymi duchovnimi entitami s neodmyslitelnym rizikem doprovazejicim tuto metodu.

# Shromazdovani

Sednete si nebo lehnete, provedte relaxacni cviceni a ocistete svou mysl pomoci kontrolovaneho dychani. Soustredte sve vedomi do chodidel. Pouzite rukou k vytahnuti energie z chodidel, skrze nohy, az do zakladni cakry. Predstavujte si, ze uchopujete energii a tahnete ji skrz sebe. Presne jako jste to delali, kdyz jste pouzivali tyto ruce pri kontrolovanem a barevnem dychani a vtahovali vzduch a energii do plic. Pozn.: Kdyz to delate, predstavujte si sve ruce uvnitr nohou a uvnitr predni casti vaseho trupu. Pouzivejte kontrolovane dychani jako pomocnika pri shromazdovani energie. Cerpejte energii pri nadechu a ponechte ji uvnitr pri vydechu. Delejte to stale znova a znova, cerpejte energii do zakladni cakry minimalne nekolik minut. Zatimco to provadite, muzete a nemusite neco citit. I v pripade, ze nic nepocitujete, nabirate timto cvicenim nejakou energii. Mnozstvi nacerpane energie se bude zvysovat s casem a pouzivanim caker. Z chodidel, skrze nohy do zakladniho centra je prirozena cesta proudeni energie. Tato energie bude stimulovat vase cakry a ty budou tuto zakladni energii transformovat na energii jineho typu. Tato transformovana energie bude pak plynout do vasich subtilnich tel a posilovat je. Po urcite dobe budete skutecne citit, jak se ve vas tato nergie dme a huci.

# Stimulace caker

Otevreni cakry: K tomu vyuzijete vase imaginarni ruce. Az to bude potreba, predstavujte si, ze trhate otvor do bochniku chleba v miste cakry. Nemusite nic vizualizovat, staci, kdyz se budete citit, jako byste to delali (stejne jako v realnem zivote, aniz byste se divali na to, co delate).

Cakry jsou nefyzicka centra, takze k jejich stimulaci potrebujete nefyzickou metodu. Toho dosahnete soustredenim vedomi do prostoru cakry a uzitim mysli k manipulovani s ni. Ke stimulaci potrebujete efekt mentalniho otevreni lokalizovany v cakre a ten je zajisten timto trhanim otvoru vasema imaginarnima rukama. Pomoci premisteni vaseho vedomi do mista cakry a vyvolani efektu mentalniho otevreni primo stimulujete cakru.

Pozn.: Pred stimulaci caker provadejte cviceni pro shromazdovani energie. Pouzijte kontrolovane dychani k podpore vasich rukou pri vytahovani energie do kazde cakry, tj. nacerpejte energii pri nadechu a zadrzte ji pri vydechu pri vsech nasledujicich cviceni pro stimulaci caker.

1. Zakladni cakra: Cerpejte energii do Zakladni cakry. Pouzite ruce k jejimu otevreni. Vtahnete energii do Zakladni cakry. Zcela opakujte tento prvni krok sedmkrat.

2. Slezinova cakra: Vtahujte energii z chodidel skrze zakladni cakru az do Slezinove cakry.

3. Solar Plexus cakra: Vtahujte energii z chodidel skrze Zakladni a Slezinovou cakru az do Solar Plexus cakry.

Otevrete Solar Plexus cakru. Opakujte to trikrat, pocinaje v chodidlech.

4. Srdecni cakra: Vtahujte energii z chodidel skrze Zakladni, Slezinovou a Solar Plexus cakru az do Srdecni cakry.

Otevrete Srdecni cakru. Opakujte to trikrat, pocinaje chodidly.

5. Hrdelni cakra: Vtahujte energii z chodidel skrze Zakladni, Slezinovou, Solar Plexus a Srdecni cakru az do Hrdelni cakry. Otevrete Hrdelni cakru. Opakujte trikrat, pocinaje chodidly.

6. Celni cakra: Vtahujte energii z chodidel skrze Zakladni, Slezinovou, Solar Plexus, Srdecni a Hrdelni cakru az do Celni cakry. Otevrete Celni cakru. Opakujte trikrat, pocinaje chodidly.

7. Temenni cakra: Vtahujte energii az do Temenni cakry stejne jako v predchozich krocich. Tato cakra je mnohem vetsi nez ostatni (cely vrchol hlavy nad urovni vlasu). Predstavte si, ze mate mnohem vetsi, plossi bochnik chleba uvnitr vrcholu vasi hlavy a trhate do nej otvor pomoci svych rukou nebo jako kdyz roztrhavate svou kuzi na hlave (to je ale trochu nechutne - pozn. prekladatele). Cely proces opakujte dvakrat, pocinaje chodidly.

Pozn.: Snazte se pokud mozno nenapinat jakekoliv svaly behem cviceni. Behem stimulace caker muzete nicmene citit lehke vnitrni napeti, pocit, ktery nepochazi ze svalu. Jsou to zlazy a nervova ganglia napojena na cakry a stahujici se v odpoved na stimulaci. Toto vnitrni napeti je bezne. Zakladni neboli Korenova cakra je velka cakra a nejdulezitejsi cakra, kterou je treba aktivovat. Tato cakra je branou pro energii Kundalini. Dokud neni dostatecne otevrena, energie nemuze plynout ani do ostatnich caker. Prinejmensim v rannych fazich rozvoje caker venujete vetsinu casu a energie na stimulaci Zakladni cakry. Pozn.: Kdyz jsem pred mnoha lety zacal shromazdovat energii a rozvijet sve cakry, nekolik mesicu jsem nic nepocitoval. Mnozi lide mi zase oznamovali, ze meli silny vjem energie a caker hned napoprve, kdy je uzili. Nekteri lide maji od narozeni aktivnejsi cakry nez ostatni. Nedostatecny vjem vam vsak nebrani v jejich stimulaci a rozvoji, dokonce ani tehdy, kdyz jako v mem pripade, napoprve necitite vubec nic. Kdyz jsem zacal pracovat s energii, me cakry nebyly vubec aktivni a nemel jsem zadne psychotronicke schopnosti.

# Zastavte a zkontrolujte se

Behem shromazdovani energie a stimulace caker kontrolujte, zda nejsou vase svaly napnute, a pokud je to nutne, provedte znovu relaxaci. Vasi svaly budou mit automaticky tendenci reagovat na mentalni cinnost vtahovani energie. Pamatujte, ze to vse je mentalni, vase telo musi zustat klidne a relaxovane.

# Vnimani caker

Pocity, ktere budete mit v cakrach, se mohou lisit podle stupne jejich aktivity, na niz ma vliv vas fyzicky stav, vrozene schopnosti a umeni koncentrace a relaxace. Muze se menit od jemneho tepla, lokalizovaneho tlaku nebo bublani, lokalizovane zavrati, huceni, jemne pulsace az po silne chveni nebo kombinaci vseho predchoziho. Cim silnejsi vibrace, tim aktivnejsi je cakra. Polozite-li ruku na aktivni cakru, budete skutecne citit chveni.

Nektere cakry mohou zpusobovat v aktivnim stavu dalsi lokalizovane pocity: Zakladni cakra: Zpocatku muzete citit velmi lehke zhnuti nebo paleni, ci sevreni, jako kdyz jedete prilis dlouho na kole. Jakmile cakra pracuje spravne, ucitite jemne pulsovani nebo chveni na jejim miste.

Solar Plexus cakra: Nekdy muze zpusobit pocit krakeho dechu, coz vas muze nutit k hyperventilaci. Casem a pouzivanim to prestane, spolu s tim jak se cakra bude stabilizovat.

Srdecni cakra: Srdecni cakra si zasluhuje specialni zminku kvuli silnym a nekdy desivym pocitum, jez muze zpusobovat. Je-li silne aktivizovana, muze se zdat, ze vase srdce pracuje neuveritelnym tempem. Je to silny pocit. Pokuste se jej ignorovat, pokud se vam to stane, nebot vam nijak neublizi. Neni to tlukot vaseho srdce, ale pracujici cakra. Vim, ze se to snaze rekne, nez udela: ignorujte to, ale s dalsim cvicenim a zvykem to zvladnete. Tento jev je nejvice patrny v rannych fazich rozvoje. Myslim si, ze vznika nedostatkem energie plynouci z nizsich center. Svym zpusobem je to jako prace cerpadla, kdyz nema dostatek tekutiny k cerpani. Je-li plne funkcni, zpusobuje srdecni cakra tyto pocity: Polozte svou ruku na hrud s konecky prstu na srdci. Poklepavejte prsty nahrud soucasne se srdcem. Zrychlujte, dokud nebubnujete prsty tak rychle, jak jen to dokazete. Pozn.: Vas skutecny tep se timto pocitem nezrychli. Pokud byste se pripojili na monitor sledujici srdecni cinnost, zjistili byste, ze vas tep se sotva zmenil.

Hrdelni cakra: Chveni muze zpusobit velmi jemny pocit zaskrceni, kvuli velke citlivosti tohoto mista. Nekdy se zda, jako byste meli emocionalni bouli u korene krku.

Temenni cakra: Pri plne aktivite se zda, jako by tisice hebkych, teplych prstu jemne masirovaly vnitrek vrcholku vasi hlavy nad urovni vlasu, a temenni cakra se rozsirovala dolu k prostredku cela, aby zahrnula celni cakru, jez je jeji soucasti. Tento pocit je duvodem, proc to Buddhiste nazyvaji ?Lotos s Tisici Okvetnich Listku?. Pozn.: Muzete citit silnejsi pocity v nekterych cakrach a slabe nebo zadne v jinych. Soustredte se na tu nejnizsi se slabymi pocity. To pomuze vyvazit tok energie v systemu caker. Jestlize se pri projekci nenachazite v rovnovaze, neaktivni cakry mohou zpusobit neuspech, tzn. muzete sve telo castecne uvolnit, zjistite vsak, ze je prilepeno k fyzickemu telu v miste neaktivni cakry. Stane-li se to, zamerte se pred projekci na stimulovani neaktivni cakry.

# Uzavirani caker

Po jakekoliv praci s cakrami je velice dulezite je uzavrit, dokud je nepotrebujete vyuzit, jako pri projekci. Toto uzavreni je obzvlaste dulezite, jestlize v nich citite silnou aktivitu. Nechate-li cakry behem normalnich dennich cinnosti otevrene, budete ztracet energii. To muze zpusobit unavu nebo dokonce problemy se zdravim. Krome toho to muze privabit pozornost nezadoucich astralnich entit. Abyste je uzavreli, jednoduse obratte proces, dokud neprestanete citit jakoukoliv aktivitu. Pocitujte, jak vase mentalni ruce uzaviraji cakry a tlaci energii zpet dolu. Cim jsou vase cakry aktivnejsi, tim vice casu budete potrebovat, abyste se je naucili zavrit. Jestlize po vsem stale jeste citite nejakou aktivitu, pomuze vam s jejich uzaviranim take jidlo a fyzicka cviceni.

*Pozn. : V novější versi tohoto článku autor techniku "uzavírání čaker" již nepovažuje za důležitou a jako důvod uvádí, že k inaktivaci čaker dochází po skončení cvičení zcela samovolně. Tímto odstavcem se tedy již nemusíte zabývat. (Satori)*

# Psychotronicke schopnosti

Zacnete-li pracovat s cakrami, muzete pozorovat, jak ve vas zacinaji rust psychotronicke schopnosti. To je prirozeny vedlejsi efekt stimulovani caker. V dalsich kapitolach o pokrocilejsi praci s energii ukazi, jak vyvinout a vyuzivat nektere z techto schopnosti a jak podnitit Kundalini.

**Cviceni**

Nejaka kontrolovana dychani, relaxacni a koncetracni cviceni a cviceni mentalnich rukou by mela byt v idealnim pripade cvicena denne. Muzete je cvicit kdekoliv a kdykoliv si na ne muzete usetrit chvilku casu.

# Bude to dlouho trvat?

Mnoho lidi se mne pta: ?Jak dlouho to trva, nez se da naucit projekci?? Moje odpoved zni: Protoze ma kazdy jine vrozene schopnosti, trva to tak dlouho, jak to trva. Dostal jsem dopisy od lidi, kteri zkouseli bez vysledku ruzne jine metody nekolik let a byli uspesni hned napoprve, kdyz vyzkouseli tuto techniku. Jini lide bez jakehokoliv umeni relaxace a koncentrace musi cvicit nekolik mesicu, nez dojdou k uspechu. Dalsi cast se zabyva oddelenim astralniho tela od fyzickeho.

# Cast 5: Astralni snura

Klicovou soucasti nove projekcni techniky je neviditelna, imaginarni snura visici z vaseho stropu. Tato snura bude vyuzita k vytvoreni dynamickeho tlaku v jednom bode vaseho astralniho tela za ucelem jeho oddeleni od tela fyzickeho. Snurova technika je podobna jinym pasivnejsim a mene primym metodam jako pronikavani ven a prijimani vibraci nebo vizualizace sebe sameho naproti sobe, ale bezprostrednejsi a z toho duvodu efektivnejsi. Rozumite-li mechanismu projekce, je zrejme, ze myslenka prijimani vibraci je trochu nelogicka. Vibrace jsou nasledkem a ne pricinou projekce. Kdyz je vyvinuty dostatecny tlak k uspesnemu uvolneni astralniho tela, energeticke telo expanduje a energie plyne skrze system caker, aby byla uskladnena v energetickem tele. Tento tok energie skrze stovky caker a jejich spojovaci sit nebo meridiany zpusobuje vibrace. To same se normalne deje behem spanku, aniz byste to postrehli.

# Pokracovani v tlaku

Pasivnejsi a mene prime metody projekce vyvijeji nejaky tlak na oddeleni astralniho tela, ale na velke plose. Premistuji vedomi mimo telo, trebaze to cini otupele. Jakakoliv mentalni cinnost, ktera umistuje vedomi mimo telo, vyvine urcity tlak na astralni telo. Splhani ruku pres ruku po lane je silna a prirozena cinnost, kterou si snadno predstavite. Snurova technika soustredi vsechny vase mentalni zdroje na jedinou, silnou a dynamickou cinnost, ktera vyviji vysoky stupen tlaku primo v jedinem bode astralniho tela. Existuji mnohe jine, jemnejsi zpusoby, ktere vyvijeji tlak na astralni telo. Mnoho meditacnich cviceni napriklad vyviji pasivni tlak na astralni telo. Muzete si predstavovat, ze sjizdite vytahem, padate, sestupujete po zebriku nebo se proste snasite dolu. Vsechny techniky jsou vyvinuty za ucelem omezeni mozkove aktivity. Jakykoliv vedome vyvolany pocit vnitrniho klesani vytvari pasivni tlak na astralni telo, ktery zpusobi snizeni mozkove aktivity a vstup do stavu transu, kde je odhalena hlubsi uroven mysli.

Provadeni vnitrniho sestupu otupele premistuje vedomi mimo telo a vytvari na velke plose pasivni tlak na astralni telo, avsak opacnym smerem nez je treba pro projekci, tj. obecne smerem dolu. To je, jako kdybyste se snazili, aby vase astralni telo vypadlo z vaseho fyzickeho tela, tj. vase vedomi se snazi padat smerem dolu ven z fyzickeho tela.

Mnozi lide se snazi o projekci tim zpusobem, ze vyvijeji pasivni tlak na astralni telo smerem vpred, tak ze se vizualizuji, jak vyplouvaji mimo sebe, a doufaji, ze se jim to podari, ze spusti projekcni reflex. Jini zkouseji bezprostrednejsi metody jako vizualizaci sebe samotneho mimo vlastni telo, coz je velmi, velmi obtizne. Uvedomte si, ze 99% lidi neni schopno vizualizovat temer nic, a dojde vam, ze akt mentalni vizualizace sebe samotneho mimo sve telo a premisteni sveho vedomi do teto vizualizace je pro vetsinu lidi prakticky nemozny. Jinou oblibenou metodou je prijimani vibraci. Tanto metoda je mirne efektivnejsi nez vetsina ostatnich, nebot vyviji tlak v jednom miste, avsak stale je to pouze neprima mentalni cinnost a proto otupela. To vsechno spolu s vseobecnym nedostatkem informaci o mechanismu projekce, tj. jak k ni dochazi, nese vinu za neobycejne vysoke procento neuspechu potkavajicich lidi ucici se projekci. Udrzovani pasivniho tlaku na velke plose astralniho tela nakonec po dostatecne dlouhe dobe bude aktivovat projekcni reflex. Trva to vsak velmi dlouho a je to mentalne nesmirne vycerpavajici. Poslednim vyzkumem jsem vyvinul lepsi, rychlejsi a dynamictejsi metodu projekce, ktera je velice efektivni. Tuto techniku nazyvam jednoduse snura. Nespociva to v tom, ze by uziti imaginarni snury byl tak revolucni napad (to neni), ale v porozumeni mechanismu projekce a v aplikaci techto znalosti.

Jestlize rozumite tomu, jak nejaka vec funguje, muzete ji pouzivat efektivneji, a tak ziskat lepsi vysledky. Nova metoda snury odtranuje vseobecne rozptyleni mentalnich zdroju a chronicke plytvani mentalni energii zapricinene obycejne zdlouhavymi postupy potrebnymi pro projekci. Snura zkracuje cas potrebny k vyvolani projekce a optimalizuje vyuziti dosazitelne energie. Jeden z nejdulezitejsich pozadavku pro projekci je dostatecna motivace. Bez motivace nebudete mit dostatek mentalni energie k uspechu a bud usnete nebo zapomenete, co se pri projekci stalo. Proto je dulezite zkratit cas na pripravu tak, jak jen to je mozne, aby to nebyl odrazujici a mentalne vycerpavajici ukol. Jedina vec, ktere ma zacinajici projektor nadbytek je nadseni. Nadseni je cista mentalni energie. Snura spolu s porozumenim, jak to funguje, pripravuje podminky pro lepsi vyuziti techto energetickych zdroju a nesmirne zvysuje pravdepodobnost uspechu.

# Ziskani pocitu snury

Pripevnete na strop nad vami stuhu, snuru nebo provaz. Nechte jej viset v dosahu pazi tak, abyste na nej snadno dosahli a mohli se jej dotknout. Casto na nej sahejte a dotykejte se jej, dokud ve sve mysli neziskate jasnou predstavu, kde je. Tento provaz je pouze hmatovou pomoci. Diky schopnosti dosahnout a dotknout se provazu si zvyknete na prostorove souradnice neviditelne, imaginarni snury. Takto se utuzuje tato predstava ve vasi mysli a tim i v myslenkove forme, coz vam usnadnuje predstavu doteku a splhani po snure pomoci vasich imaginarnich rukou.

Pozn.: Nemusite snuru skutecne vizualizovat nebo videt, staci, kdyz budete tusit, kde se nachazi. Tato metoda vubec nepouziva vizualizaci. Dosahnuti a vytahovani se po teto neviditelne, imaginarni snure pomoci vasich imaginarnich rukou premistuje vase telesne uvedomeni vyvolane vedomim ven z tela silnym prirozenym jednanim, ktere vyviji primy tlak v jednom bode astralniho tela.

# Aktivni cakra

Dulezity bod v pripade, ze je vase Celni Cakra aktivnejsi nez Srdecni Cakra, coz se obcas stava. Posunte pozici vasi imaginarni snury, tak aby vase paze byly ve 45ř uhlu nad vasi hlavou. Pomahate-li si vizualne stuzkou, premistete ji tak, aby misto nad vasi hrudi visela nad vasi hlavou. Zmena polohy snury premisti bod tlaku, ktery vyvijite na vase astralni telo, do mista nejaktivnejsi cakry a docilite tak lepsich vysledku. V kazdem pripade umistete snuru do polohy, ktera je pro vas nejprirozenejsi a nejsnazsi k predstavovani. Je dulezite, aby vam pozice snury pripadala prirozena. Experimentujte, dokud nenajdete tu pravou polohu pro vas. Jste pripraveni na projekci?

Vsechna cviceni uvedena v predchozich textech jsou nezbytnym treninkem na projekci. Nejsou vsak sama o sobe nutna vsechna pro proces projekce. Jestlize behem aktualni projekce provadite vsechna ta relaxacni, mentalne zklidnujici, mentalne poklesova cviceni, otevirani caker a shromazdovani energie muzete vyuzivat zasob sve mentalni energie. To muze zpusobit mentalni vycerpani a muzete se pak citit bez energie a sily vule pro vzdy dulezity exit.

Vsechna cviceni maji byt provadena oddelene od projekce samotne. Jsou to cviceni pro trenink a rozvoj vyvinuta za ucelem zvyseni kontroly nad telem i mysli a posileni proudeni energie skrze cakry. Je to jako cviceni v posilovne, ktere je soucasti fotbaloveho treninku. Tato cviceni nevyuzijete primo pri hre fotbalu, pouze zvysuji vasi fyzicku a silu tak, aby jste jej dokazali hrat efektivneji.

Provadejte treninkova cviceni oddelene, dokud se nepokousite o pokrocilou projekci v realnem case. Pak je nezbytne projit celym postupem a aktivovat vsechny cakry, drive nez zacnete vlastni projekci. Hlavnim smyslem pri uceni projekce je oddelit astralni telo od fyzickeho pri plnem vedomi. Cim drive se vam to podari, tim lepe. Jinak to vsechno muzete nakonec vzdat, protoze vam to bude pripadat prilis slozite. Z toho duvodu silne doporucuji vsem zacatecnikum, aby se soustredili na nejjednodussi a nejefektivnejsi zpusob vedome projekce. Jakmile jednou mate nejake zazitky z projekce za sebou, muzete se pokusit o pokrocilejsi a tedy obtiznejsi typy projekce. Pomoci treninkovych cviceni jste se naucili uvolnit sve telo, ocistit mysl a koncentrovat se. Zacali jste vyvijet PTU (premistitelne telesne uvedomeni) a ucit se, jak jej vyuzit, tj. s pouzitim vasich imaginarnich rukou vykonavat urcite ukoly jak uvnitr, tak vne vaseho tela. Take jste zacali probouzet a rozvijet sve cakry, takze je vas tok energie silnejsi a stravili jste, doufam, nejaky cas tim, abyste si zvykli na stav transu. Tyto dovednosti pripravily vase telo i mysl na projekci.

# Kdy provadet cviceni

Prestoze cviceni sama o sobe nejsou pouzivana behem projekcni posloupnosti, musi byt provadena pravidelne za ucelem dosazeni schopnosti a hladiny energie nezbytnych pro vedomou projekci. Doporucuji cvicit relaxaci, koncentraci a mentalni zklidneni denne. Pouzivejte pri techto cvicenich sve imaginarni ruce. Praci s energii a cakrami a ostatni cviceni musite provadet minimalne jednou tydne, aby mela nejaky ucinek. Chcete-li cvicit jeste vice, dobra, jen se prilis neunavte.

# Vase projekcni posloupnost

Je slozite navrhnout jednu, univerzalni projekcni posloupnost vzhledem k tomu, ze kazdy ma jinou uroven dovednosti a vrozenych schopnosti. Z toho duvodu predkladam prizpusobivejsi posloupnost a doporucuji upravit si projekcni metodu v zavislosti na vlastnich potrebach a urovni dovednosti. Pamatujte na stare prislovi ?Co funguje, to funguje!? Hrajte si se svou posloupnosti tak dlouho, dokud nenajdete to prave - nejjednodussi a nejefektivnejsi. Nejprve uvedu uplnou posloupnost pro pokrocilou projekci v realnem case.

**Uplna posloupnost**

1. Provedte beze zbytku relaxacni cviceni.

2. Pomoci kontrolovaneho dychani ocistete svou mysl.

3. Ponorte se do transu pomoci metody mentalniho poklesu.

4. Shromazdete energii a otevrete cakry.

5. Vytahnete se ven po imaginarni snure.

Pozn.: Kroky 3. a 4. mohou byt prehozeny, tj. praci s energii muzete provadet jak pred, tak po vstupu do transu. Prace s energii a cakrami je v transu efektivnejsi, nekteri lide vsak maji problemy se vstupem do tohoto stavu. Provadeni prace s energii obvykle vstup do transu usnadni.

Pozn.: Jestlize mate i presto problemy s upadnutim do transu, pouzivejte pri kroku 3.\* metodu splhani po snure misto cviceni mentalniho poklesu, dokud se nedostanete do transu. Pote, drive nez budete pokracovat s projekci, prestante splhat po snure a pracujte s energii.

# Jak vyuzivat snuru

Jestlize mate dobre schopnosti koncentrace, je to samo o sobe ucelena projekcni metoda. Zacatecnikum doporucuji soustredit se pouze na tuto metodu, dokud neziskaji vice zkusenosti. Touto projekcni metodou dosahnete normalni Astralni projekce. Delka teto projekce v realnem case zavisi na dosazenem rozvinuti caker a proudeni energie.

1. Provedte beze zbytku relaxacni cviceni, dokud nejste naprosto uvolneni. To ma trvat pouze par minut, neprezente to.

2. Zdvihnete sve imaginarni ruce a vytahujte se, ruku pres ruku, po silne, neviditelne, imaginarni snure, ktera nad vami visi. Pokuste predstavit si pocit silneho a hrubeho lana ve vasich rukou. Nesnazte se vizualizovat tuto snuru! Chci, abyste si predstavili, ze splhate po teto snure v cernocerne tme, takze ji vubec nemuzete videt, pouze vite, kde je, a muzete si predstavovat jak ji citite. Vizualizace plytva cennou mentalni energii, kterou je lepsi vyuzit k vyvolani primeho tlaku na vase astralni telo. Pri teto cinnosti budete citit lehkou zavrat, predevsim v horni casti vaseho trupu. To je zpusobeno vyvinutim dynamickeho tlaku na astralni telo. Pocit zavrate pochazi z uvolnovani astralniho tela. Tento pocit bude tim intenzivnejsi, cim vice se budete po snure vytahovat. Velmi dulezita poznamka 1: Tento pocit zavrate a jakykoliv pocit tlaku atp. zapricineny vasi mentalni cinnosti vytahovani se po snure musite peclive sledovat. Naucte se delat presne tuto cinnost a vyvolat tak zminenou zavrat. Budete muset cvicit sve mentalni splhani, abyste ji vyvolali. Nekolik prvnich pokusu teto snurove metody se soustredte na nalezeni spravne mentalni cinnosti, ktera to zpusobi. Jakmile jednou zjistite, jaka vase cinnost to vyvolava, a dokazete ji svou vuli presne zopakovat, jste na dobre ceste dostat se kamkoliv.

Velmi dulezita poznamka: ignorujte vsechny pocitky, ktere vnimate behem projekce, jinak vas rozptyli, narusi vasi koncentraci a znici vase sance na projekci. Soustredte se pouze na splhani po vasi snure za naprosteho vylouceni cehokoliv jineho. Vlozte do teto cinnosti vse, nebudte vsak napjati, musi to byt pouze v mentalni rovine.

3. Vytrvejte ve splhani, stale vzhuru, a pocitite tihu. Tlak, ktery vyvijite na vase astralni telo, vas uvede do stavu transu. Kdyz se to stane, nevsimejte si toho a soustredte se na to, co delate.

4. Pokracujte ve splhani a ucitite, jak se vase cakry oteviraji v reakci na tlak, neprestavejte.

5. Dale ucitite pocinajici vibrace, budete mit pocit, ze cele vase telo vibruje a budete se citit ochromeni. Soustredte se celou svou mysli na splhani po provazu a neprestavejte.

6. Dale pocitite, ze jste opustili vase telo. Kdyz se vytahnete z tela, budete mit pocit lehkeho bzuceni. Opustite sve telo ve smeru imaginarni snury a budete se nad nim vznaset. Jste volni!

Pozn.: Nenechte se vyrusit z koncentrace, kdyz zacnou vibrace. Jsou prirozenym nasledkem proudeni energie skrze stovky hlavnich a vedlejsich caker ve vasem tele. Jestlize zjistite, ze vas to rozptyluje, vlozte vice casu a usili do cviceni koncentrace, dokud tento problem neprekonate.

Pozn.: Jestlize jste zcela nezvladli pouzivani vasich imaginarnich rukou k relaxaci, shromazdovani energie a praci s cakrami, muze pro vas byt obtizne pouzivat je ke splhani po snure. To neznamena, ze musite byt schopni kvuli projekci s pouzitim teto metody otevrit uspesne sve cakry; to neni bezpodminecne nutne, ale pomaha to. Tato metoda je velice bezprostredni. Vyrazne zkracuje cas potrebny k projekci! Jakmile se zacnete vazne vytahovat po vasi snure, upadnete do transu, vase cakry se otevrou, zapocnou vibrace a vy se budete velice rychle projektovat! Kdyz to poprve vyzkousite, muze vas rychlost teto metody vystrasit. Zda se, ze vsechno probiha prilis rychle. Zvyknete si vsak a ocenite mnozstvi mentalni energie zbyle pro pouziti behem projekce. Jestlize jsou vase schopnosti koncentrace dobre, dava vam tato metoda vetsi prilezitost dostat se ven nez vsechny ostatni, i kdyz jste jeste neovladli zcela hlubokou relaxaci a stav transu. Co je jeste treba krome schopnosti koncentrace, je schopnost vykonavat silne mentalni cinnosti bez jakekoliv souvislosti s cinnosti svalstva, tzn. musite dokazat oddelit mentalni a fyzicke cinnosti. Mate-li potize s jakoukoliv casti snurove metody, analyzujte je, naleznete problematickou oblast a pak se vratte zpet a soustredte se na souvisejici trenink, dokud problem neprekonate.

# Varianty snury

Pozn.:Jedna z dobrych variaci na prostou snurovou techniku, je nejprve provadeni uplne posloupnosti cviceni a prace s energii a cakrami, oddelene od vlastni projekce. Provedte uplnou posloupnost, nezavirejte vsak cakry. Vstante a udelejte si prestavku, delejte neco prijemneho, napite se atp. Pak se obcerstveni vratte na svou postel/kreslo, par minut relaxujte a zacnete rovnou se snurou. Tim zvysite mnozstvi energie caker pristupne behem projekce.

# Mechanismy fungovani snury

Snura je v soucasnosti nejdynamictejsi metoda projekce a kdyz se ji jednou naucite, nebudete mit nejspise potrebu znat nejakou jinou. Nyni bych rad vysvetlil blize mechanismy toho, co se deje, pouzivate-li snuru: Ocisteni mysli: >Mentalni akt splhani po snure plne obsadi a ocisti mysl. Aktivita mozkovych vln: >Ocisteni mysli a vyvinuti dynamickeho tlaku v jednom bode astralniho tela zpusobi snizeni aktivity mozkovych vln. Hluboka relaxace: >Snizeni aktivity mozkovych vln uvadi telo na hluboky stupen relaxace. Stav transu: >Vyvijeni dynamickeho tlaku na astralni telo, zatimco fyzicke telo je hluboce relaxovane a aktivita mozkovych vln se nachazi na nizke urovni, uvadi mysl a telo do stavu transu. Cakry: >Vyvijeni dynamickeho tlaku na astralni telo, a to ve stavu transu, zpusobuje expanzi energetickeho tela a otevreni caker. Vibrace: >Vyvijeni dynamickeho tlaku na astralni telo, zatimco energeticke telo je expandovane a cakry jsou otevrene, zpusobuje tok energie skrze asi 300 caker v tele a pocit vibraci. Oddeleni: >Vyvijeni dynamickeho tlaku na astralni telo, zatimco energeticke telo je expandovane, a vibrace pusobi na oddeleni astralniho tela od fyzickeho.

Pozn.: Jestlize behem konecne faze projekcni posloupnosti - exitu - vyvinete dostatecny tlak na astralni telo, prevazite zcela projekcni efekt. To zpusobuje manualni oddeleni fyzickeho a astralniho tela. To znamena: Misto bezdecneho vyklouznuti z vaseho tela pomoci projekcniho reflexu na vrcholu projekce a konecneho stanuti u nohou vasi postele atd., vystoupite z tela ve smeru, kterym jste se vytahli po snure.

# Jak dlouho to vsechno bude trvat

Cely proces projekce muzete zvladnout za mene nez patnact minut, ja to dokazi pod pet minut.Rychlost teto metody vam umozni pouzit vsechnu dosazitelnou energii na jeden zatah. Jestlize se nedostanete ven v prvnich patnacti minutach, pochybuji, ze se vam to na tento pokus vubec podari. Jestlize k tomu dojde, bud vstante, udelejte si prestavku a vratte se k tomu pozdeji nebo se prospete. Pouziti snurove metody mne doslova ohromilo svou snadnosti a jednoduchosti hned napoprve, kdy jsem ji vyzkousel. Zkratilo to muj obvykly projekcni cas (20-30 minut od uplneho zacatku) na priblizne 5 minut pro normalni astralni projekci. Kdyz vsak provadim projekci v realnem case, stale pouzivam uplnou posloupnost.

Ma analyza mechanismu tohoto procesu pochazi z vlastnich zkusenosti s pouzivanim snurove metody a pozorneho sledovani, co se odehrava v mem tele behem separace.

# Ma prvni snurova projekce

Zde je zprava o me prvni zkusenosti se snurou, kdyz jsem ji vyvijel jako zivotaschopnou teorii: Lehl jsem si do sve postele a premyslel o sve nove teorii. Vypracovaval jsem techniku projekce, kterou by mohli aplikovat slepi lide. Techniku, ktera by nevyzadovala zadnou optickou vizualizaci. Prisel jsem s napadem hmatovych predstav, kdy se k vytvoreni tlaku na astralni telo vyuziva hmatu, nebot tento smysl maji slepi lide silne vyvinuty. Lezel jsem tak a dumal o tom nekolik minut, pricemz jsem se uvolnil a byl pripraveny k spanku. Tehdy jsem se rozhodl to vyzkouset, abych zjistil, jestli je to prakticke.

Pozn.: Neprovadel jsem zadna relaxacni, zklidnujici ani energeticka cviceni. Chtel jsem pouze videt, dokazi-li pomoci teto metody vyvinout tlak na sve astralni telo. Zdvihnul jsem sve imaginarni ruce a zacal splhat po snure, ruku pres ruku. Za okamzik jsem citil pocit zavrati v oblasti bricha a horni casti trupu a matozny pocit uvnitr kosti jako lechtani v rukou a nohou. Zastavil jsem vsechny myslenky a zameril svou vuli na splhani. Citil jsem neobycejny tlak vyvijeny na me astralni telo a ma astralni hlava a horni cast trupu se zacaly uvolnovat a snazily se sledovat snuru ve smeru tlaku, ktery jsem vytvarel.

Stale se vytahujici jsem citil, jak me mozkove vlny poklesy na uroven alfa rytmu a pocitil jsem silny pocit tihy, jak jsem se propadnul do transu. Pokracoval jsem v tahani a stav transu se prohloubil, me telo bylo nyni ochromene. Stale jsem tahnul, cakry se otevrely a zacaly vibrace. Byl jsem ohromen - provadel jsem to teprve nekolik minut! Pokracoval jsem v tahani a me astralni telo brzy vyklouzlo z fyzickeho. Bylo to uplne jine nez jakekoliv projekce, ktere jsem kdy provadel. Zdalo se, ze projekcni reflex nemel cas projevit se a projektovat mne mimo me telo. Doslova jsem se vytahnul ven sam. Vznasel jsem se nad svym fyzickym telem, stale si vedom sebe sama v posteli.

Prosel jsem zdi do obyvaciho pokoje, kde bylo vice svetla, nebot v mem pokoji byla pekna tma. Nahle jsem se ocitl v neznamem svete. Kde to k certu jsem? pomyslel jsem si. Vsude kolem mne bylo kalne svetlo a husta mlha. Naproti mne stala velka budova se staromodni doskovou strechou. Po jedne strane byl stary zeleznicni plot vyrobeny z masivnich, hrube otesanych klad. Oprel jsem se o plot a premyslel o tom vsem. Podival jsem se za dum a spatril jsem odlesk vodni hladiny. Na druhe strane domu bylo nejake jezero. To mi nedavalo zadny smysl a zacinal jsem se nudit, tak jsem se zkousel premistit do jine rise ve snovem jezirku.

Pohledl jsem na sve ruce; to obycejne funguje. Byly bile a blede a vypadaly neskutecne, brzy se zacaly rychle rozplyvat jako led pod plamenem pochodne. Z mych prstu brzy zbyly pahyly a ma ruka se rozpustila a ma paze ji pomalu nasledovala. Pokousel jsem se ji obnovit. Vyrostla zpet, jak jsem se soustredil na vizualizovani toho, jak by mela vypadat, ale hned, jak jsem se prestal koncentrovat, zacala znovu mizet. Pak me doslo, proc mi ta scenerie pripadala tak povedoma, byl jsem v obraze. Na stene v mem pokoji visi velky obraz presne v miste, kde jsem se pokousel projit zdi. Je tam zobrazen stary dum s doskovou strechou a hrube otesanym plotem. Za domem je jezero, prave nadchazi svitani a slunce zacina osvetlovat okoli. Neni pochyb, byl jsem ve svem obraze. Mel jsem toho prave dost, bylo to prilis hloupe, nez abych si mohl uzivat radosti z projekce nebo vubec cokoliv delat. Zameril jsem se na sve fyzicke telo, ktere jsem stale citil. Soustredil jsem se na pohyb svych ust a oci a to mne brzy navratilo do meho fyzickeho tela. Posadil jsem se a premyslel o tom, zatimco jsem zaznamenaval vysledky sveho pokusu.

Po opetovnem zklidneni jsem se znovu pokusil splhat po snure. Behem par minut jsem byl opet mimo sve telo. ?To je skvele, ? pomyslel jsem si! Vznasel jsem se nad svym telem a rozhlizel se po mistnosti. Nekde v temnote na zdi byl obraz, do ktereho jsem nahodou vstoupil. Sel jsem k nemu znovu, abych zjistil, zda se to stane opet.

Jak jsem se priblizoval, byl vetsi a vetsi a zdalo se, ze jsem se do nej zmensil. Kdyz jsem se dostal tesne k nemu, misto abych jim prosel, premistil jsem se dovnitr a byl jsem zase v tom kalnem svetle, sychravem svete se starym domem a plotem. Vse tam vypadalo jako skutecne, plot vypadal jako ze dreva a dokonce i vzduch mel jinou vuni, vuni venkova a mocalu. Opetovne jsem opustil obraz a vratil se do sveho tela, znovu jsem vse zapsal do sveho zaznamniku. Lezel jsem pak skoro celou noc a premyslel o tom, co se stalo, o nasledcich, co to vsechno znamena.... Takto jsem tedy objevil projekci do virtualni reality (VRP). Tato technika je v soucasnosti pouze hrubou metodou k vytvoreni vlastniho zakazkoveho sveta. V budoucnu planuji nektere dalsi experimenty v teto oblasti, abych teto metode vychytal nektere mouchy.

# Vzpominky na to vsechno

Jeden z nejvetsich problemu jakekoliv vedome OOBE je pamatovat si vse i po probuzeni. Tady je, co muzete podniknout proti zapomneni. Hned, jak se vzbudite, sednete si na posteli a vybavujte si vzpominky. Sedte a usilovne premyslejte. Kazde rano si vyhradte na tuto cinnost par minut klidu. Takto si vytrenujete pamet na sny.

Behem teto chvile si opakujte klicove fraze, dokud na neco nenarazite. Rikejte si veci jako: Podival jsem se na sve hodinky a... podival jsem se na sve ruce a... prochazel jsem... mluvil jsem s... prave jsem se chystal... skoncil jsem s... letel jsem nad... mel jsem... byl jsem uvnitr... byl jsem s...To jsou priklady frazi, ktere vas mohou dovest k utrzkum snove pameti, na kterou muzete navazat. Vytvorte si jeste nejake fraze, ktere vam budou vyhovovat. Muze se zdat, ze ve vasi pameti neni nic, nac byste si mohli vzpomenout, snazte se vsak a vlozte do toho skutecne usili. Neco tam je, musite to jen odhalit a vytahnout na svetlo. Jakmile se zamerite na nejaky utrzek pameti, naleznete toho vic a vic. Budete prekvapeni, kolik vzpominek si timto zpusobem vybavite. Je dulezite zapsat si je hned, jak si je vybavite. I kdybyste to meli delat nekolikrat za noc. Snove nebo astralni vzpominky se mohou zdat zive a nezapomenutelne, pokud je vsak nezaznamenate, obycejne behem nekolika malo sekund zmizi. Staci, napisete-li nekolik klicovych slov, a mezery budete schopni vyplnit i pozdeji. S praxi se vase pamet na astralni zazitky vyviji, az se obejdete i bez zapisu.

Uviznuti?

Nekteri lide mohou zjistit, ze behem projekce uvizli v nektere casti tela. Mohou se uvolnit z tela, ale uviznou v oblasti hlavy nebo bricha. Pokud se to stane, vyvijeni prilis velkeho tlaku pri splhani po provaze muze zpusobit fyzickou bolest a nepohodli. To muze mit dve priciny: Pokud jste uvizli v oblasti bricha, muze to mit nejakou souvislost se stravou - mohou to zpusobovat tezka proteinova nebo masita jidla pozita pred projekci. Opatreni: Jezte lehka jidla, jezte hodne, ale dejte si rybu nebo bile maso misto cerveneho masa a vyvarujte se tuku, oleju, orechu a syra. Pokud jste se zachytili v oblasti hlavy nebo nekde jinde, je to znamka neaktivni cakry zpusobene mozna zablokovanim energie. Opatreni: Behem cviceni energie se soustredte na otevreni teto postizene cakry. Jestlize se to stane behem vasi projekcni posloupnosti, prestante se vsim a otevrete tuto cakru, jste-li v transu, bude to tim snazsi. Kdyz jste tomu venovali nejaky cas, zkuste znovu vytahovani po snure.

Cast 6: Vice o snure

Snura je velice efektivni technika projekce, presto se ji vsak musite ucit, aby byla skutecne efektivni. Rad bych vypracoval nekolik kapitol o teto technice, inspirovan dosavadni odezvou. c Pri snurove technice neni treba vubec zadna vizualizace. Vse jsou hmatove predstavy. To znamena, ze se pritom nemusite videt. Splhani po snure, spravna mentalni cinnost je nacvicovat splhani ve sve mysli.

# Toto mentalni cviceni je snurova technika.

Musite se mentalne namahat a skripat zuby, tj. musite do toho vlozit maximalni mentalni usili, jako kdybyste skutecne splhali po snure, ale aniz byste dovolili svalum, aby se na tom ucastnili - vsechno probiha v mentalni rovine. Vase telo nesmi nijak reagovat. Musite se take citit velmi silni, plni energie a odhodlani takto splhat treba celou noc. Zjistite, ze nektery zpusob udrzovani pozornosti vasi mysli behem splhani bude vyvijet vetsi tlak na vase astralni telo nez jiny. Je velmi dulezite, aby jste zaznamenali, ktery to je, a naucili se jej aplikovat. Takto seridite sve mentalni splhani pro maximalni efekt. Kdyz se strefite do spravneho mentalniho zamereni na akci, potvrdi vam to pocit zavrati/padani v miste, kde je Solar Plexus. K uspesnemu pouziti snury, je neobycejne dulezite pevne se k teto cinnosti rozhodnout.Tato podminka je pro uspech velice dulezita. Potrebujete usili ve stylu ?dokazat to nebo zemrit?. Tim zamerite veskerou svou mentalni energii na jedno jedine, jediny cil - opustit sve telo. Mnoho lidi mi poslalo e-mailem sve pribehy o uspesnem vyuziti snury. Ve vsech pripadech praktikovali snuru po nahlem rozhodnuti vyzkouset to a sli - skutecne to provest! Tato podminka uspechu predstavuje rozdil mezi ostatnimi OOBE a zkusenostmi s ruznymi urovnemi snurou vyvolane relaxace, transu, paralyzy, aktivity caker atd. Nemohu dostatecne zduraznit vyznam teto podminky pro uspech OOBE na zaklade snury. Pri aplikaci snury, naprosto ignorujte vsechny fyzicke vjemy a jakekoliv zvuky. Jestlize jakymkoliv zpusobem zareagujete na nejaky vnejsi podnet, ztratite ohnisko vasi mentalni energie a znacne zmensite sve usili. Vsechna prace s energii/cakrami a ostatni cviceni v castech 3 a 4 jsou navrzena za ucelem stimulace toku energie a zvyseni koncentrace, sily vule a mentalni kontroly. Zvysenim toku energie behem projekce a lepsi kontrolou vlastni mysli se delka trvani v realnem case zvetsi. Take exit je snadnejsi. Muzete vsechna tato cviceni zcela preskocit a venovat se pouze uceni snury. Kazdy ma jinou uroven schopnosti, vrozenych dovednosti a toku energie. Nekteri lide musi kvuli OOBE hodne trenovat, jini ne. Nekteri lide se radeji nauci snuru jejim provadenim, nez pripravnym treninkem. Jestlize je vasim cilem pouze vedome OOBE jakehokoliv druhu, jednoduche uziti snury, jak je popsano v nasledujici kapitole, je to nejlepsi pro vas.

# Jednoduche uziti snury

Nekteri lide maji dojem, ze je snura prilis komplikovana. Ten ziskali pravdepodobne diky detailnimu vykladu jejich mechanismu, ktery jsem uvedl v casti 5, tj. jak to funguje. Snura je ta nejjednodussi technika projekce, jaka v soucasnosti existuje. Vse, co musite udelat pro pouziti snury v jeji nejjednodussi forme, jsou tyto dva kroky: Jdete do postele nebo si sednete do kresla, relaxujte a uvolnete se, stejne jako byste to normalne delali, kdybyste sli spat. Zacnete splhat po snure.

\*To je vse potrebne pro jednoduche uziti snury \*

Protoze tu nejsou vyzadovana zadna casove narocna cviceni nebo komplikovana relaxacni cviceni, jednoduche uziti snury ma mnohe vyhody. Umoznuje vam soustredit veskere mentalni zdroje na vec samotnou. To je v mnoha pripadech vse, co je treba k vasemu prvnimu vedomemu OOBE. Jednoduche uziti snury je mene slozite, a tak budete mit chut zkouset projekci casteji, dokonce i kdyz jste unaveni - jedna z nejlepsich chvil to zkusit - a nemuzete se zabyvat necim slozitejsim. Vetsi cetnost pokusu projekce znamena vetsi praxi se snurou, a z toho duvodu bude technika zvladnuta drive.

# Sekundarni cil - pruzracne sny

Mel jsem mnoho zprav o zivych snech a zvysene aktivite pruzracnych snu (lucid dream = L.D.) od lidi, kteri provadeli cviceni energie/caker. To se stava prilis casto na to, aby to mohla byt nahoda. Prace s energii/cakrami zvysuje uroven energetickeho toku do energetickeho tela a zesiluje vedomi a pamet na sny a stav OOBE. Je to hanba, mrhat vsi tou energii na nekontrolovane sny, takze doporucuji pouzit L.D. jako sekundarni cil. Tim ziskate OOBE zazitek drive, ve forme L.D., a tak neochabne vas zajem, dokud nezvladnete vedomy exit.

# Pruzracne sneni

Abyste meli pruzracne sny, musite si naprogramovat spoust, ktera vam umozni uvedomit si, ze snite, a tak nad vsim ziskat kontrolu, tj. ucinit to pruzracnym. Nejlepsi zpusob, jakym toho dosahnout, je zvyknout si na pravidelne kontroly reality ve vasem beznem zivote.

# Kontrola reality

Kontrola reality se provadi tak, ze prestanete s tim, co prave delate a overite si stupen reality vasi situace. To se da snadno udelat. Pokazde, kdyz provadite kontrolu reality. Polozte si otazky: Je tohle normalni situace nebo je na ni cosi zvlastniho?? a ?Mohu letat?? Pokuste se vznest do vzduchu. Pokuste se zavrit oci. To je zrada, nebot v astralni forme nemuzete zavrit oci. Pozn.: Tyto kontroly se musi stat zvykem, aby mely nejaky ucinek. Kdyz zkontrolujete realitu behem snu, prijdete na to, ze snite, a muzete nad snem prevzit kontrolu. Pak je dulezite si potvrdit, ze si budete vse pamatovat. Opakujte si kolem dokola: Tohle si budu pamatovat az se vzbudim.?

# Spoust pruzracnych snu

Klicem k uspechu kontrol reality je jejich dobra spoust. Melo by to byt neco, co normalne provadite mnohokrat denne. Muze to byt jakykoliv druh navykle cinnosti, ale zde je par napadu:

>Cas: Pokazde, kdyz se podivate na sve hodinky, provedte kontrolu reality. Elektricke hodinky jsou dobrou pomuckou. Nastavte pipnuti po hodine. Kdyz pipnou, provedte kontrolu reality. \* Nejlepsi jsou naramkove hodinky pipajici kazdou hodinu \*

>Ruce: Pokazde, kdyz zaregistrujete sve ruce, provedte kontrolu reality.

>Koureni: Jestlize kourite, pokazde, kdyz si zapalite cigaretu, zkontrolujte realitu. Jste li zvykli kourit, sahnete po cigarete obycejne i v prubehu snu.

Pozn.: Trva to nejaky cas, nez si na svou spoust zvyknete, obvykle par tydnu. Pomaha take delat prohlaseni, nez se ulozite k spanku, napr. Nezapomenu se divat na sve hodinky? Kdyz ziskate vedomi behem snu, L.D., pravdepodobne jiz budete ve verejnem snovem jezirku. Pokud se chcete pokusit zmenit to na projekci v realnem case, zkuste si uvedomit sve fyzicke telo. Dokazete-li jej vnimat, muzete byt schopni vratit se do casoveho umisteni blizko nej. To je vsak obtizne a muze to zpusobit uplny konec zazitku, tj. navrat do bdeleho stavu. Doporucuji uzit si L.D. tak, jak jsou. Verejna snova jezirka jsou velmi pestra mista a zazijete obvykle spoustu zabavy. Uvidite tam vsechny druhy tajemnych a nadhernych veci a zazijete vsechny druhy dobrodruzstvi. Pozn.:Abyste vylepsili svou pamet na L.D., nezapominejte si kazdou chvili behem L.D. pripominat, ze si to mate zapamatovat.

# Zmena vasi reality

Jestlize se vam nelibi snove jezirko, ve kterem zrovna jste nebo jste v OOBE v realnem case a chcete vstoupit do snoveho jezirka, zde je nekolik zpusobu, jak toho dosahnout:

>Podivejte se zblizka na sve ruce a sledujte, jak se rozplyvaji. (To je zajimave uz jen kvuli samotnemu jevu rozplyvajicich se rukou.)

>Otacejte se kolem dokola, dokud neztratite orientaci.

>Vizualizujte misto, kde byste chteli byt. (Okamzikove cestovani). To vas obycejne premisti do snoveho jezirka pribuzneho zdroji vizualizovaneho cile.

>Vzletnete primo vzhuru, tak rychle, jak jen muzete. Jestlize to selze ve zmene vasi reality, ziskate alespon zazitek z vesmirneho letu.

>Lette rychle pryc, blizko povrchu, dokud nenajdete misto, ajke se vam libi. Rozmazani obrazu pri letu zpusobi zmenu reality.

>Vstupte do zrcadla, obrazu nebo malby. To je to same jako projekce do virtualni reality. Tyto techniky pusobi dezorientacne na podvedomi a to vas pak premisti do jine reality.

# Astralni forma v pohybu

Mnoho lidi ma pri nekolika prvnich projekcich problemy s pohybem. I premisteni z jednoho konce pokoje na druhy muze byt pro ne uspech. Tento nedostatek kontroly vznika v dusledku nezvyklosti astralni formy. Je to jako byt ve stavu beztize. Musite ucit pohybovat znovu od zacatku. Projektujete-li se v realnem case, jste pouze bod vedomi obklopeny chatrnou eterickou schrankou. Pohyb je provozovan pomoci myslenek, ne svalu.

# Astralni hybna sila

V astralni forme existuje urcity typ hybne sily, jez zpusobuje vetsinu problemu. Diky ni pokracujete chvili v pohybu i pote, co jste se rozhodli zastavit. To vas muze prostrcit zdi, stropem atp. Tato setrvacnost je zpusobena myslenkou, jiz jste pouzili k pohybu. Jestlize je na danou akci prilis silna nebo prilis dlouho trva, budete se pohybovat prilis rychle nebo prilis daleko. Jenom praxe vas nauci vyporadat se s timto problemem presne a elegantne.

Uceni se astralnimu pohybu je skutecne docela komicka cinnost. Vzpominam si, jak jsem se ve svem mladi ucil pohybovat ve svem rodnem meste. Zacal jsem s pokusem ridit sve pohyby po svem dome a obycejne po chvili skoncil na strese. Pote jsem bezel dolu ulici, snazil se ziskat rychlost a vznest se jako letadlo. Za chvili mne to prestalo bavit, ale nikdy jsem nemohl docela prekonat vrcholky strech sousednich domu. Casto jsem bezdecne zabloudil do neznamych domu a tapal jako opilec. Donekonecna jsem se mimochodem omlouval vsem tem neznamym lidem, kdyz jsem vplouval a zase vyplouval z jejich domu.

# Jak se pohybovat

Abyste se pohnuli v astralni forme, musite to proste udelat. Nepremyslejte o tom, co delate, jen to delejte. Musite se primet k pohybu, menit smer a zastavit. To je nejlepsi rada, jakou vam tu mohu dat. Skutecne se to musite naucit tim, ze to delate. Uzite si to. Kdyz jste naucili zakladni pohyb, nezkousejte hned neco prilis narocneho. Drzte se pri zemi a naucte se nejprve pohybovat po okoli. Cvicte si to pri rozdilnych rychlostech, dokud se to nenaucite ridit.

# Uceni se letani

Stejnym zpusobem, jakym jste se naucili zakladni pohyby, tj. s pouzitim mysli, se naucte letat. Nejprve zjistite, ze na vas pusobi cosi velmi podobneho gravitaci. Vyletite do vzduchu, jen abyste se vzapeti pomalu snaseli zpet k zemi. Vytrvate-li, zacnete se pohybovat v radach kratkych letacich skoku. To je zpusobeno castecne zvykem a castecne zakladnim pohybovym problemem. Jakmile vas pohyb zpusobi ochabnuti mentalni cinnosti, klesnete zpet k zemi. Tim se zastavi vase letova setrvacnost a gravitacni zvyk vas stahne dolu. Muzete se pokouset, stejne jako jsem to delal ja, bezet dolu ulici, odlepit se od zeme a vzletnout. Pak pouzijte svou vuli k provadeni pohybu, stejne jako u zakladnich pohybu. Zadna gravitace na vas v astralni forme nepusobi. Letat budete od okamziku, kdy se o tom presvedcite.

# Rychlost

Tri rychlosti definovane S. Muldoonem a bezne uznavane jsou pouze zakladnim voditkem. Zde jsou:

>Rychlost chuze.

>Rychlost automobilu.

>Okamzikove cestovani.

Myslim, ze tyto tri rychlosti nejsou jiz aktualni. Byvaly to jedine typy rychlosti zname vetsine lidi. Dnes vsak nasi mysl pripravily filmy, pocitacove hry a cestovani letadlem na mnohem vyssi rychlosti. S praxi a dobrou mentalni kontrolou muzete menit svou rychlost podle svych umyslu od rychlosti chuze az po nadzvukove rychlosti. Velkym problemem pro zacatecnika je vsak kontrola smeru a rychlosti. Ma to hodne co do cineni s tim, jak je projekce stala a jake mate zkusenosti s pusobenim sve vule na pohyb.

# Okamzikove cestovani

Je vseobecne uznavano, ze dokazete-li vizualizovat cilove misto, muzete se tam projektovat behem okamziku, rychlosti myslenky. Zjistil jsem, ze je to velmi nespolehlive. Zjistil jsem, ze vas tato okamzikova metoda prenese primo na subjektivni misto vytvorene vizualizaci vaseho cile. Muze se zdat, ze jste skutecne tam, kde jste chteli byt, obvykle vsak najdete mnozstvi rozporu mezi skutecnym mistem a tim, kde se nachazite. Okamzikove cestovani se velice podoba projekci do virtualni reality. S pouzitim vasich vizualizacnich schopnosti pri cestovani ve skutecnosti vubec necestujete. Vytvorite jen subjektivni kopii vaseho cile a vstoupite do ni.

# Cestovani na velke vzdalenosti

Podle mych zkusenosti je spolehlivejsi pro projekci na male az stredni vzdalenosti (az nekolik set mil) sledovat povrch zeme. I tak je to obtizne, nebot je snadne podlehnout behem cestovani ?Alenka? efektu. Staci, kdyz jedinkrat uvolnite koncentraci, a sklouznete do snoveho jezirka. Pri cestovani v realnem case musite stale udrzovat prisnou mentalni kontrolu.

Skutecne vsak neni prakticke sledovat povrch na delsi vzdalenosti. Napriklad mesto na opacnem konci sveta je vzdalene 12000 mil. Museli byste cestovat asi 64-nasobkem rychlosti zvuku, abyste se tam dostali za 15 minut. Pri teto rychlosti v atmosfere se vse rozmazne a vzhled zemskeho povrchu a mraku zpusobi dezorientaci, a tim i presun do jine reality. Vsechny objektivni stranky projekce se ztrati. Pozn.: Novackove se obycejne udrzi v realnem case pouze par minut. Z toho duvodu je kazda cesta na velkou vzdalenost omezena casti projekce v realnem case. K cestam na velke vzdalenosti musite studovat geografii. Musite byt schopni rozeznat kontinenty, oceany, zeme, staty a mesta. Dale musite prostudovat mapu cilove oblasti a vyhledat nejake orientacni body. Abyste se tam projektovali, pote co si toto zapamatujete, musite vystoupit na obeznou drahu a sestoupit nad svym cilem. Kdyz se priblizite k zemi, musite upravit sve priblizovani a zamirit k geologickym rysum a orientacnim bodum blizko vaseho cile.

# Krouzeni kolem Zeme

Vstup na obeznou drahu je ponekud slozitejsi nez se zda. Dostat se tam nahoru je snadne, pohybujete se proste primo vzhuru, tezke vsak je zastavit se, kdyz jste jiz dostatecne vysoko. Vetsina lidi vcetne mne ma tendenci vyletet pryc ze slunecni soustavy a nekdy uplne opustit galaxii. Abyste se tomu vyhnuli, je nutna kontrola rychlosti behem vzestupu.

Jednodussi zpusob vstupu naobeznou drahu je projektovat se nejprve na mesic. To vam dava velky viditelny cil, na nejz se muzete promitnout behem nekolika okamziku. Jakmile tam jednou jste, je jednoduche zamirit zpet k Zemi, vstoupit na obeznou drahu a krouzit, dokud nejste nad svym cilem. Ve vesmiru, mimo atmosferu nejsou zadne problemy s rozmazanim zpusobenym rychlosti.

Jak daleko az muzete jit?

Neexistuji zadne hranice, co se tyce vzdalenosti, cile nebo rychlosti. Muzete cestovat az do nejvzdalenejsich galaxii. Rychlost myslenky je nekonecna. Je to jako zhrouceni prostoru a pohybovani se bez pohybu. Jestlize neco vidite, muzete se tam dostat...tak rychle jak tohle. Ve srovnani s tim je rychlost svetla hlemyzdi rychlosti. Casto odletam do hlubokeho vesmiru, kde jsou galaxie pouze malicke smouhy, daleko pryc, abych premyslel a meditoval. To je snadne, ale horsi je dostat se zpet pro dalsi vedomy vstup. Nemate-li dobre znalosti astronomie, ktere ja nemam, je to problem. Nasledovani stribrne snury, pokud nejakou vidite, neni zrovna prakticke pri techto druzich rychlosti, ackoliv ziskate alespon zakladni smer, kterym se mate dat. Abyste se navratili z projekce na velke vzdalenosti, naladte se na sve telo a vnimejte jej. Pote zkuste pohnout casti vaseho fyzickeho tela, napr. prstem. To vas navrati do vaseho tela a ukonci projekci pri plnych vzpominkach na OOBE.

# Vitr budoucnosti

Cas od casu se pri projekci setkate se zvlastnim ukazem. Ja tomu rikam ?Vitr budoucnosti.? Budete se nekam projektovat, na mysli nejaky vlastni cil, kdyz nahle ucitite neodolatelny tlak. Budete citit, jak s vami neco pohybuje proti vasi vuli, obycejne dozadu. Chvili s tim muzete bojovat, ale bude to stale a vytrvale silnejsi, az vas to odfoukne pryc; pres vrcholky strech, nahoru do nebe a ... do budoucnosti. Pak, po nejakem case, klesnete dolu na jinem miste ... a v jinem case. Casto to bude nekde na Zemi. Budete tam pusteni a ponechani, abyste se mohli prochazet.... zmateni. Muzete dokonce potkat lidi, ktere neznate, zatim, a budou zmateni stejne jako vy. Muze to byt skutecna scena z vaseho budouciho zivota, muze to byt symbolicka vize nebo smesice obojiho. Muzete byt neviditelnym divakem nebo muzete splynout se sebou samym v budoucnosti a videt chvili svyma budoucima ocima. Muze to take byt scena dulezite budouci udalosti. Muze to byt pohroma, zivelna nebo jina, nebo nezvykleho ci vzrusujiciho na svetove scene. Tyto typy udalosti jsou obvykle obklopeny spoustou energie a to muze byt castecne pricina takove vize.

Jedina vysvetleni jaka muzu dat jsou:

Zasah vaseho vyssiho ja: Z nejakeho duvodu se rozhodne, ze je prave cas ukazat vam neco z vasi budoucnosti. Stretnuti s jasnovidnosti: Vase Celni cakra se zaktivovala pro jasnovidectvi a naladila se na budouci zalezitosti. Vas bod vedomi se chytil do teto vize a projektoval se do ni. Kombinace obojiho - to je nejlogictejsi.

# Symbolicke vize

Existuje jina stranka tohoto vetru, ktera je velmi podobna te predchozi, ale vize, jiz prozivate je symbolicka nebo ma nektere symbolicke aspekty spise, nez ze je skutecnou budouci udalosti nebo scenou.

Pozn.: Rad bych vas varoval pred symbolickymi aspekty vizi. Jestlize nerozumite podstate symbolismu, muze to zpusobit velke skody ve vasem zivote. Toto varovani plati vseobecne pro vsechny jasnovidecke vize, at jiz prozite v astralni forme nebo ne.

Napriklad: Vitr budoucnosti vas odnese na scenu, kde vidite, ze jste vyhrali spoustu penez. Sedite u tabulky a srovnavate vas tiket s vysledky. Vidite, ze vyhra je 18 milionu dolaru. Sledujete vase cisla nebo tiket a zjistujete, ze jste vyhrali. Citite vzruseni, vlnu adrenalinu, opajite se sny o bohatstvi a vase srdce se trese vzrusenim. Po teto vizi zacnete nakupovat spoustu tiketu. Take zacnete delat rozhodnuti, ktera vas zivot ovlivni ve stylu ?Az dostanu ty prachy?. Tim si ve svem zivote muzete zpusobit nenapravitelnou skodu! Ztratite svou podnikavost, iniciativu, vase ambice, tj. prestanete se snazit. Takto prijimate system viry v ?Nakladni Kult?, viru, ze dostanete vsechno - se vsemi negativnimi strankami, ktere tento primitivni system ma. Zacnete pocitat cas vaseho zivota, misto abyste jej zplna prozivali.

* Co vam mozna ze symbolismu predchozi vize nedoslo je:

Tolik penez je trochu nezvykle pro tah loterie. 18 milionu dolaru je podivne mnozstvi penez a muze byt vzacnou udalosti. To je to, cemu rikam postovni znamka - razitko s datem od budouci udalosti. To znamena, ze kdyz vase mistni loterie bude mit vyhru udaneho mnozstvi, neco duleziteho se stane ve vasem zivote nebo ve svete kolem vas. Pokud chapete, jak symbolismus funguje, budete schopni nasbirat behem vize vice informaci o nadchazejici udalosti. Prostredi, symboly, spojistosti s vami, cinnosti a posloupnosti udalosti v ni, to vsechno jsou dulezite aspekty jejiho vyznamu.

Spatne pochopeni vize muze znicit vas zivot. Pouze zkusenosti a inteligentni aplikace logiky vas nauci interpretovat symbolicke vize. Dokud tyto zkusenosti nemate, je nejlepsi zachazet s jakymkoliv druhem vize velice opatrne.

Nektere mozne priciny symbolicke vize jsou:

Dostali jste varovani nebo navod od vaseho vyssiho ja. Prochazite zkouskou, v niz je budoucnost, osud, vyznam a smysl vaseho zivota. Postovni znamka teto vize muze znacit dobrou i spatnou udalost ve vasem zivote. Muzete skutecne vyhrat loterii. Pokud jde o me, urcite bych se ujistil, zda mam patricny tiket, pro kazdy pripad, ale nebyl bych na tom zavisly.

# Priklad vetru budoucnosti

Opustil jsem sve telo a pohyboval se po domove. Nahle mnou jakasi sila pohnula pres mistnost. Snazil jsem se s tim bojovat, ale bylo to stale silnejsi, az mne to odneslo ven z domu a vzhuru k nocnimu nebi. Po kratke chvili jsem se dostal zpet dolu, mimo svuj domov. Byl jsem tam ponechan uprostred silnice. Naproti mne stala chladnicka. Jen tak tam lezela uprostred silnice s otevrenymi dvermi. Prohledl jsem si ji a zjistil, ze nefunguje. Za ni byla masivni cervena zed z cihel, 12 metru vysoka a dvakrat tak siroka. Na teto silnici zadne skutecne zdi z cihel nebyly. Pak jsem si uvedomil, ze vedle mne stoji ma zena. Otocil jsem se k ni a rekl ahoj. Ona rekla pouze velice chladne sbohem, pak se otocila a odesla pryc. Rozpacite jsem sledoval jeji odchod. Udivilo mne, ze misto aby sla do naseho domu, kracela od nej pryc az zmizela v dalce. Diky dostatecnym zkusenostem se symbolismem a podstatou vizi jsem vedel, co to predpovida - konec meho manzelstvi. Nemohl jsem to pochopit, nebot jsme meli teprve nedlouho predtim svatbu a byli jsme spolu velmi stastni.

K rozlusteni symbolicke vize je potrebne ji analyzovat a rozdelit na casti. Nekolik vyznamnych aspektu teto vize bylo: Postovni znamka... (razitko s datem udalosti), lednicka, ktera nefungovala, spojitosti... (neco nebo nekdo ve vizi, kdo nebo co ma nejakou spojitost se mnou).

* 1. ma zena, 2. byl jsem mimo svuj domov, 3. byl jsem tam jako ja symbol... (zakladni podstata blizici se udalosti)
* velka cihlova zed symbolizuje barieru nebo konec neceho. To byl jediny skutecny symbol ve vizi, zatimco ostatni casti byly symbolicke svou prirozenosti nebo cinnosti. Symbolicke cinnosti... (naznacuji vyznam vize)
* chladne sbohem me zeny

Symbolicke modifikatory (pozmenuji symbol nebo v tomto pripade symbolickou cinnost ve vizi)

* 1. ma zena se vzdalila ve smeru pryc od domova, 2. kracela pryc, dokud nezmizela z dohledu posloupnosti udalosti
* 1. rozbita lednicka, 2. velka cihlova zed, 3. cinnosti me zeny neboli: Kdyz jsem uvidel rozbitou lednicku (postovni znamka), spatril jsem cihlovou zed (symbol) a ma zena (spojitost) rekla sbohem a opustila mne (symbolicka cinnost) ve smeru pryc od naseho domova, dokud nezmizela (symbolicke modifikatory).

Nacasovani a posloupnost vize je dulezita k odhaleni jejiho vyznamu. Je dulezite rozlozit vizi do jejich 5 zakladnich casti a zaznamenat ji do deniku, dokud je jeste ve vasi mysli cerstva. Pozn.: Ke kazde casti vize muze existovat vice nez jeden modifikator.

# Ohlednuti

Rok pote, co jsem mel uvedenou vizi, jsme se prestehovali do jineho mesta. V ten samy den jsme si museli od pribuznych pujcit chladnicku. Nase se totiz rozbila a byla v opravne. Vypujcena lednicka take nefungovala. Kdyz byla nase opravena, druha lednicka lezela dva a pul roku na verande a cekala na odvoz. Jasne jsem si vybavil vizi a vedel jsem, ze tato lednicka je razitkem s datem nadchazejici udalosti. Take jsem vedel, o jakou udalost pujde, ale skutecne jsem nevidel zadne jine priznaky. Jednoho dne vsak prisli a odvezli tu lednicku. O tyden pozdeji byl s mym manzelstvim konec. Nahle, navzdy a bez duvodu, ktery by se dal alespon trochu predvidat. Kdyz se takto ohlednu do minulosti, je dokonale jasne, co ta vize znamenala. Bylo to tak jednoduche, jak presne. Nejsymbolictejsi vize jsou jednoduche. Davejte si pozor, abyste se z vize nesnazili vycist prilis mnoho, jinak zastinite skutecnou zpravu v ni obsazenou. Vzdy rozlozte vizi na jeji jednotlive casti. Ptejte se u kazde casti: ?Co to znamena samo o sobe??, ?Co to dela??, ?Co je nejjednodussi, nejzakladnejsi symbolicky vyznam te veci?? Napiste si odpovedi a pak pouzijte zdravy rozum a logiku. To vam umozni porozumeni pravemu vyznamu vize.

**Zrcadla**

Zrcadla jsou historicka magicka zarizeni pouzivana jako brany do jinych svetu. Existuje take spousta pover a starych pribehu vztahujicich se k tem, kdo odesli na vecnost. Kdyz nekdo zemrel, vsechna zrcadla v dome byla prikryta. Delalo se to proto, aby neboztik nezjistil, ze nema obraz v zrcadle a nebyl otresen. Jinym duvodem bylo predejit jeho polapeni v zrcadle. Zamyslite-li se nad mechanismy projekce, ma to urcitou logiku. Smrt je v ranne fazi velice podobna vykonne projekci v realnem case. Nejvetsim rozdilem je absence ziveho tela, do ktereho se je mozne vratit. Duchove jsou normalne udrzovani blizko fyzicke dimenze v realnem case asi tyden po smrti. Trva to, dokud nevyprcha zasoba etericke latky, ktera pouta ducha k jeho fyzickemu telu. V teto dobe se duch obycejne potuluje kolem pribuznych a tech, ktere miloval, rika sbohem a zvyka si na podminky noveho zpusobu existence. Tento rozluckovy proces ulehcuje psychologicke trauma ze smrti a pomaha duchovi pripravit se na dalsi etapu existence. Toto se muze prihodit se zrcadlem: Novy duch muze neuvazene vstoupit do zrcadla. Paklize se to stane, octne se v zrcadlovem svete stejnym zpusobem, jako projektor vstoupi do obrazu pri projekci do virtualni reality. Jakmile je jednou v zrcadlovem svete, nevi obvykle, kde se nachazi, a jak se odtud dostat, a muze tam uviznout po celou dobu jeho pobytu v realnem case. To nebude prekazet v ceste dusi. Pouze tozpusobi zmatek na par dni, nez vstoupi do dalsi etapy existence. Tim mohou byt jeho posledni dny pobliz fyzickeho sveta velmi zmatene a zabrani to prirozenemu rozluckovemu procesu. Domnivam se, ze odtud pochazi stare povery. Z toho duvodu si myslim, ve svetle meho porozumeni projekci a procesu smrti, ze zakryvani zrcadel po umrti je velmi dobry napad pro dobro zesnuleho. Nejlepe je ponechat to tak pro jistotu dva tydny.

# Lepsi sbohem?

S nedavno odeslym duchem je mozne behem jeho pobytu v realnem case, behem jeho posmrtneho putovani, komunikovat. To lze provadet prostrednictvim neobaleneho dopisu ponechaneho duchovi ke cteni. Muze vas tez slyset, takze ucinne je i mluveni k nemu. Myslim si, ze dobrou praxi by bylo povesit na zed v neboztikove pokoji rozluckova psani od vsech lidi, ktere zesnuly miloval. Ponechte psani otevrena, se vsemi stranami snadno viditelnymi, aby bylo cteni snadnejsi.

Pokracovani 6 casti bude brzy nasledovat (ne vsak jeho preklad - pozn. prekladatele).

*Pozn.: Pokračování v angličtině se nachází na stránkách* [*www.astralpulse.com/guides/oobe/oobe.htm*](http://www.astralpulse.com/guides/oobe/oobe.htm)*(Satori)*

(c) ANS system, Brno

Poslední úpravy: 27 květen 1998

(převzato od [falcon.unas.cz](http://falcon.unas.cz/))

(zdroj anglické verze na autorových stránkách - [www.astralpulse.com](http://www.astralpulse.com/))

[Obsah](http://satori.mysteria.cz/obsah.html)

20. 08. 2004