

Luule Viilma
BOLEST VE TVÉM SRDCI



Poněkud neobvyklý jazyk tohoto díla je výrazem ducha knihy a klíčem k jejímu pochopení. Respektuje styl autorky. Rovněž psaní velkých písmen u podstatných jmen a zájmen se řídí přáním autorky.

Z ruského překladu estonského originálu Bol v tvojom serdce,

Opírajíc se o své zkušenosti praktické lékařky, Luule Viilma nabízí učení o duchovním rozvoji, které pomůže nejen vyléčit konkrétní onemocnění, ale i obnovit duševní rovnováhu a získat vnitřní klid.

Učení je uvedeno ve čtyřech knihách: první knihou je *Duševní světlo*, druhá sestává ze dvou částí. I. část – *Zůstat anebo jít*, II. část – *Beze zla v sobě*, kniha třetí – I. část – *Hřejivá naděje*, II. část – *Světlý pramen lásky*.

Knihy, kterou držíte v ruce, je adresována Lidem. Těm, kteří se snaží pochopit, co je pro ně nezbytné a co nikoli. Naučíte-li se komunikovat se stesy, naučíte se chápat, co je Člověk. Zjistíte, že Člověk s velkým Č nepatří do oblasti marných tužeb. Je to člověk, který krok za krokem stále hlouběji a hlouběji poznává sám sebe.

Pouze člověku je darována schopnost cokoli dávat druhým a přijímat to, co druzí dávají. Čím více se tato schopnost realizuje pouze na materiální úrovni, tím silněji dávající pomýšlí pouze na svůj prospěch a beroucí rovněž na svůj. Do takového primitivního stavu člověka strhávají neviditelné síly – stresy. Osvobozuje-li člověk stresy, přestává se cítit vězněm a nachází v sobě Člověka.

Pochopení sebe sama je procesem nejen zajímavým, ale i přinářejícím štěstí. Neexistuje zábavnější činnost než poznávání sebe samého. Člověk, jenž v sobě nalézá nové vrstvy, nejen získává znalosti, ale začne je i využívat za účelem vlastního vývoje. Neobtěžuje ho to, i když ví, že je to nekonečný proces. Není to pro něj násilná změna sebe samého, ale změna blahodárná pro duši.

Zdokonalující se člověk vytváří dokonalejší svět, jenž je ve své podstatě zrcadlovým odrazem Stvořitele. Pouze člověk, jenž poznal sám sebe, vytváří svět, v němž panuje harmonie a rovnováha. Lidé žijící v takovém světě se umějí léčit myšlenkami. Léčení myšlenkami čili náprava způsobu myšlení je nejvyšší třídou schopností člověka. Jsme již připraveni učit se v této třídě. Kdo tomu nevěří, ještě připraven není.

V této škole je jak učitelem, tak žákem člověk sám. Kdo cítí potřebu poznat sám sebe, povznáší se duchem. Kdo se do rozvoje vlastní duchovnosti nutí a usilovně na sobě pracuje, chřadne na duchu. Mezi pozemským donucováním a donucováním duchovním není principiální rozdíl. Vezmete-li si do ruky knihu o duchovním vývoji, vždy se sami sebe zeptejte: „Potřebuji to?“ Zaposlouchejte se do sebe, a když vnitřní hlas řekne, že ano, otevřete knihu, dříve však nikoli.

UČEBNICE JAZYKA STRESŮ

*Šťastný je ten život,
v němž je přiměřeně dobrého,
jež není považováno pouze za dobré,
a přiměřeně špatného,
jež není považováno pouze za špatné.*

Slovo ke čtenáři

Nejlepším lékařem člověka je člověk sám. Patrně jste to už na sobě vyzkoušeli. Abychom mohli pacientovi lépe pomoci, je třeba si osvojit jazyk stresů.

Pokračuji ve starém tématu na základě nových, upřesněných podrobností. Poněvadž prvotní boom duchovnosti v Estonsku minul, věřím, že tuto knihu budou číst ti, kteří se začali vážně zabývat sami sebou. Proto se odvažuji zastavit se podrobněji u vlastních pochybení, souvisejících s hledáním sebe samé. Mám v úmyslu hovořit o tom poctivě a bez vytáček.

Přesvědčila jsem se o tom, že vyprávění cizích příběhů, ať už písemná či ústní, pomáhají zachytit myšlenky vedoucí k poznání sebe sama. Z jedné myšlenky se rodí druhá, z té třetí a tak dále, dokud nás řetězec nedovede k tajným dveřím skrývajícím podstatu nějakého charakterového rysu. Někdy je potřeba vrátit se do předcházejících životů, častěji však narazíme na nějaký okamžik v nynějším životě, kolem něhož člověk mnohokrát proběhl a nevšiml si ho. Duše se možná v takovém okamžiku zatřepotá, síla a moc rozumu však přikazuje soustředit se na něco jiného. Vlastní sebepoznávání a pomoc pacientům stanout na cestě sebepoznání mi dovolilo uvěřit si do té míry, že se odvažuji psát o problémech, které mně ještě nedávno působily bolest u srdce.

Nynější a následující kniha dozrály současně a paralelně, neboť z počátku jsem je zamýšlela jako jednu. Pracovat na rukopisu bylo zajímavé, protože jsem pronikala do důsledků faktů, které se zdály být maličkostmi; nyní mohu s klidným svědomím zopakovat životní pravdu, že maličkost je věc důležitá a důležitá věc je maličkost. Jednoduché je složité a složité je jednoduché. Těžké je lehké a lehké je těžké.

Je těžké léčit nemoc, jejíž duchovní obsah nemocný pečlivě skrývá dokonce sám před sebou. A tím víc přede mnou. Léčení stejné nemoci se stane snadným, když se nemocný otevře a přizná své stresy. Přání mít pověst dobrého člověka je podobné **zlému duchu** z pohádky, který člověka změnil ve věčného strážce pokladů své duše a nepustí k nim dokonce ani samotného majitele.

Umřít v chudobě a při tom mít bohatství – k tomu nedochází jen v pohádkách. Každá nemoc je velkým bohatstvím. Kdyby člověk znal kouzelné slovo „odpusť“ a věděl by, komu ho adresovat, všechny tajné dveře by se před ním otevíraly jedny za druhými. Nikdo by nemusel bloudit a štourat se v temnotách své duše.

Sama už dávno nebloudím, avšak štourat, přesněji nímrat, se stále ještě musím. Sním o době, kdy už to nebude třeba, kdy mi nemocný přijde na pomoc jako přítel, aby našel prvotní příčinu své nemoci. Nikoli proto, aby nemoc zničil jako nepřítele, ale aby si ujasnil její kořeny a osvobodil je za pomoci kouzelných slov. Tyto kořeny neboli příčiny tvoří minulost jak v duchovním, tak ve fyzickém smyslu.

**Duchovní minulostí jsou předchozí životy člověka samého.
Fyzickou minulostí jsou předkové a jejich konání.**

Omyly jsou vzájemným zrcadlovým odrazem jich obou. Duchovní minulost se odráží v minulosti fyzické. Pokud člověku ani nepřijde na mysl, aby začal sám sebe poznávat přes neviditelné, sebepoznání přes viditelné je pro něj mnohem reálnější. Osvobození jednoho osvobozuje druhé. Není důležité, odkud začneme. Vždyť vše existující je jen energie. Rozdíl mezi různými druhy energie jednoduše spočívá v tom, že jedny druhy energie jsou hustší a proto viditelné, jiné řidší a proto neviditelné.



Pokud jste v předcházejícím životě byli ženou, máte v nynějším životě k dispozici tu bývalou ženskou energii a touto energií k sobě přitahujete podobnou ženu. Jinak řečeno, Vaše životní družka v nynějším životě ztělesňuje stejné ženské kvality, které vám byly vlastní v minulém životě v roli ženy.

A stejně tak váš nynější životní druh má ty mužské kvality, které jste měli v předcházejícím životě Vy, když jste se nacházeli v roli muže.

NA KONCI MINULÉHO ŽIVOTA A NA POČÁTKU NÁSLEDUJÍCÍHO JE ČLOVĚK NAPROSTO STEJNÝ. ENERGIE DOVRŠENÍ JEHO PŘEDCHÁZEJÍCÍHO ŽIVOTA JE STEJNĚ VELKÁ JAKO SOUČET ENERGIÍ JEHO RODIČŮ V OKAMŽIKU POČETÍ DÍTĚTE.

ŽIVOT NEZAKAZUJE MÝLÍCÍMU SE ČLOVĚKU ŽÍT DÁL.

UČEBNICE JAZYKA STRESŮ

Všechno existující je život, nezávisle na tom, cítíme-li to, nebo *zatím ještě* ne.

Viditelný a neviditelný svět jsou jediným celkem. Jsou vzájemným zrcadlovým odrazem a není důležité, *uznáváme-li* to, či nikoli.

Komunikace je zachováním života, neboť komunikace představuje bezpodmínečnou lásku. Jednou ze součástí komunikace je vztah (postoj). Uznáváme-li pouze oku viditelný svět, odmítáme svět neviditelný a *máme* k němu tedy špatný *vztah*, i když podle vlastního soudu se k němu chováme bezvadně. Tělu takovým postojem zdá se nebyla způsobena rychlá a prokazatelná újma, člověk se však necítí dobře. Proč? Protože v důsledku nesprávného postoje vznikl stres, jenž člověku nedá pokoj.

Ponevadž stres nevidíte, z materialistického hlediska ani neexistuje, ale protože Vám je špatně, přece jen tu je. Čím silněji ho odmítáte, tím hůř Vám je, a v určitém okamžiku Vás postihne fyzická nemoc, která tu dřív nebyla. Nikdo Vám nic nepodstrčil, nikdo Vám nic nevzal, nicméně nemoc je tu.

V takové situaci někdo začne přemýšlet o tom, proč onemocněl, *což znamená, že člověk začal s nemocí komunikovat.* Tomu, kdo má k nemoci špatný vztah, nadává jí, proklíná ji, bude ještě hůř. Kdo se k ní chová s porozuměním a možná ji dokonce považuje za záchranu ve vzniklé složité situaci, začne se uzdravovat. Správný postoj má ten, kdo chápe, proč nemoc vznikla a *co mu přináší. Nejlépe ze všech vnímá účel nemoci ten, kdo si stejně jako uštvaný kuň potřebuje oddechnout a do nebe vychvaluje chorobu za poskytnutý odpočinek. Úplně se uzdraví ten, kdo si uvědomí důvod, proč nemoc vznikla.*

Když jsem vzala toto vše na vědomí, pochopila jsem, že se stresy je nutné komunikovat, a když jsem to začala dělat, uvědomila jsem si, že se jedná o tu nejběžnější komunikaci, s níž máme co dělat každý den. Přesvědčila jsem se o tom, **že není žádný**

rozdíl, zda mluvíš s člověkem, nebo se stresy. Pomáhala jsem sobě, pomáhala jsem rodině i přátelům, dokud mě nenapadlo získané znalosti napsat na papír.

První kniha seznamuje čtenáře se stresy a s jejich jazykem, vysvětluje základní principy a snaží se probudit zájem o neviditelný svět.

Druhá kniha analyzuje původ jazyka stresů, to jest jejich kořenů. Po jejím vydání jsem si nadělala první boule a díky tomu jsem pochopila, že mluvit se stresy a mluvit s lidmi jsou dvě velmi rozdílné věci. *To, s čím jsem se ztotožňovala, ostatní vnímali zcela jinak.* Se stresy můžeme vést otevřený rozhovor, být sami sebou a osvobodit je v míře svých schopností. Stresy odcházejí a ty cítíš duši i tělem velké ulehčení. S lidmi můžeš mluvit otevřeně, když jsou na tvou otevřenost připraveni, jinak tvé duši i tělu bude těžko. Má duše je našťástí houževnatá, to však neznamená, že je nezranitelná. *Potřeba dávat mně ušetřila lekci: je vůbec třeba dávat, a jak dávat* těm, kteří jsou zvyklí v první řadě dostávat?

Ve **třetí knize** se mluví o účelnosti osvobodování stresů a o tom, co člověku znalost jazyka stresů přináší. Tato kniha je kritizována, že prý je příliš tlustá a složitá. I když učím, jak složité zjednodušit, dnešní člověk automaticky protestuje jak proti vynucenému, tak proti dobrovolnému učení. Mnozí kvůli tomu nepokročili dál a vrátili se ke svým původním, pro ně pohodlným představám. Zvyk zbavovat se nemoci za pomoci medicíny je zakořeněn velmi pevně. Vždyť nikoli náhodou se zdá, že uzdravit se je snazší než pustit nemoc na svobodu.

Čtvrtá kniha, kterou nyní držíte v ruce, je adresována *Lidem*. Jinými slovy těm, kdo se snaží pochopit, co je pro ně nepostradatelné a co nikoli. Když jste se naučili komunikovat se stresy, naučíte se rozumět, co to je Člověk. Zjistíte, že Člověk s velkým Č vůbec nepatří do oblasti marného snění. Je to člověk, který krok za krokem, stále hlouběji a hlouběji poznává sám sebe.

Pátá kniha vysvětluje vznik problémů, jimž je nejtěžší porozumět, a vznik jim odpovídajících a nejzávažnějších onemocnění. Učí zabraňovat nemocem, které by Vás možná jako nezvaní hosté znenadání přepadly asi tak za ...náct let.

Všichni z vlastní zkušenosti víme, že studium jakéhokoli jazyka potřebuje nemálo času. Totéž se týká i jazyka stresů. Naučit se jednoduchá slova a výrazy nezbytné k řešení naléhavých problémů lze rychle, jejich používání se stane velmi přirozeným a my si přestaneme všimnout, že hovoříme cizím jazykem. Přestane nám být cizí, protože vše, co si osvojíme, se stává naším vlastním. Osvojováním znalostí se rozumí jejich používání k dosažení žádaného výsledku. Bez toho znalosti ztrácejí svou hodnotu. Aby znalosti neležely jako mrtvá přítěž, je třeba dát jim svobodu. V tom spočívá kouzelná síla, která mění bohatství ve skutečnou hodnotu. Nevyužitá moudrost je bohatstvím, které se během času znehodnocuje, a i když nenarůstá, ohýbá svou vahou člověka stále více k zemi.

Pokud jste si uvědomili a přiznali existenci základních stresů v sobě, znamená to, že vznikla potřeba osvobodit je a Vy jste nepocítily, že Vás k tomu někdo nutí. Proto jste stále složitější a složitější znalosti o stresech, obsažené v mých po sobě následujících knihách, vnímali jako něco zcela přirozeného a začali jste tyto stresy osvobozovat, neboť jste pochopili, do jaké míry tím odlehčíte své životní břímě. Možná jste i Vy došli k přesvědčení, že stresy mají svůj jazyk. Vždyť jazyk je prostředkem sebevyjádření a **vyjádření znamená vyvedení ven, čili osvobození nahromaděné energie.**

Když *hovořím* s druhým člověkem, dávám mu nezbytné informace o tom, co *potřebuji*, a on mi díky tomu to, co *potřebuji*, dá, ať už je to materiální či nemateriální. **Já to** vědomě nebo nevědomě **přijímám**. Když mluvím se stresem, dávám mu a on mně svobodu, tedy to, bez čeho není možné se obejít. Nyní **s vděčností přijímám, co se mi dává**. V té chvíli jsem já už dala ze své strany vše, a proto s vděčností přijímám, co je dáváno mně. Udělala jsem radost jemu, on udělal šťastnou mě a já se neptám: „Proč jsem musela začít jako první já?“ Poněvadž vím, že **můj život začíná ode mne samé, a je tedy přirozené, že se sama musím pustit do toho, co mám v životě udělat.**

Znalost jazyka stresů je důležitější než znalost jakéhokoli cizího jazyka, neboť **JAZYKEM STRESŮ S ČLOVĚKEM HOVOŘÍ JEHO VLASTNÍ ŽIVOT.**

Mnozí se mě ptají: „*Pomáhá toto myšlení skutečně všem lidem?*“ „*Pomáhá*“ – odpovídám – „*pokud jsou lidmi. Když však jsou dobrými lidmi, kteří chtějí jen dobro a svého názoru se nevzdají, tak nepomáhá.*“ Nejtěžší ze všeho je pro člověka odmítnout zastaralé představy, které přežily svou dobu. Takové odmítnutí je však klíčem ke štěstí.

O VARUJÍCÍ MEDICÍNĚ

Každý má svou cestu osudu. Jedna je úzká, druhá široká, cesta většiny z nás je však právě tak akorát, aby byly vidět obě její krajnice. Jak člověk po této cestě kráčí, závisí jenom na něm: rychle nebo pomalu, rovně nebo klikatě, rovnoměrně nebo ve skocích, vztyčený nebo po čtyřech, s důstojností nebo se plazí, jako svobodný člověk nebo jako vězeň, zůstává-li sám sebou nebo se stává otrokem. Za mnohá léta života tomu nejspíš bývalo tak i onak, neboť *člověku je potřebné poznání všech stránek života*. Doba bývá různá, *vždy však existuje možnost výběru*. Kdo není schopen vybrat si samostatně, obrací pohled k nebesům a doufá, že odtud dostane spásnou odpověď. Tak se ustrašený člověk snaží přesunout své záležitosti na Boha.

Dnešní doba vybízí lidi, aby obraceli pohled do sebe a spatřili v sobě odraz nebes proto, aby přestali hledat Boha vně sebe. Aby pochopili, **že všude – i na nebesích – lidé vidí jen sami sebe**. Když se život utváří tak, že všechno je jakoby dobré, ale duše bolí, i nejnaruživější materialista bude nucen uznat, že materiální blahobyť není zárukou duševního klidu. V člověku, jenž žije v epoše agonie materializmu, nevyhnutelně vznikne pocit agonie, a pokud sám sebe považuje za člověka, začne přemýšlet a snaží se najít východisko.

Dnes je úplně jiná doba. To však lidé říkají odpradáвна. Všechno nové nám připadá neznámé a neprobádané, ale ve skutečnosti tomu tak není. Slova jsou vždy stará, mají však nový význam. Přičemž samotný jejich význam se nemění; mění se hloubka jeho obsahu.

Životní vyšší pravdy se dají vyjadřovat různě. Ve verších to vypadá důvěrně a povzneseně, já se vyjadřuji prózou, jak se na

lékaře sluší a patří. O jedné a téže věci mluvím různě, vše závisí na tom, co z *mého předcházejícího výkladu lidé nepochopili až do konce*. Sama se přitom stávám moudřejší. Mě to nerozčiluje. Pokud to rozčiluje Vás, je třeba zbystřit pozornost. Podrážděnost vypovídá o tom, že jste nepochopili podstatu věci. Je to protest proti odhalení toho, co se skrývá v podvědomí, protest, jenž *je neochotou přiznat svou hloupost*.

Život má dvě stránky – viditelnou a neviditelnou. Prvotnost neviditelného světa jsem si uvědomila a uznala *díky neznalosti*, která mi připravila utrpení. Nedůvěra pocházející ze vzdělanosti se zmenšuje spolu s tím, jak si ujasňuji všechny nové stránky mnou procitovaného neviditelného světa. **Každé porozumění znamená osvobození od nějakého problému souvisejícího se životem a zdravím.** To je pravidlo, které se týká jak mě, tak i Vás.

Změna postoje znamená změnu člověka samotného. Poněvadž člověk se obvykle místo toho, aby změnil svůj postoj, pustí do obracení zla v dobro, i výsledek dopadne opačně, než očekával. Vždyť co je dobré pro jednoho, vůbec není dobré pro druhého. Nad tím však jaksi není zvykem se zamýšlet. Zvykli jsme si žít podle moudrých příkazů a zákazů vymyšlených dobrými a rozumnými lidmi. Síla setrvačnosti zvyku je tak velká, že by nám vůbec nepřišlo na mysl zpochybnit moudrost těchto příkazů, kdyby se náš život, když se jimi řídíme, utvářel šťastně. Člověk, jenž touží po dobrém, nevěří, že **nejprve je třeba změnit způsob myšlení a hned potom se změní myšlení a skutky**. Ještě mnohokrát si rozbije hlavu o zeď předtím, než zapochybuje o *skutečném* dobru svých blahých pohnutek.

Ani trochu se nestydím přiznat, že se pořád učím z cizích zkušeností, proto také hodně mluvím o zkušenostech vlastních – co kdyby se někomu hodily. Od nepaměti se lidé učí od těch, kteří si dokázali uspořádat vlastní život. Prostřednictvím svých morálních chyb se člověk pomalu, pomaličku povznáší duchem – trnitou cestou ke hvězdám. Zahraniční autoři, jejichž duše hledá pravdu, se neostýchají vyprávět čtenářům o svých omylech poté, kdy si sami uvědomili poučení, kterého se jim díky chybě dostalo.

Estonec rovněž umí číst a brát si poučení, stojí však nějakému Estonci za to veřejně přiznávat své chyby, když se pak na něj sesypou spoluobčané? Někdo v tom spatřuje projev osobní nadřazenosti, někdo chvástavost, někdo je hrozně rozčilen, neboť mu připadá, že ho nutí žít podle stejného měřítka. Každý myslí přiměřeně svému pokřivenému charakteru. Každý z nás vidí v druhém sám sebe, a protože se neumí napravit, začne mu spílat. Jak už to tak bývá, z dobrých pohnutek. Považují nás za *drsné samotáře* a skutečně takoví jsme. Trpíme kvůli vlastní uzavřenosti, ale nechceme se změnit. V podstatě to znamená, že se neodvažujeme. *Pro Estonce je změna sebe samého ukazatelem slabosti*, neboť Estonec si přeje ukazovat, jak je silný. My neumíme být přiměřeně vážní, jsme smrtelně vážní. Nyní, abychom zrušili tento stereotyp, začalo být módní s nasládlým patosem planě žvanit o Bohu a považovat se přitom za duchovní osobnost. **Nadšení z duchovnosti je však ničením duchovnosti!** Mít co do činění s lidmi nadšenými duchovností je vůbec velmi těžké.

Stále více roste počet těch, kteří se domnívají, že na ně sestoupil duch, že se jim zjevil Bůh a obdařil je zvláštní nebyvalou duchovní schopností. Někdo se chopí pera, někdo štetce, další začne psát básně a jiný muzicírovat. Dobré je, že člověk hledal a nakonec našel duchovní dar, jenž dříve mlčel, špatné však je, když hned od prvních krůčků propadne hazardu a považuje se za vyvoleného.

Člověku, jenž v sobě našel talent, prostá logika napovídá, že když mu je dáno něco zvláštního, znamená to, že je toho hoden. To je správné. Nesprávné však je, když se člověk domnívá, že díky tomu je lepší než druzí. Takové přesvědčení zastavuje vývoj a vyvolává rozhořčení na adresu těch, kteří ihned neupadají do vytržení z jeho talentu. Rada být *skromnější a obezřetnější* je vnímána jako moralizování a přemoudřelost.

Člověk, jenž se považuje za Bohem vyvoleného, se začne neustále chytat Boha. Poněvadž Bůh má svůj počátek v srdci člověka, člověk se zacyklí sám na sobě, to jest stává se egoistou. Dogmatika poznáme vždy podle toho, že bojuje s egoizmem a egoisty. **Egoismus je samolibost nebo nadutost.**

Býváte občas egoistou? Já ano. Poněvadž se snažím svůj egoizmus nepropást, často ho osvobozuji. Skrývá se však ve mně dostatek strachu projevít se jako egoista i dostatek vlastního egoizmu, abych k sobě přitahovala obviňovatele. Tito obviňovatelé nechtějí pochopit to, že ve mně vidí v první řadě sebe.

Knižní moudro má tu přednost, že člověk toužící po znalostech si dozajista najde knihu, kterou potřebuje. Ať ji bude číst od konce nebo od začátku, shora dolů nebo napříč, po kouscích nebo na přeskáčku, rozhodně najde to, co potřebuje. Nenučené lekce budou jitřit duši do té doby, dokud nebude nalezena skutečná pravda. Kdo se ještě dost nenatrpěl, hledá vyšší pravdu pouze na materiální úrovni a bere si na pomoc všechno to, co je nazýváno dobrým, dokud se mu nedostane do ruky kniha nebo kniha knih, v níž začne nacházet sám sebe. Znat je dobré. Rozumět je lepší, ale i to je málo. Pochopení je velmi dobré, ale ani to ještě není všechno.

POROZUMĚNÍ mění znalosti v moudrost.

POCHOPENÍ moudrosti ji mění v životní moudrost čili v rozvážnost.

PROCÍTĚNÁ životní moudrost se mění ve tvůrčí schopnost.

Rozvážnost mění tvůrčí schopnost ve SCHOPNOST TVOŘIT.

JAKÁKOLI TVORBA JE PŘEDEVŠÍM UTVÁŘENÍM SEBE SAMÉHO.

Dnešní době je vlastní absolutizace znalostí. Prudký růst objemu informací vyvolává stále vzrůstající strach ze života, neboť zdaleka ne každý se narodí učený. Kdo již okusil hořké plody skryté stránky znalostí, odvrací se od jednostranné moudrosti a pouští se do hledání čehosi nevysvětlitelného, po čem touží jeho duše. Počet takových lidí, kteří se ze strachu odtáhli od zna-

lostí, na celém světě roste, v důsledku toho se postoj k moudrosti stává negativním, neboť tito lidé nechápou, že *moudrost je hybnou silou materiálního světa*. Tak vzniká konflikt mezi moudrostí a rozvážností především v samotném člověku a poté vzniká konflikt s okolním světem.

Když jsem v roce 1991 odmítla pokračovat v pásové výrobě, která mě omrzela, protože už nebylo v mých silách dál snášet rutinní přístup medicíny léčící nikoli člověka, ale nemoc, zjistila jsem, že systém mě odvrhl. Před tím mi bylo špatně mezi ozubenými koly a teď mi začalo být špatně bez nich. Na všech dveřích byla vyvěšená tabulka „*Vstup zakázán*“, která byla adresovaná mně. Pokud jsem se někdy odvážila překročit práh ordinace, všichni mí nedávní přátelé a známí, když mě spatřili, se rozprchli, kam se dalo. Nemohla jsem pochopit, proč se ke mně najednou začali chovat jako ke zločinci.

Dnes o tom už mohu mluvit podstatně klidněji, neboť jsem mnohé pochopila, ale tehdy jsem stěží zadržovala slzy. Za sedm let, kdy jsem v sobě shromažďovala nevyplakané slzy nebo jinými slovy *předstírala jsem statečnost a setrvávala v obranné pozici*, jsem přibrala 35 kg na váze. Ani mě nenapadlo, že všechna tato energie není ničím jiným než stresem a že je nezbytné ho osvobodit.

Duševní břemeno se změnilo ve fyzické, protože jsem chtěla být dobrá a dělat dobro. Snažila jsem se pochopit lidi, kteří mě zapsali do seznamu svých nepřátel. Pokoušela jsem se pochopit, proč medicína a církve, s nimiž jsem na jedné lodi, ve mně vidí nepřítel. Naučila jsem se dívat se na sebe jejich očima a začala jsem jim rozumět. Odřízla jsem se ode všech, abych neobtěžovala dobré lidi. Byl to můj strach, kterého se naráz nezbavíš.

Bylo jen jedno místo, kde ve mě věřili, kde na mě čekali a kde mě potřebovali – můj domov. Rodina se kolem mne semkla a poskytovala mi obrovskou pomoc, já jsem však cítila, že se takhle dlouho neudržím. Nevěděla jsem, co dělat. Každý člověk prožívá

těžké chvíle, kdy potřebuje podporu druhých, žít však jen na účet opory znamená oporu ničit. Rodina je pro mě hodnotou, kterou nelze zneužívat ve svůj prospěch, a já nemohla připustit její zničení, ať jsem se jakkoli litovala. Řekla jsem si: „*Vždycky jsi pomáhala druhým, pomoz teď sama sobě. Vyhledávala jsi způsoby, abys dle možnosti nepůsobila pacientovi bolest. Přestaň se trýznit!*“ Přesvědčovala jsem se, přela se, hádala a smířovala (sama se sebou). S tím jsem podvědomě začala už v dětství. Nesnáze mě naučily pomáhat lidem slovem. Stejnými slovy jsem tentokrát začala pomáhat sobě. Bylo mi lépe.

**Člověk může druhému pomoci ulehčit tělesné břímě.
Víra pomáhá sejmout břímě ze srdce.**

Když je člověku lehký u srdce, žádné břemeno není příliš těžké. Víra v to, že duše provede správnou volbu, je pravou vírou, která pomáhá a přináší uklidnění. Ještě jsem nevěděla, jakou cestu zvolím, ale přemýšlením o tom jsem získala duševní klid. Komu bych měla věřit, když ne vlastní duši? Někdy mi došlo, že jsem *uvěřila svému stresu*, neboť i když jsem byla přesvědčená, že mám pravdu, *necítila jsem v srdci klid*. Pustila jsem se do osvobozování svých chyb a občas jsem propadala zoufalství, že je to nekonečná práce. Mnozí lidé se z tohoto stavu zoufalství nemohou dostat. Já jsem se z něj dostala, protože jsem si uvědomila a přijala vyšší pravdu: *myšlení existuje, dokud existuje život jako takový*. Tedy nekonečně.

Můj vědomý vývoj začal tehdy, když jsem získala některé zárodky znalostí o parapsychologii. Snažila jsem se uvěřit, že tyto znalosti přišly nikoli náhodou. Kurz, který jsem absolvovala, rozptýlil mé obavy, že s mým rozumem není něco v pořádku. Proč měl však lektor ke mně tak rozporuplný postoj, jsem v té době nechápala. Jedním z úkolů byl popis vidění vznikajících při meditaci. Jak se sluší na horlivou žákyni, zvedla jsem ruku, celá šťastná, že jsem něco viděla. Když mě už potřetí okřikl: „*Jdi zpátky tam, kde jsi získala své znalosti, a vrať se očištěná,*“ dospěla jsem k závěru, že přednášející mě nepřijme a nemá smysl ho dráždit. Svá vidění jsem si nechala pro sebe.

Nyní vím, že akademické znalosti zpravidla nedovolí intuici, aby se přirozeně vyvíjela, a lektor se rozhodl, že se mnou je tomu také tak. Teprve poslední den přednášek, když jeden z posluchačů poprosil přednášejícího, aby okomentoval mé vidění, o němž jsem ostatním pověděla o polední přestávce, lektor narychlo procedil skrz zuby: „*To znamená, že se vydá daleko.*“ Tehdy mně to ještě nic neřeklo.

Nicméně začala jsem si *ujasňovat* zvláštnosti svého vidění světa. Vyměnil se okruh mých přátel a známých. I oni hledali sami sebe. Mnozí z nich důkladně prostudovali odpovídající literaturu, měli obšírné znalosti nebo velké zkušenosti v duchovní oblasti, o něž se ochotně dělili. Já však cítila, že to stále není ono. Cítila jsem, že populární teorie a technické novinky ve mně vyvolávají doslova pocit nebezpečí, a *nejsou mi tudíž určeny*. Zachránilo mě, že jsem se jako tonoucí nechytala každého stébla. Začala se upevňovat moje sebedůvěra, a právě tomu učím všechny své pacienty.

Člověk zůstává člověkem, ať dělá cokoli. Stresy lidí, kteří se upínají k duchovnu, jsou složitější než stresy těch, kteří zabředli do materiální každodennosti a jejich touha být nejlepší ze všech je může změnit v ubohého brouka. Kdo se takového ponížení bojí, bude ponížen. Co se mne týče, bála jsem se, avšak sama jsem to nevěděla. Jeden člověk, který *chtěl být lepší než druzí*, mně jednou vmetl do tváře obvinění, že jsem reinkarnací Jidáše. Něco podobného jsem předpokládala, neboť moje potřeba zůstat sama sebou odmítala plnit jakoukoli vůli tohoto autoritativního odborníka. Je divné, že jsem proti takovému obvinění neměla chuť protestovat.

Přitáhla jsem k sobě problém, jímž bylo třeba se zabývat, a čím víc času uplynulo, tím víc jsem vděčná člověku, jenž proti mně vznesl tak kruté obvinění. Kdyby ho nebylo, možná bych nikdy nezačala přemýšlet o podobných problémech mezilidských vztahů. Celý následující rok jsem věnovala komunikaci s Ježíšem a Jidášem. Obrátila jsem se k minulosti, prověřila přesvědčivost obecně známých domněnek o životě obou a pochopila jsem, že v Bibli toto vše není plně vysvětleno. Lidé, kteří nám Bibli zprostředkovali, nebyli nestranní a čtenáři Bible jsou většinou slepí, neboť se příliš soustředí na *slova* Bible.

Souhlasím s názorem jednoho vědce, který zasvětil studiu Bible nejednu desítku let a jenž řekl, že čím více člověk Bibli studuje, tím více se vzdaluje od církve. Cestováním po světě jsem se přesvědčila o tom, že v každé zemi je alespoň jedna skupina lidí utvrzujících svou nadřazenost nad ostatními, v níž je zastoupen Ježíš a jeho apoštolové, Jidáš však chybí. Když jsem tam či onde tiše utrousila, že já jsem Jidáš, hleděli na mě s úžasem. Vždyť normální člověk dobrovolně nepřiznává, že je špatný.

Teď vím, že s každým znovuzrozením se člověk zdokonaluje. To znamená, že do každého nového života přichází stále dokonalejší. Když se někdo doslechne, že někdy v minulosti byl například králem, a domnívá se, že v nynějším životě je všem nadřazen, v lepším případě se mu dostane fyzického utrpení a v horším se mu zakalí rozum. Tak se projevuje *přání být vždy a ve všem lepší než druzí*. Když se někdo dopátrá, že v minulém životě byl zločincem, a proto se v nynějším životě *považuje za horšího, než jsou ostatní*, ničí se buď duchovně, nebo fyzicky. Neporozumění předcházejícím životům může vést k fatalismu. Jidáš mi pomohl vyhnout se této pasti a Ježíš ho podpořil.

Jidáš byl mimořádně silnou osobností stejně jako Ježíš. K tomu, aby učení Ježíše Krista bylo plastičtější a pronikalo do lidských srdcí, byl potřeba Jidáš. Každý z nich přišel na svět, aby splnil svou misi. Jednoho z nich lidstvo zbožňuje, druhým opovrhuje, a proto je odsouzeno trpět, dokud nenapraví svou chybu. Opovržení je nevraživou zlobou, která bude vyvolávat to nejtěžší utrpení – rakovinu – až do té doby, dokud si lidstvo neosvojí podstatu špatného. Při každé vhodné příležitosti jsem se toulala v čase, opakovala Jidášovu cestu a občas si myslela: to přece nemůže být pravda. Duše však byla s prací spokojená. Když jsem na jaře roku 1998 přistála v Izraeli za egyptské písečné bouře, div mi nevypadly oči z důlků. Přivítal mě přesně stejný Izrael, jaký jsem viděla při svém putování minulostí. Zdálo se neuvěřitelné, že nebe, země i stavby mají stejnou bledě žlutou barvu. Právě takové se však přede mnou objevily. Písečná bouře je zbarvila do stejné barvy. Žádné z míst souvisejících s Kristem mě neohromilo víc.

Zájem o minulost začal slábnout, když jsem pochopila, že energie Jidáše je skryta v každém člověku, a pokud jsem někdy

Jidášem byla, není na tom nic špatného, neboť je to vyváženo skrytou energií Ježíše Krista. Cítila jsem však, že ve mně není jeho nadmíru silné skutečné milosrdenství, není ve mně tedy ani Jidáš. Navzdory tomu jsem za tuto lekci nesmírně vděčná. Dnes vím, že skutečným Jidášem jsem nebyla, necítím však touhu skákat kvůli tomu radostí.

Vzniká zákonitá otázka: když mám schopnost vidět předcházející životy, proč nevím, kým jsem byla v minulosti? Můj vnitřní pocit nebezpečí mi nedovoloval hodnotit minulé životy s absolutní věrohodností, protože by to znamenalo ustrnout na nich. Není důležité, kým člověk byl v minulém životě, důležité je, co se v něm naučil, co zůstalo nenaučené a kvůli čemu přišel do nynějšího života, co se přišel doučit. Z každé lekce si člověk bere to, co je schopen přijmout, této schopnosti však brání *pýcha*. Proto necítím ani nejmenší zvědavost, co se týče věcí, kvůli nimž lidé nosí nos nahoru. Když o sobě minulý život dá vědět, znamená to, že jsem dozrála k jeho pochopení. Stále více a více jsem se snažila nemluvit s pacienty o jejich minulých životech.

Kdo sám neumí, hledá pomoc. Jednou jsem zjistila, že se u mne objevil duchovní učitel, kterého vidím a cítím a jenž neodsuzeje mé názory. Byla jsem šťastná, že mě duchovní svět přijal do svých řad. Nebála jsem se, že by se to mohlo zvrhnout ve zlo, *vždyť sama jsem zlo nepůsobila*. Jelikož jsem si nebyla jistá, zda se dobro a zlo duchovního světa v plné míře shoduje s dobrem a zlem světa materiálního, pro jistotu jsem se neodhodlala promluvit o tom se svým učitelem. Snažila jsem se vycítit jeho vztah ke mně.

Nežřídka jsem se přistihla při pocitu, že neschvaluje mé počínání. Nejvíce mě však překvapovalo, že jakoukoli negativitu, jak se mi zdálo, nechává bez povšimnutí, avšak při sebemenším projevu *sebeobětování* byl jeho pohled najednou tak zlý, že jsem tomu nedokázala porozumět. Když jsem nakonec definitivně pochopila, že není nic horšího než mé blahé sebeobětování, zjistila jsem, že Učitel zmizel.

Zachvátil mě strach. Uběhlo dvacet čtyři hodin, během nichž jsem se zabývala sebebičováním, než jsem se odvážila předstoupit před tvář Duchovnosti. Vyvstal přede mnou nový učitel. Zakrátko

ho vystřídal třetí, pak čtvrtý atd. Vyptávala jsem se ostatních lidí zaměřených na duchovnost, zda se jim stávalo něco podobného, ale u nich bylo všechno jinak. Měli jednoho učitele, který přišel a zůstal jako oddaný domácí skřítek, na něhož se můžeme vždy spolehnout. Častá výměna učitelů mi připadala zvláštní, dokud jsem nakonec nepochopila, že *učitelé se mění v závislosti na tom, jak žák prospívá.*

Každý žák dostává právě takové učitele, jaké potřebuje. Vnímavý žák si všechny znalosti učitele rychle osvojuje. Duchovní učitelé si svou úroveň vývoje uvědomují, a když je na to žák připraven, ochotně přenechávají místo jinému učiteli, jenž je na vyšší úrovni, dokonce i když je žák se vším spokojen a na nic lepšího nepomýšlí. Klidná a vděčná vnímavost je nezbytnou podmínkou vývoje. To neznamená, že člověk, který má pouze jednoho učitele, přešlapuje na místě. Znamená to, že každý člověk se vyvíjí po svém. Někdo se škrábe nahoru krok za krokem a jiný se ocitne v oblacích jedním mávnutím. Důležité je, abychom byli se svým vývojem spokojeni. Když se člověku něco dává a on místo toho, aby si smysl darovaného ujasnil, chce stále více a více, může všechno ztratit.

Píši tyto řádky proto, že mnozí lidé, kteří se vydali cestou duchovního hledání, mají duchovní učitele, které cítí, slyší nebo vidí, a ti předávají svým žákům potřebné znalosti. Žák se kvůli velkému strachu připravuje o rozum. Lidé, kteří mají strachy menší, se učitele chytí a bojí se ho ztratit. Považují ho za nejmoudřejšího a jako argument vyzdvihují znalosti, které od učitele získali. Dle svého vlastního názoru mají nejnovější informace a sami sebe zařazují do kategorie velice moudrých, ne-li nejmoudřejších, a nevšimnou si, že se jejich vývoj zastavil. Z toho plyne ponaučení: *necht' je nám učitel oporou, jít však musí každý sám.*

Měla jsem učitele jménem Héros. Nikdy dříve mě nenapadlo zajímat se o jméno učitele. Nemohla jsem se vynadívat, jak ru-sovlasý Héros, velký a silný, stoupá vzhůru po příkrém schodišti, kdežto já se škrábala vzhůru po kolmé skále snažíc se za ním nezaostávat. Jednou jsem se s výčitkou v hlase zeptala: „*Ty jdeš po*

schodišti, proč já se musím tolik namáhat?“ Přivětivě ustoupil stranou a já vstoupila na schodiště. Už po třech schodech jsem s údivem zjistila, že lezu zpět na svou strašnou skálu. Héros poznamenal: „*Nu, co jsem říkal?*“ Pochopila jsem, že mě zná lépe než já sama. Došlo mi, že mám vlastní cestu a že cizí vyšlapaná cestička není pro mě. I když jsem nechápala, co to znamená, cítila jsem, že **je třeba si věřit**.

Upevnila se moje sebedůvěra a výsledky mé práce se zlepšily. Za to, čeho jsem dosáhla, jsem byla jako léčitelka vyznamenávána a odměňována stále vážnějšími a složitějšími případy onemocnění. Hledala jsem řešení a nacházela je. Když se nemocní uzdravovali, postupovala jsem ve svém vývoji kupředu. Když se neuzdravovali, můj vývoj stejně pokračoval, neboť jsem se snažila pochopit, proč se neuzdravují. A nyní se vyvíjím rovněž.

Koncem roku 1992 ke mně přišel zvláštní učitel. Jeho pomalá chůze, těžká berla a nehybný pohled vzbuzovaly úctu. Před ním byl vždy stín, za zády světlo. Pohled pronikající stínem beze slov rozkazoval, magickým způsobem neutralizoval jakýkoli odpor, avšak v pohledu současně chybělo donucování. Pobył se mnou nedlouho. Ani jsem si na něj nestačila zvyknout a už se chystal na cestu. Na rozloučenou mi daroval pero jako něco, co se rozumí samo sebou, takové prostě byly jeho způsoby. Jak se na hodnou žačku sluší, pokorně jsem pero přijala a teprve později pochopila, co mi vlastně dal.

Zpanikařila jsem. První, co mě napadlo, bylo vrátit pero zpět. Pustila jsem se do horečného vysvětlování, kolik nejrůznějších konspektů a chorobopisů jsem musela za svůj život napsat. Uváděla jsem důvody a argumenty, proč ze mě nikdy nebude spisovatelka, ať se bude dít cokoli. A on jako by nic z toho nevěděl. Neměla jsem však čas přemýšlet o takových věcech, potřebovala jsem se zbavit povinnosti, která na mě dopadla.

On byl jako vždy chladnokrevný. Má slova se od něj odrážela zpět, jako když hrách na stěnu házím. Pero přede mnou výmluvně trčelo a učitel mizel v dáli. Zůstalo se mnou světlo, které zářilo za jeho zády. Ohromující předtucha, která mě zachvátila a již jsem nemohla uvěřit, mě donutila něco podniknout. To přece

není možné, aby ze mě byla spisovatelka! Neumím to! Najednou mě napadlo na něj zavolat: „*Poslyš, vždyť neznám ani tvé jméno!*“ Pomalu se otočil a odpověděl: „*Homér*“ a zmizel.

Strašně jsem se vyděsila. Co mám, já nešťastná, v téhle situaci dělat? Všechna má umíněnost se okamžitě vytratila. Z celého srdce jsem začala prosit o odpuštění kvůli tomu, že moje nevole mohla být vnímána jako pochybování o jeho kompetentnosti. Nevěděla jsem přece, co je zač. I když jsem to mohla vycítit a svému pocitu důvěřovat. Vrhla jsem se k encyklopedii, protože ze školy už jsem si o Homérovi pamatovala velmi málo. Ukázalo se, že byl slepý. Tím se vše dostalo na své místo. Nebylo pochyb, že to byl skutečně Homér, legendární řecký básník. Zježily se mi vlasy hrůzou, když jsem si uvědomila všechny následky, které to pro mě může mít. Jak možná tušíte, vůbec jsem nebyla šťastná.

Během tří dnů jsem přišla k sobě a dodala si odvahy. Přemýšlela jsem a zvažovala, zvažovala a přemýšlela, dokud jsem nakonec nedošla k závěru, že Bůh je moudřejší než já. Když je to třeba, inu dobrá. A kdy, to ukáže život. Za měsíc jsem na prosbu přátel napsala tenkou brožurku „*Odpuštění, láska, zdraví*“. I motiv se našel: budu moci méně mluvit. Nenazvala bych ji ani písemným dílkem. Pacienti ji četli před návštěvou a čas v ordinaci jsme využívali k tomu, abychom porozuměli problémům nemocného. Mně se ulevilo a pacientům bylo vše jasnější. Když se brožura začala rychle rozšiřovat po Estonsku – lidé si ji kopírovali –, pochopila jsem, jak moc je potřeba. Kladné ohlasy mě přesvědčily, že jsem na správné cestě. Práce se dařila, nemocní se uzdravovali a já neměla důvod si stěžovat. Co mě čeká v budoucnu, jsem však *nemohla* předpokládat. Proto o tom mohu hovořit až nyní, na začátku své čtvrté knihy.

Kdybych si nedůvěřovala, neuvěřila bych v neviditelné. Neuvěřila bych ani v Božího vyslance, Homéra. Kdybych si nedůvěřovala, nemohla bych čelit tlaku ze strany všech těch, kteří se ze mě přímo nebo nepřímo snažili *znovu* udělat *normálního člověka*. Rozum se domnívá, že má právo zničit všechno to, co se vymyká jeho pochopení. Svým mlčením Homér demonstroval, že:

když hovoří rozum, rozvážnost mlčí. Vzala jsem si z něj příklad a pochopila jsem, že:

když hovoří rozvážnost, rozum se jí snaží překřičet. Tehdy jsem začala úderu rozumu lépe snášet a neurážet se. Naučila jsem se chápat skrytou stránku rozumu a neztotožňovat rozum s rozumným a hloupost s hloupým.

Uplynul téměř rok. Mé pevné, z nitra vycházející přesvědčení, že člověku je možné pomoci, aniž bychom mu působili bolest, mi přineslo nové zkoušky a nové duchovní učitele. Objevovali se někdy samostatně, někdy jich bylo několik a jindy celá skupinka. V jejich společnosti mně bylo dobře, dokud nenastal den, kdy jsem uviděla, že se k naší skupině blíží někdo neznámý. Když jsem spatřila, že má plnou náruč psacích potřeb, chtělo se mi změnit se v malou myšku a dát se na útěk. Abych zcela neklesla na duchu, řekla jsem si: „*Vždyť mu nemusím věřit.*“ On se však stále přibližoval a já, aby nebyl vidět můj strach, jsem se zeptala: „*Jak se jmenuješ?*“ Představil se. Ukázalo se, že je to apoštol Pavel. Po půl roce jsem napsala svou první knihu, jak jsem uměla – ať už dobře, či špatně.

Jak vidíte, v psaní pokračuji dodnes. Hledám a nacházím příčiny nemocí. Vysvětluji je nemocnému a učím ho pomáhat si. Vyléčení nemocného je prověrkou znalostí. Mohu potvrdit, že vše, co je v knihách uvedeno, bylo prověřeno a může být každým člověkem využito k léčení jeho vlastních nemocí. Kdo věří a začne na sobě pracovat, uzdraví se. Kdo nevěří, ten si přirozeně pomáhat nezačne a neuzdraví se. Může se stát, že se na tuto teorii nebo na autora těchto řádků rozzlobí a bude mu ještě hůř. Dříve jsem chtěla vyléčit všechny, ale dnes vím, že uzdravení závisí na člověku samotném. Přání dokázat, že léčení myšlenkami může pomoci každému trpícímu, se postupně zmenšuje, stejně jako má vlastní chronická nemoc. Víím, že **skutečnou životní pravdu netřeba dokazovat, dokáže se sama.**

Mé *přesvědčení*, že je možné pomoci všem lidem, mně působiloby nemálo bolesti, dokud nebylo vystřídáno *vírou* v to, že pomoci se dá pouze těm, *kteří pomoc potřebují*, neboť jsou připraveni tuto pomoc přijmout. Každá znalost, kterou člověk používá, s sebou automaticky nese odpovídající životní činnost. Dobrovolně

používané znalosti odpovídající osobním potřebám s sebou přináší vyrovnaný život.

Moje slova znějí pro ty, kteří neumějí vidět neviditelné, jako fantazie, a proto nevěří. Vězte však, že víra v sebe určuje život člověka, neboť Bůh má počátek v člověku samotném. Za fantastické je zvykem považovat věci nereálné, vymyšlené. Zamyslete se nad slovem „vymyšlený“. Myšlení je vytahováno jakoby zevnitř ven z neviditelných skrýší. Jak je možné vytáhnout ven to, co uvnitř není? **Fantazie je totiž napovrch vytažené podvědomí, které se lidé neodvažují uznat za věrohodné.** Kdo si věří, dá prostor své fantazii a výsledkem může být velkolepá věc. Kdo se bojí názoru druhých, dokazuje existenci vlastní fantazie na materiální úrovni, a když mu to věk dovolí, zapřáhne ji i do tvorby. Pokud člověk, který si věří, dokazuje fantazii tvorbou, člověk, jenž si nevěří, k tvorbě vůbec nemusí dojít, neboť se veškerá jeho životní síla může vyčerpat tím, jak bude zápasit a dokazovat. Do které kategorie patříte Vy?

K tomu, abychom našli sami sebe, nám ze všeho nejlépe pomáhá utrpení.

Když jsem ve věku 33 let po šesté opustila tento pomíjivý svět a pozorovala, jak se mě snaží oživit, pochopila jsem, že lékařská věda, na jejíž studium jsem vynaložila velkou část svého života, je maličkou a vůbec ne tou nejdůležitější částí pomoci, kterou nemocný potřebuje.

Tento případ v mé paměti obnovil jiné příhody, které se se mnou udály v raném dětství. Svě „odchody“ nechci nazývat smrtí, protože o smrti se vždy mluví jako o strašné věci. Pro mě to byly zvláštní okamžiky, kdy bylo z paměti vymazáno fyzické utrpení a nastal nevyjádřitelný stav klidu a bezpečí. Nehledě na to ale pokaždé, když jsem byla připravena tam zůstat, ve mně vznikl pocit, že je třeba se vrátit a dokončit něco velmi důležitého. Věděla jsem, o co jde – byl to hlavní problém pro mou dětskou duši. Nemohla jsem odejít, aniž bych napravila špatné.

Někdy se stávalo, že jsem opustila tento svět z touhy po pomstě. A současně se mi ani trochu nechtělo mstít se. Pralo se ve

mně „chci“ a „nechci“. Cítila jsem, že když odejdu, bude to pomsta, a protože jsem se toho bála, vracela jsem se. V duši rostl pocit viny před rodiči, kterým jsem působila hoře. Svou nepřítomnost jsem nenazývala smrtí, ale věděla jsem, že to smrt je. Jelikož mi bylo známo, že máma se smrti panicky bojí, o tom, co jsem viděla, jsem nikdy nikomu neřekla. Řečmi bych ublížila jak sobě, tak druhým.

Moje tajemství mně sloužilo jako svého druhu poklad i úkryt. Nacházela jsem tam své útočiště, když mi bylo špatně, mohla jsem tam být *o samotě sama se sebou a sama sebou*. Odchod do duchovního světa jsem přestala vnímat jako smrt. Čas od času jsem se rozdvojovala a dovolovala tělu dělat to, co potřebuje svět dospělých, a necítila jsem při tom duševní utrpení z vynucené situace. Věděla jsem, že jsem dítě, rovněž jsem se však cítila dospělá; mnohem starší, než byla například moje matka. Byla jsem považována za vážné, skromné, rozumné dítě a spolu s tím za trpělivého mučedníka, jehož je možno využít k různým účelům. Když se to stávalo, nechápala jsem, jak to, že oni nechápou, že to chápu. Nad všemi těmito problémy jsem si lámala hlavu celý život a posléze mi došlo, že rozumem se to pochopit nedá. Porozumění se nerodí v hlavě, ale v srdci.

Pamatuji se, jak mě lékaři vyšetřovali nebo léčili a já věděla, že devět z deseti mučivých procedur je nepotřebných. Nevěděla jsem si rady s tím, proč to moudří lékaři nechápou. Kdyby se našel jediný lékař, který by se mi podíval přímo do očí a zeptal se: „*Holčičko, řekni mi, proč jsi tak nemocná?*“, odpověděla bych mu. Vždyť jsem znala příčinu. Zná ji každé dítě, může ji však říci pouze tomu, komu důvěřuje celým srdcem. Lékaři sem zpravidla nepatří. Moje útrapy se utlumovaly, když jsem si říkala: „*Až budu lékařkou, nikdy nikomu nezpůsobím zbytečnou bolest.*“

Už tehdy jsem věděla, že lékaři mají ušlechtilé cíle, proto jsem od dětství trpělivě snášela všelijaké útoky ze strany medicíny, i když musím říci, že bývaly velmi bolestivé a někdy až nesnesitelné. Přičemž nemám právo ani jednomu materialistovi sdělit, že se mýlí. A více než to, nemám právo odpovědět mu v jeho duchu, ponížit ho, nazvat slepým. Mou svatou povinností je odpouštět a milovat ho. Dokonce i když rozum žádá: „*Pomsti se! Vždyť ti to*

udělali vědomě a promyšleně,“ cit říká, že je to strach. Strach, jenž nyní přerostl ve zlobu a hlasitě vyzývá k obnovení spravedlnosti: *„Toto špatné jsi na sebe přivolala ty sama, protože se ho bojíš.“*

S léty jsem se naučila naslouchat hlasu srdce a mohu se zcela klidně zeptat sama sebe: *„Čemu mě tato situace učí? Co znamená?“* A když se celým srdcem snažím porozumět, rozvážnost mě brzy přátelsky pleskne do čela a řekne: *„Musela jsi být tak hloupá? Kdybys byla rozvážnější, mohla jsi tuto chybu napravit dřív. Poněvadž jsi to nedokázala, byla jsi nucena trpět. Já tě však mám ráda, a proto ti chybu odpouštím. Odpusť i ty ostatním.“*

V době, kdy jsem pracovala jako gynekoložka, od roku 1974, jsem musela působit bolest pacientkám, trpět spolu s nimi, trápit se pocity viny a rovněž často vzpomínat na svou přísahu. Nakonec jsem sama těžce onemocněla. Nemohu říci, zda mně alespoň trochu pomohly léky, komplikací však vyvolaly spoustu. Když jsem si uvědomila, že příčina nemocí spočívá v neklidném životě spojeném se stresy, vyvolalo to u mě touhu utéct od nich, kam mě oči povedou. Chápala jsem však, že *před stresy neutěčeš*. Naštěstí jsem včas ocenila obrovskou hodnotu rodiny a svou úlohu v ní. Získané vzdělání mě nutilo nade vše si považovat rozumu a práce, život však nelítostně a rozumně vše uvede na své místo. Totéž se stalo i se mnou.

Jasně si pamatuji svůj šestý odchod ze života. Víím, že kdybych to sama nechtěla, ani ti nejskvělejší lékaři se svými nejskvělejšími léky by mě nedokázali vrátit zpět z onoho světa. Jako lékař a ezoterik nacházím zcela odůvodněné vysvětlení takové situace. Teď už víím, že smrt nemůže přijmout do svého lůna uprchlíka, jemuž zůstalo nedoděláno něco, co má širší smysl než osobní materiální život. Tehdy jsem to však nevěděla. Když mi v roce 1991 zjistili těžké onemocnění srdce, jasně jsem cítila, že když ani teď ve svém životě nic nezměním, přijde sedmá smrt a ta bude poslední. O reinkarnaci jsem v té době nic nevěděla.

Život dává člověku to, co potřebuje – jen kdybychom to uměli přijmout. Já to dokázala, neboť *smrt učí ze všech nejlíp*. Od roku 1992 se stále hlouběji zabývám studiem myšlenkového světa člověka a cítím stále větší uspokojení. Vždyť nyní jsem schopna po-

máhat lidem uzdravovat se bez bolesti ze stále těžších a těžších nemocí. Víra v sebe dovoluje přijmout, co je dáno od Boha, dělat závěry a budovat logické systémy, jak se zbavovat nemocí. **Víra v sebe nevznikne sama o sobě.** K tomu je třeba naslouchat svým citům, poučovat se z chyb a uznávat svá pochybení. Chyb bývá hodně a bývají různé.

K chybám patří třeba i to, že jsem věděla, že je třeba vést záznamy své lékařské praxe, ale nechtěla jsem tomu věřit. Myšlenka, že se stanu spisovatelkou, mi připadala směšná. Holedbala jsem se svým rozumem a hned nepochopila, že jak mé jasnovidectví, které bylo každým dnem pronikavější, tak i symbolické obrazy, které potřebovaly vysvětlení, to vše je *darem z nebes*. Moje osobní úloha spočívala pouze v odvaze věnovat se spisovatelství práci.

Nastal den, kdy jsem byla nucena uznat, že vůbec nestíhám říci všem nemocným vše, co je nezbytné. Tehdy jsem se chopila pera. Vysvětlovala jsem na papíře podstatu svého léčení a kromě jiného jsem doufala, že se tím zkrátí vzrůstající agresivita medicíny. Jsem nucena uznat, že se to nepodařilo. V roce 1998 mně odmítli prodloužit licenci na výkon gynekologické praxe a Estonská společnost gynekologů mně dokonce oficiálně pohrozila odebráním lékařského titulu.

Ocitla jsem se na rozcestí a čekala mě volba – zůstat lékařkou, nebo sama sebou.

Učím odpouštět a nenosit v sobě zlobu.

Je-li nevhodné být s takovými názory lékařem, být člověkem vhodné je.

V člověku je obsažena *potřeba pomáhat*. Strach mění potřebu v přání (chtění). *Přání pomáhat* přivádí člověka na kolbiště medicíny. Když se potřeba být člověkem setká s přáním být lékařem, v prvním období získá převahu lékař. Potřeba být člověkem řídí jeho jednání. Rozum lékaře říká: vyléčil jsem nemocného, jeho cit však říká: pro tentokrát, co bude dál, není známo. A pacient brzy znovu onemocní.

Čím obětavěji lékař nemocné léčí, tím rychleji si uvědomí, že léčení, to jest likvidace důsledků, nemá význam a začne hledat smysl života v něčem jiném. Příprava na povolání lékaře se nedá srovnat s přípravou na žádné jiné povolání, co do množství práce, času i prostředků. Proto lékaři lpějí na prestiži své profese, nutí tělo, aby pracovalo jako lékař, a v duši se zbavují role pomocníka. ***Strach být sám sebou člověka nutí být cizincem dokonce i pro sebe samého.***

Kdo cítí, že se dostal do slepé uličky, je nucen jednat. Lékař, který doufá, že najde východisko z materiálnosti, může dokonce i podnikat. Pokud v jeho duši žije potřeba pomáhat druhým, nenajde duševní klid, ani když svým ziskem podělí strádající. Duše vždy hledá pravdivé řešení. Jákýkoli lékař dojde k pochopení toho, že skutečná pomoc spočívá v předcházení nemocem. Nicméně preventivní neboli profylaktická medicína se jeví většině lékařů jako zbytečná, uvádějící v zoufalství – nebudeme si přece sami pod sebou podřezávat větev.

Pro koho je ze všeho nejdůležitější vyšší pravda, uchýlí se k filozofii – vědě o nejobecnějších zákonech přírody, společnosti a myšlení. Velký počet filozofů, díky nimž lidstvo ve svém vývoji pokročilo kupředu, měl lékařské vzdělání. Ostatní náležejí k těm, kteří cítili potřebu pomoci trpícím lidstvu. **Filozofie je skutečnou preventivní medicínou.**

Čas snění o preventivní medicíně minul. Lidstvo je příliš nemocné na to, aby se mohlo oddávat pouhému snění.

TĚLO – ZRCADLO DUCHOVNÍHO ROZVOJE

Podstata lidského zdraví se dá vysvětlovat různě. Existuje spousta učení a učitelů a jejich počet stále roste. Nehovoříme o učitelích ve školách, kteří učí velmi mnohému, neboť se domnívají, že děti jsou hloupé, ale o duchovních učeních a duchovních učitelích. Jeden učí: myslí správně, a budeš zdrav. Druhý učí: dýchej správně, a budeš zdrav. Třetí učí: stravuj se správně, a budeš zdrav. Čtvrtý: hýbej se správně, a budeš zdrav. Kdo má pravdu?

Každý z nich se drží své pravdy se zařatými zuby a jeho následovníci se dělí na dvě kategorie. Jedni se uzdraví, druzí nikoli. První říkají, že teorie je správná, druzí, že je nesprávná. Po nějakém čase polovina z uzdravených znovu onemocní. Z těch, co onemocněli, se polovina uzdraví, neboť našli pomoc někde jinde. Když se však na tuto pomoc odjinud příliš spolehnou a považují ji za jedinou správnou, onemocní znovu, ale už závažněji. Příčina spočívá v tom, že čas má vlastnost bořit dogmata. Jak první, tak druzí jsou ze svých božstev zklamáni.

Člověk, který **věří** tomu, že **vše, co existuje, má své určení**, začne přemýšlet, proč tomu tak je. Dostaví se porozumění tomu, že jeden potřebuje jedno a druhý druhé a *on sám* cosi *třetího*. To znamená, že člověk se vyvíjí duchovně. Kdo se vyvíjí duchovně, vyvíjí se i fyzicky, což společně představuje skutečný vývoj. Člověk, který se radí sám se sebou, neupadá do krajností a jeho údělem tedy není velké utrpení. Takový člověk všechno včas předvídá a **svým pocitům důvěřuje**. Jeho prozíravost se stále zdokonaluje díky závěrům, které dělá na základě zkušeností.

Prozíravost a následně správné pochopení jsou tou půdou, na níž vyrůstá rozvážnost. Rozvážný člověk dokáže mnoho s malými prostředky, využívá malých možností k získání velkých výsledků. Rozumná věda možná takový způsob činnosti neuznává, avšak všechny velké objevy začínaly od malých věcí. O takových věcech Estonci říkají, že se dělají na koleně. Proč práce udělaná na koleně získala symbolický význam? Protože **kolena vyjadřují životní postup**. To, jak popisujete nebo charakterizujete svá kolena, se stejnou měrou týká Vašeho postupu kupředu. Pokud se pohybujete průbojně, bojujete s překážkami. Pokaždé, když se zlobíte, že jste nedostali, co jste chtěli, se stav Vašich **kolen** zhoršuje. Postup bývá duchovní, duševní a fyzický, avšak do té doby, dokud čerpáme poučení pouze z fyzického utrpení, se všechno bude odrážet na fyzickém stavu kolen.

Dokud je člověk živ, pohybuje se a čehosi dosahuje. Když je s tím spokojen, má kolena zdravá. Stačí, aby vznikla nespokojenost (tj. negativní postoj k vlastnímu životnímu postupu), a v kolenou se objeví neduh.

Onemocnění předcházejí výstražné signály, kterými jsou:

- **vrzání v kolenou**
- **slabost v kolenou**
- **bolestivě svíravý pocit v kolenou**
- **loupání v kolenou.**

Hovoříme-li o kolenou, nemůžeme se nezastavit u pojmu srdečnosti. Vy dozajista považujete srdečnost za výhradně kladnou vlastnost a ani vteřinu o tom nepochybujete. **Srdečnost je nadměrnost vyprovokovaná pocitem viny.** To jest *přání dokázat*, že uvnitř těla mám srdce, jako by někdo pochyboval o jeho existenci. Obrácenou stranou srdečnosti je **bezcitnost**. Patrně nemá smysl zdůrazňovat fakt, že i bezcitní lidé mají srdce. Ten, kdo se zbaví srdečnosti i bezcitnosti, se stane člověkem, který ví, co dělá.

Věci znalý člověk cítí a ví, jak jednat a pracovat, aby neupadal do krajností, které překážejí v životním postupu. Kolena má zdravá. Věci znalý člověk umí soucítit, ale kolena se mu nepodlamují slabostí, protože necítí vůči nikomu a ničemu lítost. **Znalost věci a příčinnost** není jedno a totéž. Můžeme být příčinniví a současně jednat mechanicky jako stroje. **Příčinnost a mechaničnost** jsou různými úrovněmi stejné energie.

Když si člověk *přeje* být současně srdečný a v životě úspěšný, bývá buď srdečný a nepostupuje kupředu, nebo se stává tyranem bez srdce. Proč? Protože kořeny stromů pevně sedí v zemi a nedrží krok s růstem koruny. Jinými slovy, každý se vyvíjí svým tempem. Kdo chce být srdečný ve vztahu k rodičům příbrzděným ve vývoji, k příbuzným a lidem vůbec, stydí se projevovat svůj postup kupředu před ostatními, aby to nepovažovali za chvástavost.

Přání být pro všechny dobrý je podobné lepidlu, které slepuje dohromady minulost a budoucnost, a projevuje se **vrzáním a skřípáním v kolenou** pokaždé, když směrem k budoucnosti prodloužíme krok. Takové pocity nás nutí krok zkrátit, jako by říkaly: odtrháváš se od ostatních. Před tím, než půjdeš dál, osvobod' své stresy, tehdy dokážeš odejít daleko dopředu, aniž bys cítil duševní utrpení, a ti, co zůstávají pozadu, se k tobě bu-

dou chovat s úctou. Už chápete, proč je dobré, když jsou kolena nemocná? Učí nás osvobozovat minulost, přítomnost i budoucnost – tytéž stresy.

Slabost v kolenou vyjadřuje bezvýchodnost, která vznikla z důvodu životního postupu. Vzniká, když člověka přepadne strach a začne pochybovat o úspěšné budoucnosti. **Pocit slabosti v kolenou** svědčí o tom, že nadešel okamžik slabosti, kdy člověk na chvíli ztrácí víru v sebe a tím i ve svůj postup. Komu se podlamují kolena, nemůže se otočit nazpět. Slabost v kolenou člověka nutí pozdržet se na místě, zamyslet se nad svým konáním a rozhodnout, co je třeba a co nikoli, aby neběžel zbytečně.

Když člověk stále žene sám sebe dopředu a nedopřeje si uvolnění, může v okamžiku oddechu cítit slabost v kolenou jen z pouhé myšlenky, že zbytečně ztrácí čas a práce stojí. To samo o sobě je sebebičování smíšené se sebelítostí. **Proto nemoci kolen vždy souvisejí se srdcem.** První příznaky slabosti v kolenou se vždy objeví, když jdeme dolů se schodů nebo z nějaké jiné výšky. Což svědčí o tom, že daný člověk se snaží jít vždy vzhůru, a když tomu tak v nějakém okamžiku není, rovná se to pádu z hory, to jest ponížení. A ponížení se bojí do té míry, že se kolena podlamují.

Beznaděj vyvolává oslabení. Beznaděj z důvodu vlastního životního postupu vede k oslabení kolenních vazů. Kvůli tomu může dojít k posunu kostí a chrupavek, které tvoří kolenní kloub. Dochází k **distorzi, vykloubení, posunu nebo zlomení** a životní postup se nadlouho pozastaví. *Stav vazů kolenního kloubu zobrazuje životní postup za pomoci vztahů.* **Láskyplné vztahy** dodávají životnímu postupu optimální charakter. Totéž se týká **přátelských vztahů.** Pokud jste v napětí a ve stavu závislosti na **pracovních vztazích**, jsou ve stejném stavu napětí i Vaše kolenní vazy, přičemž je pozorovatelná jistá nadbytečnost pojivové tkáně. Podívejme se na konkrétní případy:

Čestné a otevřené pracovní vztahy zajišťují zdravý stav flexorů a extenzorů (ohýbačů a natahovačů).

Čestné pracovní vztahy, které berou v úvahu zájmy všech stran, zajišťují zdravý stav bočních a příčných vazů.

Skryté, neformální pracovní vztahy založené na úctě k partnerovi zajišťují zdraví nitrokloubních kolenních vazů.

Pokud využíváte svých vztahů, abyste někoho napálili a sami byli úspěšní, dojde k přetržení vazů a jste vyřazeni z provozu. Čím *bezohlednější* je cíl, jež jste sledovali, tím *krvavější* je práce chirurgů, kteří Vám vazy sešívají. Krajně složité poškození kolenních kloubů, k němuž dochází u sportovních hvězd, vypovídá o tom, jak rafinovaně prodávají své tělo. Domnívají se, že jsou v životě velice úspěšní, avšak stav jejich kolenních kloubů svědčí o opaku.

Bolestivě-svíravý pocit v kolenou svědčí o strachu, jenž člověk cítí kvůli tomu, že se život zadrhl, o křečovitém strachu kvůli tomu, co bude, když to takhle půjde dál. Tento pocit nezůstává bez povšimnutí. Člověk cítí, jako by cosi nedobrého projelo celým tělem. Bolest v koleně velmi nahání strach. Vždyť člověk může upadnout. Stejně *svíravého pocitu v srdci* si však nevšimneme a nepěkné pocity spojujeme s kolenem. Když se srdce svírá bez pocitu bolesti v koleně, člověka posedne smrtelný strach, neboť poruchy srdeční činnosti vyvolávají předtuchu smrti. Je už pochopitelné, proč lidé podléhají panice jen kvůli nepříjemným pocitům v kolenou?

„Loupání“ v kolenou je jako rány bičem, kterým je popoháněn vzpírající se dřevěný kůň. Dřevo je energií napájející přání být dobrým člověkem. Když se kůň vzepře, nemůže jít dál, ale jít musí, začnou ho práskat bičem. Stejně je to s člověkem, jenž narazil na překážku. Čím hlučnější je rána, tím silnější je bič. Loupání v kolenou pochází z toho, že kolenní kloub vysychá. Jinak řečeno, člověk v sobě ve jménu zachování reputace ze všech sil potlačuje smutek a zlobu vyvolané stagnací pohybu, a tím jako by z živých tkání vymačkával všechny životní tekutiny.

Záchvat zloby na životní stagnaci vede k přetržení šlach.

Záchvat zloby na toho, kdo ti vzal půdu pod nohama, nedodržel slib, nesplnil dohodu a ty ses kvůli tomu nemálo naběhal, aby se zamýšlená věc nezhatila, vyvolává poškození me-

nisku kolenního kloubu. Meniskus je při životním postupu jako nárazník. Kdo na sebe navolí neúměrné břemeno, snaží se vysloužit si lásku nebo dobýt cti a slávy, změní se jakoby v přetížený nárazník, jenž klidně vydrží rovnoměrný pohyb, ale nikoli prudké nárazy.

Nárazník rovněž přijímá rány, které způsobuje lidská potměšilost a zrada. Pokud někdo *odstoupil stranou* a tys zůstal sám, meniskus se posune ze střední osy, aby vzal úder na sebe. Když se *někdo vrhne dopředu* a odsune tě do stínu, meniskus se posune dopředu. Když *někdo odejde do stínu* a vystrčí tě dopředu jako terč a obětního beránka, meniskus se posune dozadu. Když je kolenní kloub příliš oslabený, meniskus se může posouvat. Po odstranění menisku se koleno v prvotním období může zdát zdravé, když však stejné stresy pokračují, bude v budoucnu třeba vyměnit celý kolenní kloub za umělý.

Pro koho je životní postup důležitější než život sám, tomu se stresy z odstraněného menisku, které zůstaly v těle, přenesou do srdce, *pokud se člověk začne obviňovat a litovat*. Odstranění jakéhokoli orgánu nebo tkáně není ničím jiným než odstraněním úseku přetíženého stresy, jenž se stal nepoužitelným. Energie, která se tam nachází, se rozptýlí po celém těle nebo se přesune v celku na jedno konkrétní místo.

Zepředu kolenní kloub pokrývá, respektive chrání česka – patella. Čím větší je přání zajistit si při postupu vpřed něčí ochranu, tím většímu nebezpečí je česka vystavena. Když se moc zlobíte, že Váš postup kupředu nenašel podporu, schválení či duchovní nebo fyzickou ochranu, může se patella poškodit.

V kolenním kloubu se může nahromadit **voda nebo krev**. Voda vypovídá o tom, že člověk se snaží skrýt svůj smutek z důvodu ponižujícího zaostávání v životě. Krev je důsledkem úrazu. Přání pomstít se tomu, kdo je vinen životními neúspěchy, může člověka natolik rozzlobit, že je ochoten kopnout kolenem do čehokoli. Velkého úrazu není třeba. Čím více se člověku chce druhého nakopnout, tím těžší úraz se mu stane.

Máte-li v kolenou jinou nemoc, o níž se nemluvilo, vynasnažte se domyslet si příčinu sami. Naslouchejte svým myšlenkám a slovům, kterými nemocné místo charakterizujete, a osvobodte

energii uslyšeného. Tehdy začne nemoc pomaloučku ustupovat. Jakýkoli, dokonce i mizivý vzdor ze strany nemoci znamená, že stejný vzdor se nachází ve Vašich myšlenkách; je to neochota a nechuť měnit své názory. **Malá překážka se změní ve velkého nepřítele, když se k ní jako k nepříteli chováme.** Stejně tak velká překážka přestane být nepřítelem, když si v sobě objasníme její smysl.

Na víře ve vlastní úspěšný životní postup závisí jak duchovní, tak i fyzický postup.

VÍRA – ZÁKLAD VŠEHO

Existují lidé, kteří se celý svůj život uchylují ke stejnému prostředku k ulehčení vlastních útrap. Všechny tyto metody a důmyslnosti se předávají od úst k ústům a občas se dostávají do knih. Tu upadnou v zapomnění, tu jsou znovu vytaženy na světlo, oblečeny do nového, moderního hávu a znovu puštěny do oběhu. V medicíně jsou často nazývány hloupým a škodlivým podivínstvím, protože moudrá věda není schopna vysvětlit podstatu těchto čarodějnických kousků. Proč? Protože *energii nelze lékařskými laboratorními analýzami ani odhalit, ani dokázat.*

Vzpomeňte si, zda mezi Vašimi příbuznými nebo známými není člověk, který se hned při prvních příznacích nachlazení pustí do pití horkého čaje, a druhý den jako by choroba nebyla. Podruhé řekne, že kromě čaje je třeba dát si ještě horkou koupel nohou a při první příležitosti ponoří nohy do půli lýtek do téměř vroucí vody a přitom popíjí *horký čaj s medem*, dokud se jeho čelo nepokryje kapkami potu. Pak si na *nohy rozpařené do ruda* natáhne *vlněné ponožky* a *zaleze pod deku, aby se vypotil*. A *je opět zdrav*. Nachlazení, které proniklo do organismu, bylo vypuzeno ven a člověk neonemocněl.

Možná že znáte efektivnější prostředek k boji s nachlazením? Neznáte? A ani nepoznáte, protože na světě lepšího prostředku není. Srovnejte nyní tohoto člověka a sebe. Možná jste přátelé a to znamená, že jste si podobní. Je mezi vámi však jeden rozdíl, který předurčuje život a zdraví každého z vás. **On věří v prvot-**

nost přírody, Vy ne. Věří, že v přírodě jsou léky na jakoukoli nemoc a pro něj tomu tak skutečně je. Svou potenciální nemoc vymývá z těla ještě na *nemateriální úrovni, na úrovni pocitů*. Vy čekáte, až se nemoc materializuje, a pak s ní bojujete pomocí léků. Poněvadž nemoc je aktivní energií, před tím, než bude zabita a pochována ve Vašem těle, je třeba spolýkat mnoho škodlivé chemie.

Víra ve Stvořitele je vírou v jeho tvoření, včetně přírody.

Příroda se svým rostlinným a živočišným světem je částí stvořeného světa. Vně stvoření není nic. Člověk rozumu se raduje z nových objevů a výtvarných vědy, neboť doufá, že život se tím stane lepším. Člověka rozumu ani nenapadne, že *je nemožné objevit něco, co není*. Proto musí člověk rozumu při svém vývoji trpět stejně jako hloupý, dokud nepřestane stavět rozum výš než rozvážnost.

Život je pohyb různých druhů energie. Vyjádřeno modernějším jazykem – je to pohyb informací. Čím lépe, to jest svobodněji se informace pohybuje, tím rozsáhlejší jsou znalosti. Informace, která se pohybuje v horizontální rovině a odráží žití a bytí materiálního světa, rozšiřuje náš obzor. Je to vývoj povrchní a nepřináší duševní klid, dokud si člověk neujasní smysl tohoto vývoje, dokud si neujasní vyšší životní pravdu. Potřeba odhalit přemístování energií mezi viditelným a neviditelným vedla ke zrození informatiky. Chci doufat, že v brzké době dojde k pochopení nutnosti naučit lidi osvobozovat různé druhy energie. Děti i dospělí by měli umět osvobozovat své strachy, neboť strach je příčinou naší duchovní slepoty. Z tohoto důvodu zbytečně ztrácíme čas, síly i peníze a pak se rmoutíme, že je nemáme.

Znalosti dovedené do absolutna, jinými slovy věda, jsou jako děti, které přikládají oko ke skulinkám v černém závěsu, ukradkem se dívají, co se děje na druhé straně, a neodvažují se závěs rozhrnout. Pokud se někdo odváží svévolně skulinu zvětšit, prostrčí jí hlavu a prohlásí, že teď vidí podstatně lépe, ostatní se na něj nejprve vrhnou pěstmi a teprve potom projeví zájem o to, co se za závěsem nachází. Za to se na ně sesype trest od spořádaných

nevěřících, to jest dogmatiků. Kvůli takovému „hříchu“ přišli mnozí lidé o život.

Metody inkvizice nám nahánějí hrůzu, neboť tělesnou smrt vnímáme jako největší utrpení. Ve skutečnosti to vypadá tak, že dnešní úroveň znalostí opírající se o vědecký pokrok a další rozvoj široce rozšířených představ považuje tělesný trest za zjevně nedostatečný. Dnes je módní duchovně týrat ty, kteří jdou vpředu. Taková je nejvyšší míra lidského trestu, nezbytná k tomu, aby se vidoucí osvobodili od svého ega, spojili své znalosti a dovednosti a vysvobodili z temnoty nevidomé, aniž by je přitom nazývali slepci.

Rozvážnost vládne všemu. Rozum to realizuje na materiální úrovni.

Rozvážnost tvoří duchovní svět, který je podoben nekonečnému nebi, jehož droboučkou částičkou je svět fyzický. Na rozdíl od ní rozum tvoří svět fyzický. Každý z nás pro sebe vytváří svůj vlastní svět, jak potřebuje. Jaký jsme ho vytvořili, tak v něm i žijeme.

Vědět nemůžeme nic dokázat, poněvadž medicína odmítá paravědu. A ještě k tomu ti, kteří se paravědou zabývají, mají příliš velké ego. Natolik velké, že si osobují právo vysmívat se vědě, aniž by chápali, že **vysmívání se je pomstou**. Ani jedna ani druhá strana si neuvědomuje, že přání dokázat svou pravdu nezvratně vede k boji, jenž trvá tak dlouho, dokud protihráč nebude potrestán. Prohrávají tím vždy obě strany.

Obracím se k těm, kteří jsou ochotni mě vyslechnout: *„Milí lidé! Hledejte v sobě vyšší pravdu, ale neustrňte na tom, jinak se pravda ve svém vývoji zastaví a přestane být vyšší pravdou. Vyšší pravda není věc, kterou si pořídíte. Vyšší pravda je dokonalostí okamžiku, jež se v následujícím okamžiku stává ještě dokonalejším. NIKDY NIC NEODMÍTEJTE. Neboť pohyb energií mění neviditelné ve viditelné a viditelné v neviditelné právě tehdy, když je to potřeba. Rozum a rozvážnost jsou dvěma stranami jednoho celku. Společně jsou životem. Kdo zná a rozumí vyšší pravdě, tomu nemůže způsobit bolest člověk, jenž za-*

bloudil v houštině vyšších pravd, neboť kdo rozumí sobě, rozumí druhému.“

Vědci své znalosti soustřeďují do odvětví vědy. Jednotlivá odvětví vědy se *nevyhnutelně* začínají vzájemně uznávat, neboť jedno odvětví *potřebuje* druhé. Společným úsilím objevují a vypracovávají stále složitější struktury nutné k utváření materiálního světa. Nadšení vědců, když se jejich znalosti realizují v něco viditelného a hmatatelného, je pochopitelné. Právě tím materiální svět každého člověka vábí a pokouší.

Rozum vytváří uzavřený systém podobný labyrintu. V něm kroužící člověk si zpočátku myslí, že labyrint je ideální. Čím složitější se však stává, tím *paničtější* je přání člověka dostat se z něj ven. Komu se to podaří, ten pochopí, co tato nesvoboda znamenala. Kterýkoli bloudící, jenž se z jednoduššího labyrintu dostane do labyrintu složitějšího, se nakonec ocitne na svobodě, kde cítí, že lekce uzavřeného systému už více nepotřebuje. Taková je cesta od materiálního života a utrpení k duchovnosti. Tuto cestu nelze odsuzovat.

Člověk považuje logiku a racionálnost rozumu nesporně za ideální, dokud alespoň na kratinký okamžik neokusí požehnaný pocit skutečné svobody. Tento pocit přináší rozvážnost, když člověk začne pátrat po smyslu své činnosti. Logika a racionálnost rozvážnosti se neliší od logiky a racionálnosti rozumu, rozdíl spočívá pouze ve výsledku.

Rozum je zdrojem radosti. Rozvážnost je zdrojem štěstí.

Radost není štěstí, ale štěstí je radost.

Radost je pozitivní emoce a její přemíra odhaluje její opačnou stranu – smutek.

V každém člověku je rozvážnost i rozum. **Rozvážnost představuje soubor nezbytných znalostí, získaných v předcházejících životech. Rozum je součtem znalostí získaných v nynějším životě.**

Rozvážnost člověka přes podvědomí řídí i tehdy, když o svých předcházejících životech nic neví a vědět nechce. Pokud člověk ví a nepřizná to, řídí ho rozum. Dítě, jemuž od plenek vštěpovali,

že rozum je absolutno, se může stát vědcem, jehož podvědomí se bude do vědomí prodírat přes labyrint rozumu. Pro něho samotného je to nezbytné.

Pokud jste pro sebe našli jednodušší cestu vývoje, jděte svou cestou a nevysmívejte se tomu, kdo si vybral těžší cestu. Ani v tom případě, když se ve své nadutosti domnívá, že je výš než Vy, a povýšeně Vás odkazuje do patřičných mezí.

Rozum je znalost jsoucna.

Rozvážnost je procitování jsoucna.

Člověk vidí v druhém pouze sebe. Když je k Vám věda nenávidná nebo jsou k Vám nenávidní ti, kteří se považují za lepší než druzí a brání Vám dělat, co chcete, nenávidíte svůj rozum a ničíte ho. **Rozum je nepostradatelným bohatstvím a jeho přeměna v rozvážnost závisí na člověku samém.** Můžete se nazývat duchovním člověkem a dokazovat nicotnost vědy. Můžete ovládat všemožné duchovní metodiky a znalosti, avšak pozvolna, krok za krokem, se bude hromadit i hloupost, která Vás jednou ovládne.

Nejhorší ze všeho je to, že Vy sami to nepochopíte. Druzí si však všimnou a pochopí. Je vážně tak důležité vědět konkrétně, jaké nashromážděné mrtvé znalosti vedly ke schizofrenii? Bude ku prospěchu, když dokážeme, že schizofrenie je nemocí člověka, jenž předběhl svůj čas, nemocí přílišného rozumu, při níž jak nemocný, tak lidé, kteří ho obklopují, jsou na nemoci závislí jako zajatci? **Schizofrenický způsob myšlení je charakterizován přáním, aby všechno bylo jen dobré.**

V této knize se bude hovořit o mnoha dobrých přáních, kvůli nimž člověk onemocní. Mým cílem je naučit se osvobodit od jakýchkoli přání. Naučit se měnit přání v potřebu. Potřeba vylučuje spěch ve jménu dosažení cíle, potřeba rovněž vylučuje ulpívání na cíli, nyní nazývané neodbytnou představou nebo dogmatem. Nejznámějším dogmatem je náboženství a jeho opačná strana ateismus. Obé umocňuje samo sebe do absolutna a cokoli jiného odmítá.

Potřeba v něco věřit je vírou, která spolu s horkým čajem trpícího zbaví nemoci. Podvědomou víru je lehké zničit. Cítíte

například obrovské *přání* uvěřit tomu, co pomohlo Vašemu příteli. Vám nevěřícímu nepřinese tento prostředek okamžité ulehčení, a proto nevěříte. Jelikož přání věřit bylo přáním uzdravit se, a to v čase co nejkratším, zničilo víru. Nepomůže ani ujišťování přítele, ani jeho osobní příklad, neboť dosud se, navzdory vlastnímu přání, učíte prostřednictvím utrpení.

Příroda nespěchá, aby předešla čas. Člověk, jenž věří v přírodu, nespěchá, aby předešel čas. Má dost času, aby procítoval sebe, procítoval přírodu v sobě a sebe v přírodě. Takový člověk i při nejmenší indispozici *cítí*, jaká rostlina ho k sobě přitahuje, a věří v tuto přitažlivost. Každý druh energie má své podobenství v přírodě, která nás obklopuje. Netřeba hledat dál než vlastní oko dohlédne. Není důležité, zda venku je léto nebo zima. Není důležité, co přesně Vás vyvedlo z rovnováhy. Strachy vedou k přehánění jak s dobrým, tak i se špatným. Oba druhy přehánění je třeba vyrovnat. Nejlépe ze všech to umí dělat příroda. *Hlavní je včas se k ní obrátit – nezmeškat.*

Poněvadž civilizovaný člověk stále zrychluje svůj běh, shromažďují se v něm ty energie, kolem nichž prolétával, aniž by se zastavil, protože netušil, že to byli učitelé. Tuto cestu a tyto učitele si vybral sám, protože je potřeboval. Nahromaděná energie se stejně jako nenaučená lekce mění v nemoc a uloží člověka do postele, aby se mohl sám se sebou poradit.

V minulosti se lidé léčili výhradně přírodními prostředky. Nemoc vyháněli z těla výtažky z bylin ve stejné koncentraci, jako byla koncentrace dané nemoci. Při příliš vysoké koncentraci energie nemoci by bylo třeba dobu léčení *prodloužit*, mít trpělivost a *nezvětšovat dávky*. Přespříliš vysoká koncentrace energie rostlin je jedem. Netrpělivý nemocný umírá.

Spolu se vzrůstáním strachů lidé začali stále více a více spěchat. Pro boj s nemocemi byly vynalezeny medikamenty a byly dokázány jejich přednosti a výhody ve srovnání s bylinami. Jelikož cílem bylo zničení nemoci jako nepřitele, nikoho nezajímalo, kam se nemoc poděje a co bude potom. Léčivé preparáty jako by ani nebyly koncentrovaným přírodním produktem. Příroda se nyní rozhodla postavit se na odpor hlouposti pocházející z rozumu a vrátit člověka do svého lůna, neboť rozum se snaží již silou

dokázat, že on sám součástí přírody není. Každý člověk to bude muset dříve nebo později pochopit. Člověku, který si uvědomí smysl toho, co mu chce život říci, a začne rozhrabávat haldy odpadků, které sám nahromadil, se život obrátí o 180° a on se přesvědčí, že člověk nejrychleji dosáhne cíle, když jde pomalu. Kdo to nechápe, ten se odebere k praotcům. Život nemá sklon projevovat lítost. **Soucit ze strany života je vyjádřen smrtí.**

Zpočátku jsem učila: *osvobodte špatné, tehdy se stane dobrým*. Nyní učím: *osvobodte dobré, tehdy se nestane špatným*. Poněvadž hluboký obsah na první pohled jednoduchého učení zpravidla není pochopen, musím všechno dlouze vysvětlovat. Ani to však vždy nepomůže. Například ať vysvětluješ, jak vysvětluješ, člověk, jenž považuje za svou hlavní přednost sílu vůle, díky níž dosáhl všeho, o čem snil, smysl mých slov není schopen pochopit.

Rmoutit se pro špatné není zvykem. *Osvobození špatného je vnímáno jako oprostění se od špatného*. Ach, jak je dobré, že špatné tu už není! Všem je známo, že špatného nelze litovat. Zcela se už zprotivila vyšší pravda hlásající, že odpuštění je osvobozením špatného, jeho přeměna v lásku. Odráží se od dobrých lidí, jako když se hrách na stěnu hází. Většině lidí je lhostejné, co se děje se špatným potom – hlavní je, abychom se ho zbavili. Stále více se přesvědčuji, že *lidé, kteří chtějí dělat dobro, sami nevědí, co chtějí*.

Člověk, který při sebehodnocení vychází z obecně vžitých představ a dojde k závěru, že *příroda mu nedarovala nic, čím by mohl nad druhými vyniknout, začne rozvíjet sílu vůle*, aby s její pomocí něčeho dosáhl. Aby byl někým. Čím víc díky vynaložené síle vůle dosáhne, tím víc si jí cení a tím víc se namáhá, neboť jeho přání se zvětšují. Jsem téměř přesvědčena, že ani jednoho rozumného člověka by nenapadlo hodnotit nemoc, která se u něj objevila, jako důsledek přílišné síly vůle. Naopak, když se člověk z těžké nemoci vyléčí, přičítá se to vždy mužné síle vůle.

Síla vůle se oslavuje ve světových dějinách, v umění i literatuře. Boj s těžkostmi a vítězství nad nimi slouží jako přesvědčivý důkaz positivity síly vůle. Nu a v tom, že zápasící onemocní

buď fyzicky nebo duchovně, nikdo nenachází to, že síla vůle byla zlomena. Spolu s tím u každého člověka jednou nastane okamžik, kdy se z bezmezného přání stane bezmezná neochota a nechut.

PŘEMĚNA OBSAHU VE FORMU

Pojmy dobrého a špatného jsou relativní. V závislosti na tom s kým nebo s čím srovnáváme, může být jedna a tatáž věc dobrá nebo špatná, velká nebo malá, krásná nebo škaredá, drahá nebo levná, rozumná nebo nerozumná. Hodnotit je možné do nekonečna. **Hodnotíme materiální úroveň, duchovní úroveň nehodnotíme nikdy.**

Hodnotící kritéria, to jest duchovní měřítko, dostává člověk od rodičů. Pokud je sirotek, od okolí, v němž vyrůstá, což v konečném výsledku nic nemění, protože svět člověku odráží jeho vlastní *podstatu*. Tu podstatu, jež se v něm zformovala během předcházejících životů a kterou přišel rozvíjet v životě nynějším.

Zrcadlo odráží vnější vzhled, formu, materiální úroveň.

Život odráží podstatu, obsah a duchovní úroveň. Hodnotíme-li člověka podle jeho vnějšího vzhledu, ničíme jeho podstatu. V našem dětství to dělali rodiče a nyní v dospělosti to dělá již každý sám. Rodiče to dělají výběrově, člověk sám to však dělá stále, bez výběru. Tak se obsah stále více přibližuje k formě. Potřeby se stávají přáními a štěstí neštěstím.

Podstata určuje osud. Osud je cestou, která existuje, projít po ní je však úkolem nynějšího života. Stejně jako každá na cestě vznikající viditelná či neviditelná překážka může změnit směr pohybu jdoucího člověka, i průběh života dítěte závisí na jeho vychovatelích. Čím je dítě mladší, tím méně se bojí neznámého a v tím větší míře přijímá za bernou minci všechno, co je mu vštěpováno.

Když se člověk pohybuje pomalu, máloco ho může donutit změnit směr, neboť pocit nebezpečí mu velí, aby se zastavil

a pouvažoval. Se vzrůstáním rychlosti (rychlost je strachem ze života) je stále méně času naslouchat vlastním citům, a tím vzniká více střetů. Aby se jim kráčejší člověk vyhnul, automaticky uskakuje stranou. Ve vyšší rychlosti to vede k tomu, že se člověk svalí do příkopu. Z toho vyplývá: i když osud je jen jeden, nelze podceňovat význam vedlejších vlivů. To by měli vědět všichni rodiče a vychovatelé, neboť v dětském věku se utváří vztah k životu.

Názory se formují pod tíhou stresů. Zkostnatělé názory tíhu stresů zesilují. Neotřesitelné *sebevědomí* chvástající se svými správnými principy není ničím jiným než strachem. Dává je za příklad slabým, halí je do podoby mající sílu zákona, do určité míry se stává nadvládou. Nakonec vzniká uzavřený kruh, to jest stagnace, která dříve nebo později člověka ničí. Proto osvobozování stresů probíhá tím obtížněji, čím je člověk starší.

Jeden z problémů spočívá v tom, že člověk, jenž lpí na svých přesvědčeních, nechápe, že potřebuje předělat *sebe*. Druhý problém spočívá v obrovském množství nahromaděných stresů. Třetí v tom, že s léty člověku vysychají síly. Den co den se setkávám s lidmi, kteří se chtějí vytrhnout z drápů smrti útekem k duchovnosti, ale nechápou, co to znamená. Ukazovat na ně prstem jako na hlupáky znamená ukazovat prstem na sebe.

Každému z nás by prospělo, kdyby se čas od času zeptal sám sebe: „*Jak bych se zachoval, kdyby se najednou ukázalo, že stojím před výběrem: život, nebo smrt?*“

Takové otázky se obvykle nepokládají, a proto nemáte představu, do jaké míry je strachem paralyzován jak rozum, tak i schopnost uvažovat. Strachem paralyzovaný člověk přestává cokoli cítit a není schopen správně hodnotit své emoce jako vyjádření citů. Plete si příčinu s důsledkem. Proto je nezbytné zaobírat se touto otázkou dříve, než uhodí hrom. **Velké chyby je nutné napravovat, dokud jsou ještě malé.**

Během návštěv v ordinaci vídám rodiče, kteří celou svou bytostí, mimikou a gesty popohánějí své dítě: „*Tak dělej, hod' sebou! Proč to neděláš, když tě to učí!*“ Dítě nechápe, proč musí

poslouchat mě nebo rodiče, zejména matku. Dítě naslouchá a přemýšlí. *Na to je potřeba čas.* Není zvyklé mít co do činění s člověkem, jenž vyjmenovává jeho špatné rysy, avšak nepovažuje ho za špatného. Je mu známo, že lidé bývají dobří ze zdvořilosti, proto je trochu v rozpacích. Jedině když se svěří svému citu, dokáže se se mnou naladit na stejnou vlnu.

Aby příliš starostliví rodiče nepřetrhli nitky s duší dítěte, jsem nucena vyzývat tyto spořádané rodiče k pořádku. To se nelíbí ani mně, ani jim, ani samotnému dítěti, protože však jsem nucena vybírat si ze dvou zel, vybírám si to menší. Většina rodičů si uvědomí, že nenechali dítě žít, a proto je nemocné. Bývají však i takoví, kteří ani za nic nepřiznají svou příliš náročnou spořádanost, která zabíjí. Nejsou zvyklí, že se někdo v dětství zajímal o jejich názor a nyní se na něj druhých rovněž neptají. Dokonce ani tehdy, když tím druhým je jejich vlastní nemocné dítě. Na ospravedlnění mi říkají: „*Ke mně se chovali stejně!*“ Takový rodič nechápe, že se mstí svému dítěti za to, jak v dětství zacházeli s ním samotným. *Domněnka, že když jsem trpěl já, musíš teď trpět i ty, je tím největším egoizmem, to jest povýšeností.*

Když vysvětluji nemoc dítěte, přirozeným způsobem se dostávám k chybám rodičů, a i když se rodiče s mými knihami seznámili, zaujímají pozici kruhové obrany, jako by je vzali za hrudník a přimáčkli ke zdi. „*Co já s tím mám společného?*“ – křičí celá jejich bytost, i když oni sami neřeknou ani slovo. Vždyť přece přišli nikoli kvůli vlastnímu zdraví, ale kvůli zdraví dítěte. V jejich očích jsem despotou, jenž je nutí nahlédnout do pekla, které si sami vytvořili, uznat vlastní chyby a napravit, co spáchali. Kdo nahlédne poprvé, v tu ránu protestuje: „*Tohle jsem já nedělal!*“ Vždyť chtěl jen dobré. A má pravdu. Skutečně si přál dobré, ***nedokázal však rozlišit skutečné dobré a dobré zdánlivé.***

Když k takové reakci dojde u neznámého člověka, jenž poprvé překročil práh mé ordinace, chápu ho. I když do mě proniká jeho protest, propouštím ho skrz sebe, jako přes síto. Informace o lekci, kterou jsem se nenaučila a jíž jsem k sobě přitáhla tohoto pacienta, zůstala v mém duchovním těle jako naučená lekce. Když skrz sebe *musím* znovu a znovu propouštět analogické křivdy ze strany známých, příbuzných nebo rodičů, kteří nepřišli

poprvé, vzniká otázka: *Mám zapotřebí plnit úlohu odpadního potrubí? Možná by bylo rozumnější, aby se plácali ve svém vlastním páchnoucím hnoji, pokud se hned napoprvé nedokážou chytit záchranného kruhu, který jim házím.*“

Vzrůstá počet takových lidí, jimž se pocit vlastní nadřazenosti už nevejde dovnitř. **Pocit vlastní nadřazenosti** je pýchou, ještě přesněji nejvyšším vrcholkem pýchy – egoizmem, jenž nutí chvástat se a naparovat z jakéhokoli důvodu, vysmívat se cizím znalostem a cizím zkušenostem. I když člověku samotnému se z toho udělá ještě hůř. Pýcha na důsledky nemyslí. Upřímně řečeno, bojím se lidí neschopných přemýšlet a pracovat na sobě a snažím se tohoto strachu zbavit. Zůstává ho ve mně ještě hodně a v posledních letech ho přibýlo, protože jsem ho v sobě neuměla rozpoznat.

Vzniklé názory a přesvědčení jsou jako pevná skála, kterou nikdo nedokáže hnout z místa. Nemůže a nesmí, jinak se mu skála zřítí na hlavu. Proto se i já, stejně jako kočka chodící kolem horké kaše, snažím skále vštípit, že je třeba, aby se z místa pohnula sama. Potřebuje odtrhnout pohled od země, od materiálnosti, a spatřit, že život se mění v čase a prostoru a že i ona sama potřebuje držet krok s časem. **Nemusí, ale potřebuje.** Potřebuje kvůli sobě samé. V opačném případě život s našimi názory a přesvědčeními udělá totéž, co dělají se skálou zemské síly, které se dostaly ze zajetí na svobodu.

Dítě je sumárním vyjádřením otce a matky, ať to uznáme či nikoli. **Matčina mysl vymezuje svět dítěte**, jinými slovy formuje celkový postoj k životu. **Otcova mysl vytváří materiální svět dítěte**, dokud dítě není schopno vytvářet si materiální svět samo. S postojem vytvořeným matkou může dítě žít až do konce svých dní, pokud ho životní peripetie nedonutí, aby své názory změnil. Jednoduše řečeno, **muž dělá to, co chce žena.**

Pokud se přání ženy stává přáním muže, je to špatné. Možná mně chcete dokázat opak, protože když jste byli dětmi, s Vašimi rodiči bylo všechno jinak a ve Vaší vlastní rodině rovněž. Radím Vám, abyste nikdy nespěchali se vstupem do sporu, když je potřeba něco dokázat, neboť spor je soubojem názorů. **Názory má**

člověk do té doby, dokud nepochopí podstatu věci. Při sporech je to jako při volejbalu, kdy na hřišti je tolik míčů, kolik je hráčů. Podstatou každého míče je hloupost. Osvobodíte-li své přání, přestanete být sebevědomí a začnete si důvěřovat. Protistrana to ucítí a oba pochopíte podstatu věci.

ROZVÁŽNOST HLEDÁ VYŠŠÍ PRAVDU.
ROZUM HLEDÁ PRAVDU.

Rozumný a inteligentní člověk od nepěkného sporu ustoupí a řekne při tom přibližně následující: „*Promiňte, ale připadá mi, že nemáte pravdu.*“ A právě ve slově „připadá mi“ je háček. „Připadat“ patří do oblasti smyslového vnímání. Smyslové orgány, jejichž pomocí vnímáme materiální svět, předávají právě ty materiální zkušenosti, které se nám vstípily do paměti již kdysi dávno. To je však nesprávné. Správné je, že **život sestává z duchovní a fyzické stránky, přičemž duch udává směr, duše vymezuje a fyzické tělo na tomto základě vytváří fyzický svět.**

POHYB VYŽADUJE ROZVÁŽNOST.
DÍLO VYŽADUJE ROZUM.

Když není pohyb, není ani dílo.

Duch je vyrovnanost.

Duše je nevyrovnanost. Na tom, zda je uvedena do rovnováhy, závisí kvalita života.

Myšlenka na získání vyrovnanosti **uvádí duši v nadšení, realizace** této myšlenky ji však **podrobuje zkoušce.** Vnější pozlátko materiálního života představuje čertovsky těžkou zkoušku pro jakoukoli lidskou duši. Prohlubuje se a zhoršuje spolu se zvyšováním úrovně materiálního blahobytu, pokud duchovní úroveň při tom zůstává jako dřív. *Stačí jen, aby se duše chytila na udičku materiálního blahobytu a začne její smrtelná agónie.* Duše je jako ryba, která se chytila na návnadu. Dokonce i když ji někdo

vysvobodí, bez zmrzačení se neobejde. Zvláště poškozeno je hrdlo, to jest komunikace.

Energie ryby je potřebou sám a osobně si uspořádat život. Ryba potřebuje žít v rybí podobě. Když má člověk **potřebu** uspořádat si život sám a osobně, žije jako ryba ve vodě. Když **si** však člověk **přeje** žít jako ryba ve vodě, změní se v oběť, která dovoluje druhým, aby s ním dělali cokoli, a cítí se při tom šťasten. Symbolicky je podoben rybě, která sama sebe chytí, vykuchá, nařeže na kousky, vaří, peče, smaží, udí a marinuje a cítí se přitom jako v sedmém nebi samým štěstím, když ji druzí chválí: „*Ty jsi prostě báječná!*“

Druzí to, co jim je nabízeno, přijímají, používají a ryba najednou není. Nikdo ji nevidí – vždyť není. Kdo se v takové situaci dovtípí, že udělal chybu, když považoval radost za štěstí, vysluchoval si lásku, a důsledky chyby tedy nemohly být jiné, naučí se životní lekci. Neobviňuje druhé z nevděčnosti či z něčeho ještě horšího. Nezahořkne sebelítostí, nekuje pomstu a nepěstuje si v sobě zlobu.

V mé ordinaci pobývalo hodně dobrých lidí. Svými řečmi sledují jeden cíl – přesvědčit spolubesedníka o tom, že je před ním dobrý člověk. Většina posluchačů s mluvícím souhlasí, protože je nežádá o pomoc. Prostě se chce vymluvit. Někdy se zeptám: „*Odkud víte, že jste tak dobrý?*“ – a podle užaslého výrazu ve tváři vidím, jak naivní je jeho chápání života. Na vše se dívá očima druhých, vše hodnotí měřítkem druhých. Bojuje se špatným po způsobu druhých a v závislosti na tom, jak se dokáže zavděčit okruhu svých známých, se považuje za dobrého člověka. Nastane však den, kdy vedle něj není ani živá duše. Někteří jsou daleko a nemohou ho navštívit či nějak jinak vyjádřit svou vděčnost. Ostatní jsou nevděční a na dobrého člověka zapomněli.

Ryby jsou různé. Čím silnější je přání být dobrý, tím víc člověk sympatizuje s velkou, vypasenou velrybou s usměvavou tlamou. Kostnatý ježdík je vedle něj úplná nula. Člověk „velryba“ se vždy obětuje, čehož druzí využívají. Ani je nenapadne, že by to mohlo být jinak. Taková matka nebo otec například vycho-

vávají z dítěte příživníka, a když už od rodičů není co vzít, dítě odchází jinam a bere od druhého. Když je třeba, bere i silou, protože je zvyklé brát si od života všechno, co se dá. Příčina s sebou nese následek.

Přijde čas, kdy bude muset přijmout to, co dává život – trest. Vždyť to, co život dává, nepřijmout nelze. Stejně je to i s rodiči, nelze nepřijmout to, co dávají. Přece je neurazíš. A dítě, jež chce být dobré pro rodiče, kteří sebeobětování považují za štěstí, přijímá, co se mu nabízí a učí se rodiče vysávat, neboť si to přeje. Vždyť člověk se strachy si přeje to, co ve skutečnosti nechce. Výsledkem toho je, že ani jedna strana necítí k druhé vděčnost. Vzniká oboustranná zloba: rodiče nenávidí dítě s kriminálními sklony a dítě nenávidí rodiče, kteří ho udělali nešťastným.

Jinou cestu hledá ten, kdo si uvědomí, že zavděčováním se druhým svůj život neuspořádá. Uspořádat si ho může například dobrou prací. Člověk, jenž takto myslí, jí rád ryby. K práci jsou třeba nástroje. Kdo se o své nástroje rád stará sám, rád chytá ryby. Čím víc člověk dělá všechno svýma rukama, tím je pravděpodobnější, že z lovce ryb se stane rybář. Kdo má rád moře a spoléhá na ně, je sytý, oblečený a ví přesně, že díky rybě je zdravý. Ani ho nenapadne, že za své zdraví vděčí pocitu důkoplné lásky k rybě.

Kdo nechce pro druhé obětovat své znalosti, dovednosti, čas nebo rodinu, i když bude považován za špatného, bude mít alergii na ryby a rybí výrobky. Když se oba rodiče obětují pro blaho společnosti a obětují tím i svou rodinu, dítě může už od narození protestovat proti všemu, co souvisí s rybou: hračky ve tvaru ryby, koupání – jako prostředí, v němž ryby žijí –, hračky plavající ve vaně, akvária, dary moře, rybí výrobky.

Dítě je duchovním učitelem rodičů a dospělých, dospělí jsou pro dítě pozemskými učiteli.

Mám ráda kameny a nosím je domů ze souše i z moře, z přírody i z obchodu, velké i malé, krásné nebo prostě sympatické. Před svým ročním vnukem jsem musela všechny kameny sebrané ze země schovat, protože ho to k nim zvlášť přitahovalo. Na pohled krásné lastury a korály ho nepřitahovaly. Tím jako by mě

prosil: „*Babičko, osvobod' svou obětavost. Škodíš jí sobě, mým rodičům, mně a mnoha druhým.*“

Babička musela uznat, že i když je příjemné žít a líbit se svému okolí, čeká tě při takovém životě budoucnost více než nepříjemná. Dítě mi dalo pochopit, že se bojí obětavosti, a když si z toho nevezmu poučení, bude nuceno protestovat. Samo by sice muselo trpět alergickým onemocněním, zato babička by se přestala zabývat světovými problémy a věnovala by pozornost vnukovi. Na tohle by babičce mého vnuka rozvážnost stačila a život by znovu začal jít správným směrem. Život člověka je uspořádán tak, že musí začínat u člověka samotného, potom se rozšiřuje na rodinu, teprve pak na společnost a na samém konci na lidstvo. Opačný pořádek nikomu nepřináší štěstí.

V každém člověku je energie všech druhů zvířat. To znamená, že v každém člověku dřímá zvíře, ale člověk se ve zvíře změnit nemusí. Například v rybu. Pro rybu je voda svobodou. **Strach mění potřebu v přání a vodu ve smutek.** Ryba si žije v moři bezstarostně, člověku se však v moři smutku žije špatně. Zejména když chce být zlatou rybkou pro trpící, kteří sní o štěstí. *V období tření* mnohé ryby míří vzhůru po řece. Pokud obětavý člověk nemůže *stále* jít proti proudu, jeho život se stává prázdným. Vyčerpává se a snaží se všem dokázat svou připravenost k sebeobětování. Je to přání dokázat ostatním správnost vlastních životních zásad – kvůli jejich vlastnímu prospěchu. Nezamýšlí se však nad tím, zda ostatní jeho dobré potřebují.

Alergie na produkty z ryb vyjadřuje protest proti sebeobětování. Když člověku ryba *prostě nechutná, nelíbí se mu* ani obětavost.

Tělo je vyjádřením života duše na fyzické úrovni. Když nedokážeme porozumět skutečnému smyslu života nějak jinak, navádí nás k jeho hledání zrak, čich, hmat, naslouchání názorům druhých, vlastní omyly a bolest jimi způsobená. Když se nevyrovnaný člověk spálí na jedné krajnosti, vrhne se na druhou a tak pokračuje, dokud se nevyčerpají jeho síly a on nepochopí, že je třeba předem začít myslet. Když myslí a pak se stejně pustí do běhu, poběží, dokud ho utrpení nepřivede k porozumění tomu, že myslet se dá různě. Lidstvu je od nepaměti známa vyšší pravda,

že materiální věci štěstí nepřinášejí. Vyšší pravda je známá, její smysl však nikoli. **Přání získávat věci, myšlenky na získávání věcí, činnost ve jménu získávání věcí mění člověka ve věc. Žít jako věc je smrtí zaživa.**

Životní těžkosti **ovlivňují** názory a přesvědčení člověka. Když je mu život milý, jeho názory a přesvědčení **se mění**. To znamená, že život člověka ohýbá, dokud se nestane poddajným, a pokud se nezmění, tak ho zlomí. Kdo byl zlomen nikoli v jednom, ale hned v několika životech, začne mít utrpení plné zuby a zamyslí se nad tím, jak svůj život změnit. Od toho okamžiku se

násilná změna stává dobrovolnou.

Vnější změna se stává změnou podstaty.

Změna formy se stává změnou obsahu.

Živočišný vývoj se stává lidským.

To znamená, že lidské smyslové orgány – hodnotitelé fyzického světa – lidskou bytost už víc nelámou. Člověk se ve svém vývoji opírá o smyslové vjemy vycházející *zevnitř* a učí se chápat smysl informací přicházejících *zvenku*. Hledání smyslu ve všem vylučuje hledání čehosi lepšího a vede k pochopení toho, že není ani lepší ani horší, ale že všechno prostě je.

Kdo se při hledání lepšího rozumem chytá znalostí nebo teorií přicházejících zvenku, k tomu se dotěrné myšlenky přisají jako **pijavice** a člověk je nucen trpět, dokud od sebe pijavice, jejichž jméno je chtivost, neodtrhne. Mnoho lidí je přesvědčeno o správnosti svých přesvědčení. Za starých dob se k léčení nemocí používaly pijavice, které odsávaly černou krev. To vypovídá nikoli o nevzdělanosti našich předků, ale o jejich rozvážnosti. Vždyť je třeba nějakým způsobem vytáhnout špatné z člověka, jenž žije tím, že stále hrabe pod sebe a hromadí v sobě špatné – jinak by prostě umřel.

Dnes se už pijavice nepřikládají a špatná krev se pouští jen ve výjimečných případech. V dnešní době se všechny nemoci potlačují léky, potlačují se vnější příznaky nemoci. **Medicína je věda, která vyjadřuje úroveň vývoje lidstva v daném okamžiku, to jest způsoby, jakými se lidé v daném okamžiku umějí léčit.** Rozumný

člověk si pomáhá svým rozumem a bylo by nesprávné hodnotit to pouze negativně. Život se vyvíjí směrem k rozvážnosti.

Rozum do sebe pojme málo rozvážnosti, rozvážnost však do sebe vměstná souhrnné zkušenosti ze všech předcházejících životů i znalosti získané v životě nynějším. Takže pokud někdo z mých řádků vyčte, že znalosti včetně medicíny nejsou potřeba, hluboce se mýlí. Snažím se pouze vysvětlit, že jen léčením pomocí medicíny daleko nedojdeme. Není možné uzdravit kohokoli, to jest zdraví si nelze pořídit, avšak uzdravit se může každý. **Získání zdraví není jeho pouhým získáním, ale úspěšným vzestupem na novou úroveň vývoje.**

„Vyléčení“ metodami medicíny odráží ziskuchtivou podstatu dnešního člověka: „*Nikdo nemá právo strkat nos do mých osobních věcí, připravovat mě o mé bohatství, nazývat zlem mé dobré počiny a bránit mi, abych dělal to, co chci.*“ Léky nás o nic nepřipravují, nic nám neberou. Člověk dostane, co chtěl – ještě horší nemoc za fasádou zdánlivého zdraví. Když budete pokračovat ve čtení, pochopíte, že se všichni potřebujeme zásobit spoustou pijavic, protože se nechceme ničeho vzdát. Pijavice sající krev vylučuje slinnými žlázami bílkovinu **hirudin**, která brání srážení krve.

Pijavice přísátá k tělu člověka učí: „*Podívej se na mne. Od-sávám špatnou krev a je mou potravou. Tvá ziskuchtivost je mi podobná. Když vypiju příliš mnoho, prasknu. Stejně jako ty. Za starých časů to bylo jasně vidět – kdo bral málo, štěstí nezískal, kdo však loupil naplno, ten umřel. Vyvinutý člověk umí klamat, to jest skrývat. Bere skrytě, a podvádí tím sebe i druhé. Všichni se pokládají za dobré, nicméně praskají utrpením. Ziskuchtivost je právě tou pijavicí: bere druhému a prohlašuje, že mu dělá dobrou věc. Když jeho krev zhoustne natolik, že začne ztrácet tekutost, ziskuchtivost bije na poplach a hlásá svůj brzký skon. Mění se v nepokrytou chamtivost.*“

Řečené neznamená, že autor odmítá medicínu. Jsem lékařka a hodnotu medicíny znám. Spolupráce s ní je vrcholem mých tužeb. Bylo by báječné pracovat s ní v tandemu, vzájemně si důvěřovat a pomáhat existujícími prostředky. Řekněme, že žádám o potvrzení mého vidění lékařským vyšetřením, a medicína po-

žaduje převedení výsledků jejího vlastního zkoumání do jazyka stresů. Vyhráli by všichni: pacient, medicína i já. Věřte, že možné to je, a pokud vás nezlobí, že teď to ještě nejde, bude Vám toho dopřáno už v brzké budoucnosti, neboť počet lékařů majících v úctě alternativní metody léčení roste každým dnem. A právě k takovému lékaři půjdete.

Jsme lidé a naše štěstí se utváří součinností ducha, duše a těla. Jednou ze součástí je zdraví. Když se nyní vrátíte k počátku této kapitoly a zaměníte slovo „duch“ za slovo „otec“ a slovo „duše“ za slovo „matka“, vše, o čem jsem hovořila, vysvitne v trochu jiném úhlu pohledu. Uvědomíte si, jak ohleduplně je třeba před rozumným člověkem otevírat svět rozvážnosti, aby pochopil, že není třeba nic dokazovat. Neviditelná stránka života se dokazuje sama.

Mysl je Bůh.
Mysl je život.
Mysl je duch.

Mysl tvoří půdu a semeno, z něhož vyrůstá výhonek života. Půda určuje růst semene – i z ubohého může vyrůst silná rostlina, když přijde do dobré půdy a dostane se mu dobré péče. Možná že nemá prvotřídní odrůdovou jakost, zato je odolné a poslouží jako nejlepší základ pro vypěstování následujících generací. Když je půda bídná a pro její zlepšení se nic nepodniká, ztrácí semeno své odrůdové kvality a rychle zplání. Tady se už umělými hnojivy nedá pomoci.

Kdo obdělává půdu a nese si v duši vysoké nebe, má v sobě životní moudrost a jeho pole je úrodné. Kdo však nebeská znamení ignoruje, má úrodu bídnou nebo mu zcela zajde. Rostlina je duch. **Hynoucí rostlinstvo znamená ničení duchovnosti, to jest život s emocemi.** Člověk přitom může o duchovnosti vést planých řečí kolik chce a čemukoli dávat nálepku duchovnosti neboli v moderním podání přirozenosti, ale všechno je marné.

Nebe je duch, duchovnost.
Země je duše, oduševnělost.

Otec je nebe. Matka je země. Mezi nimi je dítě – vyrůstající rostlina. Kdyby nebe tvořilo zemi a země tvořila nebe, rostlina by byla mohutná a jako střela by mířila do nebe. **Tvořivá síla se rodí v srdci a je potřebou.** Kdo si chce stvořit nebe, zemi nebo rostlinu oblažující duši sám pro sebe, vrhá se na cíl jako zvíře, heká a supí; co chtěl, však stejně nedostane. Hledí na své tvoření s těžkým srdcem a nechápe, proč je mu těžko u srdce. Srdce rodičů je obtěžkáno pocitem viny kvůli tomu, že rostlina roste křivě, dokonce i tehdy, když rodiče vlastní chyby nevidí a nepřiznávají.

Čím je rostlina křivější, tím je těžší ji později narovnat a často už je to nemožné. Křiví a ohýbá ji k zemi těžké, nízké nebe, které schovává své slunce za mraky a všechno živé na zemi připravuje o jeho paprsky. Je-li země štědrá a schopná vyvážit teplem, které v sobě chová, chlad nebe, vyrostе strom mohutný, košatý, jenž potěší oko svou silou a krásou. Není z těch stromů, které budou pokáceny na dřevo. Obr velikán prostojí věky a bude vyzařovat podivuhodnou životní sílu. Tento strom učí, že vůbec není jedno, do lůna jaké ženy vloží muž své sémě.

Muž může být podoben slunci, jež se nikdy nevynoří zpoza mraků, přesto však je. Když se řídí potřebami svého srdce, srdce ho přivede k ženě, jež je schopna rozpoznat slunce za mraky a trpělivě čekat, až se mraky strachu rozptýlí. Milující žena umí změnit od dětství pochmurné nebe muže v jasné a slunečné, alespoň pro jeho rodinu, a dělat to p-o-m-a-l-o-u-č-k-u. Když muž v honbě za láskou přebíhá od jedné ženy k druhé a zplodí třeba i celý les nevzhledných stromů, štěstí nenalezne. Když si muž sám sebe ani trochu neváží, zůstane po něm rozbředlé bahniště s neduživými stromy.

Žena pro sebe vytváří nebe, což znamená, že žena určuje život rodiny. Muž nemůže vložit své semeno do půdy, když ho půda k sobě nevolá a nevábí. Potřeba ženy milovat muže k ní přivábí toho, v kom je potřeba milovat právě tuto ženu. Dokonce i když jsou oba úplnými ignoranty, pomalu, pomaličku si osvojují pravé umění lásky. Osvojují si ho z vyšší moci srdce a jeden druhého učí, neboť mají trpělivost.

Láska je trpělivost, nikoli utrpení. Ať by byli tito dva lidé jakkoli nešťastní, přezíraní, škaredí, pokoření minulostí, pokřive-

ní a šilhaví, ubozí a hloupí – určujícími se stávají jejich city a potřeba dávat. Z jejich spojení vyrůstá dokonalé, odolné dítě, které se za své ubohé rodiče nestydí, neboť jsou ubozí pouze navenek.

Potřeba milovat znamená dávat lásku.

Přání milovat znamená dostávat lásku.

Miluji znamená – dávám lásku. Kdo miluje, je šťasten i tehdy, když na jeho lásku nepřichází stejná odpověď.

Když rodiče neoslepuje vnější dokonalost dítěte, když je neohlušují oslavné písně okolí, když nezmění dítě v prostředek k realizaci vlastních nesplněných plánů, když dítě nepoužívají jako odplatu proti nepřátelům nebo jako kompenzaci za ztrátu vlastní osobnosti, vyrostе z dítěte osobnost bez jakéhokoli vnějšího donucování.

Být ještě neznamená být osobností.

Být osobností znamená být sám sebou.

Potřeba být osobností je skryta v každém člověku. Pokud jste Vy sami být osobností nedokázali, dejte tuto možnost svému dítěti. To znamená: nechtějte, aby bylo podobné nějakému Vám známému člověku, kterého považujete za kladného. Nechtějte, aby dítě bylo takové, jaké je. Vždyť není horší než ten, kdo oslňuje svou krásou, rozumem, slávou, bohatstvím. Každý má svou cestu. A Vy nevíte, kvůli čemu přišlo na svět a jak důstojnou a vznešenou cestu bude muset projít. Když mu vnucujete svá přání (tj. chtění), může se stát, že místo aby kráčelo po horských vrcholcích, spadne do propasti. Nebo ještě hůř – začne se plazit v bahně.

Strach mění potřebu ve chtění.

Strach zbavuje schopnosti myslet.

Strach nám brání porozumět citům a uvědomit si význam emocí.

Člověk, jenž **chce** milovat, nemyslí na důsledky. Jeho jednání je diktováno utilitárním propočtem, neboť doufá, že tímto způsobem nalezne štěstí. Radost zpočátku dosažená je skutečně vnímána jako štěstí. Později se však ukáže, že to byl jen zrakový klam, a člověk propadne smutku. V takovém okamžiku bývá velmi těžké pochopit, proč se dobré obrátilo ve špatné, a ještě těžší je si to osvojit.

Štěstí se obrací v neštěstí proto, že člověk chce být šťastný. Chce to, co ve skutečnosti doopravdy potřebuje.

Potřeba je svátost. **Potřeba vyrůstá v požehnání. Požehnání je posvěcení.**

Chtění je vulgárnost. Chtění vyrůstá v neslušnost. Neslušnost je ničení.

Zaposlouchejte se do své duše a začněte si pro sebe opakovat: „*Potřebuji, potřebuji, potřebuji, potřebuji...*“ Čím déle to budete opakovat, tím bezstarostněji a lehčeji Vám bude na duši, dokud ulehčením nepovzdechnete. Nyní se zaposlouchejte znovu a opakujte: „*Chci, chci, chci, chci, chci... Chci, chci! U všech čertů, copak není pochopitelné, že taky můžu mít vlastní přání?!*“

Nu a vznikla neslušnost. **Přání vyvolávají neslušnost.** Ať je člověk jakkoli rozumný a vážený, stačí, aby se ocitl v moci ziskuchtivosti a chtivosti, a neslušnosti se začnou jen sypat. Obzvlášť oplzlé neslušnosti můžeme slyšet od tvůrčích osobností, když nedostanou, co chtějí. Proč? Protože tvůrčí činnost vychází ze srdce, a když lásku zapřáhneme, aby táhla vůz obtěžkaný přáními, na srdci se nemůže nenahromadit náklad hnoje.

Přejděme nyní k trochu konkrétnějšímu cvičení. Čeká Vás procitování rozdílů mezi následujícími pojmy. Řekněte si a sledujte své pocity: „*Potřebuji lásku.*“ Procitíte a zapamatujte si tento pocit. A nyní řekněte: „*Chci lásku.*“ Byl to rozdíl? Všimli jste si, že při slově „chci“ mysl samovolně přeskočila k sexu?

Dále si pro sebe řekněte: „*Potřebuji štěstí.*“ Cítíte, jak slova najednou mizí? Zůstává jakýsi nevysvětlitelně pěkný a čistý po-

cit. Nyní si řekněte: „*Chci štěstí.*“ Co se při tom stalo? Zrodila se myšlenka, jak toho štěstí dosáhnout? Nebo Vám zvlhly oči? Možná se Vám z hrudi vydral těžký povzdech? Rozesíláme blahopřejné pohlednice se slovy „přeji hodně štěstí“ a nechápeme, že štěstí buď je, nebo není. Když přejeme něco ve velkém množství, může být řeč pouze o radosti. Se stejnými slovy dáváme dárek oslavenci a jsme potěšeni jeho radostí. Když je skutečně šťasten, cítíme zklamání: „*On ani nemá radost.*“

Řekněte si pro sebe: „*Potřebuji sex.*“ Objevil se posvátný pocit? Ne? Proč ne? Vždyť sex je nezbytný. Natolik nezbytný, že bez něj by se vývoj lidstva zastavil. Vaše reakce je založena na náboženském dogmatu, které existuje už nejedno tisíciletí, podle něhož je tělesná láska hříchem. Dogma se v nás zakořeňuje svou skrytou energií do té míry, že se člověk může prohlásit za volnomyšlenkáře, aniž by si uvědomil, že jeho takzvaná svoboda je pouhým protestem proti vlastnímu dogmatu. Sex je pro něj zba-ven posvátnosti, poněvadž si neuvědomuje, že Bůh dal člověku tělo proto, aby se s pomocí tohoto těla člověk dokázal povznést nad zvíře.

Bůh je duch. Člověk je syn Boží, je výtvozem ducha a jeho tělo je rovněž částí Boha, avšak pouze v materiální podobě. Milující člověk potřebuje sex a zabývá se sexem s láskou. A nyní si řekněte: „*Chci sex.*“ Dopracovala se Vaše mysl k pohlavním orgánům? Zřejmě dopracovala. Člověk, který tvrdí, že jakoby někoho miluje a jeho láska je tak veliká, že se může zabývat sexem jak dlouho chce a s kým chce a jeho lásku to nemůže pošpinit, plácá neslýchané bláboly. Je mu neznámo, že láska buď je, nebo není. Kdo mluví o velké nebo o malé lásce, hovoří pouze o vlastnění.

Řekněte si pro sebe: „*Potřebuji peníze.*“ Jak to dopadlo? Objevil se posvátný pocit, nebo Vás moje otázka zmátla? Mluvit o penězích není zvykem, abychom je neuřkli. Peníze jako viditelná forma vyjádření lidského soužení jsou zakázaným tématem. Takže Vy skutečně peníze nepotřebujete? Vždyť jsou potřeba! Bez peněz se žít nedá. Potřeba je to, bez čeho se nedá žít. Tudíž peníze jsou potřebou fyzické úrovně. Žijete-li podle svých potřeb, peníze Vám nepřerostou v problém a nezpůsobíte kvůli nim zlo sobě ani druhým. A nyní si řekněte: „*Chci peníze.*“ Jaký vznikl pocit?

Jako byste byli ochotni vyloupit banku nebo alespoň někde urvat nějakou částku? Teď v sobě potřebujete tenhle pocit potlačit, jinak o Vás začnou říkat, že jste špatný člověk. Vždyť ten, kdo nakukuje do cizích peněženek je, jak známo, špatný.

Ve stejném duchu můžete pokračovat a pokaždé budete stále hlouběji vystihovat principiální rozdíl mezi potřebou a přáním. Jen se nezačněte litovat proto, že krásné sny kvůli Vaší hlouposti zůstaly jen marnými tužbami. Nastal čas osvobodit přání. Cítíte potřebu osvobodit svá přání, nebo jste nuceni to dělat, protože to jinak nejde? Vidíte, otázku lze formulovat i takhle.

Potřeba povznáší a pozvedá do prostoru.

Přání ponižuje a omezuje. Člověk v křeči strachu soustřeďuje všechny své záměry na cosi jediné a je podobný kameni klesajícímu ke dnu. Velká přání ho nutí pokaždé vynakládat stále větší úsilí, to jest omezovat se. Duše i tělo se stávají stále těžšími, my to však vnímáme jako něco, co se rozumí samo sebou. Jinak to neumíme. Dokonce ani netušíme, že by to mohlo být jinak. A těžkosti mají vlastnost tlačit na nás shora.

Jednoduché životní pravdy vnímá člověk rozumu jako něco zcela přirozeného, ale co znamenají, o tom nemá smysl s ním diskutovat. Prosté věci ho nezajímají a hovořit o nich je pouhou ztrátou času. Měla jsem možnost setkat se s velkým množstvím lidí rozumu jak na jedné, tak na druhé polokouli a mohu potvrdit, že **člověk rozumu ví a zná všechno, ale nerozumí ničemu**. Upřímně se domnívá, že když ví on, musejí vědět i všichni ostatní. A proto ani vlastnímu dítěti nevysvětluje jednoduché věci. Když dítě náhle tyto znalosti potřebuje jako sůl, ukazuje se, že rodič, i když je má, neumí je používat. Jak by je tedy mohl předat dítěti?

Dítě, které rodiče neučí, dostává od života bolestivé lekce. Díváte-li se na utrpení svého dítěte, můžete říci: to jsem ho naučil já. Ve skutečnosti jste jen přikazovali, zakazovali, nutili nabílovat se to, čemu přemýšlivě učí dobří učitelé. Bylo to skutečně dobré, ale vůbec ne to, co Vaše dítě potřebovalo v první řadě a ze všeho nejvíc.

Příklad ze života

Do ordinace přišla maminka a pravila: „*Víte, co mi řekla má pětiletá dcera? Řekla mi: „Mami, kvůli tvé zlosti mě začalo bolet břicho!“ Leknutím jsem ztratila řeč. Dobrý Bože, dcera mně říká totéž co Vy. Poslouchala jsem rozhovory s Vámi v rozhlase a v televizi, dokonce jsem si koupila Vaše knihy, ale nepřečetla jsem je. Zdálo se mi, že tohle všechno vím, a proto jsem dobrým člověkem. Moje dítě mi ukázalo, že možná i všechno vím, ale nerozumím ničemu, a proto neumím správně žít. Teď se to chci naučit.*“ – „*Opravdu chcete? Možná se potřebujete učit?*“ – upřesnila jsem. „*Ano, ano,*“ – souhlasila, – „*jsem skrz naskrz prolezlá přánými, pochopila jsem však, že se potřebuji od mnohého očistit.*“ Bylo tomu tak. Ani teď by to zřejmě neškodilo.

Tato matka byla ochotna uznat své chyby. Život dítěte je dán matkou a matka rovněž utváří jeho vztah k životu. Čím je dítě mladší, tím jednoznačněji odráží myšlenky, vůli a činy své matky. Obrátila se na mě jedna matka: „*Proč mě můj chlapeček nenechá v noci spát? Ve dne je klidný a v noci se mě drží jako opičátko.*“ Odpověděla jsem: „*Bojíte se, že se s dítětem může něco stát v tom okamžiku, kdy od něj odvrátíte pozornost. V noci spíte, Vaše pozornost je tedy odvrácená a dítě Vám dává najevo, že je s ním všechno v pořádku. Ve spánku Vám to brání proto, že je to Vaše chyba.*“ Když je vše uvedeno na správnou míru, situace se zdá být prostá, kolik si však vyžádala nervového vypětí!

Čím více se matka snaží být dobrou, tím více se to děje na účet otce a děti začínají otce považovat za špatného. **Čím je matčin postoj k životu materiálnější, tím větším nevolníkem se otec stává.** Čím více vlastnická je matčina láska k dítěti, tím více je otec vytlačován stranou. Zpočátku se sám drží od ženy dál, protože dítě potřebuje matku, později se drží dál od dítěte, neboť žena potřebuje dítě. Nakonec je muž nucen držet se dál od rodiny, protože rodina ho nepotřebuje. Z nezasvěceného pohledu je vinen muž, který od rodiny odešel. Ve skutečnosti udělali oba chybu, kterou nedokázali hned zpočátku napravit a později ji už napravit nechtěli. Vztah obou k rodinnému životu je zatrpklý a rodinný život dítěte je ničen již v zárodku.

Existují rodiny, kde stejný úděl potká matku, kterou z domova vyštve otec a děti ji doslova nenávidí. Mimochodem, zloba dětí na otce vyháněného z rodiny je vždy menší než zloba na vyháněnou matku. V roli otce popichujícího děti proti matce vystupuje zženštilý muž, který se hodně natrpěl kvůli své příliš přísné matce. Jelikož jeho snaha zalíbit se matce nepřinesla ovoce, *mstí se celému ženskému pohlaví a působí bolest ženě*. Utrpení dětí si takový otec nevšimne, a co je ještě horší, ani všimnout nechce.

V takové situaci je obvykle loutkářem v zákulisí otcova matka, která svými *dobrymi* úmysly vychovala zženštilého syna. Neshledává v tom však nic špatného a nevidí, že snacha musí plnit úlohu muže. Kdo považuje někoho za dobrého, musí současně považovat někoho jiného za špatného, neboť hodnocení vždy předpokládá protiklad, srovnávání, měření a vážení.

Pokud žena vystupuje v mužské roli, není důležité, zda tuto úlohu na sebe vzala sama nebo byla nucena to udělat kvůli okolnostem. V obou případech je v rodině vše vzhůru nohama a nejméně spokojený je ten, kdo udělal největší chybu. Když žena muže z jeho role vytlačuje a on obnoví status quo, třeba i s použitím síly, není to velké neštěstí. K velkému neštěstí dojde, když se zženštilý muž ze své úlohy vytáčí a ženě nezbývá nic jiného než se stát mužem. Proto se ženy, které chtějí zůstat ženami, bojí zženštilých mužů a jsou připraveny velmi ochotně snášet agresivitu drsných chlapů.

Potřeba dítěte uspořádat svůj život znamená, že dítě potřebuje napravit charakterové rysy, kterých se mu dostalo od rodičů. Strach mění tuto potřebu v přání být lepší než jeho rodiče. Tak se viditelné špatné rodičů zastrčí ještě dál, ale neosvobodí se. Dítě se stává přímým protikladem svých rodičů. Čím je matka nervóznější, tím více si dítě přeje, aby bylo jejím pravým opakem, a stává se podobným otci.

Shoda je jen vnější. Potlačení mateřské negativity vyvolává nemoci přímo opačné nemocem matky. Matka je například nemocná fyzicky a dítě psychicky, nebo je matka psychicky nemocná tehdy, když dítě je nemocné fyzicky. V dospělosti si vše opět vymění svá místa a dítě začne trpět v zásadě stejnými nemocemi jako matka a otec, jen jsou vážnější.

Dítě se snaží být podobné matce v těch jejích kvalitách, které jsou navenek vnímány jako dobré. Čím je matka ve srovnání s otcem lepší, tím větší je snaha dítěte zcela se jí podobat. Nakonec si dítě způsobí stejné nemoci jako měla matka, avšak v podstatně závažnější formě. Například matka měla v nějakém orgánu zánět a dítěti se udělá ve stejném orgánu nádor. Nebo je matka neurotička (nemoc duše) a dítě je schizofrenik (nemoc ducha).

Existují děti, které vychovává otec sám bez matky. Matka rodinu buď opustila, nebo sama degradovala a není schopna dítě vychovávat, či je beznadějně nemocná nebo zemřela. Otec, jenž řekne dítěti pravdu o tom, co se stalo, vychovává důstojné dítě, jehož duše je možná křehká, avšak rozum mu vždy bude sloužit jako opora pro srdce. Když však otec začne hledat viníky vzniklé situace v přání utvrdit svou mužskou důstojnost, dítě rozpozná faleš a začne se otci vzdalovat. Čím víc muž ženu nebo ženy jako takové plísní, tím víc to dítě k ženám táhne, dokud se na nich nezacyklí. Zacyklit se na něčem nebo někom znamená změnit to ve své vlastnictví. Výsledkem je, že trpí obě strany. Dítě tedy trpí kvůli ženám a otec může zcela oprávněně tvrdit, že měl pravdu, že ženy působí jen samé utrpení.

Bývají i otcové zcela opační, kteří se snaží dítěti nahradit matku, to však není možné. Nakonec máme co do činění s žensky měkkým, dobrým a milujícím otcem, jenž přestává být mužem. Čím je dítě dospělejší, tím víc chce mít skutečného otce – muže, jenž zůstává mužem v jakékoli situaci. Snést muže, jenž odmítl mužskou roli, je těžší než snést ženu, která se zřekla role ženské. Pohlavní příslušnost je materiálním jevem, a ať chceme nebo ne, je hodnocena smyslovými orgány.

Když děti nenaučíme prostým, každodenním životním pravdám, začnou odsuzovat své rodiče. Vždyť to je prostší než prosté. Mnohem těžší bývá pochopit a většina se o to ani nesnaží. Teprve v hlubokém stáří člověk cítí lítost, že své rodiče pořádně nepoznal. Často se ptáme na někoho třetího: „**Znáš ho?**“ Zjevně se snažíme dozvědět se o něm něco víc a dočkáme se odpovědi: „**Znám, ale nic o něm nevím.**“ Zamysleli jste se nad tím, co

znamená tato odpověď? Jaká *škoda, když musíme stejně odpovědět na otázku o našich vlastních rodičích.*

Své rodiče nemusíme vůbec znát, ale cítit je; když už ne rozumem, tak srdcem určitě. Svěřte se svým pocitům. Prociťujte je mnohokrát. Prociťujte v souvislosti s tím či oním. Rozmlouvejte se svými rodiči v myšlenkách. Tehdy bude obraz ztraceného rodiče pomalu, pomaloučku nabývat stále hodnověrnějších a dokončenějších obrysů. A jeho duše cítí, že s ním komunikujete, i tehdy, když už není na tomto světě.

Ať je pravda na první pohled jakkoli hořká, až se poradíte sami se sebou, zjistíte, že se emoce projasňují a že svým rodičům začínáte rozumět. Pochopíte, proč se v té či jiné situaci chovali tak či onak a ucítíte, že nechtěli nic špatného. Prostě to všechno takhle dopadlo, protože *jinak to neuměli*. Jelikož byli lidmi ustrašenými, nechápali, co je dobré a co špatné. Když úporně trváte na svém odmítavém postoji k rodičům, znamená to, že chcete být lepší než oni. Poněvadž se Vám však daří stát se pouze jejich přímým protikladem, Vaše děti se zase stanou Vaším přímým protikladem. Stanou se tedy kopií Vašich rodičů na vyšší úrovni vývoje a Vám se dostane toho, co jste si ve skutečnosti nepřáli.

Ted' si to shrneme.

Vše, co s Vámi bylo a ještě bude, to potřebujete. Jinými slovy všechno dobré a špatné, co jste si přáli nebo nepřáli, co s Vámi bylo nebo bude – to vše potřebujete. Včetně špatného. Kdybyste žili přiměřeně svým potřebám, všechno by bylo jednoduché. Jelikož jste žili podle přání, máte jak dobré, tak špatné. Svým *přáním dostávat dobré* jste na své cestě vystavěli překážky, jejichž překonáváním jste si zajistili špatné, to dobré vyvažující. *Pokud žijete*, je ve Vás o trochu víc než 50 % dobrého a o trochu méně než 50 % špatného.

Když si to nepřiznáte a přejete si dobré stále dál, zvětšujete nejen dobré, ale i špatné, které ho vyvažuje. Vaše dobré dosáhne kritické hranice rychleji než špatné a jako důsledek se objeví choromyslnost. Když budete pokračovat v ničení špatného, špatné bude růst, neboť paralelně ničíte i dobré, které za špatné po-

važujete. Výsledkem toho je prohlubování fyzického utrpení ve formě životních událostí a nemocí.

O SÍLE A SLABOSTI

Člověk je otrokem zvyků, ale neuvědomuje si to. Ani ho nenapadne pochybovat o vlastních přesvědčeních, dokud se nestane něco katastrofálního. Lidé bývají do té míry zkostnatělí, že raději umřou, než by přiznali zastaralost svých názorů. Domnívají se, že pravda je na jejich straně. Ani trochu je nezajímá, že život pokročil vpřed a spolu s ním se rozšířil i *mysl jejich vlastních přesvědčení*. Proto duši takového člověka nezbude nic jiného než podřídít se rozumu a smířit se s tím, že k seznámení s *novou úrovní stejných názorů* dojde bohužel až v příštím životě.

Jako materialisté jsme zvyklí hodnotit dosažený výsledek podle vynaloženého úsilí, času nebo peněz. Peníze a čas se měří v číslech, síla však nikoli. Proto nás ani nenapadne, že vše, *co děláme silou, děláme násilím*. Můžete namítnout, že ten, kdo jedná podle potřeb, také používá sílu. Ano, je to však *síla svobodné vůle, životní síla*, kterou je *láska*. Rozdíl mezi nimi spočívá v pocitu a důsledku. Děláme-li něco z vlastní vůle, je nám lehké na duši a tato lehkost je hned patrná. Uspokojivý výsledek bude vidět později. Člověk, jenž zmobilizuje všechnu svou sílu vůle, se však pohybuje jako buldozer a výsledky jeho práce vypadají stejně jako místo, po němž buldozer jezdil.

Síla vůle a smysl pro povinnost se vzájemně doprovázejí, neboť obé je zrozeno strachem. **Síla vůle zavazuje a smysl pro povinnost si přeje** podřizovat se zákonům, pořádku, moci nebo vyřčenému příkazu. Dnes vršíme soudy nad válečnými zločinci. Vytahujeme na světlo boží druhořadé pěšáky a nepřestáváme se chválit za spravedlnost. Přiznat, že je to pomsta, vůbec nemáme v úmyslu. Dnes to považujeme za výkon spravedlnosti.

Uplyne několik desetiletí a totéž se bude opakovat s nynějšími horlivými žalobci. Historie se, jak víme, opakuje: ti, kteří dnes sedí na lavici obžalovaných, byli včera těmi nejspravedlivějšími, teď jsou těmi nejspravedlivějšími jejich žalobci. Tak tomu bude,

dokud nepochopíme, že člověk schopný vytvářet skutečné dobré pro sebe tvoří dobro i pro druhé a druzí mu nebudou dělat špatné. Pokud někdo z Vás z těchto řádek vyčetl, že jakoby chráním válečné zločince, přečetl si to, co si přečíst chtěl.

Když hovořím o tom, že smysl pro povinnost je negativní energií, lidé, kteří se již vzpamatovali z prvotního úleku, se mnou souhlasí, protože už jsou unavení ze života podle příkazů a zákazů. Lidé si začali uvědomovat, jak těžké je setrvávat v nuceném stavu – v tomto smyslu mají naši lidé dost rozumu. Když mimochodem podotknu, že i *síla vůle je negativní energií*, zapůsobí to jako když vybuchne bomba. Člověk na okamžik ztratí schopnost myslet a po té se ozve rozhodně: „*Ne, to není možné!*“ Přiměřeně úrovni inteligence bývá reakce buď bouřlivá, nebo skrytá. Proč ji skrývat, úcta části mých pacientů ke mně stejně nadobro mizí.

Člověk rozumu se vždy rozhoduje tím rychleji, čím méně rozumí podstatě věci. Když před rozhodnutím nebyl čas ho promyslet, po jeho přijetí už přemýšlet nemá smysl – lepší je vydat se hledat nové emoce. Rozumného ani nenapadne, že jeho rozhodnutí je protestem proti novému a nepochopitelnému, v němž se vůbec nevyzná. Člověk rozumu však vůbec nemá v úmyslu si to přiznat, vždyť pro něj je důležité, aby nikdo nepochyboval o jeho rozumových schopnostech. Raději trpí.

Nezávisle na tom, zda vyšší pravdu uznáváme nebo ne, tato pravda existuje. Cesta každého z nás k vyšší pravdě je různá. Čím více se člověk spoléhá na rozum, tím je tato cesta křivější, hrbolatější a nebezpečnější. Co to znamená?

Abychom to pochopili, představte si, že máte v ruce nějaký předmět, který se může rozbít nebo zmizet. Totéž se může stát se silou vůle. „Chci“ se mění v „nechci“, což znamená, že síla vůle je zlomena, zmizela a už není. To se stane se silou vůle jakéhokoli člověka, když ji svědomitě kultivuje k dosažení svých cílů. Svědomitost se mění v nesvědomitost a síla vůle ve slabošství.

Představte si, že jdete po ulici a potkáte jakéhosi slabocha, jehož nazvete tulákem, žebrákem, asociálem, špindírou nebo prostě hanbou a skvrnou společnosti. Co k němu cítíte? Snažte se tento pocit pochopit. Pokud řeknete, že necítíte nic, též to charak-

terizuje Váš postoj. Nechcete-li si ho všimnout a proběhnete kolem, vyjadřuje to též Vaše stanovisko. Takže cítíte úlek, stud, opovržení, lítost, soucit, zlomyslnost, přání dát mu peníze, vynadat mu, chuť zarazit tento nešvar?

Jasně je jedno, radost z toho nemáte. Vaše city jsou důležité, ještě důležitější je však pochopit, že tento slaboch se na Vaší cestě neocitl náhodou. **AŤ JDE ČLOVĚK KDEKOLI A PO JAKÉKOLI CESTĚ, TATO CESTA JE VŽDY CESTOU JEHO OSUDU.** Všechno, s čím se na této cestě setká, mu slouží jako životní lekce. Chováme-li se k lekci negativně, její ponaučení se k adresátovi nedostane a ona musí člověka učit beze slov – na negativním příkladě. Kdybyste uměli naslouchat srdcem, slyšeli byste, jak život říká: „*Milý člověče! V druhém spatřuješ jen sebe samého, ať je kýmkoli – člověkem, zvířetem, rostlinou, předmětem, situací nebo plivancem na chodníku. Jaký je tvůj vztah k druhému, takový je tvůj vztah ke stejné energii v sobě samém.*

Nestává se, že by v tobě nebylo něco, co je ve světě. Ledaže je to něco v tobě ukryto tak hluboko, že nemáš tušení o jeho existenci. Pokud je neodmítáš, najdeš ho v sobě. Pokud nyní uznáš tuto vyšší životní pravdu, můžeš je ze sebe vysvobodit a už ti nikdy nezpůsobí bolest. Pokud se však považuješ za lepšího než druzí, stane se s tebou totéž, co s ním.“

Kdysi jsem také měla silnou vůli, jako ty nyní. Byla jsem podobná velkému, silnému krásnému stromu – radost pohledět. Měla jsem být na co hrdá. Abych vypadala ještě krásnější, začala jsem v sobě pěstovat smysl pro povinnost, jenž mi dopadl na srdce, mozek a zátylek jako těžké břemeno. Nastal den, kdy už bylo napětí nesnesitelné. Nevěděla jsem, že napětí je strach, vždyť jsem sama sebe považovala za odvážnou až příliš. Nevěděla jsem ani to, že smysl pro povinnost není ničím jiným než přáním líbit se a vysluhovat si lásku. Vždyť ke snaživým, pracovitým lidem se chováme s úctou.

Nu a z mých úst se poprvé vydralo: „Nechci!“ V tom okamžiku jsem uslyšela zapraskání – rupla jedna z mých větvíček, která byla napnutá jako struna. Nikdo tomu však nepřikládal význam. Všichni přece občas říkají „nechci!“ Copak se musí říkat „chci“,

když se nám nechce? Tak obvykle uvažuje rozumný člověk; proti této logice nic nenaděláš a smysl nikoho nezajímá. Jak si ho v takovém případě ujasnit? Rozum nevěnuje pozornost maličkostem a nevidí daleko dopředu; proto se „nechci“ a praskání začalo opakovat, dokud se nezlomila první větev. Tehdy přišla první nemoc.

Zde se opět ozval hlas rozumu: „Všichni jsou čas od času nemocní, co je na tom zvláštního?! Člověk se nastydne nebo se mu stane úraz. Nic se neděje, zase se uzdraví.“ Logika rozumu je nezníčitelná. Rozvážnost vedle něj nemá právo ani muknout a skutečná příčina nemoci se tedy nezjistí. Větve se začaly lámat jedna za druhou. Zpočátku to byly větve menší, pak větší, až došlo na největší. Pak se jednou zlomil kmen. Pro všechny to bylo nečekané. Nyní jsem stromem se zlomeným kmenem. Já, tvůj učitel – učitel dávající negativní příklad. Jinak to neumím. Poněvadž má slova k tobě nedoléhají, učím tě samotným faktem své existence. Jestli prozatím nemáš nos moc nahoru, pochopíš, co chci říci, a použiješ tyto informace sobě ku prospěchu.

Strom je rostlina. Rostlina je vyrovnanost, to jest duch. Zosobňuje vyrovnanost na své úrovni. Ty jsi člověkem, jenž přišel na svět, aby rozvíjel svého ducha, tedy aby se povznesl. Stane-li se člověk rostlinou – sníží se. **Rostlinou se stává ten, kdo hledá štěstí na materiální úrovni.** Rostlina se mění v půdu. Podívej se na mne, já jsem rostlina, která žije, dokud je to dovoleno, a umírá, když už to více dovoleno není. Vynasnaž se, aby ses stal člověkem, jenž se povznáší nad rostlinou v sobě, tehdy se budeš stávat člověkem stále důstojnějším, jenž není závislý na nikom a na ničem kromě sebe. Tehdy se ty sám staneš dávajícím.

Já žiju **milosrdenstvím a lítostí**, neboť nemám nejmenší potuchy o tom, že obé je negativitou. Nedokázala jsem osvobodit sebelítost, proto přitahuji bytosti sobě podobné, které samy sebe nazývají soucitnými lidmi. I když mi pomáhají, abych nedodýchala, nemohu jim být vděčna. Rozum velí říci „děkuji“, neb tak mě to učili. Zuby jsou však stisknuté a slova se neozývají.

Nazývají mě nevděčnou, neboť soucitní lidé čekají na pochvalu a veřejnou pozornost. Tímto způsobem si vysluhují lásku, aniž by si uvědomovali, že jejich dobrodiní je zdánlivé. Každý

člověk, dokonce i ten nejubožejší, potřebuje povznesení, a nikoli ponížení. Lítostivý soucitný člověk dává to, co sám přestal potřebovat. Když už dává haraburdí, není důvod počítat s úctou a není důvod připomínat sobě i druhým své dobrodiní. Je to poctivější.

Člověk potřebuje soucítění.

Soucítění znamená, že člověk cítí to, co cítí druhý, a učí se na příkladu druhého nedopouštět se stejných chyb. „Člověk puzený soucitem se dělí s trpícím o to, co má, ať je to mnoho či málo. Dává dokonce i to, co potřebuje sám. Dává, neboť cítí, že bližní to potřebuje víc než on sám. Dává s lehkým srdcem a nečeká odměnu ani ve formě vděku. Říká se, že Bůh dobrodiní oplácí. Je to pravda. Když člověk dává od srdce, jsou šťastni oba – jak dávající, tak přijímající. Člověk prokřehlý chladem či oslabený hladem bude až do konce svých dní vděčen tomu, kdo mu zachránil život. Taková vděčnost si sama najde cestu k srdci skutečného dobrodince a není určena pro potlesk publika a ke zveřejňování v masmédiích. Pravé dobrodiní vychází ze srdce.“

Tak promlouvá život a posílá nám do cesty člověka se zlomenou silou vůle. Ta nám říká: osvobod' svou sílu vůle a ona se stane svobodným projevem vůle, jenž je při veškeré své pružnosti nezničitelný.

Soucítění je zvykem spojovat s něčím špatným. To je chyba. Naučte se soucítit s dobrým, tehdy pochopíte, kdo a proč se v daném okamžiku mýlí. Naučte se soucítit s každým oduševnělým i neoduševnělým předmětem, jenž se ocitne na Vaší cestě, to jest naučte se ho cítit, a uvědomíte si jeho podstatu.

Nemoc začíná konkrétním stresem, nikdy však není složená pouze ze stresu. Kdyby si člověk přiznal své stresy, rychle by se uzdravil. U většiny nemocných bohužel pozorujeme dva stresy, vzájemně se vylučující. *Například přání uzdravit se a neochota uznat své chyby, což někdy vede k přání určit prvotní příčinu nemoci.* Čím je nemoc složitější, tím hlubší jsou její kořeny.

Lidem se docela líbí, jsou-li na denní světlo vytahovány problémy, jejichž kořeny sahají daleko do minulosti, neboť chyby předcházejících životů se dají klidně odmítat a pochybení rodičů můžeme klást za vinu jim. I nad hříchy mládí se dá mávnout rukou se slovy: co bylo, bylo, už je to pryč. Mnozí doslova běsní zlostí: proč musím platit za hříchy z předcházejících životů nebo za hříchy rodičů? Podle jejich názoru je život nespravedlivý.

Jen kvůli samotnému slovu „hřích“ mnozí upadají v zuřivost. Proč? Protože **náboženské chápání hříchu je výsměchem Božímu tvoření, to jest výsměchem přírodním zákonům**, a kdybychom se toho, co je nazýváno hříchem, zdrželi, lidstvo by vymřelo. Zuřivost je bezmocná zloba na neřešitelnou situaci.

Žijeme jen rozumem, a nejsme tedy schopni pochopit, že předcházející život je jakoby včerejší den, v němž jsme udělali chybu a nenapravili ji. Právě tyto rodiče a žádné jiné jsme si dobrovolně vybrali, a zlobíme-li se na ně, zlobíme se sami na sebe. *Přání vypadat dobrý je strach být vinen* a nutí nás odmítat vlastní chyby; není důležité, zda před lékařem, senzibilem, vyšetřovatelem nebo prokurátorem. Člověk se podvědomě snaží natřít se z vnější strany na bílo a neuvědomuje si, že nitro zůstává zašpiněné. Možná se to podaří skrýt před cizíma očima, před srdci to však neschováš. Před vlastním soudem se nikdo zachránit nemůže.

Za snahu skrýt za každou cenu své myšlenky, které nesnesou denní světlo, může člověk zaplatit životem. Nejednou ke mně do ordinace přišli pacienti s rakovinou v doprovodu manželů nebo dětí a rovněž rodiče, kteří přiváděli dítě, jež onemocnělo rakovinou, s nadějí, že jejich nemoc vyléčím. Z mých knih je jim známo, že rakovina pochází z nevraživé zloby. Co to však znamená, jak a z čeho nevraživost vznikla, o tom nepřemýšlejí a přemýšlet nechtějí.

Touha přežít je nutí hledat pomoc a **přání zachovat si reputaci dobrého člověka** je nutí hrdě zvednout hlavu a s uraženým výrazem opustit ordinaci hned, jak začnu vysvětlovat příčinu nemoci. Většina lidí se i nadále domnívá, že nemoci jsou vyvolávány negativními vnějšími faktory. Strach uslyšet z mých úst o jeho nevraživých myšlenkách na adresu jeho blízkých člo-

věka duchovně i fyzicky paralyzuje a on ztrácí schopnost uvažovat.

Když poctivě říkám pravdu, pokládají mě za špatnou. Když mluvím víc obecně a vybízím je, aby si v obecném našli to své a osvobodili ho, domnívají se, že mrhám cizím časem i penězi. Když někomu řeknu, že ještě není na naše setkání připraven, dozajista si to vyloží podle svého. Například si myslí nebo říká, že mu nechtějí pomoci a že je zlomyslně poslán do spárů smrti. Druhý prohlásí, že ho ještě nikdy nikdo takhle strašně neurazil. Jako by mu bylo řečeno, že je tím nejhorším člověkem na světě, i když jsem se snažila mluvit *nikoli o něm, ale o jeho chybách*. Čtenáři si jistě umějí představit, jakou rychlostí to se zdravím takového člověka půjde z kopce. Kritikové samozřejmě prohlásí, že člověka nepřivedl do hrobu nikdo jiný než autorka těchto řádek. Kdyby nechodil do její ordinace, určitě by zůstal naživu. Zvlášť absurdně znějí tato slova z úst onkologů, když je říkají pacientovi samotnému nebo jeho příbuzným. Vždyť jim přece musí být známo, co to je zanedbané stadium rakoviny. Takovéto výroky jsou vyprovokovány *nevraživou zlobou*, jež se v lékaři usadila.

Člověk, jenž dělá špatné z neznalosti, nutí trpět sebe i druhé. *Člověk, jenž dělá špatné vědomě, odsuzuje sám sebe ke zvlášť těžkému utrpení*. To, že utrpení na sobě nemá visačku s názvem příčiny, je už jiná otázka. Čím déle v sobě lékař tuto zlobu nosí, tím větší je pravděpodobnost, že budou trpět jeho děti nebo vnuci, aby lekce byla bolestivá.

Všichni léčitelé měli možnost tak či jinak vyzkoušet si na sobě nevraživost lékařů. Zapamatujte si, že nikoli lékaři, ale **pýcha** je nutí házet všechny do jednoho pytle. Tehdy pro Vás bude snazší jim odpustit. Je situace lékařů lepší? Není. Senzibilové na ně házejí špínu stejným způsobem. Kdo trpí nejvíce? Pacient. Kdo je ústřední postavou, která popichuje lékaře proti léčitelům a léčitele proti lékařům? Stále ten stejný pacient. Přesněji jeho **ukřivdnost** kvůli tomu, že mu hned nedali to, co chtěl. O ukřivdnosti jsme už hovořili.

Čili *člověk onemocněl kvůli svým přáním. Přál si uzdravit se*, lékař ho však nevléčil. Šel si tedy pro zdraví k léčiteli. Tam ze sebe vychrlil veškeré své rozhořčení na lékaře s cílem ponížit

je a tím pozdvihnout léčitele, aby ho co nejrychleji vyléčil. Léčitel se chytil na udičku, neboť on je též člověkem, který si v první řadě všimne toho, co je zapatlané špínou, a vidí, že je to černé. Pustí se cílevědomě do práce, povzbuzovaný přáním být *lepší než lékař*. *Chce se pacientovi zalíbit* a začne mu nadbíhat. Pokud se mu podaří vyhovět všem přáním pacienta, je možné, že pacient se brzy a doopravdy uzdraví. Avšak pouze tentokrát a pouze z této nemoci. Nad tím se však nikdo nezamýšlí. Všichni doufají v zázrak.

Příště se situace může změnit v neprospěch pacienta. V návalu zloby se pacient obrátí a běží zpátky k lékařům. K radosti lékařů nadává na svého léčitele, škodolibě se vysmívá mystickým, nelékařským výrazům senzibilů, jejichž smysl nepochopil. Svého nedávného pomocníka by nejraději roznesl na kopytech, a když doktorovi chybí pocit vlastní důstojnosti, postaví se na stranu rozzlobeného pacienta. Není zase tak těžké přesvědčit pacienta, že děláme vše, co je možné, avšak škody, jež způsobil léčitel, jsou bohužel nenahraditelné. *Přání vyjít bezpodmínečně čistý z cizího bahna* může člověka utopit v jeho vlastní louži. A ukazuje se, že dobrý člověk pomáhající druhým je nucen ze všech nejvíc trpět sám.

Závěrečný souhrn zní: když člověk neumí žít a dostane se do nesnází, musí přinejmenším otevřít své srdce a natáhnout ruku k tomu, jenž mu pomáhá. Pomoc je záhodno přijmout a být vděčný. Když se ukáže, že je nezbytná pomoc ještě někoho dalšího, není to proto, že pomáhající člověk je špatný, ale kvůli tomu, že pohroma je příliš velká. Jejím viníkem je **SAMOLIBOST**, jež je **EGOIZMEM**, který je **POVÝŠENOSTÍ**.

Často se mne ptají, proč v Estonsku není možné využívat služeb alternativní medicíny *otevřeně*. Lidé protestují: „*Proč musím tajněstkařit a lhát? Proč nemůžu mluvit o tom, čemu věřím? Jak mohu důvěřovat lékařům, jemuž nemohu otevřít svou duši, protože by se rozhněval a nezačal by mě léčit?*“ K lidem přicházejí informace, že ve všech sousedních státech – ve Finsku, Švédsku, Lotyšsku i v Rusku – čas natolik pokročil kupředu, že alterna-

tivní medicína je zákonem povolena. Na tyto otázky odpovídám, že v těchto zemích projevují velkou odvahu, neboť mají větší nesnáze. Díky tomu, že zakázané jablko nejlépe chutná a sám plod v těchto podmínkách získává zvláštní odolnost, mohu říci, že se před sousedy za úroveň naší alternativní medicíny nemusíme stydět.

Co se týče otevření duše, člověk sám musí cítit a vědět, před kým, kde, kdy a jak svou duši otevřít. ***Bezelstní lidé věřící v dobro musejí trpět vždy.*** Můžete dojít k závěru, že jakoby vybízím lidi ke lži. Nikoli, učím je moudrosti. O nedůvěřivosti a její opačné straně – otevřenosti – jsme již hovořili. Nepotřebuji, abyste trpěli. Já sama rovněž nechci trpět. Kdo ve mně vidí nepřítele, domnívá se, že jsem ho k tomuto závěru postrčila já sama. Lidem připadá, jako bych měla jakési zvláštní čarodějnické schopnosti. Nechtějí vzít na vědomí, že člověk hledá vyšší pravdu; a když ji najde, ale nevěří si, nasměrují ho k tomu, jehož víra je silnější.

Člověk věřící v dobré věří pouze v dobré. Poněvadž vnější dobré je vyrovnáváno vnitřním špatným, je člověku věřícímu v dobré souzeno trpět kvůli vnitřnímu špatnému, dokud se nenaučí ho rozpoznávat. Kdo ho rozezná, vezme to v úvahu. Když ho špatné už více nezasahuje, přestane pro něj být špatným.

Nedělám ze sebe dobrodince, který Vás zbaví nehod a mrzutostí. V každé své knize upozorňuji na to, že Vám jen říkám o Vašich vlastních chybách. Kvůli ničemu jinému nemá smysl se na mě obracet. Navzdory tomu dobrý člověk, jenž byl u mě, spěchá, aby si postěžoval všem, kteří o mně chtějí slyšet špatné, jako bych ho omráčila, jako kdybych ho praštila klackem do hlavy. On, dobrý člověk, jenž se i bez toho dost natrpněl, byl uražen.

Lidé, kteří prohlašují: „*Řekněte mi jen pravdu, ať je jakkoli hořká!*“ pravdu nesnášejí, protože nevědí, co to je. Stačí pronést jedinou větu blízkou pravdě a v jejich duši vzplane zloba. O jaké pravdě může být řeč? Nezbyvá mi než si vybrat: buď říkat čistou pravdu, nebo se vytáčet a mluvit v narážkách. V prvním případě na sobě člověk nezačne pracovat, protože si existenci stresů v sobě nepřizná. V druhém případě nebude schopen své stresy rozpoznat. Výsledek je stejný – Viilma je špatný člověk.

Nepřu se a nehádám. Pokud je moje přímočarost vnímána jako špatné, netřeba si ke mně pro toto špatné chodit. Pokud je můj požadavek seznámit se s mými knihami vnímán negativně, netřeba je číst. Dá se mi vyčítat, že jsem příliš sebejistá. Ve skutečnosti spoléhám na svou intuici. Právě intuice, to jest víra v sebe, mi napovídá, co mám dělat, co mohu dělat, a co nikoli. Dříve jsem pracovala jako gynekoložka a byla jsem úspěšná. Klid, jenž mi je vlastní, umění rozhodovat se a přesnost mně umožňovaly postupovat rozhodně v okamžiku, kdy se jednalo o život matky a dítěte a šlo o minuty či dokonce o vteřiny.

Byla jsem chirurgem, jehož jistá ruka s milimetrovou přesností vracela pacientkám život a zdraví. Nic jsem nezapomněla. Navzdory tomu jsem byla spíše mírná a povolná než přísná a příliš náročná, a díky tomu se moji nemocní rychle uzdravovali. Nyní pracuji v oblasti ezoteriky a musím nemocného vybavit jasným a konkrétním schématem léčení pomocí myšlenek, schématem, které má nepoddajnému člověku pomoci, aby se stal poddajným. V opačném případě se nevyléčí. Kdo chce pochopit, ten pochopí, že toho nelze dosáhnout uhlazeným, mondénním besedováním.

Je bohužel nemálo takových lidí, kteří se chopí toho, co nabízím, v okamžiku, kdy se dovolávají pomoci, když však neštěstí pomine, hned všechno zapomenou. Až do příště. Zvykli si na to, že nebudou ponecháni bez pomoci. Jsou lidé, jimž jsem pomohla navrátit zdraví, poté jsem jim pomohla, aby měli dítě, a pak jsem témuž dítěti pomohla znovu získat zdraví. Jejich děti jsou však nemocné znovu a znovu, neboť když jejich rodiče dostanou, co chtějí, ztrácejí o nápravu svého způsobu myšlení jakýkoli zájem. Chtějí žít, aby *dostávali* od života to, co ještě *nedostali*. A já jsem vskutku špatný člověk, protože jsem jim dala příliš mnoho a příliš rychle, a jak známo, s jídlem roste chuť. Já se však rovněž učím.

Vše nové musí překonávat odpor starého. Když nové za něco stojí, probouje se. V podstatě se zocelí. Jednodušší cestu si ustrašené lidstvo nemůže dovolit. Estonský národ chce své utrpení prodloužit. Kdo má právo mu to zakázat?

Jak říká estonské přísloví, nouze zahнала býka do studny. Což neznámá, že býk, jenž se z ní dostal, se bude ke studni chovat jako ke svému osvoboditeli. Měla jsem možnost poslouchat a číst

vzpomínky proslulých lidí, kteří se zachránili ze spárů smrti. Jejich vděčnost a chvála jsou adresovány medicíně a lékařům. Mám z toho radost. Je mi známo, že lecjaká známá osobnost zůstala naživu díky léčiteli. Víím, jak je pro lékaře těžké vrátit nemocného do života, víím však rovněž, jak neuvěřitelně těžké je, když má totéž udělat senzibil. Osobně bych ráda smekla klobouk před kterýmkoli senzibilem, avšak člověk, jehož zachránil před smrtí, se od něj distancuje. Je pochopitelné, že člověk se stydí veřejně přiznat svůj životní postoj, i když dnes už to nemůže mít za následek ztrátu postavení jako v minulosti. Rmoutí mě to, že **člověk ničí sám sebe v touze zavděčit se veřejnému mínění.**

Velké osobnosti fyzického světa posouvají kupředu materiální svět. *Odvážné přiznání z úst jedné z těchto významných osobností by donutilo obrátit pozornost ostatních velikánů dnešní doby obdařených mocí k existujícímu problému.* Mocenské struktury mohou dnes prohlašovat, že paravědy v Estonsku neexistují, poněvadž je zakázaly. V sovětské době byl rovněž zakazován jakýkoli vývoj. Je to stejné, jako kdyby nějaký velký pohlavár začal vyčítat nepatrné rostlince, která se prodrala skrz asfalt, že se jí také chce žít. Když to nepomůže, utrhne jí vrcholek se zákazem dále růst a podá raport svým nadřízeným, že plevel byl zlikvidován, a nechce vidět, jak na místě utržené rostlinky vyroste silný životaschopný výhonek, který rozláme asfalt. Jeho cílem není zničit asfalt, jak se někdo chybně domnívá. Potřebuje se vyvíjet. **Boží zákon vývoje říká, že když se staré nechce obnovovat, je třeba ho zničit, neboť ztratilo svou důstojnost.**

Medicína je to staré, alternativní medicína – nové. Důstojný lékař uznává alternativu, a aby pomohl nemocnému, vezme si senzibila za spolupracovníka. Pro takového lékaře není senzibil nebezpečný. Vzdělaný lékař absolutizující vědu spatřuje v senzibilovi nepřítel, jehož je třeba zničit. Příliš často musím utěšovat nemocné, kteří se chtěli lékaři svěřit. Když před lékařem odhalili své nitro, s úžasem si uvědomili, že udělali nenapravitelnou chybu. Místo starého, milého doktora se před nimi objevila jako led studená zeď. Některá zeď ještě i šteká a snaží se kousnout. Pro nemocného není strašné to, že je nucen najít si nového lékaře – dobrých lékařů je přece hodně. Strašné je však to, že byla otřesena

jeho víra v lékaře. A já musím tuto víru obnovovat, neboť pacient ještě nedorostl k tomu, aby se dokázal bez medicíny obejít.

Hrdost je síla. **Zlomená hrdost je sebelítost, a tedy životní slabost.** O tom si pohovoříme později.

ZDRAVÍ JE ČISTOTA

Duševní čistota je zárukou fyzické čistoty.

Čím čistíte to, co se zašpinilo? Vodou? Či Vás jako první napadl nějaký jiný čisticí prostředek? Není to nic překvapivého, neboť přehánění s čistotou je běžná věc. Novorozeného drobečka strčíme do mýdlové pěny – do pěny nejlepší na světě, vynalezené speciálně pro Vaše děťátko. Takové reklamě důvěřujeme. Vždyť je všechno prověřeno a bylo vydáno povolení zdravotního odboru. *A zda je to třeba – o tom jaksi není zvykem přemýšlet.*

Do jednoho roku dítě nepotřebuje žádné mycí prostředky, ani mýdlo; tedy pokud nepomáhalo otci opravovat auto. Nadměrná čistota ničí bakterie, které chrání pokožku, a dítě dostane svrab. Tak tělo vyjadřuje protest proti vnucenému, nepřírozenému stavu, který ho odloučil od jeho přátel – nepostradatelných bakterií. Nyní samo musí dělat to, co dříve dělali jeho přátelé k tomu určení. Nemá jiný prostředek než tkáňový mok, jenž je základem lymfy, která začíná mokvat ze všech pórů a v nejlepším případě zasychá ve formě svrabu. Nezávisle na tom, v jakém místě svrab vznikne, představuje *vždy energii utlumované nebo potlačované lítosti. Svrab je zaschlý smutek.*

Jste-li nespokojeni s narozením dítěte, znamená to, že jste neprošli přípravou, která je pro porod nezbytná, a jste nezkušeným a bezradným člověkem. Pokud se za své neznalosti a bezradnost stydíte, potlačujete je v sobě a neprosíte o pomoc. Řeknete-li zvysoka: „*To nic, nějak to zvládnou!*“, je to potlačování vlastní bezradnosti a právě zde vzniká smutek kvůli vlastní nešikovnosti. Brzy dojde i na slzy. A to už je sebelítost, přerůstající v lítost k dítěti. Lítost vyvolává úpadek životních sil nebo bezmocnost.

Mikrobi jsou považováni za cosi strašného a boj proti nim probíhá na všech frontách. Jsou již vymyšleny antibakteriální čisticí prostředky i mýdlo a kupodivu dokonce i zubní pasta. **Kdo se bojí, nenávidí a bojuje.** Pokud děláte stejnou chybu a Vaše dítě má alergii, vězte, že ke smývání nemoci existují dva spolehlivé prostředky: čistá voda k vnějšímu použití a **kozí mléko** k vnitřnímu. Bylinkové čaje, které jsou vhodné jak k vnitřnímu, tak k vnějšímu použití, zde neposuzují.

Koza je zvíře, konzumující jako potravu všechny rostliny rostoucí na daném území, které tvoří místní flóru. Nepohrdne ani kopřivou či bodlákem. Proto je její mléko plnohodnotné a nejbližší mateřskému. Kozí mléko není třeba svařovat ani ředit, nevyvolává alergii a je nejlepším prostředkem proti všem nemocem. Současně vyživuje i čistí, proto se ideálně hodí k léčení alergických onemocnění dětí. Někteří rodiče si pro nemocné dítě pořídí kozu a nelitují toho. Kozí mléko postaví na nohy i staré, zesláblé lidi.

Vlastnosti kozího mléka:

- obsah bílkovin průměrně 4,49 %, obsah tuků 4,37 %;
- díky jemnější struktuře je pětikrát stravitelnější než mléko kravské;
- v něm obsažené mastné kyseliny mají unikátní schopnost snižovat obsah cholesterolu a regulovat látkovou výměnu;
- ve srovnání s kravským mlékem obsahuje více železa, mědi, hořčíku, manganu, kobaltu, zinku, fosforu a biologicky aktivního kaseinu;
- je v něm obsaženo dvakrát více vitamínu A než v kravském mléce, vitamínu B₁ je v něm více o 50 %, vitamínu B₂ o 80 % a rovněž je v něm více vitamínu C a D;
- na rozdíl od kravského mléka má zásaditou reakci. Díky tomu je kozí mléko efektivním prostředkem při zvýšené kyselosti;
- kozí mléko má vysoký antibakteriální a antihemolytický účinek (zabraňuje odbourávání erytrocytů v krvi);
- k uspokojení denní přirozené potřeby bílkovin a tuků dítěte je třeba o 30–40 % méně mléka kozího než kravského.

Léčebný efekt kozího mléka je individuální a nenastává dříve než za týden. Pokud se alergická vyrážka zpočátku zhorší, je to znakem čištění, které informuje o tom, že množství mléka je třeba zvýšit na 1/2 litru denně. V prvním období všechny další potraviny vynechejte, neboť kozí mléko dává kojenci všechno, co potřebuje.

Kromě alergie léčí kozí mléko chudokrevnost, nechutenství, zvýšenou kyselost, vředovou chorobu, bronchiální astma, tuberkulózu, dystrofii, rachitidu a další poruchy látkové výměny a také zhoršení sluchu. Alergie na kravské mléko bývá dvojího druhu: za prvé – alergie na bílkoviny, kterou kozí mléko vyléčí, a za druhé – alergie na cukr, kterou kozí mléko nevyléčí. Ve výsledcích výzkumu léčebných vlastností kozího mléka se nicméně konstatuje, že není univerzálním lékem na všechny nemoci a já s tím souhlasím, neboť **špatnou myšlenku nepřebiješ žádným dobrým prostředkem.**

Naše materializované špatné myšlenky je třeba vymývat z těla vodou. Voda očišťuje tělo jak zvenku, tak zevnitř. O jaké vodě je řeč? V těle jsou dva druhy tekutin: krev a lymfa. Která z nich je podle Vašeho názoru schopna očišťovat? Pokud jste odpověděli, že krev – mylíte se. Krev roznáší živiny a je naším dodavatelem lekcí. Všechno materiální, co do těla vpouštíme, přivádí krev do buněk v materiální formě. Vše materiální v podstatě představuje materializované duchovno, které si nyní potřebujeme osvojit na materiální úrovni. Krev s sebou může přinášet jed, kdyby však lymfa byla čistá jako pramenitá voda, odvedla by jed z buňky tak rychle, že by nestačil buňku poškodit. *O tom, co se v buňce stalo, by zůstala jen informace, což bylo konec konců právě to potřebné.*

Čím více je v lymfě škodlivin, tím je hustší a tím pomalejší je její pohyb. Nedostává se včas na místo určení a je natolik znečištěná, že už nečistí. Buňky jsou poškozovány. Kdyby nebylo stresů, škodliviny by se v lymfě neusazovaly. Jaký stres lymfu znečišťuje?

Vzpomeňte si, který stres mění lymfu dutiny nosní v hlen. **Ukřivdĕnost.** Človĕku, který se snadno urazí, se energie křivdy nevejde do nosu. Hledá si tedy větší úložiště, jako by říkala: když

nemůžeš žít, aniž bys byl ukřivděný, musím hledat východisko já. Křivdy z jednoho a téhož důvodu se hromadí v jednom místě, křivdy z jiného důvodu v jiném a tak dále. Vše dohromady je ukřivděností. Jsou lidé, kteří se navenek často urazí, ale obejdou se bez rýmy. A jsou tací, kteří se jakoby neurážejí vůbec, avšak onemocní. V obou případech se v těle hromadí potlačovaná ukřivděnost. V určitém okamžiku se lymfa v těle změní v hlen, a poněvadž hlenem se nic očistit nedá, tělo onemocní.

Nemoc může zasáhnout jeden orgán – například nos, oko, ucho, plíci, ledvinu, srdce nebo játra. Může rovněž postihnout tkáň – například kostní, svalovou, tukovou, pojivovou nebo nervovou. Nebo část těla – například ruku, nohu, hlavu, břicho, záda. Nebo soustavu orgánů – například: nervovou, látkové výměny, srdečně-cévní, urogenitální, trávicí, krvetvornou, lymfatickou. Vše závisí na charakteru naší ukřivděnosti.

Z čeho ukřivděnost vzniká?

Z toho, že člověk nedostává to, co si přeje.

Ve skutečnosti člověk nikdy nedostane to, co si přeje. Dostává vždy to, co potřebuje. Kdybychom měli více důvtipu, mohli bychom se ohledně každého vzniklého přání zeptat sami sebe: „Potřebuji to?“ A vyčkat odpovědi přicházející z našeho nitra. Pak bychom pochopili, zda je to třeba, či nikoli. V jednom i druhém případě je duše klidná. Když netřeba, tak netřeba a dost. Když je to třeba, začneme cílevědomě a beze spěchu jednat, aniž bychom ulpívali na cíli.

Potřebujeme desetkrát víc, než dostáváme. Uvědomíme-li si své potřeby, donutí nás to **usilovat o realizaci těchto potřeb**. Jeli-kož svými strachy měníme své potřeby v přání, spotřebováváme na **realizaci přání** desetkrát více času, sil a prostředků a nakonec vždy dostaneme desetkrát méně, než potřebujeme. A k tomu navíc ukřivděnost. Kdybychom svá přání osvobodili, jednali bychom v souladu s potřebami a dostávali vše, co potřebujeme, bez jakékoli ukřivděnosti. Když člověk správně myslí, nepotřebuje mít ukřivděnost jako učitele. **Zapamatujte si, že přání je vždy**

doprovázeno ukřivděností. Dokonce i v tom případě, když si přejete to, co potřebujete.

Dobry člověk přeje dobré, a proto je dobrý člověk usmrkaný častěji než špatný. Možná jste si toho sami všimli. Dobry člověk se urazí do hloubi duše, pokud se domnívá, že má právo dostat to, co si přál. Špatný ví, že je špatný a že to, co si přeje, nemá právo vyžadovat. Špatný člověk okamžitě souhlasí s tím, že lidé nejsou dobří a špatní, že člověk prostě je. Tuto prostou vyšší pravdu je však velmi těžké vysvětlit člověku dobrému, poněvadž strach mu nedovolí dobrovolně se zřici aureoly dobrého člověka.

Když si člověk přeje malé, dostane ho, pokud ho potřeboval. K tomu navíc dostane ukřivděnost. Když si člověk přeje velké, nedostane ho, pokud ho nepotřebuje, zato ukřivděnosti se mu dostane v hojné míře. Když si člověk přeje příliš mnoho a rovněž ho nedostane, protože ho nepotřebuje, jeho ukřivděnost bude zvlášť velká. Tímto způsobem se ukřivděnost hromadí – kapku po kapce z malých přání, po lžičkách z velkých a po naběračkách z přání zvlášť velkých. V určitém okamžiku pohár přeteče a člověku je vyměřena nemoc podle objemu poháru.

I. Když si člověk přál pozemské statky, jeho ukřivděnost se promění v onemocnění fyzického těla.

II. Když si člověk přeje duševní hodnoty – lásku, úctu, pocty, pozornost, péči, porozumění, laskavost atd. –, ukřivděnost se změní v duševní onemocnění: psychickou nevyrovnanost, neurózy, psychózy. Když člověk tyto energie umlčuje tím, že se ovládá, snaží se chovat zdvořile a inteligentně, zabývá se autosugescí nebo bere léky, vznikají onemocnění orgánů nebo tkání v oblasti hrudníku.

III. Když si člověk přeje duchovní hodnoty, určitě považuje za duchovnost rozum a začne se učit. Tak se potřeba duchovního růstu, to jest potřeba **povznést se**, mění v přání **předstihnout někoho nebo něco**, a když k tomu dojde, vznikne **přání stát se šéfem**. Není vyloučeno, že *povznesení se změní v povýšenost*.

Pro člověka rozumu má společenské postavení životně důležitý význam a pád může skončit smrtí. Pokud se doopravdy domní-

vá, že je duchovně výš než ostatní, pak když padá, bolestivě se potluče. Vysoké společenské postavení je věcí výběrovou, a proto dočasnou a nestabilní. Mnohem spolehlivější je zaujímat vysoké odborné postavení, které dovoluje být lepší než druzí za pomoci znalostí a zkušeností. Kdo se kvůli vysokému postavení tváří, že duchovně vyniká nad druhými, tomu pád poslouží jako dobrá lekce. Když sebou plácne o zem, buď přijde k rozumu, nebo pozbude jeho poslední špetky.

Neochota přiznat svou hloupost člověka nutí učit se, učit se a ještě jednou učit se, aby dokázal, že lidé, kteří ho odrovnali, udělali hloupost a stále v ní pokračují. Jeho lebeční schránka se podobá popelnici, v níž už není místo na pravidelnou dávku odpadků. Tak vznikají onemocnění mozku. Nejtěžším z nich je choromyslnost. To je nejstrašnější ze všeho, co se s člověkem může stát. Ať je příčinou odchodu z tohoto světa jakákoli nemoc, jedná se pouze o přerušení lekce a začátek školní přestávky. Když člověk opustí duch, člověk se změní ve zvíře, což je *jediným možným východiskem, jak se vrátit zpět* na cestu vývoje. Proto se lidé choromyslnosti bojí ze všeho nejvíc.

Když se nyní zamyslíte nad tím, kolik jste měli a máte všemožných přání, dokážete pochopit, kolik je ve Vás škodlivých látek. Připočtete k tomu ještě to, co si nepřejete, co nechcete, což je v podstatě rovněž přáním. „Přeji dobré“ a „nepřeji špatné“ je v podstatě jedno a totéž. *Škodlivinou se stává všechno, co člověk nevymyslí, nevyřkl, nepřekonal.*

Vymyšlení, to jest náprava způsobu myšlení, rozvíjí ducha.

Vyřknutí ulehčí duši, vyřčené se však v duši brzy znovu hromadí.

Překonání ulehčí tělu i duši, je však jedním velkým sebeklamem.

Člověk se od zvířete liší tím, že je schopen myslet. Kdo tvrdí, že zvíře vůbec nemyslí, mýlí se. **Zvíře je stvořeno k zachování života a jeho evoluce, člověk k vývoji života.** Evoluce a vývoj jsou dvě různé věci. Prvořadý význam pro ně má schopnost myslet srdcem, jinými slovy, schopnost rozeznat možnost přežití

a chovat se odpovídajícím způsobem. Zvířecí způsob myšlení rozvíjí horizontální energii, to jest materiální svět, lidský způsob myšlení naopak vertikální energii, to jest duchovní svět. Jak člověk, tak zvíře jsou pro sebe vzájemně učiteli.

Někdy slýcháváme, že zvíře je rozumnější než člověk. Neexistuje méně lichotivé ocenění člověka. Tím se rozumí, že zvíře konzumuje potravu, když má hlad. Člověk se z nenasytnosti snaží vzít bližnímu to poslední, i když je sám syt. Zvíře je ochráncem, člověk defraudantem. Zvířata, která nás obklopují, nás učí rozpoznávat zvířata v sobě, abychom v sobě našli Člověka.

Takže ustrašený člověk žije přáními. Přání je nekonečné množství a každé z nich přináší do těla malou nebo velkou ukřivděnost, která se v určitém okamžiku materializuje v odpovídající nemoc. Když člověk nedostane, co si přeje, cítí se ukřivděný a okamžitě se urazí. Jsou křivdy, které cítíme a uvědomujeme si je, jsou však i takové, které si uvědomit nechceme, neboť nás to ponižuje v našich vlastních očích.

Spolkneme křivdu a děláme, že se nic nestalo. Trávicí trakt musí křivdu strávit. Jelikož ukřivděnost není jídlo, trávicí trakt není schopen ji strávit. Onemocnění trávicího traktu svědčí o tom, že se člověku *nepodařilo udělat to, co si přál*. Vztah ostatních k nám samým je určován naším vlastním vztahem k sobě, proto jsme nuceni polykat křivdu kvůli tomu, co s námi druzí *provádějí*.

Neumíme-li být sami sebou, dostáváme se do závislosti na druhých lidech. Snažíme se být dobří a ospravedlňujeme urážlivé chování bližního. Když nám někdo vyčítá, proč dovolíme, aby se s námi tímto způsobem zacházelo, okamžitě ho začneme uklidňovat, že se nic strašného nestalo. Víš, měl velice těžké dětství a ani teď se s ním život nemazlí, proto se chová tak, jak se chová. Nějak to spolknou. A spolknete to.

Občas se nám křivdu vůbec nechce spolknout, udělat to však musíme, protože na tom závisí velmi mnoho. S výrazem strojené radosti ve tváři stiskneme zuby, abychom nezvraceli. Pak se nenávidíme za to, že jsme druhému „lízali zadek“. Trávicímu traktu je stále hůř. Potkáte-li na ulici školáka, který se prstem

šťourá v nose a holuby si dává do pusy, jste pohoršení tím, jak nepatříčně se dítě chová a proč ho nenaučili smrkat. Nechápete, že v daném okamžiku je dítě Vaším učitelem. Říká: „*Já polykám své nudle, ale ty také. Moje pozemské nudle trávící trakt stráví, z tvých duchovních však tvůj trávící trakt onemocní, když je neosvobodíš.*“

Leckdy má člověk pocit, jako by mu někdo **naplival** do srdce. Uctíváte něco jako svátost, žijete pro to, vkládáte do toho svou duši a cítíte, jakou bolest v srdci vám působí ponižující hodnocení bližního. Jste snadno zranitelní, poněvadž si přejete, aby druhý uctíval totéž, co Vy. To jest – přejete si druhého změnit k obrazu svému. Nechápete, že na své svátosti ulpíváte a tím tuto svátost ničíte. Druhý se zachoval stejně. Jindy Vás urazí náhodné slovo, které jste zaslechli na ulici nebo v úplně cizí společnosti, kde o Vás a o Vaší hodnotové orientaci nikdo nic neví.

Čím srdečnější chcete být, tím víc bez srdce jsou bezohledné urážky, které k sobě přitahujete, a srdci je zle. Druhý přitom jen vyslovil svůj názor a přirozeně mu vůbec nepřišlo na mysl, že jste si ho vzali k srdci a nechali ho tam. Dokonce i kdyby to věděl, nemohl by z Vás vytáhnout to, co jste do sebe přijali. Neosvojenou lekci se za Vás nikdo naučit nemůže.

Lidé se rovněž často uchylují k pojmu „plivnout do tváře“. Primitivní lidé to dělají fyzicky, vyspělí duchovně. I člověk rozumu může vmést druhému do tváře svůj názor tak, že ho poprská, avšak člověk žárlivě střežící svou inteligentnost může v hněvu druhému tolik naplivat do tváře, že ten se mu bude napříště vyhýbat jako moru. Zejména když ten, kdo byl uražen, cítí, že byly pohaněny znalosti nebo pěkná práce, a ten, kdo ho urazil, sám rozumem ani šikovností neoplývá. Tento pocit hořkosti z tváře ukřivděného člověka nezmizí, dokud svou hořkost neosvobodí.

Do tváře plivnou tomu, kdo má nepoměrně více iluzí. Tvář vyjadřuje vztah k iluzím. Člověk žijící v souladu s potřebami od druhých nečeká a nežádá realizaci svých iluzí. Čím více jste ze svých zářivých iluzí nadšeni, tím hůř jste schopni posoudit možnosti jejich uskutečnění. Když se úporně ženete za přáními, dojde Vašemu bližnímu trpělivost a vmete Vám přímo do obličeje

všechno, co si o Vás myslí. Máte pocit, jako by Vám někdo plivl do tváře. Jste do hloubi duše uraženi kvůli tomu, že Vám nedali možnost se ozvat. Kdybyste se zeptali sami sebe: „*Proč se to stalo?*“, pochopili byste, že ten, kdo Vás urazil, se k vám zachoval přesně tak, jako Vy k němu.

Rozdíl je jen v tom, že jeden si myslel a druhý řekl. Víte, jak se zachová bezmocný člověk, když mu svážou ruce a nohy a začnou ho mučit? Plivne svému trýzniteli do tváře, děj se co děj. Když Vám plivnou do tváře jejichž názor, znamená to, že Vaše přání je **nerozumně velké**. Když přání osvobodíte, dokážete tomu, kdo Vás urazil, odpustit, poněvadž si uvědomíte, že jste ho sami vyprovokovali.

Ať je to jakékoli přání, stejně je vždy chtěním dostat něco nebo někoho. Jinými slovy přání je **chtivost a touha po prospěchu**. Když *chceme dostat věci*, je to jen malé přání, ať je řeč třeba o milionu. Když *chceme mít člověka*, je to velké přání a může nás přijít na ne jeden milion. Výsledkem bude, že dostanete jeho tělo. Když *chceme dostat lásku tohoto člověka*, ani za cenu vlastního života ji nedostaneme.

Láska se nedostává, láska se dává. Když nedostaneme to, co jsme chtěli, můžeme zešítet. Ve snaze dokázat, že jste hodni lásky tohoto člověka, můžete vykonat dobrých skutků, kolik chcete. I když budete modlou pro celý svět, dokud neosvobodíte svá přání, dotyčný člověk Vám nedá, co chcete. Lidé mající peníze, sílu a moc mohou pozbyť rozumu, když se však jejich chtivost změní v lačnost, povolá si je k sobě smrt.

Chtivost je přání získávat.

Lačnost je přání urvat větší, tučnější kousek co možná nejrychleji. Tato přání se rozlišují pouze podle časového faktoru. Když člověk spěchá a bojí se, že nedostane, co chce, chtivost se mění v lačnost. Když jsem se na tyto energie v lidech začala dívat, vyvstaly přede mnou v podobě obecně známých symbolů, jejichž vysvobození je v silách každého z nás.

Chtivost je jako čert sedící v člověku. S ocasem a růžky, jak se obyčejně kreslívá.

Lačnost je Smrt skrývající se v člověku. S kosou a v černém hávu.

Chtivost mění život člověka v peklo a on sám mění v peklo život okolních lidí. Člověk to obvykle nechápe. Když o Vás někdo řekne, že jste skutečný čert, nečekejte, až vám to řekne do očí, a osvobodte svého čerta. I když ve Vás ten člověk spatřil především sebe, kdyby jeho vlastní čert nebyl menší než Váš, řekl by vám to přímo do očí. Jeho malý čert se bojí Vašeho velkého čerta.

Pokaždé když cítíte, že se život změnil v peklo, osvobozujte se od svého knížete temnot. V opačném případě se nečekaně změní ve stařenu s kosou v ruce. Mává kosou a nezná slitování stejně jako Vaše lačnost. Jednoho zkosí rázem, druhého zpracovává pozvolna. **Kdo chce získat majetkový prospěch, toho kosa tne nejprve do nohou. Kdo chce ukořistit čest a slávu, toho sekne nejprve po hlavě, to jest vezme mu rozum.** Smrt přijde člověku na pomoc tehdy, když vidí, že se už na tomto světě není schopen nic naučit.

Přání je pojem velmi široký. Některého člověka uráží už jenom to, že jeho maličké, ustrašené očekávání je nazýváno přáním, nebo hůř – chtivostí. Vždyť nic nezískal, ani získat nechce a byl obviněn z chtivosti. Současně na člověka, který nahlas, veřejně vyhlašuje ano, tohle chci získat, ano, jsem toho lačný, pějí chvalozpěvy a je obklopen úctou. **Očekávání, toužení, přání, žádání – trpělivé či netrpělivé, tiché nebo hlasité, v myšlenkách či skutcích – je v podstatě chtivostí.**

Chtivost může vyvolat malou skrytou křivdu, které si nikdo, ani sám ukřivděný nevšimne, nebo křivdu nekonečně velkou, která se skrýt nedá a člověk ji ani skrývat nechce. Charakter ukřivdnosti podmiňuje charakter nemoci. Kdo se neodvažuje vyjadřovat své city a pocity, vyslouží si skrytou nemoc. Kdo se odvažuje své špatné projevovat, vyslouží si nemoci oku viditelné, neboť odvaha je k nepoznání potlačený strach, jenž nemůže nedemonstrovat svou převahu nad těmi, kteří se bojí. **Odvaha je pyšnost,** která nemůže existovat, aniž by se projevila. Pyšnost a ukřivdnost neexistují jedna bez druhé. **Čím větší je pyšnost, tím větší**

je ukřivděnost, a čím víc se člověk urazí, tím víc začne být pyšný. Dokud sebou neplácne o zem.

Chtivost a lačnost náleží k pojmům materiální úrovně. Sami si vytváříme pozemské peklo a pak se před tím, co jsme způsobili, zachraňujeme v objetí smrti, která je ve skutečnosti věčným životem. Na zemi teskníme po nebeském ráji, a když se dostaneme na nebesa, snažíme se vrátit na zemi. Ocitneme-li se znovu na zemi, zapomeneme na nebeskou moudrost a znovu kráčíme v otěžích chtivosti.

Chtivost dělá člověka nečistého duší a jeho lymfa se mění ve splašky. Když znečištění lymfatického systému dosáhne kritické hranice, tělo není schopno dál žít.

Lačnost dělá člověka krvelačného duší a jeho krev houstne. Když krev zhoustne na kritickou hranici, krevní oběh ustává a tělo umírá. Nu a duše se osvobodila od nepohodlné věci, jak si to člověk za života přál.

Lymfa se symbolicky vztahuje k muži. Muž je Duch analogický Nebi, jenž vytváří Zemi – materiálnost.

Krev symbolizuje ženu. Žena je duše analogická Zemi, která vytváří nebe – duchovnost.

Lymfa je životní míza, krev je život sám. Stejně jako lymfa je součástí krve, muž je součástí ženy. Krev z poloviny sestává z lymfy. Stejně tak žena z poloviny sestává z muže. Váš vztah k matce a k ženám a rovněž k otci a k mužům se odráží na stavu Vaší krve a lymfy.

Krev je složena z lymfy a formovaných elementů. Stejně jako Nebe obklopuje Zemi, aby Země nezahynula, i krevní plazma, to jest lymfa, obklopuje formované elementy, aby nezahynuly. Tak byl stvořen duch, povoláný opatrovat duši, aby nezemřelo tělo. Jinými slovy: na materiální úrovni byl stvořen muž, jenž je povolán chránit ženu, aby byl zachován život. **Řídíme-li se tímto zákonem stvoření v sobě samých, můžeme svůj chybný postoj vykořenit jedním dechem.**

Zdraví předpokládá vyrovnanost mužské a ženské energie v těle. Nevelké odchylky od rovnováhy vedou k nevelkým onemocněním. Velké odchylky k vážným onemocněním. Chcete-li něco dostat od otce, muže, syna nebo mužského pohlaví, ale ne-

dostanete to, jste ukřivdění a k Vaší lymfě se přimísí kapka hlenu. Chcete-li něco dostat od matky, ženy, dcery nebo ženského pohlaví, ale nedostanete to, přimísí se kapka hlenu ke krvi. To znamená, že Vaše krev Vás již od počátku napájí ukřivděností. Což znamená, že když jste se rozčílili na matku, dozajista se zlobíte i na otce. Z jedné zloby se rodí druhá a nakonec vznikne nemoc.

Každý člověk má nesčetné množství přání a stále přibývají. *Osvobodit je najednou není možné ani nutné.* Konkrétní přání samo ví, kdy o sobě má dát vědět, abyste ho osvobodili. Pokud každý den věnujete alespoň trošku pozornosti svým myšlenkám, nezůstanou Vaše přání nepovšimnuta. Když zůstanou, ukazují, co s člověkem může udělat stres.

Nyní popíšu, jak *vypadá přání, aby mě nenutili, přání žít svobodným životem, které je ukřivděností kvůli donucování* – hnisající oči, mastné vlasy, povislé tělo, otupělé city. Únava z donucování ubíjí jakoukoli naději na to, že oči uvidí něco jiného kromě příkazů, uši uslyší něco jiného kromě přání, nos ucítí něco, v čem není zistnost, jazyk ucítí něco, co je zbaveno chutě prospěchu a ruce se dotknou něčeho, k čemu momentálně není přilepen ceník.

Křivda se usazuje v nose, ukřivděnost v těle.

Oba stresy mohou vznikat samostatně a samostatně mohou být osvobozovány přes své ohnisko nemoci a mohou přerůstat jeden v druhý. Spolknuté nebo srdcem přijímané křivdy vyvolávají ukřivděnost. Jak vidíte, nos se nachází v přímém spojení se třetí a čtvrtou čakrou.

Duchovní stvoření disponuje **sebeuvědoměním** – znalostmi o vlastním já. Sem patří uvědomění si vlastního vývoje, duševního a intelektuálního stavu. Strach mění sebeuvědomění v **přílišné sebevědomí**, v přeceňování významu vlastní osoby, to jest v domýšlivost. *Domýšlivost je vyjadřována formou pyšnosti a povýšenosti.* Pyšnost se hněvá, povýšenost je výš než křivda. Hněvat se můžeme na druhé nebo na sebe. *Rozumbrada se víc hněvá na druhé. Člověk rozumu se víc hněvá na sebe.*

O rozumujícím člověku se obvykle říká, že „má nos nahoru“. Rozumování se snaží usídlit se člověku v nose. Když se rozumování setká s odporem, obvykle člověku v nose zůstane,

poněvadž **rozumbrada** si nevidí dál než na špičku nosu. Vidí, že mu ublížili. Když člověk dostane mockrát přes nos, uvědomí si postoj svého okolí k sobě a začne křivdu skrývat. Osobní zkušenosti těžce zkoušeného člověka v něm vyvolávají a kultivují *domýšlivost*, to jest *přání žít vlastním rozumem*. Takový život člověka odsuzuje k utrpení a prohlubuje pocit ukřivdění. Člověk s přílišným sebevědomím dává nemilosrdně za vyučenou všem, které považuje za hloupější, než je sám, a dostává záhlavce od těch, kteří jsou chytřejší než on, neboť jeho pyšnost dychtí po potvrzení vlastní nadřazenosti. *Za tímto účelem spolkne všechno, co nad ním na fyzické úrovni vyniká a tudíž ho ponižuje. Vše, co nad ním vyniká na duševní úrovni, si bere příliš k srdci.* Ukřivdění, kterou máme v srdci, je nebezpečnější, poněvadž škodí lásce.

Domýšlivost, to jest prožívání vlastním rozumem, je egoizmem, který je povýšeností.

Křivda se mění v ukřivdění v hltanu, odkud ji dále polykáme nebo se přemísťuje do srdce. Jak? Za pomoci domýšlivosti, to jest vlastního rozumu. Když je člověk nucen přiznat si hloupost vlastního rozumu, jednoduše řečeno, přiznat si vlastní hloupost, **onemocní mu hltan. To znamená, že je člověk ukřivděný. Nejasná křivda je podvědomou křivdou na sobě samém.** Čím více je křivda vyjadřována nepokrytou zlostí, tím větší je bolest v hltanu. Vyjádřeno všedním jazykem, *čím více si člověk nadává, tím více ho bolí v krku.*

Uvědomění si vlastní hlouposti ponižuje pocit hrlosti a staví člověka do závislosti na jeho hlouposti. Ponižení vede k zánětu. Pocit nesnesitelného ponižení vyvolává hnisavý zánět hltanu, což často přináší komplikace se srdcem, ledvinami či pojivovou tkání. Čím víc se člověk zlobí kvůli vlastní hlouposti a jejím následkům, tím vážnější jsou komplikace.

Hltan obvykle nazýváme krkem. Zánět krčních mandlí – angína – je nejrozšířenějším onemocněním hrdla. **Mandle jsou ušima krku, to jest ušima domýšlivosti**, které jako lokátory chytají, kvůli čemu by se dal ohrnout nos. Dříve nebo později člověka podvede pyšnost, která nedovoluje rozumu, aby se změnil v roz-

vážnost. Čím víc se člověk považoval za rozumného, *tím víc si nadává a tím závažnější má angínu*. On nebo jeho dítě.

Vzpomeňte si na den, jenž angíně předcházel – než Vaše dítě onemocnělo. Několik dní jste ho zahrnovali chválou a toho dne zejména. Najednou se však ukázalo nečekané provinění. Vychrlili jste na dítě svou křivdu ve formě obvinění. Radostný výraz v jeho tváříčce pohasl a vystřídal ho odcizení. Nevšimli jste si toho, neboť jste spravedlivě bouřícím hněvem usvědčovali dítě z maličké lži, které se dopustilo, protože chtělo vypadat lepší a bálo se upřímně se přiznat. Veleli jste, aby dítě šlo spát, a ono šlo. Bez odmlouvání, jako obvykle. Za několik hodin už leželo s angínou a vysokou teplotou. Úplně zdravé dítě, a najednou je nemocné!

Můžete s rukou na srdci odpřisáhnout, že nemoc vznikla z ničeho nic, neboť dítě nebylo nastydlé. Za příčinu nemoci považujete i nadále fyzické faktory. Opojení vlastní správností jste si nevšimli, že pokorná poslušnost dítěte byla projevem procesu uzavírání se do sebe, kdy se člověk lituje a zároveň se sám na sebe zlobí stejně, jako to dělá jeho bližní. Pocit bezmoci kvůli neschopnosti pomoci svému rodiči vyvolal oboustrannou lítost, jejímž prostřednictvím byla rodičovská zlost předána dítěti. Za tím vším stála prudká změna Vaší nálady. Několik dní jste na sebe byli hrdí a zahrnovali dítě chválou, neboť jste v něm viděli sami sebe. Pak nálada poklesla a tím vyvolaný hněv dopadl na dítě. To ho přijalo a onemocnělo.

Občas Vás popadne taková zuřivost – není důležité proč a kvůli komu –, že lapáte po vzduchu. *Dusí Vás zloba*. Zdá se Vám, že je život nespravedlivý. Když se Vám v téhle chvíli dítě dostane pod ruku, začnete na ně křičet. Dítě, které se během dne dopustilo nějakého bezvýznamného poklesku, se cítí provinilé a nasaje do sebe úplně všechnu Vaši zlost. Za několik hodin je začne bolet v krku a vzniká *dušnost*. K jedné z těchto nemocí patří **záškrt**. V minulých těžkých dobách způsobovaly epidemie záškrtu mezi dětmi vysokou úmrtnost, dnes jsou děti proti záškrtnu očkovány. Poněvadž myšlenka je silnější než jakýkoli pozemský prostředek, dnešní děti už nedostanou záškrt, ale **spazmus hrtanu** – laryngospazmus.

Hrtan je rovněž postižen při **spále**. Jeden zahraniční lékař přede mnou vyprávěl o dítěti, které se k němu dostalo se spálou.

Předtím mělo dítě spálu už třináctkrát. Začala jsem si prohlížet příčinu nemoci. Ukázalo se, že je *to smutná, beznadějná tvrdohlavá pyšnost, která dítě nutí, aby vytahovalo krk nahoru jako volavka, i když v očích mu stojí slzy*. Tato energie se v dítěti materializovala ve formě spály – a děti jsou zrcadlovým odrazem svých rodičů. Po onemocnění spálou na ni obvykle vzniká imunita. V tomto případě však nevznikla, neboť spálu vyvolávající beta-hemolytický streptokok byl potlačován léky ihned při prvních příznacích nemoci. K tomu bylo zakázáno projevovat stres, a ten proto zůstával nerozpoznaný a vyplouval na povrch znovu a znovu ve formě jedné a téže nemoci.

VIRY:

Rhinovirus – zoufalé zmítání se kvůli vlastním chybám.

Coronavirus – myšlenky vyvolávající hrůzu z důvodu vlastních chyb; stav ryby na suchu.

Adenovirus – chaotický shon diktovaný snahou udělat nemožné možným, to jest snahou vykoupit své chyby.

Inflenzavirus – virus chřipky typu A a B. Zoufalství kvůli nemožnosti nápravy svých chyb, deprese, přání nebýt.

Paramyxovirus – přání jedním mávnutím napravit všechny své chyby, i když víme, že je to nemožné.

Herpes simplex virus (HSV) – čili obyčejné prochlazení na rtech – snaha předělat svět, sebebičování kvůli okolnímu zlu, pocit odpovědnosti za jeho vykořenění. Tento stres může přerůst v ideu dobytí světa.

Coxsackie virus A – přání alespoň plíživě se vzdálit od napáchaných chyb.

Virus Epsteinina a Barrové (EBV) – hra na velkodušnost při vlastních omezených možnostech v naději, že nabízené nebude přijato. Současně nespokojenost se sebou – proč ze sebe dělám hlupáka a tajtrlíka atd.

Cytomegalovirus (CMV) – vědomá jedovatá zloba na vlastní nešikovnost a na nepřátele, přání rozdrtit všechno a všechny na prach. Realizace nenávisti.

Virus lidského imunodeficitu (HIV) – zuřivá neochota a nechut být nicotným.

CHLAMYDIE A MYCOPLASMY:

Mycoplasma hominis – nesmiřitelná nenávisť k sobě za vlastní zbabělost, která nutí zachraňovat se útekem. Idealizace těch, kteří zemřeli se vztyčenou hlavou.

Mycoplasma pneumoniae – trpké uvědomění si vlastních příliš malých možností, ale nehledě na to snaha dosáhnout svého.

Chlamydia trachomatis – zloba, že kvůli bezmocnosti nezbyvá než se smířit s násilím.

Chlamydia pneumoniae – přání vlichotit se násilím úplatkem s vědomím, že násilím úplatek přijme, ale zachová se, jak chce.

BAKTERIE:

Streptococcus pyogenes – fanatické přání pověsit nějakého provinilce proti zákonu. Realizace vlastního nesnesitelného ponížení.

Další beta-hemolytické streptokoky (s. anginosus) – výzva těm, kdo zbavují svobody, narůstající stejně jako devátá vlna: mohu žít i bez svobody, dělejte se mnou, co chcete, budu žít vám na zlost.

Arcanobacter haemolyticum – vyčkávání, až nastane vhodný okamžik k uskutečnění malicherné potměšilosti a zlomyslné podlosti.

Actinomyces pyogenes – na pohled chladnokrevné splétání sítí a pokládání pastí k uskutečnění pomsty.

Corynebacterium diphtheriae – drsné, bezcitné přání uškrtit někoho v oprátce.

Bordetella parapertussis – „oko za oko“: spravedlivá odplata tomu, kdo nepřispěchal na pomoc, když jsem ji potřeboval, a teď ji potřebuje on sám.

Bordetella pertussis – zoufale bezmocná zloba kvůli vlastní porážce, nekonečný, skrytý boj s nespravedlností.

Neisseria gonorrhoeae – pyšnost a povýšenost, dokonce i když jsem sám až po uši v bahně, nekontrolovatelné přání vmést ve vzniklé situaci viníkovi do tváře: „*Podívej, co jsi způsobil!*“

PLÍSNĚ

Candida albicans – podřízenost z donucení a bezmocná zloba v beznadějně situaci, kdy se nedá nic dělat, ale něco udělat je přece jen třeba. Lidově řečeno je třeba udělat „z prdu kuličku“.

Cryptococcus neoformans – soustředění sil na to, aby člověk na vztek kritikům dosáhl svého cíle a trefil se přitom přímo do černého.

Sporothrix schenckii – vědomé přání vymačkat ze sebe všechno do poslední kapky nebo trpět kvůli tomu, abychom něco dokázali sobě i druhým.

Všechny plísňe ukazují na krajní míru znečištění škodlivými látkami. Člověk bez dlouhého přemýšlení řekne: „Je čas jít do páry, nebo mi na zádech začne růst plíseň.“ V těchto slovech je obsažena hluboká životní pravda; vyplývá z nich, že plíseň se objeví tam, kde je přílišné znečištění. Když chce člověk nehledě na cokoli dokázat, že je schopen žít bez svobody jako plíseň, jenž je schopna existovat bez slunce a vzduchu, je tělo zasaženo plísněmi. Plísňe přicházejí člověku na pomoc, aby se nezakl vlastní špínou.

V hrtanu bylo nalezeno více než 200 druhů *anaerobních mikrobů*, *schopných žít bez atmosférického kyslíku*, fakultativních anaerobů a *aerobních mikrobů*, *schopných žít pouze v přítomnosti atmosférického kyslíku*. V dětském věku vyvolávají zánět hrtanu obvykle viry, od počátku školního věku se stále zvětšuje podíl bakterií. To znamená, že malé dítě doznává svou vinu, to jest obviňuje sebe a dává tak za pravdu dospělým, kteří ho obklopují.

Ve školním věku se dítě v pocitu sebeobrany od viny oprostí nebo obviňuje druhé. To neznamená, že nemluvně ve věku několika měsíců nemůže dostat hnisavou angínu. *Pokud dítě vychovávané nadměru milující matkou stále bojující s vnějším světem má najednou pocit, že nemůže dýchat, onemocní streptokokovou angínou*. Streptokok patří k anaerobním mikrobům.

Když člověk zoufale bojuje, aby *zbořil temnici a dostal se z ní ven*, vzniká *anaerobní infekce*. Kdo zoufale bojuje o to, aby

se z *temnice zachránil, to jest dostal se na svobodu*, onemocní *aerobní infekcí*. Výhoda aerobní infekce spočívá v tom, že hnis se sám snaží dostat na vzduch, to jest hledá, jak se dostat ven. Poté, co se hnis dostane ven, začne nemoc ustupovat. Anaerobní infekce nehledá, jak se dostat ven. Je schopna zničit temnici i bez kyslíku. Čím rozsáhlejší je ohnisko onemocnění a čím zuřivější je boj anaerobů, tím reálnější je pravděpodobnost infekce krve.

Hrtan se nachází v centru páté čakry a vyjadřuje charakteristické zvláštnosti komunikace. Hrtan se infikuje, když člověk *chce dokázat vlastní správnost nebo nesprávnost druhého člověka*. Čím je chtění silnější, tím vážnější je nemoc. Nezměrný strach, že nezvládnou dokázat vlastní správnost, vede ke spazmu hrtanu. Čím víc hlasitě a zle člověk na vlastní správnosti trvá, tím je nemoc horší. Když ztratíme hlas, znamená to, že tělo nám už více nedovolí hlas zvyšovat.

Odstranění mandlí *operací* ukazuje, jak *operativně* se řeší problémy v rodině. Přání rodičů, aby dítě poslouchalo velké a rozumné dospělé, vede k tomu, že děti jsou odstraněny mandle, neboť v každém dítěti někdy uzraje protest proti nutnosti přizpůsobovat se a zavděčovat. **Zavděčuje-li se člověk druhým, ponižuje svou důstojnost a připravuje se o mandle.** Pokud rodič příčiny operace nepochopí, bude vychovávat dítě přesně tak, jak vychovávali jeho samotného.

Když člověk přijde o mandle, které, jak víte, jsou ušima domýšlivosti, neexistující uši už slova nepochopí. Od nynějška bude jakákoli křivda kultivovat jeho domýšlivost neboli ego. Je docela pravděpodobné, že člověk, jemuž byly odstraněny mandle, o sobě jednou uslyší, že je bezcitný. Uzavíráním se do sebe ve jménu přežití se člověk stává vskutku mnohem méně citlivým. Není už jednoduché přinutit ho, aby tancoval, jak druhý píská.

Kdo cítí, že jeho nemoci vyvstávají z konfliktů mezi rodiči, snaží se vychovávat své dítě jinak. Nežádá od něho například, aby se podřizovalo. Mimo domov to však žádáno je. Nakonec je třeba dítěti mandle přece jen odstranit. Mandle jsou odstraněny, avšak musí-li se dítě jako dřív snažit, aby vyhovělo jen cizím přáním, jsou zasaženy i další tkáně hrtanu. Tak tomu obvykle bývá.

Rodiče, kteří chtěli dobro a vkládali do operace naděje, jsou zklamáni. Naděje se mění v bezvýchodnost.

To, co je v rodičích, je i v dítěti. Pocit bezvýchodnosti vede k duchovní i fyzické rozviklanosti. Chcete-li spatřit svou **bezvýchodnost vyvolanou pocitem vlastní nanicovatosti**, otevřete ústa a prohlédněte si svůj čípek. Nepamatujete-li si, jak vypadal dřív, uvidíte pouze vnější změnu barvy.

Silné zčervenání vypovídá o zánětu, čili zloba se překotně hrne ven.

Rozšíření krevních cév ukazuje na to, že nespěcháte realizovat se jako osobnost, to jest nespěcháte, abyste se zabývali sami sebou, protože se zabýváte jinými lidmi včetně jejich převýchovy, což považujete za seberealizaci.

Nevelké zvětšení čípku není viditelné oku, ale zato je cítit. **Čípek ztěžkne** smutkem, vyvolaným nezbytností potlačovat svá přání.

Smutek z důvodu úplného sebezapření kvůli druhým se rozšíří na měkké patro, vyvolává **pocit napnutí** až do pocitu křeče. Pocit jakési dolů se táhnoucí tíhy na přední stěně dýchacích cest se stává běžným zvláště tehdy, když nás lékař ujišťuje, že tam není nic neobvyklého.

Z velkého smutku nebo sebelítosti začne být čípek navenek **podobný kapce vody nebo puchýři**; kdežto když chronická, skrytá sebelítost vysušuje tkáň, čípek **získá podobu malého špičatého bledého výrůstku**. Časté polykání kvůli pocitu těžkosti a tísně v krku pomáhá zlepšit prokrvení a tok lymfy ve dne, nikoli však v noci. V noci tuto funkci plní **chrápání**.

Chrápání vyjadřuje zoufalství kvůli nemožnosti sladit vztahy mezi lidmi.

Příklad ze života

Pěťasedmdesátileté ženě se na patře udělal rakovinový nádor. Podle názoru lékařů nádor pocházel z čelistní kosti, přesněji řečeno ze zubu, jehož kořen, jak se po odstranění zubu ukázalo, byl příliš dlouhý a sahal až do dutiny horní čelisti. Zub bolel deset let, žena však byla velmi trpělivá a nechtěla o něj přijít. Také nebyl čas jít k lékaři, neboť pečovala o nemocnou matku. A k tomu

dalších problémů až hrůza a pro ni prostě čas už nezbýval. Zub se přece nikam neztratí.

Ke smrti matky a vytržení zubu došlo téměř současně, ani se nemohla upamatovat, co čemu předcházelo. Ranka zarůstala trochu déle než obvykle, ale vždyť ani případ nebyl z nejjednodušších. Lékaře žena neobviňovala. Patro jako by potom na nějakou dobu ztratilo citlivost, nicméně teď už si nemohla pořádně vzpomenout, co to bylo za pocit.

Přibližně takhle přemýšlí *člověk patřící do kategorie pokorných trpitelů*. Dokonce i pro tu nejnepříjemnější situaci najde přesvědčivé zdůvodnění. Vždyť lékař přece řekl, že tím celá nepříjemnost skončila. Nepříjemný pocit za těch deset let zesílil a ženě to začalo překážet při polykání. Když přestala rozlišovat chuť jídla, podívala se za pomoci zrcátka do svých úst, nic však nezjistila a trpěla tedy dál.

Když lékaři vyšetřovali začervenalé, zbytnělé patro, našli v čelistní dutině nevelké množství starého hustého hnisu. Odstranili ho propláchnutím, a jelikož se stav nezlepšil, byla provedena další vyšetření, která odhalila žalostnou skutečnost – rakovinu.

Tato žena mě překvapila svou odzbrojující otevřeností. Hned na samém začátku našeho rozhovoru řekla: „Víte, snažila jsem se odpouštět, ale pravděpodobně jsem tak hrdá, že toho nejsem schopna.“ „Možná že to neumíte?“ zeptala jsem se. Nicméně neumění pro ni nebylo tak velkým problémem jako neschopnost. **Pohrdala neschopností v jakémkoli svém projevu.** To rovněž vypovídá o její zvláštní náročnosti k sobě samé.

Náročnost přerůstá v nespokojenost. Přirozená zdrženlivost této ženě nedovolovala otevřeně projevovat pocity nespokojenosti a maximální náročnost k sobě, která je vlastní vysokoškolskému vzdělání, tento pocit potlačovala ještě větší silou. U těžce nemocného člověka se zřídka kdy setkáme s klidnou logikou, přátelským porozuměním a jasným vědomím. Ona toto vše měla.

Vysvětlila jsem jí, že kořeny pravé stoličky, které pronikly do čelistní dutiny, vypovídají o přehnaném přání její matky ovlivňovat budoucnost svého dítěte. Matka zapustila své materiální

názory do budoucnosti dítěte jako kořeny. Jinými slovy – *mateřský rozum prošil svými kořeny rozvážnost dítěte*. Stejná situace na levé straně by vypovídala o panovačném otci. Když dítě zůstane samo sebou, nebo alespoň za sebe bojuje, nejsou takovéto kořeny zubu pro zdraví nebezpečím. Když však dítě chce být dobré a dovolí panovačnému rodiči, aby ho ponižoval, kořen zubu se zanítí. Nejhorší ze všeho je, když se rodiče vysmívají duchovnímu snažení dítěte.

Život dítěte začíná od rodičů. Vztah rodičů k dítěti určuje jeho následný vztah k vlastnímu dítěti po celý život. V daném případě spočíval problém v matce, od níž začíná vztah k ženskému pohlaví. Poslední kapkou, kvůli níž pohár přetekl, se pro nemocnou stala její dcera, která se matce vysmívala, protože se znepokojovala kvůli jejímu osudu. Čím více byla matka znepokojená, tím méně jí dcera o svém životě prozrazovala. Pokaždé když se matce donesly fámy o chování její dcery, se matka cítila ponížena, uražená a stále pevněji zatínala zuby.

Nemocná, usouzená od své matky, nechápala, že ve vztazích s dcerou se stále více podobala vlastní matce. Dcera utekla, protože nechtěla prožívat stejné utrpení. Každá z nich měla svou hrdost. Čím obtížněji se osvojuje moudrost, tím větší je hrdost. Člověku je vlastní učit se přes překonávání obtíží.

Největší obtíží může být rodič, který považuje duchovní vývoj dítěte za vlastní úspěch. Dítě, které si vytkne velké cíle, si nepřeje, aby se o jeho úspěších hovořilo předčasně. Rodič překypující hrdostí nemá sílu čekat. Musí se dítětem bezpodmínečně pochlubit ihned. Dítě to uráží. Přání být nad tím vším ho nutí skrývat úspěchy před rodiči. Zpočátku to dělá z pocitu sebeobran, později je to pomsta.

Když tajemství vypluje na povrch a dítě to urazí, onemocní čelistní dutiny. **Čelistní dutiny jsou schránkou, v níž je uložena energie hrdosti na sebe.** Člověk, který se rád pochlubí, se k cizímu tajnůstkaření chová posměšně a cizí tajemství vyzrazuje se zvláštním požitkem. O tajnostech dospělých se šeptá za zády, duševní prožitky dětí však často vůbec nejsou brány vážně. Za hřímavého smíchu velké společnosti se vypráví o úspěších dítěte

a nikdo nechápe, že ho to ponižuje. Pro člověka, jenž své tajemství žárlivě opatroval, je to jako rána do tváře.

Nosní dutiny se u dětí definitivně dotvářejí ve věku 4–5 let, poněvadž dřív děti nedokážou skrýt svou radost. Když jsou k tomu nuceny, nevysmrkaná křivda se hromadí v nosní mandli. Čím častěji **nosní mandle** otéká smutkem nebo se ponížením zanítí, tím pravděpodobnější je vznik **adenoidní vegetace** (*zbytnění nosní mandle*), vypovídající o tom, že *dítě nemá právo projevat své křivdy*. Onemocnění nosní mandle u dospělých o sobě dává vědět podrážděním nebo bolestí hluboko v nose a také častým polykáním.

Svá tajemství můžeme skrývat před cizími, před matkou však nikoli. Můžeme před ní existenci tajemství popírat, ale matčiny myšlenky, slova i chování se jej budou stejně dotýkat, neboť matka se vždy trefí do černého.

Matkám jsou vlastní škodolibé výčitky, když se dítěti něco nedaří, protože matku neposlechlo.

Když chceme dítě zahanbit v očích druhých, škodolibost se mění v zesměšňování. Škodolibost a zesměšňování jsou nevraživou zlobou, kterou dítě do sebe vtahuje a pocítuje přitom sebelítost. Moje pacientka se přiznala, že její matka byla vždy mimořádně panovačná a ona sama jí hodně často dělala naschvály, i když věděla, že si tím škodí. Hlavní bylo – trvat na svém. Nelehký konec matky pacientku tak vyčerpával, že se jí nechtělo už vůbec nic.

Napětí bylo tak velké, že když se někdy uprostřed noci probudila, zjistila, že má stisknuté zuby až do bolesti. Uvědomovala si, že k tomu dochází kvůli *neschopnosti snášet matčinu nespokojenost*. Neuvědomovala si však, že přání zbavit se problému je ekvivalentní přání zbavit se matky. Na fyzické úrovni to znamenalo zbavit se zubu. Když se někdo podívoval, jak tohle všechno může vydržet, cítila hrdost, že se jí to daří, kvůli stejné hrdosti si však nedovolila dát to najevo. Ani jedno špatné slovo o matce by si nikdy neodpustila.

Shrneme si to. ***Rozumová hrdost na vlastní utrpení vyvolala rakovinu.***

To znamená, že když člověk chce být nad něčím, stane se horším než to, co chce překonat. Nad hrdostí je pouze povýšenost. A právě ona vyvolává rakovinu.

Bičujeme se, sami sebe mlátíme do nosu a provokujeme ostatní, aby se k nám chovali stejně. **Nošení nosu nahoru, to jest pyšnost, vede k nenadálým výbuchům zloby.**

1. Čím bolestivěji jste dostali do nosu a čím bezmocněji se cítíte, tím neočekávaněji a jakoby bez důvodu Vám začne téct z nosu.

2. Čím silnější je smutek kvůli vlastní nemajetnosti, tím víc je *nos* uvnitř *oteklý* a *ucpaný*.

3. Čím větší hrdost se lituje, tím víc nám *teče nebo kape z nosu*.

4. Čím *urážlivější* je situace, tím *usmrkanější* je nos.

5. Čím *více o své křivdě přemýšlíte*, tím jsou *hleny hustší*.

6. *Popotahující nos* vypovídá o tom, že člověk dosud nechápe, co se s ním stalo.

7. *Hlučné vysmrkávání hustých hlenů* znamená, že člověk se domnívá, že přesně ví, kdo nebo co mu ublížilo.

8. *Vzplanutí touhy po pomstě* vyvolává **krvácení z nosu**. Čím krvežíznivější je touha po pomstě, tím je krvácení silnější. Podrobněji si o tom povíme v kapitole o onemocněních krve.

Pyšnost si vždy vytyčí cíl, který je třeba vzít útokem. Jiná možnost pro ni jakoby neexistuje. Když se cíl nepodrobí, zbývá jen jediné východisko. Znamená to, že člověk nemá už více na výběr. Člověku je odejmut **orgán možnosti výběru** – čichová kost, která se nachází mezi očima u hřbetu nosu.

Když není absolutně žádná naděje na to, že se přání splní, to jest *vznikne-li stav úplné beznaděje, čichová kost se jak energeticky, tak fyzicky zcela zablokuje a přestane úplně propouštět vzduch*. Čím nesnesitelnější je situace a čím větší lítost vyvolává, tím větší je **porucha funkce čichu**, neboť sebelítost vede k poruchám funkce orgánů a tkání.

Pocit beznaděje, jenž náhle dopadne na člověka kvůli tomu, že je nemožné najít alespoň nějaké východisko, vyvolává *prudkou* poruchu čichu. Čím méně reálná se jeví možnost najít východisko z beznadějně situace, tím méně je naděje na obnovení čichu. Jakmile se naděje objeví, čich se začne navracet, i když je to z hlediska medicíny zcela nemožné. Osvobození beznaděje vyvolává naději, a pokud na ní neulpíme, to jest pokud se naděje znovu neobrátil v beznaději, čich se obnoví.

Náhlá ztráta čichu je schopna vyvolat totální bezradnost. Jednou jsem sama měla tak děsnou rýmu, že jsem několik dní necítila vůbec nic. Díky kapkám se mi jakžtakž podařilo pročistit nos a mohla jsem znovu dýchat, a tu se stalo něco zcela nečekaného. Odvážně jsem vyrazila do práce, nezůstanu přece doma kvůli rýmě. Toho, čeho jsem si nevšimla já, si však ihned všimli mí kolegové. Za několik hodin už celá nemocnice věděla, že k Viilmě dnes není záhodno posílat pacienty na konzultaci, protože nic necítí, a proto velmi obtížně stanovuje správnou diagnózu. Mě to rozesmálo, ale když se mi čich znovu vrátil, pochopila jsem, že lidé říkali čistou Boží pravdu. Od té doby jsem začala vědoměji využívat svého čichu a rozvíjet ho.

Čich je intuice nebo takzvaný sedmý smysl, o němž se hodně mluví a nikdo nemá tušení, že je řeč o tom nejprimitivnějším smyslu. Všechno v životě má svou opačnou stránku a stejně tak je tomu zde. Opačnou stranou vnímání pachů primitivního materiálního světa je *vnímání energií duchovního světa*.

Všechno existující má svůj osobitý pach, málokdo ho však cítí. Čím lepší chce člověk být a čím lepší věc chce získat, tím emocionálněji reaguje na různé pachy. Jeden pach vnímá jako božskou vůni a jiný jako děsný smrad. Poněvadž nechápe podstatu věci, chytí se na udičku božských vůní.

Zde chci zdůraznit, že nikdy nestojí za to demonstrovat svou převahu nad pyšností. **Pyšnost se cítí dotčena už jenom kvůli tomu, že se jí někdo nebo něco zdá být lepší než ona sama.**

Vždyť v druhých najednou vidí to, co chce vidět, a ani ji nenapadne, že druzí mohou myslet jinak. Čím více se snaží nad

ostatními vyniknout, tím mocnější je její ukřivděnost. Když předběhne člověka, jenž beze spěchu jde svou cestou, cítí **sportovní zápal**. Předehnat, předstihnout, předjet. Pokojně kráčejícího poutníka vnímá jako slabocha, o čemž neopomene přemýšlet nebo se nahlas vyjádřit. Vše, co jí není po chuti, ji uráží.

Sportovní zápal se projevuje nejen ve sportu, ale i ve snaze být krásnější, chytřejší, bohatší. Když se nepodaří toho, kdo jde vepředu, předhonit, křivda se prohlubuje. *Čím vyšší je cíl, tím silnější je ukřivděnost.*

Poněvadž pyšnost je vlastní každému, i ukřivděnost je příznačná pro všechny. To, že jste dávno neměli rýmu, neznamená, že nejste ukřivdění. Znamená to, že svou rýmu neprojevujete. Naučíte-li se osvobodit svá přání, ukřivděnost zmizí sama o sobě a zmizí rovněž neduhy, které s nosem jakoby vůbec nesouvisí. Například jakékoli poruchy nebo onemocnění mozku.

Všechny každodenní problémy můžeme objasnit ve světle ukřivděnosti. Vynasnažte se po nějakou dobu pohlížet na svůj život skrz prizma ukřivděnosti a budete překvapeni. Vlastní křivdy se budou zdát neuvěřitelné. Pochopíte, proč s takovou lehkostí vyčítáte svému bližnímu: „*Proč se urážíš kvůli takové maličkos- ti? Kdybys měl alespoň důvod!*“ Kdybyste to neřekli, dotyčný by si vůbec neuvědomil, že se urazil. Podvědomá ukřivděnost zesílí díky té vědomé, kterou probudila Vaše slova.

Čím víc se člověk snaží ukřivděnost odmítat, tím víc ji v sobě potlačuje, před lidskýma očima ji však neschováš. Právě proto člověk ukřivděně říká: ***druzí o mně vědí víc než já sám.*** A tak to i je. Proto každý člověk podvědomě chce být neposkvrněný. Přání se realizuje pouze na fyzické úrovni a jeho důsledkem je **nezdravá snaha o čistotu.**

Čím více má člověk problémů se svou vlastní vnitřní nečistotností, to jest s ukřivděností, tím větší má požadavky na vlastní i cizí čistotnost. S výsledky svého přepečlivého úklidu je ještě více méně spokojen, ale s cizími nikdy. V případě neúměrně velké ukřivděnosti nebude skrývat svou nevoli a křivdu kvůli tomu, že ho ostatní neberou na vědomí. Má přece právo být ukřivděný, protože chce jen dobré a všichni se zlobí kvůli jeho nespokojenosti, jako by chtěl špatné.

Projevování ukřivdění může být demonstrativní. Čím je člověk inteligentnější, tím méně svou ukřivdění vystavuje na odív. Jinými slovy – tím méně demonstruje svou vnitřní nečistotu. Svě rodině a blízkým inteligentní člověk nejspíš uspořádá každodenní demonstrační představení své ukřivdění, aby se náhodou nezakl vlastními nečistotami. To, že tím uráží ostatní, si nepřizná. Jeho blízkých se nejvíce dotýká, že mimo domov šíří spoustu licoměrného kouzla a rodina se musí dívat na škarou ropuchu.

Tvářit se neustále jako by se nic nestalo umění jen prvotřídní mistři v potlačování stresů. Taková schopnost pochází z touhy být nejlepší ze všech a přání dokázat, že nejlepší ze všech jsem. Důsledkem takového způsobu myšlení jsou velmi těžká onemocnění.

Léčení jakékoli nemoci musí začít v první řadě z očisty. Když je v domě čisto, dál se říct, že v téhle rodině je všechno v pořádku. Sterilní pořádek charakteristický pro současné evropské normy je pořádkem přílišným, příliš vyčerpávajícím. Takový **pořádek vyvolávající nemoci** existuje u lidí, ve kterých sídlí strach vypadat špinavý, nepořádný, vulgární. Tento strach nutí skrývat svou *vnitřní* špínu, nepořádnost a vulgárnost za *vnější* maskou podivuhodné čistoty, pořádku a inteligentnosti.

Léčení chemickými preparáty můžeme přirovnat k zavedení viditelného neboli *vnějšího* pořádku v domě. A *vnitřní* hora odpadků mezitím roste. Když se množství odpadků v těle nezmenšuje, nemoc se už nevyčistí ani navenek. Stane se chronickou. Kdo pořádek spěchá, koho popohání strach, ten se chce dozajista nemoci *zbavit* co možná nejdřív. Je pro něj zcela přirozené zahájit proti nemoci ničivou palbu ze všech zbraní. Nevidí, že jeho tělo se mění v pohřebiště mikrobů, a co nevidí, to ani neexistuje. Mikroby nepovažuje za tělesnou stráž svého těla a tráví je jako nepřátele. **Špatné zásady jako duchovní jed a chemie jako jed pozemský** dělají traviče beznadějně nemocným.

V takové situaci mohou pomoci rostliny. Můžete cítit působení rostlin povrchově, když v ně však věříte, rostlina Vám dá

všechno, aby Vás zevnitř očistila od jedů. Myslíte-li na jiné věci nebo se zabýváte něčím „svým“ a popíjíte přitom ve volných chvílkách bylinkový čaj, dáváte rostlině najevo, že v ni nevěříte. Rostlina není schopna probourat stěnu Vaší nedůvěry.

Jedině **homeopatie** a **homotoxikologie** začínají léčení očistou těla a dělají to na vědeckém základě. Na celém světě nacházejí stále širší použití preparáty vyrobené převážně z přírodních prostředků, které neobsahují chemii. Jelikož působí pomalu, je třeba je při akutních, životu nebezpečných onemocněních užívat společně s medikamentózní léčbou. Poté co krize ustoupí, je žádoucí od chemie upustit. Po léčení chemickými preparáty je bezpodmínečně nutné očistit tělo od škodlivých látek homeopatickými nebo homotoxikologickými léky. Tyto léky Vám může doporučit homeopat. O homeopatii jsme hovořili v mé třetí knize.

V naší zemi nejsou profesionální homotoxikologové, což je velice smutné, protože za posledních 50 let se ve světě začalo používat 18 miliónů nových chemických sloučenin; 300 000 z nich na člověka působí jako alergeny. To znamená, že *v jednom člověku může být 300 000 různých jedovatých myšlenek*, kterými od sebe odhání neznámé. Může se to zdát nepravděpodobné, ale v člověku je všechno to, co existuje na světě. Která z myšlenek zakoření a projeví ve formě nemoci, závisí na cílech, za něž člověk ze všech sil bojuje. Čím jedovatější má člověk způsob myšlení, tím větší počet odpovídajících jedů k sobě přitahuje, vstřebává a ponechává si je. Stejný člověk se možná div nepřetrhne při shánění prostředku, jehož pomocí by tuto chemii z organismu odstranil, aniž by způsobil tělu újmu. Skutečnost, že toho dosáhneme prostou nápravou způsobu myšlení, ho ani nenapadne.

Homeopatie a homotoxikologie jsou dnes našimi nejpřátelštějšími léčiteli, a lidé v sobě přesto živí naději, že jim někdo pomůže nějakým léčivým prostředkem. Osvobození stresů umožňuje vypořádat se s vlastními neduhy samostatně.

O PŘÁNÍ BÝT NĚKÝM

Řekněte mi prosím, co byste odpověděli, kdybych Vám teď položila otázku: „*Co vlastně znamenáte?*“ a pak bych se zeptala: „*Proč si to myslíte?*“ Odpověď by závisela na mnoha okolnostech. Například na tom, zda máte rodinu či nikoliv a jaká je to rodina. Na tom, zda máte děti a nakolik jsou dobré. Máte-li práci, peníze, postavení ve společnosti, slávu, moc atd. Krátce řečeno, odpověď závisí na tom, zda se máte čím pochlubit, nebo ne. Život nás každé ráno budí a ptá se: „*Jsi někdo, nebo nikdo?*“ Na odpovědi závisí víc, než si umíme představit.

Člověk z kategorie „někdo“ má dobré zdraví a imunitu proti nemocem. **Imunita** je vrozená nebo získaná odolnost organismu vůči infekčním agens a cizorodým látkám včetně jedovatých. Pomocí vysoce výkonných elektronických mikroskopů bylo dokázáno, že v člověku není ani jedna část sterilní, to jest bez mikrobů. To neznamena, že je člověk nemocný. Kdyby Vám, když jste nemocní, řekli, že v nose, v hrtanu, plicích, srdci, močovodu, pohlavních orgánech a v trávicím traktu máte stafylokoky, streptokoky, bacily tuberkulózy, různé plísně, trichomonády, chlamydie, choroboplodné střevní tyčinky, nebylo by překvapivé, pokud jste z těch, kteří považují sterilitu za záruku zdraví, kdybyste si jednoduše zacpali uši. Je pravda, že se velmi případně říkává: *netřeba věřit všemu, co slyšíš*, život pak bude snazší.

Znalosti jsou *nutné*, je však *třeba* chápat jejich smysl. V těle živého člověka probíhá bouřlivá, oku neviditelná činnost. Naše tělo je makrotělem, které je složeno z nespočetného množství mikrotěl – *mikrobů*. **Všichni jsou povoláni opatrovat a chránit makrotělo.** Považujeme-li je za nepřátele, znamená to, že si nepřátele vymýšlíme. Ve své podstatě tedy *chceme mít nepřátele, i když je nepotřebujeme*. Nemají jinou možnost než se stát nepřáteli, neboť ustrašený člověk se učí na svých chybách a jiný způsob, jak nabrat rozumu, je mu zatím na hony vzdálen.

Mikrobi žijí podle stejných přírodních zákonů jako člověk. Poněvadž nemají rozum, nemají stresy a dostávají se do závislosti na stresech organismu svého hostitele.

Chování mikrobů reaguje na nejmenší změny hostitelovy nálady. Když člověk není citlivý k hodnocení týkajícímu se jeho samotného nebo jeho blízkých, necítí-li se polichocení ani dotčený, není rovněž náchylný k nemocem. Přijímá všechno klidně tak, jak to je, a přesně stejně se chovají mikrobi; dál si naprosto klidně dělají své. Když se člověk cítí být někým, nesnaží se to dokazovat. To znamená, že naprosto klidně přijímá cizí myšlenky i skutky. **Naprostý klid je imunita.** Netřeba si ji plést s lhostejností.

Imunita je stav člověka, který je někdo.

Když je člověk sám sebou, je rovněž někdo. Všimněte si, jak se chová člověk, když na něj volají v houfu lidí a on si není jistý, zda dobře slyšel. Zvedne hlas, ukáže prstem na horní části hrudi a křikne: „*To bylo na mne?*“ Neukazuje na břicho ani na dolní část hrudníku či na místo, kde se nachází srdce, ale tam, kde je brzlík. Neboť volá-li *někdo někoho*, ruka automaticky ukáže tam, kde se nachází orgán *odpovídající za to, že člověk vnímá sám sebe jako někoho*.

Brzlík (lat. thymus) je orgánem imunity. Medicínou je málo prozkoumán. Je známo, že u dětí je relativně velkých rozměrů, ale u dospělých je malý nebo úplně chybí a imunita je zajišťována jiným způsobem. To znamená, že **děti jsou od prvopočátku někým a jejich odpovídající orgán má dostatečné rozměry.** Když se rodiče bojí, že z dítěte nic nebude, poněvadž navzdory vynaloženému úsilí ničím nevyniká nad ostatními, je jeho **brzlík příliš malý.**

Čím silnější je strach, tím silnější je od něj křeč brzlíku a tím menší je na pohled. Jsou-li však rodiče tvrdě zaměřeni na to, že se dítě za každou cenu musí stát známým vědcem či významným činitelem a dítě se už předčasně naparuje, **rozměry jeho brzlíku se velmi zvětšují.** Když jsou rodičovské ambice ve vztahu k dítěti přílišné, avšak nepřesné, **vypadá brzlík jako obrovská beztvářá hmota** a vlastně jako by nebyl, neboť není možné stanovit jeho obrysy.

Když dítě dospěje a i nadále se považuje za vrchol stvoření a dobyvatele světa, chová se k přírodě zvyška a nevěří v její moudrost. Rozměry jeho brzlíku se zmenšují přiměřeně jeho způsobu myšlení, pokud brzlík nezmizí docela. Zmenšení brzlíku vypovídá o tom, do jaké míry člověk chápe přírodní zákon příčiny a důsledku. Kdo si plete příčinu s důsledkem, tomu se brzlík rozptýlí po lymfatické soustavě. Lymfatická soustava je tedy nyní nucena likvidovat důsledky s dvojnásobnou energií.

Každý člověk má potřebu být někým. Strach mění potřebu v přání. Pokud se bojíte vejít ve známost jako nikdo, protože Vám chybí to, co člověka v očích lidí dělá někým, můžete se učit, pracovat, hodně dosáhnout, všichni Vás budou považovat za důležitou osobu, budete-li však o sobě přemýšlet, stejně budete cítit, že jste nikdo. *Pocit je jedno, znalost je však úplně něco jiného.* Čím jste rozumnější, tím častěji získávají převahu znalosti. I když je znepokojivý pocit potlačován, podvědomě Vás ovládá, stále roste a vyústuje v kladení podmínek: „*Když to neudělám, nepředvedu, co dokážu.*“ A poněvadž něco předvést chcete, budete do nekonečna pořád něco dělat a dělat, dokud nepadnete.

Čím více se snažíte a chcete si samostatně uspořádat život, tím více se obětujete v přání vyhovět druhým. Tím je rovněž pravděpodobnější, že když se jim přestanete objevovat na očích, Vaší nepřítomnosti si nikdo nevšimne. Jako byste ani nebyli. Víte, co je toho příčinou? Příčinou je, že jste nikdo. Tato myšlenka vyvolává Vaše nemoci a bude je vyvolávat i nadále.

Přání nebýt prázdným místem nutí ponižovat se v naději, že lidé nám začnou dokazovat opak. Když okolí začne tato hra otravovat, člověk onemocní.

Příklad ze života

Žena se sklonem k obezitě, která si ze strachu, že ztloustne, odpírá to, co je ostatním dovoleno, a která se snaží být dobrým člověkem, dobrým odborníkem, dobrou ženou a dobrou matkou, cítí nevysvětlitelnou tíseň u srdce. „*Ach, to není řeč o mně*“ – je stále slyšet z jejích úst, i já sama jsem to nejednou slyšela. Radostná, optimistická žena, která si ze žádných problémů nic nedělala, se léty změnila ve smějící se masku. Čas od času se

roznemohla, leccos jí bolelo, nikdy však nebyla řeč o konkrétní nemoci. V práci se neodvažuje nabídnout se už ani na záskok, přestali se na ni obracet. Vyvodila z toho, že už ji nepotřebují, že je nikdo. Mladé, krásné, štíhlé ženy předčí její znalosti a zkušenosti, i když neumějí nic (všimněte si jejího hodnocení člověka, to jest jejího postoje k ostatním).

Svou ukřivděnost nedává najevo, i když občas, jak se jí zdá (!), ji urážejí úmyslně. Je zde předtucha těžké nemoci; v důsledku toho zdvořile dostane košem, hrudník má jako ve svěráku, až občas nemůže dýchat. Snaha udržet chuť k jídlu na uzdě se vytratí pokaždé, když cítí, že stejně pro nikoho nic neznamena. Kdo ji potřebuje?! Začala jsem se dívat, jak vypadá její přání něco znamenat.

Přání bylo jako odstřelovač, jenž zalehl v příkopu potaženém pavučinou a snaží se úzkou šterbinou zasáhnout pohybující se pozemní objekty. Když se mu nepodaří zasáhnout *všechny* terče *na-ráz*, myslí si o sobě, že si zaslouží být tady, v pavoučím doupěti, a rozhodně ne na povrchu zemském. Sedí tady a ani nedutej společně s pavoukem, nic lepšího si nezasloužíš! Krajně ponižující postoj ke všemu a nejvíce k sobě. Přání za každou cenu dokázat svými skutky, že pořád ještě něco znamenám. Kdo to nechápe, je podobný pavoukovi, jenž si naprosto klidně dělá své a vůbec si nevšímá cizí přítomnosti. Důsledkem takového postoje je celkové onemocnění, které se nepozorovaně příkradlo a jehož příčinu nikdo nedokáže pochopit.

Když se ocitnete ve starém, opuštěném domě, v jeskyni nebo zámku, kde je pavučin až nad hlavu, co řeknete? Řeknete „*Tady nikdo není.*“ Když jdete na návštěvu a vidíte tam pavučinu, co si pro sebe pomyslíte? ... nikoho nezajímá, že jsou tu pavučiny. ***Nikoho – neboť tito lidé se za nikoho považují.***

Jak se chováte k pavoukům: bojíte se jich, běžíte pryč, nenávidíte je, cítíte opovržení, ničíte je, považujete pavučinu za ukazatel nepořádku a nečistotnosti? Nebo naopak cítíte úctu a respekt, necháte ho na pokoji a čekáte, až odejde sám? ***Jaký je Váš vztah k pavoukům, takový máte vztah k tomu, abyste něco znamenali.***

Když jsem zkoumala přání *něco znamenat*, všimla jsem si, že u všech je zobrazeno v podobě pavouka. Pochopila jsem, že pavouk je rovněž učitelem, který přichází k nám do pokoje a říká: „*Milý člověče! Přeješ si být někým, protože se domníváš, že jsi nikdo. Osvobod' své přání a ucítíš, že jsi někdo. I když za tuto dobu nestačíš nic udělat, lidé se k tobě budou chovat tak, jak se ty sám cítíš. Cizí lidé to zpozorují ihned. Ihned si nevšimnou pouze tvoji blízcí, neboť jsou zvyklí, že si sám sebe vůbec nevážíš a chovají se k tobě tak, jak se k sobě chováš ty sám. Zapamatuj si, že je to zákon života!*“

Příklad ze života

Šla jsem navštívit známé. Žena měla každou chvíli odjet do porodnice rodit. Z lékařského hlediska bylo rizikových faktorů více než dost. Stále se zabývala nápravou způsobu myšlení, každá návštěva těhotenské poradny však byla doprovázena notnou dávkou stresů – ženu neustále kárali za to, že si s touto nebezpečnou věcí vůbec začala zahrávat. Znepokojilo mě to. Když člověka přitisknou ke zdi fakty, vypočítávají mu všechny body rizika a ukáže se, že ty i tvoje dítě jste jedno velké riziko, necítí člověk nic kromě strachu. A co strach dokáže, všichni dobře víme. Vy-dala jsem se ji tedy povzbudit.

Vstoupila jsem do předsíně a první, na co padl můj zrak, bylo svítidlo. Ani před tím, ani nikdy potom jsem se na ně nedívala, jinak řečeno – ani dřív ani později mi moje duše nevelela se tam podívat. Co jsem spatřila? Svítidlo bylo zevnitř dočerna potaženo pavučinou. Nechápala jsem, vždyť rodina byla na výsost čistotná a teď ještě mělo co nevidět přijít miminko.

Ani jsem nestačila zažertovat a žena zrudlá studem se už natahovala ke svítidlu se smetáčkem v ruce. Při tom se omlouvala: včera jsem uklízela a světlo umyla. Tomu věřím. Vím, že pavouk, když je to nutné, je schopen plést pavučinu překvapivě rychle, a tady to nutné bylo. Chytila jsem ženu za ruku: „*Počkej, hlupáčku! Pavouk ti přišel na pomoc, a ty to nechápeš. Když jsi ani po tom všem, co sis vytrpěla, nedokázala najít sama sebe, přišel tě zachránit pavouk. Před porodem nechej všechny pavučiny na*

pokoji. Popros o odpuštění sebe, dítě, pavouka i pavučinu a začni osvobozovat své přání něco znamenat.“

Žena porodila zdravé klidné dítě, soustředěným pohledem se dívající na svět. Je mu už rok a vyvíjí se zcela normálně, navzdory rizikovým faktorům. Matka je rovněž zdravá. Pavouk k nim v potřebném okamžiku nepřišel na návštěvu pro nic za nic, přinesl s sebou štěstí.

Brzlík má energii pavouka. Stejně jako pavouk spřádá pavučinu, brzlík utváří lymfatickou soustavu. Když člověk něco znamená, jeho brzlík má dostatečné rozměry a tomu úměrný lymfatický systém. Takový člověk je zdravý. Když se objeví přání něco znamenat, vznikají v brzlíku a v lymfatické soustavě chorobné změny.

Neúměrný *strach být nikým* stlačuje brzlík do velikosti hrášku a z lymfatického systému se stane křehká, lámavá síťka. Takový brzlík a lymfatická soustava jsou charakteristické pro člověka, který prožil celý život ve strachu z rodičů, a dokonce i když dospěl, stále se bojí všeho a všech. Rodiče s pevnou vůlí se diví, kde se u nich vzalo takové bezcharakterní dítě. Okolí se diví, jak je možné být tak nepřizpůsobený k životu.

Když člověk *cítí strach z důvodu, že nic neznámá, ale něco znamenat chce*, jeho brzlík se začne podobat malinkému pavoučkovi a lymfatická soustava se začne zvětšovat. Čím větší je jeho přání, tím víc se rozšiřují jeho lymfatické cévy a lymfatické uzliny. Zvětšené lymfatické uzliny můžeme nahmatat. Otoky částí těla, nazývané rovněž elefantiáza, jsou viditelné prostým okem.

Když se člověk *naučí překonávat své strachy a dosahovat toho, co chce*, roztáhne svá chapadla jako pavouk nohy. Z malého, drobného pavoučka se stal pavouk obrovský, dlouhonohý, strašný. Dříve strašili lidé jeho, dnes straší on je. Pokud ho strašili primitivně – hlučím a křikem –, straší je tím, že svou oběť dusí a vysává z ní všechnu šťávu. Když ho strašili jedovatými výčitkami, změní se v jedovatého pavouka.

Když začnete osvobozovat své přání něco znamenat, nedivte se, když uvidíte, že z Vás vylézá pavouk. Budete-li to opakovat znovu a znovu, najdete v sobě celé semeniště pavouků v závislosti na tom, jak jste zapracovali na svém *chtění něco znamenat*.

Čím víc se člověk nutí „být někým“, tím je brzlík větší. V určitém okamžiku je podobný velkému krabovi se silnými končetinami, který stejně jako rak dokonale pevně sevře a za žádnou cenu nepustí, i kdybyste ho krájeli na kousky. Má-li člověk nějaký cíl, jehož prostřednictvím chce dokázat, že není nulou, onemocní rakovinou, jež vznikne na místě, které je určeno tímto cílem. Chce-li člověk vždy a ve všem něco znamenat – být moudrý, solidní, inteligentní, jeho brzlík je podobný krabovi rozpláclému uvnitř hrudníku, kterého unavilo starat se o sebe a vystavovat se a jenž už vlastně není, ale jeho přání se stále automaticky drží svými klepety. Tato nemoc se jmenuje *sarkoidóza*.

Sarkoidóza sama o sobě není zhoubným procesem, protože však napadá třeba i plíce, její průběh zhoubný být může. Sarkoidóza vznikne tehdy, když člověk chce za jakoukoli cenu dokázat, že něco znamená, avšak nedaří se mu to. V okamžiku beznaděje a zklamání ze sebe, když propadne *úplné lhostejnosti k sobě*, vznikne sarkoidóza. Zhoubnou se nemoc stane tehdy, *když člověk cítí úplnou lhostejnost k těm, kteří mu zabránili, aby se projevil*.

Člověk ve svém vývoji prodělal cestu od nejjednodušších forem života ke stále složitějším, čili my všichni jsme kdysi rovněž byli pavouky. Což znamená, že v každém člověku je uložena energie pavouka, a když je třeba, projeví se. Potřebujeme ji, abychom dokázali něco znamenat i tehdy, když si o životě ve formě pavouka nic nepamatujeme. Podvědomí ví všechno. Kdo se snaží nalézt vyšší životní pravdu, váží si všeho živého. Čas od času sám sebe nachytá při myšlence (a má z ní radost), že dokázal filigránsky, jako to dělá pavouk, provést nějakou práci, a to bez předcházejících přesných výpočtů a podrobného plánování. Člověk se řídil vnitřním cítěním a výsledkem byla bezvadná práce.

Tento člověk se příště rovněž svěří svému vnitřnímu cítění a všichni se budou podívat, jaké má najednou zlaté ruce. On

sám neodpoví, že od pavouka, neboť si to neuvědomuje a ani to není důležité. Pavouk má oči jakoby všude, a proto umí registrovat všechno současně. Jím utkaná pavučina mu slouží jako oči. Když pavučinu strhneme v jeho nepřítomnosti, uplete si novou, stejně dokonalou, jako byla předcházející. Pavouk pracuje jakoby s porozuměním – prostě „když musíš, tak musíš“ a netřeba bručet. Pozorujeme-li, jak pavouk tká pavučinu, vyvolává to v člověku nejhlubší úctu k mistrovsky provedené práci.

Utkal-li pavouk pavučinu v jedné z místností, ať je to kdekoli a je tam jakkoli sám, dobře ví, co se v místnosti děje. Pavučina je biologickým systémem informací se zpětnou vazbou, která zajišťuje průtok samoregulačních procesů za podmínky, že pavouk i pavučina jsou v neporušeném stavu. Stejným způsobem probíhá činnost brzlíku a lymfatické soustavy. Pokud ničíte pavouky a pavučiny, nepozorovaně ničíte vlastní brzlík a lymfatickou soustavu. Pokud však osvobodujete své přání něco znamenat a jakkoli další přání, která Vám přijdou na rozum, pavouk Váš domov opustí sám a *pavučina se sama o sobě změní v prach*.

Zdalipak víte, že v dřívějších dobách pavučinu přikládali k ránám, zvláště k těm špatně se hojícím? V těch dobách lidé nevěděli, že pavučina má energii lymfy a že lymfa má schopnost očišťování, cítili to však a chovali se podle toho. Vzpomínám si na případ muže, jemuž na ruce zhnisala rána od psího kousnutí. Žádné léky nepomáhaly. Tehdy ze sebe osvobodil pavouka a na ránu přiložil na noc pavučinu. K ránu otok opadl a rána přestala hnisat. Zahojila se za tři dny. Muže udivovalo jen jedno: proč nezůstala jizva.

Když člověk něco znamená, pohybuje se rychle a zlehka jako pavouk po pavučině. Když však *chce něco znamenat a chce dokázat své schopnosti, dostane se do závislosti* na tomto chtění a jeho klouby *kvůli smutku ztrácejí svou bývalou pružnost*. Po ránu musí vynakládat nemalé úsilí, aby bojoval s otoky a byl schopen se pohybovat. Čím větší *poníženost* člověk kvůli tomu všemu cítí, tím pravděpodobnější diagnózou je *zánět kloubů*. Čím více slovy přikrášluje své žalostné postavení, až své *pokrytecké lži* začne sám věřit, tím dřív u něj dojde k revmatickému zánětu kloubů. Jedním kloubem to obvykle nekončí.

Pavouk se pohybuje rychle, ale nespěchá. Spěchající člověk, který chce něco znamenat, je svým přáním přilákat druhé jako pavouk lákající mouchy do své sítě. Filigránský systém, který vypracoval a zcela schválil, se mění v **autoritativní systém řízení**, v němž všichni špehují všechny a jakékoli otálení znamená záhubu.

Moucha je energeticky neodbytný a otravný dobrodinec. Zvláště těžké to mají v sítích autoritativního šéfa dobrodinci, kteří se s neodbytnou důsledností snaží převracet zlo v dobro. Proč? Protože autoritativní šéf v člověku vidí vlastní skrytou podstatu – nulu, brouka, kterého chce zašlápnout.

Pocit vlastní nicotnosti provokuje přání dokázat, že nejsem žádný otravný brouk, ale že něco znamenám. Čím je přání něco znamenat u autoritativního šéfa silnější, tím víc vyžaduje slepou podřízenost svému vládnutí, aby upevnil svou autoritu, dokud nezničí sebe i svůj systém. Plody takového systému musí okusit většina dnešních dětí, jejichž rodiče chtějí demonstrovat svou moc, jak jeden před druhým, tak před dětmi. Přičemž místo toho, aby si všímali *vlastních* chyb, jsou takoví rodiče zuřivými bojovníky proti státnímu nebo jakémukoli jinému autoritativnímu systému řízení. Nejsou schopni pohlédnout na sebe zvenku, proto nevidí své chyby a proto je život nucen učit je krutými metodami.

Autoritativnost a autoritářství jsou dvěma stranami jednoho celku. Kdo chce být někým čili být autoritou, stane se autoritářským. Jednoduše řečeno stává se tyranem. *Tyrany* se stále častěji stávají malé děti, jelikož jsou vychovávány v duchu *nadřazenosti nad druhými*. Pro rodiče překypující láskou je jejich malinký tyran miloučkým a zábavným stvořením. Jejich vlastnická láska vůbec nepřipustí myšlenku, že tím dělají dítě nešťastným. Dívají se na jiné rodiče a všímají si jejich chyb, k vlastním chybám jsou však slepí. Pro dítě, které se stalo tyranem, je těžké, aby znovu našlo samo sebe. Je možné, že k tomu bude zapotřebí nemocnice nebo věznice.

Když je *přání být autoritou velké u obou rodičů*, v dítěti se *sečte a bude přehnané. Ženské autoritářství vlastní jedině této*

matce a mužské autoritářství vlastní jedině tomuto otci, které je navenek zcela pravděpodobně vnímáno jako velice sympatická autoritativnost, dělají z dítěte tyrana, jakého svět ještě neviděl. Pro okolí může být zcela neškodné, rodičům však může způsobit velmi mnoho bolesti. Rodiče, kteří si ve společnosti vydobyli autoritu, se uvnitř svého domova nacházejí ve zcela otrocké závislosti na vlastním dítěti. Jsou nuceni trpět, protože sami sebe změnili v otroky.

Dítě může začít tyranizovat rodiče *hned* po narození, když z něj rodiče *hned* od prvních dnů začnou dělat někoho. Není důležité, že se tak neděje fyzicky. Důležité je, jak moc po tom rodiče *touží*. Přání, aby dítě už od mala bylo úspěšnější než já, je *egoistickou snahou*, za níž se skrývá *přání dokázat své rodičovské schopnosti*. Tak se s narozením dítěte život rodičů ve svém postupujícím vývoji prakticky zastaví.

Když je s jedním dítětem tolik starostí, bylo by hrozné pořídit si druhé, o třetím už ani nemluvě. Čím víc se rodiče snaží vyřešit své problémy rozumem, *tím víc jim dítě leží v hlavě a všechny záměry souvisejí s ním*. Mezitím dítě dál cítí, že nic neznamená a nikdo si ho neváží. Nespokojenost si vylévá na svých nejbližších, jimiž jsou nejčastěji právě rodiče.

Snaha vychovat dítě tak, aby bezpodmínečně něco znamenalo, je velkou chybou. Dítě vychovávané v tomto duchu nemůže růst krácejíc bok po boku s rodiči po jedné cestě a zabývat se s nimi společnými věcmi. Nicméně přišlo na svět, aby vyrůstalo právě takhle. Předem vědělo, jak mu s těmito rodiči bude, a narodilo se právě jim, neboť *se bez těchto zkoušek nemůže dál vyvíjet*. Proti své výchově protestuje různě. Když už nic nepomáhá, onemocní, aby se rodiče slitovali a přestali ho vychovávat.

Když dítě onemocní pravidelně před nějakou akcí mající důležitý výchovný význam, rodiče se často sami dovtípí, že tam podvědomě nechce jít. Málokdo však tuší, že cítí potřebu zůstat doma se svými nejbližšími, aby rodiče naučilo vzájemně komunikovat. Vždyť přišlo na svět, aby udělalo rodiče šťastnými. To znamená udělat šťastným sebe – sumární vyjádření rodičů.

Když člověk ve vlastních očích něco znamená a okolí to není po chuti, poněvadž lidé nesnášejí, když někdo ze sebe něco dělá,

je zdravý a šťastný, dokonce i když je nucen žít jako poustevník. Vždyť nemá smysl být nemocen nebo se rozloučit se životem kvůli okolí. Poustevnictví neznamena žít v lesním houští nebo až na konci světa. Člověk spokojený se svým domovem se může zabývat svými věcmi a komunikovat se světem pomocí literatury a umění. Smutku je na hony vzdálen, protože není sám. Člověk, jenž něco znamená, je vždy se vším jednotný. Nemoci nemusejí přicházet a přivádět ho k rozumu.

Přání něco znamenat v moderním jazyce znamená **přání být autoritou**. Přejeme si to, co nemáme. Přání vyjadřuje strach zůstat bez žádaného. Strach přitahuje to, čeho se bojíme. Takže ten, kdo chce být autoritou, může tak ve vlastních očích vypadat. Pro ostatní je autoritářským člověkem.

O ZAJATCÍCH A STRÁŽCÍCH STRACHU

Není špatné bez dobrého a naopak. Střetávám se tváří v tvář s těžkými, jakoby neřešitelnými problémy v komunikaci a naučila jsem se jednoduché interpretovat složitě a složitě naopak převádět na jednoduché. Komunikovat můžeme slovně nebo beze slov. Slovo můžeme slyšet uchem nebo srdcem. Hovořit se dá mnohoslovně nebo nemnoha slovy. Buďte takoví, jací jste, buďte sami sebou, to jest lidmi, tehdy se Vás nedotkne ani mnohomluvnost, ani mlčenlivost, ani uctivost, ani neslušnost – pochopíte smysl jednoho i druhého. Vždyť prvořadým komunikačním prostředkem je srdce, které hodnotící informaci došlou spolu s city přetváří v hodnotu. Tak děláme život jednodušším.

I stresy se dají osvobodit jednodušším způsobem.

Představte si, že jednou dávno, není důležité kdy přesně, zaklepal na Vaše dveře nějaký stres, jenž se zjevil v roli učitele. Otevřeli jste dveře a on vstoupil. Zavřeli jste dveře a prohlásili: „*To je zvláštní, zdálo se mi, že někdo klepal.*“ Prostě jste si ho nevšimli. Ve skutečnosti to byl sice maličký, ale nejdůležitější stavební kámen života. Poskytuje energii, prvotní částici života.

Je učitelem, který ví, že učit je třeba tak, aby žák lekci zvládl. Jelikož nebyl poznán, byl nucen zvětšit své rozměry, aby dal najevo svou přítomnost. Vyrostl v POCIT a Vy jste začali říkat, že je buď dobrý, nebo špatný. Ví, že je to nesprávné. Vyrostl tedy v PŘÍVAL POCITŮ, to jest v EMOCI, a spojil se s dalšími emocemi v NÁLADU. Vy jste však nepochopili, že emoci je nutné osvobodit. Rozrostl se ještě víc a změnil se v ŽIVOTNÍ TĚŽKOST proto, abyste se zamysleli, proč Vás postihlo toto neštěstí. Ani to jste však nepochopili a začali jste opakovat stejnou chybu mnohokrát. Byl tedy nucen změnit se v NEMOC, aby Vás násilím uložil do postele a přinutil o samotě přemýšlet o významu Vaší nemoci.

Čím je nemoc těžší a čím je méně naděje na pomoc odkudkoli, tím víc musí nemocný přemýšlet a analyzovat, aby napravil své bezmocné postavení. Nakonec u člověka došlo k přerodu. Může se ostatním líbit či nelíbit, stává se však sám sebou. Můžeme říci, že nemoc ho přivedla k rozumu. Vezměme si takový příklad. Navštívil Vás smysl pro povinnost a Vy ho v sobě držíte. Stal se Vaším zajatcem a Vaše tělo se stalo jeho vězením. Před tím bylo tělo královským palácem. Vztahy mezi smyslem pro povinnost a tělem jsou stejné jako mezi zajatcem a vězením. Vzájemně se ničí a oběma je působena bolest.

Co potřebuje kterýkoli zajatec? „*Svobodu*“ – odpovíte. Je to Váš názor. Také jsem to předpokládala. Když jsem však začala s vysvětlováním pacientům, ucítila jsem, že je mou povinností tuto otázku položit. Odpovědi byly různé. Nakonec jsem si uvědomila, že lidé nejjednodušší, každodenní věci vnímají různě. Co je pro jednoho člověka jasné a pochopitelné, pro někoho jiného takové vůbec není.

Příklad ze života

Stejnou otázku jsem položila sedmdesátileté ženě, když jsem viděla, že jak mé knihy, tak můj první rozhovor s ní působí, jako když hrách na stěnu házím. Se vši delikátností, které jsem byla schopna, jsem ženě řekla, že s návštěvou nebylo třeba spěchat, když dosud neměla čas zabývat se osvobozením svých stresů. Mohla přece přijít někdy později. Žena se urazila a řekla, že je hluboce deprimována tím, že na ni mám tak špatný názor.

Aniž bych chtěla, urazila jsem všemi milovanou a váženou dámu. Nechtěla přiznat, že cítí banální křivdu, daleko vytříbenější je „být deprimována“. Žena řekla, že svou pracovitostí a spořádaností vždy byla příkladem pro ostatní. Abych nezhoršovala situaci, řekla jsem, že velice chci, aby se uzdravila, a proto se chovám jako drsný a přísný učitel, který žáky nenechá ani vydechnout.

S komunikací s takovým učitelem měla osobní zkušenost a se zápallem začala vzpomínat na mládí a chtěla mi povědět o všem, co se jí přihodilo ve školních letech. Kdybych nepozorovaně nezaměřila rozhovor potřebným směrem, zůstaly bychom u probírání starých vzpomínek. S ohledem na věk ženy a jemu odpovídající zpomalené myšlení jsem se snažila co možná nejsrozumitelněji vysvětlit podstatu smyslu pro povinnost a nutnost jeho osvobození. Za deset minut se žena zjevně začala nudit – začala se dívat z okna a těžce vzdychat. Abych ji donutila myslet, zeptala jsem se: „*Řekněte mi prosím Vás, co ze všeho nejvíc potřebuje zajatec?*“ Najednou byla jako vyměněná. Únava a omrzelost zmizely jak mávnutí proutkem. Tváře zrůžověly, oči zahořely, na obličeji se objevil úsměv. Celá její bytost jásala: „*No konečně tomu trdlu došlo, že mi má položit otázku, při jejímž zodpovídání budu moci ukázat svou pozitivitu.*“ Od lidí takhle kladných se nedá nic žádat, i zdraví se jim musí naservírovat jako na podnosu. „*Jídlo!*“ – vykřikla žena. Jako by mě vzali potěhem. Řekla jsem tiše: „*Má milá, právě proto, že takhle myslíte, máte rakovinu střeva.*“ Žena sama o tom věděla.

Lidem, jejichž život se točí kolem jídla a problémů s jídlem souvisejících, onemocní trávicí trakt. Když to lidé slyší, obvykle mě přeruší otázkou: „*Copak se dá žít bez jídla?*“ Některým odpovídám: ano, dá. V Asii je zaregistrováno několik stovek lidí, kteří se obešli bez potravy už několik desítek let, nicméně žijí obvyklým životem, pracují a pořizují si děti. Zdá se to nepravděpodobné, v zásadě je to však možné, pokud je člověk duševně dokonalý. V zemích Orientu se jí překvapivě málo. Můžeme říkat, že tam lidé hladovějí, protože se vyhýbají práci, ale není to pravda. Jen na první pohled to vypadá, že hladovění a nenáročnost jsou jedno a totéž. Tamnějším lidem je mnohem víc než nám vlastní být živ ze vzduchu a lásky.

Chuť k jídlu vyjadřuje chuť k životu. Můžeme žít podle svých potřeb nebo podle svých přání. Čím větší jsou strachy, tím více se pojmeme život rozumí materiální svět, tím víc žijeme přáními a škodíme tak svému tělu. Člověk žijící výhradně přáními neexistuje. To jest není mezi živými. Převrácením potřeb v přání člověk přibližuje svou smrt. Člověk, jenž více než jiní nežije svými přáními, je svatý.

Přesně tak, jak člověk myslí, tráví potravu. Když si člověk chce něco řádně promyslet, nikoli náhodou říká: „*Musím to strávit.*“

A. Člověk žijící potřebami umí naplánovat čas pro svou činnost pěkně popořádku a díky tomu klidně vykonává jednu práci od začátku do konce. Vždy má čas. Což neznamená, že bude trátit svůj čas na Vaše přání. Ví, co je důležité a co druhořadé. Nejdůležitější je pro něj to, čím se v daném okamžiku zabývá. Když je například zaměstnán jídlem, je pro něj posvátnou činností a nedovolí sobě ani nikomu jinému, aby ho rozptyloval. Konzumace potravy pro něj začíná modlitbou a končí vzdáním díky, neboť příjem potravy je nejdůležitější materiální činností zajišťující udržení života na materiální úrovni. **Člověk žijící potřebami má kvalitní trávicí trakt.**

B. Člověk žijící přáními neumí plánovat čas a posloupnost své činnosti, a proto spěchá. Vždy je v časové tísní a dělá tisíc věcí najednou. Jídlu a odpočinku věnuje minimum času, neboť to k důležitým věcem nepatří. Nepředvídanosti bortí všechny jeho denní plány. Zabývá-li se neplánovanými věcmi, nezabývá se jídlem, i když si strká potravu do úst. I když se jídlo jako energie propadne do žaludku, jelikož mu nebylo požehnáno, neví, co si počít, a zůstává v těle jako na skladě a čeká, až na ně přijde řada. **Člověk žijící přáními má kvantitativní trávicí trakt.**

Jeden i druhý se může zabývat: a) maličkostmi, b) velkými věcmi.

1. Člověk žijící potřebami, zaměstnaný maličkostmi, jí málo, ale zato často. Veškerou svou činnost dokonale promýš-

lí a stejně dokonale je v trávicím traktu trávena potrava, kterou spolkl. Důkladně rozmělněná potrava se mění v energii, jejíž částice pronikají energetickou sítí do těla, aniž by v něm uvízly a vytvářely škodlivé látky. Potrava dodává duchovnímu tělu nezbytné informace, fyzickému tělu nezbytné výživné látky a vše nepotřebné je z organismu odváděno.

2. Člověk žijící potřebami, zaměstnaný velkými věcmi, jí málo často, ale hodně. Například jednou denně před spaním. Je Vám známo, že jíst na noc je krajně škodlivé. Jelikož myšlenky takového člověka jsou dokonalé, i potrava je trávena beze zbytku, aniž by vznikaly škodliviny. Všechny energie obsažené v bílkovinách, tucích, uhlovodanech, vitamínech, minerálních látkách a kaloriích působí blahodárně na vývoj ducha a zabezpečují normální anatomii a fyziologii těla. Škodlivé látky vyvolávající patologii se v těle nezadržují.

3. Člověk žijící přáními, zaměstnaný maličkostmi, se do jídla nutí, i když jíst nechce. Může stále přemýšlet o práci a různých věcech a zabývat se jimi, nakonec se však stejně ukáže, že všechno bylo opět uděláno nepatříčně. *Ztotožňování se s vlastní prací vyvolává pocit zbytečnosti*, jenž se mění v přání mávnout nad vším rukou. Člověk ustaraně přemýšlí o tom „svém“, žvýká potravu bez chuti, aby ji poté spolkl. Jídlo může být v jakémkoli směru plnohodnotné, avšak uvnitř takového člověka se stává jak duchovní, tak fyzickou škodlivinou, protože z něj člověk nedokázal získat nezbytné informace. V takovém případě je hubnutí příznakem nemoci.

4. Člověk žijící přáními, zaměstnaný velkými věcmi, jí proto, aby byl silný a bojoval s těžkostmi. Jeho chuť k jídlu je zpočátku větší, než je třeba. Jí málo často, ale hodně, aby nezslábl. Objem potravy možná nemusí být zas tak příliš velký a potrava příliš kalorická, je však konzumována s velkým množstvím špatných, nezralých myšlenek. Těžké myšlenky zpočátku vyvolávají pocit tíhy v žaludku, později v celém těle. Proměňují se v nadbytečné kilogramy – v kilogramy škodlivých látek. Čím jsou přání větší, tím větší je nezralost a tím větší nestrávené části potravy uvíznou v energetické síti těla a vyvolají nemoc odpovídající stupni jejich zátěže.

Je-li člověk ještě ke všemu upřímný a nechce skrývat své pocity, škodlivé látky se projeví ve formě obezity. Jedná se o patologii nejméně závažnou, která zpočátku pouze škodí kráse, ale časem, dokonce ani když se neprohlubuje, se stává tím těžší, čím dál, výš a rychleji se člověk snaží postoupit a prosadit se.

Jinak řečeno, tlustý je ten, kdo si ze všeho nejvíc váží čestnosti a poctivosti, a *proto chce být velmi čestný a poctivý*. Vedení podvědomím se tito lidé nezamýšlejí nad tím, že čestnost a poctivost je projevem špatného. Takže *tlustý člověk chce špatné ukázat, avšak bojí se ho vytáhnout ven, neboť se obává, že bude pokládán za špatného člověka*. Snaží se dokazovat svou pozitivitu dobrou prací a zdvořilým chováním. Ani ho nenapadne, že všechno má své meze.

Čím je pro člověka důležitější vnější krása, tím víc se omezuje v jídle, aniž by si uvědomoval, že i ta nejmenší porce zkonsumovaná pro udržení ducha v těle je strávena analogicky jeho myšlenkovému procesu. Hubené kalorie nedovolují ztloustnout, avšak nebrání vzniku nemoci. Mnozí tlustí lidé se podvědomě bojí omezit množství jídla, poněvadž cítí, že ihned onemocní. V tomto směru mají pravdu.

Pokud člověk nezmění svůj způsob myšlení, potřebuje k zásobování stresů hodně jídla, neboť když je ho nedostatek, stresy si ho berou z těla. Tělo hubne, schránka na stresy se co do rozměrů zmenšuje, stresy se snaží dostat ven a tělo onemocní. Člověk například velice chce zhubnout a pocit hladu vyvolává zoufalé přání všechny obviňovat: vždyť mu ani nedají najíst. Svéráznost obviňující zloby určuje svéráznost vzniklé nemoci.

Kdo chce mnoho, tomu nic nestačí. Nechce a neodvažuje se ani trošku dávat. Chtěl by dát jen to, co se mu na něm nelíbí. Například nadbytečné kilogramy. Nadbytečných kil se však nezbaví, dokud se nezbaví energie obviňující zloby. Kdo se i nadále tvrdohlavě považuje za dobrého člověka, nepřízná svou zlobu a neuvědomí si hlubokou podstatu energie zloby. Nepříznání se projevuje neochotou dát to, co mám. Mnozí se domnívají, že mají příliš málo všeho, a proto trpí zácpou.

Zácpa pochází z toho, že si člověk všechno schraňuje pro sebe. Podělit se s bližním se rovná plýtvání, vyhazování všeho

jmění do větru. Trpí-li člověk zácpami, jeho šetrnost přerostla v lakotu. Přání mít ho nutí všude a ve všech vidět lakomost nebo zlomyslnou rozhazovačnost. Nevěří v ničí štedrost.

Lakota bývá duchovní, duševní a materiální.

Člověk, jenž se nechce dělit o své znalosti, patří k **duchovním lakomcům**. To je nejzlostnější druh lakomosti. Strach přijít o vlastní znalosti někdy nedovolí ani podělit se o obyčejnou životní moudrost. Strach, že moje znalosti nebo informovanost budou využívat druzí, závisí svou intenzitou na kvalitě vědeckého vzdělání. Když se takový člověk dozví o tom, že někde byly ukradeny tajné vědecké informace, jeho strach prudce vzroste.

Dospívání a rozmnožování člověka se vztahuje k množství, vývoj ke kvalitě. ***Nechce-li se člověk dělit o své znalosti, skrblí a nechce se dělit o kvalitu.*** V tomto případě se střevní trakt jako by vyprazdňuje, ale navzdory tomu se na sliznici střevního traktu hromadí velké množství výkalů, které mu nedovoluje kvalitně pracovat.

Duševní lakota, při níž člověk skrblí láskou, vede k lakomosti ve vztahu k věcem. Lakomost ve vztahu k věcem zpětně prohlubuje lakotu ve vztahu k lásce. Přitom se strach *nemají mě rádi* mění ve strach *moji lásku nikdo nepotřebuje*. Dřív člověk nedával proto, že nedávali jemu, teď nedává proto, že od něj neberou. Motivace je přesvědčivá. Zácpa představuje *přání* mít to, co chci mít. Útrapy s ní související vyjadřují, že si *nepřeji* mít to, co mít chci. Když se nad tím zamyslíme, je to podivné, není-liš pravda? My všichni jsme ve větší či menší míře podobnými bloudy s rozporuplným myšlením, kteří přivolávají neštěstí sami na sebe.

Jinak řečeno **užívání projímadla je v podstatě v rozporu s přáním člověka**, proto po vyprázdnění střev nevznikne pocit nijak zvláštní úlevy. Podstatná část výkalů přilne ke sliznici střevního traktu a vytvoří usazeniny tvrdé jako kámen. Střevní trakt se vyčistí, když člověk změní způsob myšlení.

Nezbytnost očisty uznávána je, avšak potřebnost očisty bohužel nikoli. Měla jsem možnost poslechnout si o všelikých figlech a vidět v provozu zázračné přístroje na výplachy střev, které

vyčistí střevní trakt, až se leskne, všechno je však jen zrakový klam.

Zbavit se všeho nepotřebného můžeme i bez vychvalovaných, pro tělo škodlivých procedur.

Je k tomu třeba pouze změnit svůj způsob myšlení – osvobodit stresy.

Věřím tomu, co vidím třetím okem, to jest srdcem. Před několika lety, během mého pobytu v zahraničí, mně chtěli ukázat provoz supermoderního přístroje určeného k výplachům střev, jenž je údajně pro tělo zcela neškodný.

Čest být v roli zkušebního králíka jsem přenechala reklamnímu agentovi. I když se urazil, stejně mě přesvědčoval o tom, že on sám si jednou týdně dopřeje dvouhodinového výplachu střev a cítí se báječně, jako nikdy dřív. Kousla jsem se do jazyka – člověka rozumu je lepší neuvádět do rozpaků. A on stále dál trval na svém. Dohodli jsme se, že se nějak sejdeme, abychom to znovu probrali. Bohužel neuplynul ani rok a zemřel na rakovinu střev.

Člověka vždy zajímají *jeho zranitelná místa*, i když o sobě ještě nedávají vědět fyzicky. Podvědomí přitahuje *možnost řešení problému*. Myslí-li člověk rozvážně, řeší problém pouze na úrovni myšlení, to jest na duchovní úrovni. Když myslí *rozumem*, začne ku pomoci vyhledávat materiální prostředky. Člověk, jenž si zatím neuvědomuje svou chybu, ji dobře rozeznává u druhých. Může se zcela oddat poskytování pomoci druhým a nevěšmout si postupující nemoci vlastního těla. Tím mu jeho tělo dokazuje, že tělu je třeba pomáhat především nikoli materiálně, to jest léky a procedurami, ale duchovně, nápravou způsobu myšlení.

Čím vyrovnaněji člověk myslí, tím méně potřebuje materiální pomoc.

Zácpa urychluje vznik rakoviny. To neznamená, že při stále řídké stolici je rakovina nemožná. **Průjem** vyjadřuje zoufalství související se starostmi, při němž se člověk chce najednou zbavit všech nepříjemných záležitostí. Když člověk pocítuje velmi silné přání být silný a svou sílu demonstrovat a rovněž stejně velké **přání zbavit se všech nepříjemných věcí**, bude průjmem trpět

stále. Může zeslábnout až k mdlobám, avšak navenek bude přibírat na váze. Proč?

Protože vše nezbytné – minerální látky a vitamíny – z těla odtéká a vše nepotřebné – nadbytečné kalorie – zůstává. Porucha látkové výměny se prohlubuje.

Tlustý chce být čestný a poctivý sám, hubený chce, aby poctiví a čestní byli druzí. Tlustý považuje lháře za čestné, hubený vidí v čestném člověku podvodníka. Hubený je velmi náročný k druhým, protože se domnívá, že ostatní mu nemají co vytknout, vždyť je ve skvělé formě. Když si tlustý vytyčí cíl, že zhubne, a skutečně zhubne, jeho náročnost k sobě se změní v přílišnou náročnost k ostatním. Začne platit zásada: proč ostatní nemohou, když já mohu. Takový postoj se může změnit v totální krutost. **Dnes je módní dbát na svou váhu** a rovněž být krutý.

Tuková tkáň je skladištěm stresů, přesněji řečeno smutku. A *smutek* přece **představuje bezmocnou zlobu**. Když se rozměry skladovacích prostor zmenšují, je třeba obsah umístit kompaktněji. Když se sklad zmenší ještě víc, je třeba obsah slisovat. Při jaké váze těla dosáhne jeho obsah kritické hmotnosti hrozící výbuchem a ve kterém okamžiku vybuchne, závisí na nejzazší hranici odolnosti a tloušťce kůže jejího majitele, to jest na přání být čestným a poctivým člověkem.

Výbornou myšlenku **dbát o svou váhu a rovněž o kvalitu potravy** mění sledovači váhy ve frašku. V soutěži o množství ztracených kilogramů málokdo z nich zůstane stranou. Náruživost se neptá, co bude dál, hlavní je získat *komerční* zevnějšek. Není důležité, jaká nemoc se z takového zhutnění stresů vyvine. Mnohem horší je, když *Člověk* propadá zkáze. Tlustý, energický, dobrosrdečný člověk, projevující aktivní zájem o všechno na světě, se náhle stává otrokem svého těla a nevidí kolem nic kromě kalorií a kilogramů.

Možná se Vás to dotklo, neboť též patříte mezi sledovače váhy a chcete namítnout, že jste se otrokem svého těla nestali. Pokud jste se jím nestali, Vaše váha se o mnoho nesnížila. Když se nesnížila, znamená to, že jste nad tím mávli rukou. Vždyť kvality se dosahuje obtížně. S množstvím je to jednodušší.

Myšlenka sledování váhy je v zásadě blahodárná, neboť člověk učí věnovat pozornost svému tělu a orientovat se v kvalitě potravy.

Pro ženu, o níž jsme již hovořili, byly obvyklým jevem jak průjmy, tak zácpy. Aniž by pronikla do podstaty mých slov, pustila se do sebeospravedlňování a připomínala mi válečné hrůzy a deportace, i když ani ona ani já jsme jimi v tomto životě neutrpěli. Ve vhodné chvíli jsem jí připomněla, že my obě jsme v minulých životech zemřely hlady, a proto se hladu bojíme. A ve mně se ještě k tomu usadil strach zeslábnout, protože spoléhám jen sama na sebe. U ní je tento strach zatím malý, jelikož nadále předpokládá, že navrátit zdraví jí musí pomoci druzí.

Žena s mými slovy souhlasila, i když nechápala, s čím vlastně souhlasí. Takhle se chová vždy, neboť chce být dobrým člověkem. Později je dozajista ukřivděná. Toto chtění ji současně nutí držet jazyk za zuby a křivdu spolknout, jinak ji lidé, jak je známo, budou za zády pomlouvati. Je absolutně pevně přesvědčená o tom, že nikdo o ní nemůže říci ani jedno špatné slovo. Jediný, kdo tvrdil opak, byl její muž, ale ten zemřel již před dvaceti lety. Děti nemá.

Přání líbit se všem je téměř vždy realizováno na účet rodiny. Čím širší je okruh známostí a čím silnější je přání komunikovat se všemi, tím více trpí manžel, děti a rodiče. Pokud okolí neprojevuje takovou láskyplnost, se kterou člověk vysluhující si lásku počítá, viníky jsou vždy členové rodiny. Špatná rodina neumožňuje dobrému člověku zářit v plném lesku.

Nazývá-li člověk cizí lidi dobrými, své vlastní nazývá dozajista špatnými. Nastane doba, kdy se špatnými stanou i cizí, neboť nedostatečně vysoko oceňují utrpení dobrého člověka. A tu se k němu ještě jako bumerang vrátí ukřivděnost rodiny, která byla vinna bez viny. Výsledek je vždy stejný: člověk cítí, že ho nikdo nemá rád. Ze dne na den se opakuje pořád totéž, jen scénář je stále černější. Nakonec člověk buď změní svůj způsob myšlení, nebo zemře. Druhá varianta je dosud populárnější. Navzdory mravoučnému přísloví člověk odkládá na budoucí život to, co může udělat už v nynějším.

ŽIVOT A TRÁVENÍ

Život člověka je nekonečným *dílem*, tedy *pobýváním ve stavu činnosti*. Dílo bývá různé: duchovní, duševní a fyzické. *Myšlenky* na okolní svět a na vlastní úlohu v tomto nekonečném světě znamenají *pobývání ve stavu duchovní činnosti*. Láska se vztahuje k *pobývání ve stavu duševní činnosti*. Práce představuje *pobývání ve stavu pozemské činnosti*. Toto vše dohromady je prostě bytí neboli pobývání v živém stavu a cílevědomé uspokojování vlastních potřeb. Abychom v životě zůstali lidmi, je nezbytné dodržovat následující posloupnost v uspokojování potřeb: nejprve duchovní potřeby, potom duševní potřeby a na samém konci fyzické.

Podvědomí ví, co a jak je třeba. Nejsme-li schopni čerpat znalosti uchovávané v podvědomí, neuvědomujeme si nezbytnost dané posloupnosti a dovolujeme rozumu, aby vše bylo vzhůru nohama.

V důsledku toho onemocní trávicí trakt. **Trávicí trakt nám tím ukazuje, jak se chováme ke své práci a ke všem záležitostem**, jakým způsobem a do jaké míry jsme na své práci závislí a uvízli jsme v přání *dosáhnout něčeho za pomoci práce*.

Činnost se stává prací, když je cíleně měněna v cílevědomost. Vyjádřeno jinak – když strach mění potřebu v přání. Žije-li člověk ve jménu přání, nemůže prostě být a zabývat se potřebnými věcmi. Pro dosažení cíle člověk *musí* něco dělat, a *čím* je cíl *větší*, *tím víc* musí dělat. Člověk žijící ve jménu cíle se tak stává otrokem práce. Otročká práce je nesvobodná a těžká. Proto otrok práci nenávidí. Čím je otrok chytřejší, tím víc se jeho nenávisť rozšiřuje i na pána, který ho nutí pracovat. Stejně tak i člověk našich dnů, podle vlastního soudu svobodný, nenávidí stát, zaměstnavatele nebo sebe samého v závislosti na tom, kdo mu rozkazuje.

Myšlenky na to *stát se někým nebo něčím* se vztahují k *duchovní práci*. Láska kvůli tomu *stát se někým nebo něčím* znamená, že člověk se *zabývá sexem jako pozemskou prací*. Práce ve jménu toho *stát se někým nebo něčím* je *otročká práce*.

Všechno společně znamená, že **člověk se** v zájmu vlastních přání **obětuje** ve jménu cíle. Kdo žije ziskuchtivými přáními, tomu onemocní trávicí trakt.

Stupeň závažnosti onemocnění je v přeneseném smyslu srovnatelný s *hodnotou* získaného.

Chce-li se člověk projevit z kladné stránky, snaží se dělat dobro druhým, aby bylo dobře jemu samému. Chce konat dobro, aby dobro dostával. V postatě se tak i děje. Spolu s dobrým však přichází i jeho opačná strana – špatné, které vyvolává nemoci. Nemoc nás učí, že člověk vědomě konající dobro pro druhé si vědomě působí špatné. Zjevná zlomyslnost. Tato energie dělá z člověka zločince.

Když ostatní nedovolí, aby jim bylo děláno dobro, odmítají dobré a přání zůstává nerealizované. Neudělaná věc, kterou bychom chtěli udělat, se stává požadavkem. **Pokud se k nerealizované laskavosti nechováme pozitivně, stává se z ní nelaskavost, to jest nevraživost.** Čím větší je počet nerealizovaných zbožných přání, tím silnější je ukřivděnost a tím rychleji vzniká rakovina.

Takže *přání mají dva póly: dobrotivost a zlovolnost. Požadavky mají také dva póly: laskavost a nevraživost.* Podle míry růstu jednoho roste i druhý. Člověk, kterého potkalo neštěstí, ani při nejlepší vůli nedokáže pochopit, proč při vší jeho pozitivitě se mu dostává tak krutých zkoušek.

Jelikož stav orgánů dutiny břišní odráží stav Vašich činností a prací, věnujte v této kapitole pozornost takovým slovům jako **zaměstnání, činnost, práce** a rovněž jejich odvozeninám. Prociťujte každé slovo samostatně a pochopíte, že „zaměstnání“ je pojem neomezený, obsahující všechny práce a činnosti, slovo „práce“ však pro většinu z nás nesouvisí s prací na sobě. Proto člověk, jenž je věčně zaneprázdněn nějakou prací či činností, nemá trávicí trakt v pořádku. *Neexistuje žádný druh činnosti, jenž by se neodrážel na stavu trávicího traktu, a neexistuje nemoc, při níž by současně neonemocněl odpovídající úsek trávicího traktu.*

Při duchovním osvobození materiální práce získává člověk schopnost pracovat na sobě prostřednictvím této práce. Pokud před tím, než přistoupíte k jakékoli práci, ztratíte pár minut komunikací s ní, čili **osvobodíte ji ze sebe**, ucítíte, jak se *Váš postoj k práci* mění. Těžká či nepříjemná práce se stane srdci milou a nepřipadá nám už těžká a nepříjemná. Po skončení práce je unavené pouze Vaše tělo a nikoli duše, jak tomu bývalo dřív. Jste-li se sebou spokojeni, jste spokojeni i s prací a vůbec se vším na světě.

Vykonáváte-li tuto práci, pracujete na sobě a práce nezanechává stopy na Vašem trávicím traktu. Naučíte-li se osvobodovat všechny práce před tím, než k nim přistoupíte, trávicí trakt Vás přestane znepokojoval. **Člověku, který se zabývá sám sebou, zmizí neduhy nejen trávicího traktu, ale celé dutiny břišní.**

Nejnáročnějším pracovním objektem je druhý člověk. Obsluha a veškerý personál včetně pracovníků ve zdravotnictví to má nejtěžší s lidmi, kteří žádají, aby se jimi zabývali, ale sami zůstávají nezúčastněnými, pasivními pozorovateli – podíváme se, jak si poradíte. Přičemž jsou absolutně přesvědčeni o tom, že za duchovní pomoc netřeba platit.

Naučte se duchovně ze sebe osvobodit toho fyzického člověka, jenž si přeje, abyste se jím zabývali. Budete-li to umět, dokážete pro něj fyzicky udělat, co si přeje, a pro sebe uděláte totéž duchovně. Pro něj to v žádném případě duchovně udělat nemůžete. Výsledkem bude, že oba budete spokojeni jak sami se sebou, tak jeden s druhým. Pravda je, že duchovní pomoci se mu nedostalo, protože však přišel s přáními a požadavky, vůbec si nepřišel pro duchovní pomoc. Jelikož Vám bude vděčný, přece jen se mu nevědomky jakési duchovní pomoci dostalo.

Budete-li jednat tímto způsobem, ujasníte si smysl rčení: vše, co člověk dělá pro druhé, ve skutečnosti dělá pro sebe.

Obecně řečeno: *místo onemocnění v dutině břišní ukazuje na místo příčiny Vašeho problému*. Co to znamená? Znamená to, že stejně jako má člověk ducha, duši a tělo, má dutina břišní horní, střední a dolní část.

I. Problémy horní části břicha ukazují na *problémy související s duchovními záležitostmi*.

II. Problémy střední části břicha ukazují na *problémy související s duševními záležitostmi*.

III. Problémy dolní části břicha ukazují na *problémy související s materiálními záležitostmi*.

Veškeré duchovní, duševní i fyzické problémy je možné řešit duchovně, žádný problém však nelze řešit pouze fyzicky.

Nemoc fyzicky léčit můžeme, za pomoci medicíny můžeme poškozenou tkáň dokonce odstranit z těla chirurgickou cestou, **problém onemocnění se však pomocí medicíny řešit nedá**. Srdce medikamentózní léčbou neutišíš. A když utišíš, tak jen iluzorně, na krátkou dobu, neboť brzy vznikne další problém.

Vyřešení problémů je totéž jako **nastolení pořádku. Netřeba dělat život dobrý nebo špatný, je třeba nastolit v životě pořádek.**

- Nejsnazší je *řešit duchovní problémy výlučně duchovně*, poněvadž tyto energie mají stejnou hustotu. Jedinou podmínkou je, aby v člověku byl přítomen duch, aby byl člověk schopen myslet. Duše se vztahuje k duchovní úrovni.
- Srovnatelně lehké je *řešení duševních problémů pouze duchovně*, jelikož duše je přítomna vždy. Můžeme ji potlačovat, odstrčit do kouta, když se však na ni obrátíme, uslyší nás.
- Velmi těžké, i když *možné je řešení materiálních problémů výhradně duchovně*. Většinu našich současníků na to nestačí vytrvalost a nejvyšší hodnota materiální úrovně – čas. Těžké se stane normálním, když si člověk uvědomí, že to potřebuje.

Zamyslete se nyní nad problémy svého břicha. Jak si představujete řešení problémů horní části Vašeho břicha, to jest duchovních problémů – jen duchovně, nebo jen fyzicky? Co je přijatelné a co je nepřijatelné? Jak si představujete řešení problémů střední oblasti Vašeho břicha, to jest duševních problémů – jen duchovně, nebo jen fyzicky? Jak si představujete řešení problémů dolní části Vašeho břicha, to jest materiálních problémů – jen duchovně, nebo jen fyzicky? Je možné řešit fyzické problémy výhradně fyzicky?

- **Řešení duchovních problémů fyzickými prostředky** není možné za žádných podmínek.
- **Řešení duševních problémů fyzickými prostředky** je rovněž nemožné, i když lidé říkají, že kdyby byl život pěkný, i duše by byla spokojená. To říkají ti, kterým se život podle jejich názoru nevyvedl, a proto ještě nestačili okusit duševní muka doprovázející „pěkný život“.
- **Řešení materiálních problémů pouze fyzickými prostředky** rovněž není možné, leda by byl člověk zbaven zdravého rozumu. Řešit materiální problémy materiálními prostředky je možné *pouze za jediné podmínky*. Za podmínky, že člověk klesl na úroveň zvířete.

HORNÍ ČÁST BŘICHA

Horní část břicha se vztahuje k duchovním zaměstnáním.

V horní části břicha se nachází žaludek, játra, dvanáctník, příčný tračník a slezina.

V myšlenkách se můžeme zabývat sami sebou a svým postojem ke světu. Díky této činnosti se člověk vyvíjí. Když si *uvědomíme*, že se potřebujeme zabývat sami sebou, *ucítíme* potřebu skutečně to dělat. Když se sami sebou zabývat *musíme*, možná se i zabýváme, ale *necítíme potřebu* dělat to. Necítíme ji proto, že pocity jsou ničeny téměř nezmatelným protestem. V takovém případě Vaše činnost *sleduje určitý cíl*. To znamená, že

**přemýšlení se stává prací od okamžiku,
kdy v myšlenkách začneme něco
dělat cílevědomě.**

Když myšlenky proklouzávají, zůstávají uvnitř, hromadí se a vyvolávají onemocnění v horní části břicha.

Děti již schopné samostatně myslet a rovněž starci, kteří ještě neztratili tuto schopnost, se nechtějí sami sebou zabývat bez využití této schopnosti, a proto *vyžadují, aby se jimi zabývali druzí*. Neustále nás zlobí svými vrtochy. Zeptejte se dítěte, kde bydlí jeho vrtochy, a určitě si ukáže na břicho. Starého člověka se ptát nemusíte, i tak si na bolesti břicha stěžuje. Čím více si člověk jakéhokoli věku přeje, aby se jím zabývali druzí, tím vážnější má problémy s břichem. Pokud se jím zabývat nechcete, začnete mít s břichem problémy i Vy. Jinak to nejde, neboť když Vás k něčemu nutí, budete protestovat – ať už tak či onak.

Přání, aby se mnou zabývali, je stálou snahou podřizovat si druhé. Když chcete být dobří a dovolíte druhým, aby si Vás podřizovali, nebudete mít nikde klid. Dítě či stařec Vás nenechají v klidu ani na záchodě a budou krajně pobouřeni tím, že je prosíte, aby počkali venku. Neuvádí je do rozpaků to, že sedíte na záchodě, ale zneklidňuje je, že se nezabýváte jimi.

Jelikož úroveň vývoje není u všech stejná, naučte se své potřeby vyjadřovat slovy. Pro uspořádání vztahů je to nejjednodušší.

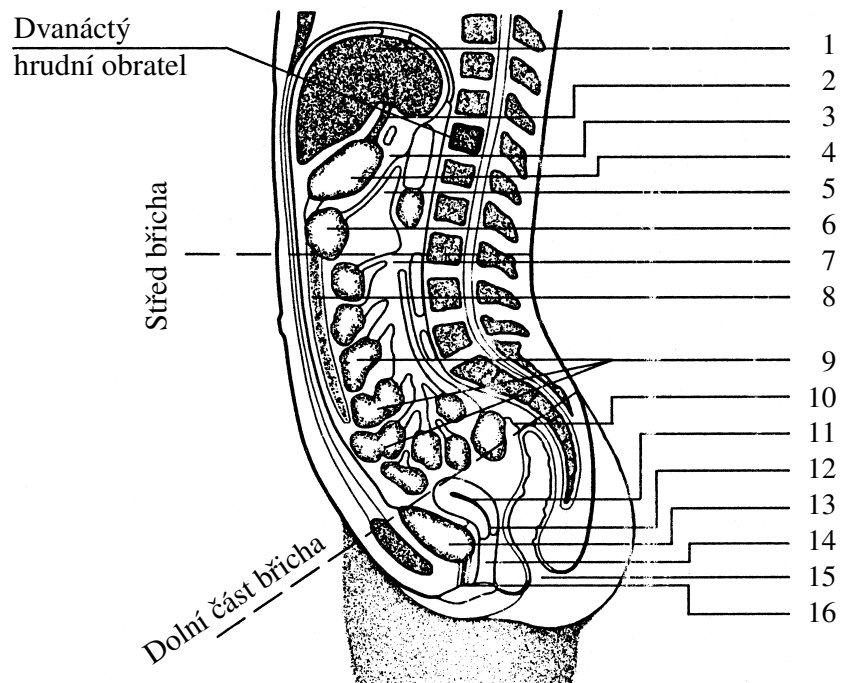
Dítě se se svými vrtochy s radostí rozloučí a ještě jim zamává na cestu. Starý člověk se vzpírá jako býk a trvá na svých právech. Podle jeho názoru všichni lidé, kteří se jím nezabývají, jsou nespravedliví, nehumánní či nevraživí – v závislosti na tom, jak se k druhým chová on sám.

Abyste netrpěli ničimi vrtochy, osvobodte své přání, *aby se Vámi zabývali*. Zamyslete se nad tím, co pro Vás pojem „zabývat se“ znamená.

Starými se lidé stanou tehdy, když se přestanou zabývat sami sebou. O tom, jak člověk *přetváří* život a tedy i lásku v nepřetržitou práci, budeme hovořit později, až bude řeč o pocitu viny. Patrně víte, že lidé jsou obvykle rozdělováni podle věku jejich ducha na mladé, zralé, staré atd. Současně je známé rčení, že člověku je tolik let, na kolik se cítí. Jak je tomu ve skutečnosti?

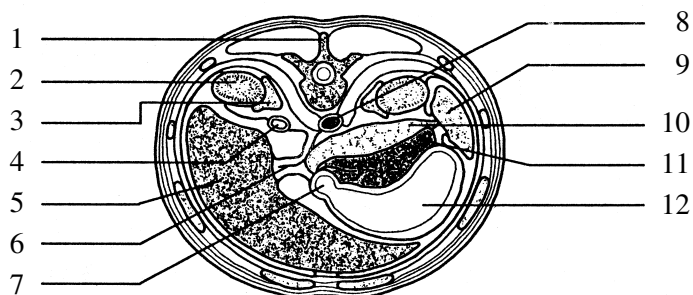
Duch je rovnovážnou energií – kvalitou života, kterou nelze pozvednout. Pozvedne se však sama, když se naučíme rozumět

Uložení orgánů v dutině břišní



- 1 – játra; 2 – malá předstěra; 3 – předstěrový vak malé předstěry; 4 – žaludek; 5 – slinivka břišní, 6 – příčný tračník; 7 – pobřišnice; 8 – velká předstěra; 9 – tenké střevo; 10 – esovitá klička; 11 – děloha; 12 – děložní hrdlo; 13 – močový měchýř; 14 – pochva; 15 – anus; 16 – močová trubice

Řez na úrovni dvanáctého hrudního obratle



- 1 – dvanáctý hrudní obratel; 2 – pravá ledvina; 3 – pravá nadledvinka; 4 – dolní dutá žíla; 5 – játra; 6 – žlučovod; 7 – horní část dvanáctníku; 8 – břišní aorta; 9 – slezina; 10 – slinivka břišní; 11 – předstěrový vak malé předstěry; 12 – žaludek

životu. Čím dokonaleji člověk životu rozumí, tím vyšší je stupeň jeho zralosti, určující stáří jeho ducha. Nezávisle na **stáří ducha** se můžeme od narození do smrti cítit mladí, nebo staří. Čím méně je v člověku stresů, tím mladší je duší. **Stáří duše** určuje život a zdraví duše v dané etapě.

Pokud o všem, co máte, přemýšlíte s dobrými pocity, jste ještě mladí věkem nebo duší. Je-li vám špatně z toho, co nemáte, jste rovněž mladí. Je-li Vám špatně z toho, že něco máte a něco ne, znamená to, že jste již věkem nebo duší staří. Když jste však schopni naprosto klidně přijímat všechno tak, jak to je, a jít dál svou cestou, jste starý duch. Starému duchu duše nestárne.

Duše stárne opotřebením, duch stárne zráním. Stárnutí duše skrze utrpení je součástí procesu zrání ducha.

Dítě, které se narodí nemocné, je od narození staré duší. Znamená to, že na konci předcházejícího života bylo do té míry uštváno a vyčerpáno prací, že si nedokázalo udělat čas dokonce ani na smrt. Život poskytuje každému čas na to, aby se zabýval sám sebou. I když tohoto času nevyužijeme dříve než na smrtelném loži, můžeme v zásadě porozumět chybám, které jsme během života udělali, přiznat je sami sobě a tedy napravit. Některý člověk při zpovědi na smrtelném loži omládne na duši a zbaví se útlaku do té míry, že se k němu život navrátí a žije ještě dlouhá léta.

Vystupuje-li zpovědník v roli krutého soudce, nic takového se nestane. Takovým zpovědníkem se může stát rovněž člověk sám, když i před tváří smrti přemýšlí o věcech, které neudělal. Pokud zůstalo něco neuděláno jako odplata někomu, je jeho břímě zvláště těžké. Jsou lidé, kteří říkají, že *neprosí, ani kdyby měli umřít*. Znamená to, že nemají v úmyslu rozloučit se s břemenem neudělaných věcí, a proto nejsou schopni znovu získat svou dětskou bezstarostnost.

Proto do následujícího života budou nuceni vstoupit jako staří či nemocní. Jedinou možností jsou pro ně nyní rodiče, kteří by mohli ulehčit duši dítěte osvobozením svého vlastního břemene stresů, kdyby se dovtípili, že to mají udělat.

Poněvadž úhrnné vyjádření rodičovské energie, to jest počáteční energie života dítěte, se rovná energii konce jeho předcházejícího života, bývá mezi rodiči málo takových, kteří se při

spatření dětského neštěstí pohrouží do sebe. Obviňovat se začnou mnozí, v krizové situaci tím však nelze ztrácet cenný čas. Rovněž netřeba ztrácet čas obviňováním druhých. Právě k tomu však skoro pokaždé dochází. Člověk činu žije podle zásady: není čas sedět a drbat se na zátylku – je třeba jednat! Nechápe, že když nás ve všeobecném spěchu začne svědit zátylek, je načase ho podrbat. Právě tímto způsobem o sobě dává vědět dobrá myšlenka.

Člověk, který chce být výhradně dobrý, považuje za zcela přirozené, že ten, kdo je vinen, musí svou vinu vykoupit. Příčiny vrozených onemocnění hledá a nachází všude kolem, jen ne v sobě, a medicína jako asanace životního prostředí je *povinna* chybu napravit. Jak vědecká, tak alternativní medicína dělají všechno, co je v jejich silách, je to však násilné zasahování. Vzhledem k dítěti to může přinášet *dobré* výsledky, které jsou však *špatné* ve vztahu k rodině. Co vidíme? Z jedné strany se stav dítěte poněkud zlepšuje. Ze strany druhé – v rodině začínají rozbroje, které jsou úměrné zlepšení zdraví dítěte. Nakonec se však dítě kvůli rozbrojům v rodině uzdravovat přestane.

Tam, kde jsou rodiče učeni *zabývat se dítětem* a nespoléhat zcela na medicínu, se dosahuje podstatně lepších výsledků, jak co se týče zdraví dítěte, tak i rodiny. Teprve tehdy, až vyzrajeme do té míry, že v případě nemoci dítěte se rodiče naučí zabývat se duchovně sami sebou, se staneme svědky zázraků.

Dítě je duchovním učitelem svých rodičů. Narodí-li se nemocné, ukazuje tím na vztahy mezi rodiči, které jsou nezdravé ve stejné míře; to jest na lásku, která se stala otrockou povinností. Stala se takovou z neschopnosti a neznalosti. Kdo v nemocném dítěti spatřuje zrcadlový odraz sebe a rodiny, udělá z toho odpovídající závěr a pustí se do osvobození své chyby, napraví svou část společné práce. Celek selepší jakoby sám o sobě.

Zdravé dítě je zaměstnáno činností. **Činnost** znamená *plně se něčemu věnovat*. Činnost nelze nazvat prací, ani když jsou plody práce naprosto zřejmé. Činnost představuje jednolitou energii dokonce i tehdy, když není vidět žádný konkrétní materiální výsledek. *Činorodý člověk je klidný, soustředěný, pohroužený do své činnosti, která mu přináší uspokojení*. Dnes se takoví lidé stali vzácností.

Činnost je charakteristická pro zdravé dítě. S činorodými dětmi se bohužel setkáváme stále vzácněji. Většina z nich se *čím-si cílevědomě* zabývá, jelikož děti učíme cílevědomě něco dělat. Tato činnost může dítě zaujmout, jelikož však není jeho naprosto prvořadou potřebou, je nuceným stavem a u dítěte vznikají problémy v horní části břicha.

Když neúnavně přemýšlíte o tom, jak vyřešit nějaký problém, řešení naleznete, avšak nerealizujete ho, bude Vás znepokojoval horní část břicha. *Dobrá* myšlenka uvízne v břiše a vyvolá *špatný* stav. To znamená, že pokud se Vaše přání neplní, přináší vám to utrpení. Proč lidé nerealizují své ideje? Protože se už předem bojí a odmítají jakékoli pokusy. Nebo narazí na překážku a couvnou. Volí cestu nejmenšího odporu. Neumějí řešit svůj problém duchovně, to jest neumějí ho osvobodit.

Problémy bývají duchovní, duševní a materiální. Předpokládá se, že jejich řešení pouze v myšlenkách nepřináší užitek. Výsledek myšlenkové práce musí být uveden do života, jinak nám duše nedá pokoj. Pokud ho realizujete materiálně, osvobodí se rovněž duchovně. Vaše duše se nebude muset trápit neudělanou prací. Pokud si uvědomíte, že řešení není možné realizovat materiálně, že je to jen překrásný sen, jenž je v daných podmínkách utopií, osvobodte ho duchovně. Při úplném osvobození se může ukázat, že řešení se realizuje, neboť vůbec nebylo utopií. Neměli jste prostě dostatek moudrosti, abyste ho realizovali. Takovou možnost přinesla rozumu Vaše rozvážnost.

NB!* Má-li člověk duchovní cíle, souvisejí vždy s duchem, to jest s duchovní bytostí, to jest s člověkem. Dokonce i v případě, kdy si to neuvědomujeme.

Duch je neomezený. Cíl je omezený konečným výsledkem. Jinými slovy spojení *ducha* a *cílů* je utopií. *My* to přesto děláme. Sotva se člověku dostane tělesné podoby, začneme ho cílevědomě měnit. Málokdo předělává sebe, většina lidí předělává druhé a bývají nevýslovně šťastní, když vidí, že se druhý změnil. Změna, která se s druhým stala, je považována za výsledek vlastní

* Pozn. překl.: NB = *lat.* nota bene = dobře si zapamatuj

práce. *Kdo upřímně věří, že se druhý změnil díky jemu, nepřestává vychvalovat sám sebe.* Dme se hrdostí a o jeho horní části břicha můžeme říci totéž.

Duchovní přínos je příbuzný s hromaděním plynů.

Existuje pojem „duchovní nátlak“. Vyjádřeno modernějším jazykem – **manipulace cizím vědomím**, ve skutečnosti však znalostmi. Když člověk jako nezaujatý pozorovatel *soucítěně* pozoruje, jak někoho duchovně zpracovávají, může pocítit křeč ve kterékoli části břicha, jako když se tam nafukuje míč. Zpočátku se míč jakoby plní vzduchem, pak se začne nepříjemně rozpínat a projevuje se bolestí, dokud nepraskne. Volky nevolky překonává strach.

Je to strach tragický: co bude, když neudělám, co se ode mne očekává? Z jedné strany chceš člověku vyjít vstříc, z druhé ti však vnitřní hlas říká, že si tím uděláš špatně. Strach blokuje schopnost myslet a člověk, ať velký či malý, nakonec dovolí, aby jím manipulovali. Virtuóзовé v oblasti duchovního nátlaku vědí, že vždy dosáhnou toho, co chtějí, a nikdo je přitom nemůže později obviňovat, neboť nepoužili fyzickou sílu. Jak už to tak bývá, všechny zákony na papíře chrání lidi před hloupostí, nikoli před rozumem.

Každý názor v zásadě představuje duchovní nátlak. *Názor sleduje svůj cíl* nezávisle na tom, jak je vyjádřen: přímo či nepřímou, kladně nebo záporně, v myšlenkách, ústně nebo písemně. Nejvyšší úroveň manipulace lidským vědomím je vlastní **reklama**, v níž se zdůrazňuje, že propagované zboží je ve srovnání s ostatním nejlepší. Člověka se stesy, neschopného vnímat sebe ani okolní svět, je možné za pomoci reklamy změnit ve skutečného zombieho. Nevidí reklamu, která seznamuje spotřebitele s přednostmi nového užitečného zboží, jako takovou, ale žene se za vnějším pozlátkem.

Když dítětem není manipulováno od malička, nehrozí mu, že se v dospělosti stane seriózním objektem manipulace, kterému je pomocí reklamy možné vnutit vše, co je libo. Jinak řečeno, nedá se oblbout. Zachycuje skrytý smysl jakékoli informace, bere

v potaz, co potřebuje, a ostatní pouští mimo sebe. Nemá na něj vliv ta část reklamy, která manipuluje jeho nevědomostí, to jest hloupostí.

Manipulace je znepokojující pro ty, kteří chápou, že je jimi manipulováno, ale neumí ještě být sami sebou. Dotýká se jich jakýkoli projev duchovního násilí, neboť by chtěli ochránit každou oběť. Čím slušněji se snaží problém řešit, tím silněji se jejich boj uzavírá do vlastních stresů, které potlačují. V konečném důsledku se takový člověk stává ještě více manipulovatelným.

Příklad ze života

Telefonicky se na mě obrátila těhotná žena, která si stěžovala na bolest v dolní části břicha na pravé straně. Její pravý vaječník se mi zjevil jako bramborová hlíza přibitá hřebíkem na zeď. Děloha byla obrácená zadní stěnou trochu doprava. Plod byl podobný smutnému dítěti, které svésilo hlavu na prsa a mlčky snáší utrpení. Všechny tyto pocity byly ženě známy, nedovtípila se však, že je má osvobodit. Lidská fantazie prostě není schopna přikládat tak prostým věcem zvláštní význam.

Pravý vaječník je ve vzájemném vztahu s energií bratra. Děloha, to jest matka, se otočila k bratrovi zády. Žena sama bratra neměla. Ucítila jsem, že problém spočívá v plodu a jeho bratrovi. Rodiče, kteří s plodem komunikovali, připravovali svého tříletého syna na to, že přijde bratříček nebo sestřička. Klouček byl plnoprávným bratrem – každý den si čile hrál a povídal se sestřičkou či bratříčkem a dařilo se mu to lépe než rodičům. Narozené a nenarozené dítě byly natolik zajedno, že i jejich utrpení byla společná. Matka si to už stačila uvědomit a osvobodit část stresů, neujasnila si však ještě všechno.

Jádro problému matka vystihla rychle. Přiznala se, že cítí vnitřní protest proti svým rodičům, kteří velmi stojí o hlídání chlapce, avšak ve skutečnosti z něj chtějí vychovat pravého muže. Podle názoru rodičů je pravým mužem ten, jenž vždy dává přednost ženě, plní její přání a je samá pokora. Otec ženy je pod pantoflem, ta se již na jeho pokoru dost vynadávala a protiví se výchově syna ve stejném duchu. Nechce, aby byl v dospělosti kvůli svému poníženému postavení zatrpklý.

Žena věděla, že v duši rodičů se nahromadil obrovský pocit viny před vlastními dětmi, jakoukoli zmínku o tom však kategoricky odmítali. Ospravedlňují se, i když je nikdo z ničeho neobviňuje, a stále se snaží dokázat, že nejsou vinni. Dcera rodiče neobviňuje a nejednou jim to už řekla, oni to však nikterak nemohou pochopit. V pochopení jim brání pocit viny. Dcera je z této nsmyslné a hloupé situace unavená. Rodiče zakoušející pocit viny hledají viníky a vyžadují, aby všichni souhlasili s jejich verzí.

Jen mimochodem podotýkám, že lidé s pocitem viny chtějí, aby s nimi druzí souhlasili. Mohou se dostat do takové ráže, že budou vyžadovat potvrzení své pravdy dokonce i u toho, koho sami obviňují. Nakonec se ukáže, že člověk je vinen tím, že na sebe nechce vzít neopodstatněnou vinu. Lidé s pocitem viny mají vždy ve všem pravdu a vytrubují to na všech rozích. A běda, ostatní jim většinou věří. Většina lidí totiž neví, že v druhých člověk spatřuje sám sebe.

Pocit viny před dětmi člověku přikazuje, aby byl zvláště dobrý ve vztahu k vnoučatům. „*Být zvláště dobrý*“ znamená *vychovat z vnoučat zvláště dobré lidi*. Fakt, že to není třeba, ale jen ke škodě, babičky a dědečkové nechápou, ani když se pokoušíme jim to vysvětlit. Rozhovor na dané téma se nijak nedaří: vy o koze a oni o voze. Když si mladí uvědomili beznadějnost situace, ustali v pokusech rodiče změnit, ale strach, že je rodiče nenechají na pokoji, ještě neosvobodili. Rodiče jim nedají pokoj, dokud mladí svůj strach neuvolní a nepřestanou staré provokovat.

Žena *chtěla* jednat spravedlivě, nezamyslela se nad tím, zda je to třeba či nikoli, a dala synovi možnost výběru, jestli chce jít k babičce a dědečkovi, nebo ne. Syn neřekl ani ano ani ne a po několika hodinách upadl a natloukl si. Poněvadž pády mu vůbec nebyly vlastní, začala být matka ostražitá a snažila se pochopit, co to znamená. Příští den chlapec upadl znovu. Večer téhož dne matka ucítila svíravou bolest v pravé části podbřišku.

Když jsem se ženy zeptala, co jí říká pojem „duchovní nátlak“, okamžitě vše pochopila. Rozčiloval ji duchovní nátlak vlastních rodičů. Tím, že dala dítěti právo rozhodovat, ponechala maličkého bezelstného kloučka samotného s chytráctvím

babička a dědečka. Tím jako by se od syna odvrátila. Chlapec byl v této situaci jako brambor přibitý hřebíkem na zeď.

Sobectví dospělých manipuluje nejen dětmi. Umlouvání a přemlouvání se rozšiřuje i na dospělé, zejména na členy rodiny. Když se z nich nedaří něco vymoci, slýchávají: „*Proč mě doháníš až k pláči? Proč mně působíš bolest? Proč mi nechceš ulehčit život?*“ Žena nedala najevo své zoufalství a tiše, s bolestí v hlase se zeptala: „*Ale proč tak rodiče jednají?*“

Proč člověk takhle jedná? Protože to neumí jinak. Jedná tak, dokud se nenaučí jednat jinak. Když se dostane do krizového stavu, připraví převeliké utrpení sobě i svým nejbližším, uvědomí si, co natropil, a přestane jednat postaru. Zatím si však neuvědomuje, že když dělá dobro, tvoří zlo.

Manipulaci s vědomím člověka se rovněž říká **omotání kolem prstu**. Lidé, kteří si omotávají druhé kolem prstu, sobě podobné lidi nesnášejí a vidí je dokonce i tam, kde nejsou. Vidí v druhých sami sebe. Proto je třeba připomenout, že když ukazujete na člověka prstem, tři Vaše prsty ukazují na opačnou stranu, tedy na Vás samotné. Když upozorňujete člověka na někoho třetího, protože se Vám zdá, že si ho chce omotat kolem prstu, zamyslete se nad sebou. Upozornění je normální. Přehánění s upozorňováním je už zastrašování. Když zastrašujete, nechápete, že hovoříte o sobě.

„*Budu to muset snášet ještě dlouho?*“ – zeptala se žena. „*Do smrti rodičů.*“ – odpověděla jsem. „*Vy se domníváte, že problém je v rodičích. Ve skutečnosti jste Vy sama součtem rodičů, a kdybyste ve finále předcházejícího života neměla stejnou nezvládnutou energii, tyto rodiče byste si nevybrala. Čím důkladněji se budete zabývat sama sebou, tím rychleji zcela pochopíte tento problém. Až rozpoznáte, co to pro Vás znamená, rozhrne se před Vaším viděním světa další těžký záves a budete vděčná svým rodičům za to, že přes ně, to jest přes pár těch nejbližších a proto velmi názorných učitelů jste se naučila lekci svého života.*“

Doufáte-li v cizí lidi, doufáte marně. Pokud na Vás vyvinou duchovní nátlak cizí lidé, ustoupíte stranou a přerušíte s nimi styky. S vlastními rodiči to tak jednoduché není. Což je štěstí, kte-

ré si dosud neuvědomujete. Štěstí je možnost velmi dlouhého poznávání svých rodičů. Mnohým, abychom neříkali většinou, se to zdá být neštěstím. A jak myslíme, tak to pro nás i je. Když se názor převrátí na opačný, problém se zásadním způsobem mění. Vše závisí na vlastním postoji.“

Hovořím se ženou a ta najednou řekne: „*Oh, vyšla mi z úst ohromná vzduchová bublina a v břiše se mi ulevilo.*“ Po několika minutách zmizel pocit tlaku v dolní části břicha. Pak žena ucítila, že se jí děloha vrací do původní polohy – to trvalo ještě několik minut. Dolní část břicha se oprostila od nepříjemných pocitů. Problém byl osvobozen. Matka se znovu změnila v kvočnu, držící syna pod křídlem, která ho od sebe nepustí, dokud sám nebude chtít. Je třeba, aby tento pocit zakusily všechny matky, aby nevystřčily dítě na samostatnou cestu předčasně. Rozvážné dítě je třeba připravit na možné úskočné intriky chytrých dospělých, jinak se dostane do závislosti na velkém a silném.

Když žena druhý den zatelefonovala, situace se změnila. Večer před tím babička opět zavolala svému vnukovi a přemlouvala ho tak usilovně, že se chlapec vzepřel a rozhodl se zůstat doma. Přání dostat se z městského bytu a zaběhat si venku v přírodě v něm bojovalo s neuvědomělým pocitem nebezpečí. Dítě se dostalo *do slepé uličky*. Na fyzické úrovni se rozhodlo, duševní stav „slepé uličky“ však zůstal. Matka byla při rozhovoru úmyslně přítomna, aby se v této situaci lépe poznala, a začalo jí být syna líto. Současně jí začalo být líto matky. Proč je však matka taková? Proč by nemohla vnuka pochopit? Proč nemůže být upřímná a přímočará? Vždyť by spolu mohli všichni normálně komunikovat.

Její přání být pro všechny dobrá bylo příliš veliké, stejně jako naděje, že všichni pochopí všechno beze slov. Neřekla tedy matce to, co bylo třeba říci. Neřekla z toho prostého důvodu, že nerozumný člověk se chová nerozumně i sám k sobě. Nevysloví-li člověk, co je třeba říci, schovává v sobě časovanou bombu.

Lítost je energie, s jejíž pomocí probíhá ***předávání energií od toho, koho litují, tomu, kdo lituje***. Matka do sebe nasála stav „slepé uličky“, ihned ho však v sobě potlačila. Dospělí brilantně ovládají umění potlačování stresů. Naštěstí od syna nepřevzala

všechno. V opačném případě by již onemocněla apendicitidou – zánětem červovitého přívěsku. Takhle se ženě jen trochu dole uprostřed nafouklo břicho, což bylo doprovázeno nepříjemnými pocity. Plod se naopak držel statečně a odhodlaně, stejně jako jeho bratr. Nebezpečí ohrožení těhotenství tedy minulo.

Zevnitř je břicho vystláno **pobřišnicí**, která jakoby **dohlíží na to, aby lidská činnost nepřekračovala určitý rámeček**. Začneme-li *chránit* prostředí, v němž se nacházíme, pobřišnice se dostává do stavu *napětí*. Vznikne-li protest, to jest *pasivní zloba*, vzniká už mírná bolest. Objeví-li se přání ze sebeobrany *útočit*, je to *již překročení hranic vlastního teritoria*, což se na pobřišnici analogickým způsobem odráží. V našem případě naštěstí žena chránila sebe a dítě, ale na matku neútočila.

Po třech týdnech žena zatelefonovala znovu. Tentokrát jí bylo moc špatně. Měla zvýšenou teplotu, a to znamená nenadálé zoufalství. Co se stalo tentokrát?

Pověděla mi, jak se vyřešil problém s rodiči. Její duše se uklidnila. Když však šla na pravidelnou prohlídku do těhotenské poradny, nezůstalo po duševním klidu ani stopy. Kromě obvyklých vyšetření jí vzali krev na genetický rozbor. Člověku obeznámenému s pojmem genetická zkouška to něco říká, neobeznámenému to však neříká nic. V daném případě se ukázalo, že žena mající vysokoškolské vzdělání je s věcí neobeznámena a bylo třeba jí podstatu rozboru podrobněji objasnit. Na otázku: „*Proč se zkouška dělá právě teď?*“ jí ostře odpověděli, jako by se to rozumělo samo sebou: „*Nikdo přece nechce mít dítě – mrzáka.*“ Pokud se k práci přistupuje, jako by se vše rozumělo samo sebou, znamená to, že ego člověka jedná bez ohledu na druhého člověka.

Ego pacienta a ego lékaře se vzájemně střetla. Ego pacienta je vědomí toho, že pacient má právo dostávat informace, které se ho týkají. Ego lékaře je vědomí, že pacient se musí podřizovat nařízením. Vždyť mu nikdo nepřeje nic špatného. A poněvadž se v tom stejně vůbec nevyzná, obejde se to bez dlouhého vysvětlování. Mezi lékaři je málo těch, kteří jsou schopni jednoduše, stručně a pochopitelně předat pacientovi složité lékařské informace. Na druhou stranu stručné a jednoduché informace pacienti nechápou. Vadí jim v tom sebelítost. Pacient, který se lituje, vyža-

duje, aby se lékař neúnavně a bez ohledu na čas zabýval výhradně pouze jím. O tom se podrobněji hovoří v kapitole o sebelítosti.

V ideálním případě by genetické zkoušky měly náležet do oblasti preventivní medicíny. Logika ženy se stresy jí okamžitě našeptala, že když se to provádí v pokročilém těhotenství, je určité něco v nepořádku. Nechápala, že se i nadále obává duchovního nátlaku, a proto se podvědomě bojí každého, na kom je třeba jen trochu závislá. Podvědomí ví, že jakýkoli problém po sobě zanechává stopy. I když žena vědomě problémy osvobodila, podvědomí vědělo, že to ještě není všechno. Nakonec se musela tři týdny podusit ve vlastní šťávě, dokud se nedozvěděla, že rozbor dopadl dobře.

Při poklesu napětí se stresy vyvalí ven. Přeroste-li pocit viny v obviňování druhých, člověk se vždy zpětně opájí svou prozíravostí: „*Já to věděl. Proč se mi nevěřilo? Proč jste se mě nezeptali? Proč myslíte, že mi do toho nic není? Proč jsem byl uvržen do takové situace?*“ Při poklesu napětí si zoufalý člověk bezpodmínečně klade obviňující otázku: „*Proč jsem musel trpět zbytečně?*“ V opačné situaci, kdyby byla během vyšetření zjištěna nemoc, člověk odmítá pochopit. Jsem přesvědčená, že v uvedeném případě by tato žena s ulehčením vzdychla: „*Sláva Bohu, že mi udělali vyšetření. Teď, dokud ještě není pozdě, můžeme pro dobro dítěte něco udělat!*“ Její představivost však takový obraz odmítá.

Ve výjimečně vypjaté situaci je třeba ze sebe duchovně osvobodit celou situaci, jako celistvou energii, jež je složena z velmi mnohých energií; tehdy nebude třeba trpět. Vždy se objeví něco, co ve své oblasti neví ani ten nejkompentnější člověk a kvůli čemu je nucen obracet se na druhé. To se týká zejména lékařské pomoci. Věříte-li, že to s Vámi myslí dobře, žádné napětí, které by Vás připravovalo o rozum, nevznikne.

Probraly jsme vše do nejmenších podrobností a žena řekla, že se jí zvedá žaludek. „*To je báječné!*“ – řekla jsem. „*Vyzvracejte teď všechny svůj odpor a ošklivost. Žlučníku se uleví.*“ Nechuť ženy žít jako dřív dosáhla kritické meze. Celý večer strávila nad záchodovou mísou a nepřestávala se divit tomu, co všechno z ní vycházelo. Kromě jiného z ní vyšlo neuvěřitelně mnoho

vzduchu. Během sebeočisty si vzpomněla, že když žila v domě rodičů, zvracela minimálně jednou měsíčně. Řekla: „*Poprvé v životě jsem měla ze zvracení požitky, neboť jsem se cítila stále lépe a lépe. Byla jsem šťastná, že jsem se pozvracela.*“

Duchovní nátlak, který k sobě přitahujeme strachem, může člověka přivést do stavu jak duchovní, tak fyzické „slepé uličky“. Ve stavu **čistě duchovní „slepé uličky“** je hlava těžká jako ze železa a nerodí se v ní jediná spásná myšlenka. **Stav fyzické „slepé uličky“**, vznikající jako důsledek duchovního stavu, vyvolává apendicitidu. Když rodiče mající mezi sebou špatné vzájemné vztahy žádají od dítěte, aby dělalo, co mu oba příkazují, dítě, které je nehledě na cokoli oba miluje a chce vyhovět jak matce, tak otci, onemocní apendicitidou. Na operačním stole dítě rodiče smíří. Na jak dlouho, to už je jiná otázka.

Po odstranění nebo *rozrušení červovitého přívěsku v důsledku mnohaletého zánětu* se stavy „slepé uličky“ začnou hromadit ve **slepém střevě**, které se nachází:

- 1) v pravé dolní části střední oblasti dutiny břišní;
- 2) na dolním konci vzestupného tračníku;
- 3) pod místem přechodu tenkého střeva ve vzestupný tračník, to jest v tlusté střevo.

Slepé střevo je svého druhu odpadní jímka. Čím větší je počet situací, kdy se dostaneme do slepé uličky, tím vyšší je hladina usazenin a tím více se zaplňuje celé tlusté střevo. Některý člověk má tlusté střevo do té míry přeplněné stavy „slepé uličky“, které prožil ještě v dětství kvůli rodičům, že jeho vyprázdnění vyvolává stav „slepé uličky“ u druhých. Lidem dotírajícím na ostatní podle zásady „když nejsi mým přítelem, jsi tedy mým nepřítelem“, tlusté střevo dozajista onemocní.

Čím je člověk **ve svém pokryteckém přátelství falešnější**, tím méně námitek připouští a tím víc toho musí druhý od něj spolknout. Což není k užitku, ale zpátky vyplivnout se to nedá. Takhle se lidé naplňují. Tím se rozrůstá Vaše vlastní *drobná zá-*

ludnost, maskovaná přátelstvím, k níž jste se někdy uchýlovali, abyste si druhé omotali kolem prstu. Vás budou využívat do té doby, než se:

1. pohár trpělivosti naplní a Vy se vzepřete, čímž nastane konec Vašeho falešného přátelství;
2. i Vy se stanete stejným *příjemným, nepříjemným* přítelem, kolegou, manželem, rodičem, od něhož lidé utíkají, a když se mu dostanou do rukou, trpí. Vaše tlusté střevo v každém případě onemocní.

Kdo se v dětství *hodně* natrápil, nechce stejné utrpení připravovat druhým. Člověk může pocítovat tak ostrý protest proti rodičovskému chápání a způsobu řešení problémů, že si v sobě zakóduje příkaz: „*Raději umřu, než bych jednal stejně jako oni!*“ A umře – tedy vskutku tak nejedná. Místo toho, aby dostal do stavu „slepé uličky“ druhé, hromadí všechno v sobě a může se stát ve vztahu k sobě natolik *krutým* a příliš náročným, že si způsobí proktokolitidu (zánět tlustého střeva a konečníku). Jestliže neupustí od své zásady, kvůli nemoci se nejednou ocitne na operačním stole, kde mu budou kousek po kousku odstraňovat vždy další část tlustého střeva.

Krutost vyvolává vředy jakéhokoli druhu. *Krutost vzniká z potlačování smutku.* Smutek ve své podstatě z neochoty a nechuti být bezmocný a svou bezmocnost odhalit. Děti, které vyrostly v konfliktních rodinách, se za každou cenu snaží dokázat, že nejsou bezmocné, že si se životem poradí samy. Snaží se vždy dokázat to, co není.

Dokud dítě pocítuje duchovní utrpení kvůli špatným vztahům mezi rodiči, nachází se ve stavu „slepé uličky“, ať je jakkoli materiálně úspěšné. Při zvyšování úrovně materiálního blahobytu člověk stále méně přiznává své duševní soužení *dokonce* i sám sobě, natož pak druhým. Lidé žijící v zemích ekonomického blahobytu tedy mohou konzumovat z vědeckého hlediska maximálně vyváženou potravu, nicméně choroby trávicího traktu se u nich stále prohlubují a jsou stále častější.

Přišel mi dopis od ženy s prosbou o pomoc. Jejím devětatvacetiletému synovi, který řadu let podstupoval hormonální

léčbu kvůli proktokolitidě, hrozila další operace. Dívám se – situace je doslova životu nebezpečná. Napsala jsem jí odpověď. V dopisu jsem se dotazovala, zda z mých knih pro sebe načerpali něco prospěšného. Jejich obsah se v dopise reprodukovat nedá, ani když je člověku špatně. Když se lidé rozhodli obrátit se na mě, měli by vědět, čím a jak léčím. Syn je nemocen nejeden rok a já nejeden rok publikuji. Odpověď přišla zdvořilá, avšak krutě konkrétní: „*Nemáme čas číst. Musíme bojovat s nemocí.*“

Proktokolitida je nemocí mučedníka. **Mučedník** je člověk trpící za svou víru, za svá přesvědčení. Mučedník dává svůj život, aby vykoupil utrpení určité skupiny lidí. Jinak řečeno – trpí sám, aby druhé zbavil utrpení. Cizí utrpení je pro něj natolik duševně nesnesitelné, že fyzické utrpení je s tím zcela nesrovnatelné.

Když člověk vidí, jak se jemu draží lidé, kteří by měli jeden druhého milovat, vzájemně trýzní, neboť každý chce druhého předělat, což je hluboce chybné, dostává se do stavu „slepé uličky“. ***Předělávání člověka je největší práce, která se nikdy nedá předělat.*** Soudy o životě druhého člověka nebo o něm samém, ať kladné či záporné, již v sobě obsahují přání vmísit se a změnit. Když se Vám nedaří, je z toho stav „slepé uličky“.

Beznadějné může být i mnohé další. Hnisavému zánětu okolí nehtu prstu Estonci říkají: „beznadějný prst“. Vyjádřeno vědecky, jedná se o panaricium. Jelikož konce prstů se vztahují k hlavě, panaricium toho či jiného prstu vyjadřuje způsob řešení odpovídajícího problému na *fyzické* úrovni. Je-li panaricium hnisavé, jedná se o *nesnesitelné ponižení kvůli neschopnosti řešit daný problém lidsky*.

Připomenu symbolický význam prstů:

1. prst – palec symbolizuje otce
2. prst – ukazováček – matku
3. prst – prostředníček – člověka samotného
4. prst – prsteníček – bratry a sestry
5. prst – malíček – cizí lidi.

Problémy prstů na ruce vyjadřují problémy odpovídajících lidí, problémy související s dáváním a dostáváním během práce

a dalších činností. Problémy prstů na nohou vyjadřují *každodenní* problémy související s pohybem a úspěšností na poli práce a všech dalších činností.

Trávicí trakt onemocní, když práci děláme kvůli práci.

Ruce onemocní, když práci děláme kvůli tomu, abychom dostávali.

Nohy onemocní, když práci děláme kvůli úspěšnosti v životě.

Když už je o tom řeč, nic není záhodno dělat kvůli něčemu nebo někomu. Dělat je třeba ku potřebě něčeho nebo někoho. Kvůli potřebě poznání sebe i druhých.

Všechno, co člověk vidí v druhých, je jeho vlastním problémem. Pokud z toho, co spatřil, neudělá závěr a problém neosvobodí, postihne ho odpovídající fyzické utrpení, aby si s jeho pomocí svůj problém ujasnil.

Je ještě jedna práce, která vede do stavu „slepé uličky“. Mám na mysli sex z pocitu povinnosti. Výsledkem je **neprůchodnost vejcovodů u žen a chámovodů u mužů**. Když lidé naleznou východisko z tohoto beznadějného stavu, vejcovody a chámovody se nehledě na pevnost srůstů zprůchodní jakoby samy o sobě.

Největší duševní utrpení si lidé vzájemně působí v rodině. Čím více negativního muž a žena jeden v druhém nacházejí, to jest čím více si manželé přejí jeden druhého předělat, tím víc jejich děti trpí. Nechuť takové utrpení projevovat se skrývá **v tlustém střevě jako v symbolickém útočišti velkých věcí**.

Není idiotštější přání než přání udělat z někoho člověka. Ještě se to nikomu nepodařilo, i když mnozí se domnívají, že právě jim se to podařilo. Jak jen lidé začnou rozeznávat okolní svět, hned se pustí do jeho předělávání. Měli by pochopit, že v druhém člověku vidíme sami sebe. Tímto sebeklamem zvláště trpí ženské pohlaví a nejvíc matky, které „dělají“ ze svých mužů a dětí lidí. Proto se ženy s těžkým vzdycháním držívají za horní část břicha.

Místo toho by bylo třeba osvobodit své cíle, aby se žena změnila sama a poté spatřila své blízké v jiném světle.

Komu připadá, že se mu podařilo někoho předělat, v tom dozrává *myšlenka předělat celý svět*. Když jsem si poradil s jedním, proč bych si neporadil se všemi. Takový překrásný sen – udělat všechny lidi dobrými! Doopravdy dobrými. Dítě, které upřímně věří tomu, že matka předělala otce k lepšímu nebo naopak, se samo začne opájet touhami po takovém heroickém činu. Čím je jeho přání předělat svět silnější, tím závažnějšími se stávají jeho problémy v horní části břicha.

Kdo chce neprodleně *demonstrovat* své úspěchy, tomu se nadouvá horní část břicha. Přidáním dalších stresů dochází k *viditelnému* zvětšení horní části břicha. Komu hrdost *nedovoluje demonstrovat maličkosti*, tomu horní část břicha roste dovnitř, dokud nedosáhne cíle. Kdo o sobě *přesně* ví, že je něčím zachránce, tomu je v horní části břicha zjištěno onemocnění, stanovitelne *přesnou* lékařskou diagnózou.

Má-li člověk sklon předělávat druhé výhradně v myšlenkách, nebude na fyzické úrovni nejspíš dělat nic. Onemocnění horní části břicha však zahálet nebude. Člověk převychovávající druhé se tím, že potlačuje své strachy, stává odvážnějším a silnějším. Ukřivděný smutek kvůli tomu, že nebylo dosaženo cíle a sotva kdy ho dosaženo bude, se ukládá v malé předstěře, která se nachází v horní části dutiny břišní, a ta začíná tlačit druhé orgány dopředu, dozadu nebo do stran přesně stejně, jak člověk v myšlenkách odstrkuje druhé lidi. Zaostávající dopředu, kariéristy dozadu, zoufalce stranou. Podívejte se na schéma umístění orgánů trávicího traktu. O symbolickém významu každého z nich bude řeč později.

Člověk, který vyjadřuje své stanovisko, poněvadž *se nebojí být sám sebou*, se určitě stane objektem převýchovy. Čím silnější je jeho přání dokázat, že jedná správně, a proto se *nebojí ostatních lidí*, tím víc se ve skutečnosti bojí a horní část břicha se stále zvětšuje. Čím víc se snaží dosáhnout cíle *výhradně* duchovně, tím břicho ještě víc roste. Se zvětšováním rozměrů břicha člověku narůstá i počet bojechtivých nepřátel.

Chce-li být člověk velmi duchovní, musí být pro každý případ stále v pozici sebeobrany. Což se rovná tomu, jako by byl

stále pro každý případ nafouknut vzduchem. Vzpomeňte si na případ s těhotnou ženou. Vyhlásila rodičům boj ve jménu ochrany syna a celé rodiny, avšak útok, který byl poslední ranou, přišel úplně odjinud.

Strach z lidí a strach o lidi v sobě skrývají **zlobu na lidi** a **zlobu kvůli lidem**. Je velmi nesnadné stále chránit **někoho před někým** a **někoho kvůli někomu**. To vyžaduje příkrmování sil. Takové příkrmování se bohužel mění jen v růst břicha.

Břicho člověka, který si proti životu vybudoval kruhovou obranu, je podobné soudku. Když se člověk ještě k tomu nachází ve stálé pohotovosti vrhnout se kvůli sebeobraně do útoku, jeho soudek se stále zvětšuje. Každé slovo, které pronese na svou obranu, působí, jako by se ze soudku vyndala zátka a částečně upustila pára. Nenacházejí-li jeho slova porozumění – a tak to bývá –, každý kousek potravy musí takovému člověku dodat páru a každý spolknutý kousek mu uvnitř může vyvolat mučivé tlaky, avšak jídlo si nemůže odříct za žádnou cenu. Zřící se jídla by se rovnalo smrti.

Sedí-li v člověku strach ze smrti, musí hodně jíst, aby byl silnější než smrt. Jste-li tlustý a říkáte, že strach ze smrti nemáte, znamená to, že si zakazujete ho *cítit*. Člověk si může zakázat cítit jakýkoli stres, aby žít nebylo tak strašné. To však ještě neznamená, že stres není. Neení jeho pocit.

Nezávisle na váze můžete mít uprostřed trupu v oblasti od bránice do pasu jak zepředu, tak zezadu pocit vnitřního napětí, tíhy, nepohyblivosti. Možná dokonce máte pocit, že Vaše břicho je jako kámen. To znamená, že **chcete všechno všem hned vysvětlit**. Takový maximalismus se objevuje u toho, kdo chce být *absolutně ideálním* člověkem.

Ideální člověk je opravdu schopen vysvětlit jakémukoli člověku jakoukoli otázku. Avšak nespěchá s tím, neboť se naučil ptát se sám sebe: „*Je to potřeba?*“ Člověk, jenž *usiluje* o to, aby byl ideální, může být výjimečně rozumný, logický, dobře vyzbrojený teorií i praxí. Čím víc ví, tím víc se chce o své znalosti podělit s ostatními. Když mu nikdo nerozumí, zapřáhne do práce

svůj rozum a promýšlí své informace ještě dokonaleji, aby si auditorium v tu ránu vše ujasnilo. I to nejmenší nepřijetí ze strany posluchačů v něm zesiluje stres.

Lidé, kteří na sebe berou úlohu ideálního učitele, chtějí všem všechno vysvětlit ráz naráz. Jsou připraveni všechno za druhé promyslet do nejmenších podrobností, všechno jim předžvýkat, a kdyby to bylo možné, i všechno udělat za ně. Přání být hrdý na své zvláštní umění vyvolává pocit strnulosti v uvedené části těla. Je to pocit nezřídka vlastní lidem trpícím Parkinsonovou nemocí. Neříkejte si, že takový pocit nemáte, abyste Parkinsonově nemoci zamezili.

Tato či jiná podobná nemoc k člověku přichází jako zachránce svého druhu. Zachraňuje ho, aby neupadl do stavu živočišnosti. Když člověk není schopen druhým něco lidsky, normálními slovy, vysvětlit, dostane chuť vysvětlit to rukama. Duchovní energie se koncentruje v materiální. Pokud se současně člověku v hlavě usadila myšlenka „buď jak buď, hlavní je, abych nebyl špatný“, tak právě to hlavní, tedy hlava, onemocní. Problém zůstává a prohlubuje se.

Přání něco druhým vysvětlit vždy naráží na cizí neporozumění, a tím se přání okamžitě zvětšuje. **Člověk považující se za dostatečně rozumného** využívá sílu přesvědčení, emoce a rovněž fyzickou sílu k tomu, aby svůj cíl vyložil druhému člověku. Důsledkem jsou nekomplikované úrazy nebo onemocnění horní části břicha a hlavy. Pokud člověk na svém přání úporně trvá, bývají chronické, obvykle však nepředstavují nebezpečí pro život.

Člověk **považující se za nedostatečně rozumného** se především snaží, aby si sám vše ujasnil, a může se stát neúměrně rozumným. Přání vysvětlit jedním dechem všechno všem ještě podrobněji a srozumitelněji ho však plní nemocemi od hlavy k patě do té míry, až se stane invalidou. Dochází k tomu proto, že tím je zbaven možnosti rozdávat znalosti ve stále štedřejších porcích. Se zvětšováním jeho znalostí se zmenšuje počet chytrých lidí, kteří by byli schopni chápat jím předkládané informace.

Osvobození rozumu jako stresu vyvolává nesouhlas i u těch lidí, kteří četli mé předcházející knihy. Člověk se stresy se chová přiměřeně svým strachům a děje se tak automaticky. Strach po-

zbýt svého rozumu je horší než smrt, neboť rozum je to, čím člověk dokazuje, že je člověkem. Člověk rozumu by s převelikým potěšením svůj rozum osvobodil, pokud by mu byla přinesena rozvážnost jako na podnosu. Jelikož rozvážnost je osvobozeným rozumem, nemůže se objevit dřív, než rozum bude osvobozen. Rozumný se však neodvažuje odevzdat svůj rozum dřív, než dostane rozvážnost.

Za nejdokonalejší metodu výchovy je zvykem považovat *výchovu názorným příkladem*. Člověk, který potlačuje své potřeby, protože se chce stát příkladem, se odsuzuje k nejtěžším onemocněním horní části dutiny břišní. Když se nutí být *stálým* příkladem, to jest stále se snaží stát se příkladem ve všem, má *stále* problémy v oblasti horní části břicha. I když už je nemocný, domnívá se, že má právo rozdávat příkazy a zákazy z toho důvodu, že před onemocněním byl příkladem. Pokud se okolí nepodřídí, nemoci horní části břicha *okamžitě* zesilují a vinni jsou tím druzí.

Příkladný člověk se domnívá, že má právo žádat, aby lidé byli stejně příkladní jako on sám. Otázku, zda to je třeba, si nepokládá. Ten, kdo sám sebe vychoval jako příkladného člověka, nemá ani ponětí, že **skutečně příkladní lidé sami sebe za příklad nepovažují**. Jsou takoví, jací jsou ve své přirozenosti. Kterýkoli člověk by mohl být pravým příkladem pro druhé, kdyby uměl být sám sebou.

Máte-li *duchovní cíle a podle Vašeho názoru* i schopnost je realizovat, ostatní duchové, to jest lidé, je nepřijmou nebo je nepřijmou tak, jak byste chtěli. **Duchovní cíle dělají člověka nadšením**. Nadšení je připojením k duchovnosti. Jinými slovy, člověku připadne část duchovnosti. Jedná se v první řadě o dostávání, nikoli o dávání. Když v nadšení ze sebe samých vnucujete své ideje druhým, někteří se nakazí a rovněž propadnou nadšení – podvědomě, to jest z nevědomosti. Jiní vykouzlí nadšení ve tváři, aby se vás i s Vaším překrásným cílem zbavili. Dělají to vědomě a Vy se chytíte na udičku. Horní část břicha se znovu roztahuje hrdoostí, i když uděláno není vůbec nic.

Nadšení se projevuje horlivostí a hazardováním. S horlivostí a hazardováním můžeme mnohého dosáhnout na fyzické úrovni,

na duchovní však ničeho. Nadšení je sebeklamem, což není snadné přiznat ani sobě, ani druhým. Nadšení dělá z člověka šejdíře a podvodníka, jenž v sebeobraně cejchuje jako podvodníky druhé. Patříte-li mezi nadšence, padnete do rukou podvodníka a obviňovat ho nebude mít smysl. V takovém případě bude třeba osvojit si lekci, kterou Vám život ušetřil. Je třeba si uvědomit, že **duchovnost je možné uzemnit, když ji změníme v prostředek k dosažení cíle.**

Víme-li o tom, můžeme si říci – já tohle nedělám. Jakmile na to začnete myslet, všechno bude naopak. Odmítání vždy vede k opaku. Člověk, jenž vědomě vstoupil na cestu duchovního sebezdokonalování, může mít své duchovní cíle uloženy tak hluboko v duši, že nemá ani tušení o jejich existenci. Když ho začne znepokojovat horní část břicha, nebude vědět proč. Vždyť se řídil duchovním učením. Choval se opatrně a skromně. Nikomu svá přesvědčení nevnucoval. Jen to břicho se chová přímo opačně jeho skromnosti a vystupuje do popředí. Co to znamená?

Znamená to, že když takový člověk *předěláváje sám sebe* myslí na to, že tím přispívá k lepšímu životu svých dětí, vnuků a všech dalších pokolení, má cíl. Dosáhl-li by tohoto cíle, jeho potomci by byli zbaveni možnosti dělat cokoli, aby se sami vyvíjeli. Člověk žijící ve jménu duchovního cíle si nevšímá toho, že sám sebe nutí, aby se stále zabýval duchovními věcmi. Filozofování, meditace, modlitba, odpouštění – vše ve jménu cíle – jsou činnostmi, které v konečném výsledku vedou k rozezlenosti. Nevšimneme si toho dřív, než dojde ke zlomu.

Například když u dětí nebo u vnuků něco trochu zaskřípe, člověk propadá zoufalství. Jiný člověk je v maximální míře zklamán a všechny bývalé ideály jsou v takovém případě s velkým rámusem vyhozeny do stoky. Viděla jsem nemálo takových lidí, kteří dřív všechno duchovní uctívali. Dnes jsou přeplněni tou největší zlobou k duchovnosti a k těm, kteří jdou duchovní cestou, poněvadž duchovnost považují za prostředek k oblbování. Dělají všechno, aby duchovnost zesměšlili.

Člověk, jenž se cílevědomě zabývá nápravou svého způsobu myšlení, obvykle má i vzdálenější osobní cíle. Přeje si například změnit se a ulehčit tím život dětem. V hloubi duše doufá, že bu-

doucí pokolení nenechají památku na něj upadnout v zapomenutí a budou alespoň z pocitu vděčnosti následovat jeho příkladu. Vždyť tehdy budou šťastní. Skvělý cíl – avšak stále stejný.

Z cíle se vždy rodí nucený stav a z nuceného stavu se automaticky rodí protest. Tehdy babičky nebo dědečkové, kteří jsou pro všechny vzorem vyrovnanosti, vychovávají vnoučata, která se ke všemu na světě staví nepřátelsky a s odporem. Pokud děti jsou ještě schopny uvážlivě zadržovat svůj protest, vnuci ho nepomenou dát najevo, neboť ještě neumějí být uvážliví.

V hloubi duše hýčkaný duchovní cíl – učinit své děti šťastnými – člověka rozněcuje víc než jakkoli velký materiální cíl. Prikazuje člověku, aby se ve jménu duchovnosti zcela obětoval. Duchovnost se mění v problém života nebo smrti, jenž blokuje nadledvinky. Vznikající porucha látkové výměny zasáhne všechny buňky těla bez výjimky. Osvobodte své duchovní cíle a uvědomíte si, že jste se lekce už naučili. Budete se rovněž radovat z toho, že jste svými osobními lekcemi nezatížili následující pokolení, které je nepotřebuje.

Když Vám budou děkovat, pusťte to mimo své srdce. Když se jim chce, ať Vás považují za dobrodince, na pochvalu však nereagujte. Zabývejte se svými věcmi a buďte šťastní. Zapamatujte si jednoduchou radu: **netřeba si nikdy myslet, že se Vám podařilo kohokoli převychovat**, a nikdy si nebudete muset stěžovat na horní část břicha. Mladí se pak nebudou muset znepokojovali kvůli Vašemu zdraví.

Když někdo říká, že z Vás udělal člověka, neberte to vážně. Ať si to myslí. Nejste schopni dokázat opak. Osvobodte se od něj, zabývejte se dál svými věcmi a buďte šťastní. Způsob jeho myšlení nemůžete změnit.

Snažíte-li se dávat ostatním vše nejlepší ze svého duchovního bohatství, nic však nevnucujete, ale naopak se držíte maximálně stranou, poněvadž víte, že jakékoli donucování je chybou, která v lidech vyvolává protest, lidé se za Vámi nejen potáhnou, ale budou se násilím drát do dveří. Stejně však nepřijmou to, co jim nabídnete. Proč? Protože ve Vás žije podvědomé přání udělat pro

ně co možná nejvíc dobrého, aby jim bylo dobře, neboť tehdy přece bude dobře i Vám.

Jelikož o tomto omylu nemáte potuchy, podobáte se dojně krávkě, která dává mléko, dokud nezjaloví. Cítíte v sobě takový protest, že si nechcete pouštět trpící blízko k tělu. „Chci“ se změnilo v „nechci“. Nechcete už více konat dobro. Avšak ani špatné se Vám dělat nechce. Je to pocit, že se člověku nechce dělat vůbec nic. Z toho všeho upadáte v zoufalství. Propusťte své zoufalství a postarejte se, abyste si ujasnili, že *dobré* vůbec není třeba dělat.

Kdo nedělá dobré, nedělá ani špatné. Místo toho, abychom se pustili do díla a udělali ho, je třeba se jím zabývat. Když se zabýváme prací, nezůstane neudělaná. Rozdíl je v tom, že na výsledku práce neulpíváte a nepřinášíte cíli sami sebe jako oběť. Zabývá-li se člověk prací, všímá si svých emocí a neobviňuje práci. Je schopen pochopit, že je něco v nepořádku s ním samotným. Tak se při práci učíme poznávat sami sebe. A když se člověk ještě naučí osvobodit své stresy, větší štěstí už nepotřebuje.

Lidé v rozvinutých zemích umějí vytvářet stále složitější stroje, které ulehčují a urychlují všechny možné druhy prací. Dokonce i práci intelektuální. *Byť by se lidský rozum stal jakkoli dokonalým, nikdy nebude schopen vynalézt stroj, který by nahradil práci člověka na sobě samém.* Aby člověk při všech cílech, které má, zůstal normálním člověkem, potřebuje se na sobě naučit pracovat. Tehdy dokážete procítit vlastní potřeby a rovněž potřeby druhých lidí a nepřezene to.

Neustávající práce na sobě dovoluje zůstat člověkem. *Cílevědomá práce na sobě* dělá z člověka osobnost v souladu s cílem, který má před sebou. Dobrého člověka. Moudrého člověka. Rozumného člověka. Člověka příkladného, silného, vytrvalého, pracovitého, šikovného, přátelského, štědrého, pozorného, zdvořilého, přívětivého. *Jenom ne prostě* člověka. Kdo nedosáhne svého cíle, upadá v zoufalství a cíle se zříká.

**Neustávající činnost dodává energii.
Cílevědomá práce odebírá energii.**

O kolik naše přání převyšují potřeby, o tolik více jídla a pití potřebujeme. Tímto způsobem zásobujeme naše stresy, které přání nevyhnutelně doprovázejí. Čím víc stresy přikrmujeme, tím víc se rozrůstají, dokud nezískají nad tělem převahu. Celá tato bitva probíhá na válečném poli nazývaném trávicí trakt. Jakákoli nemoc těla rovněž svědčí o nahromadění škodlivých látek v odpovídajícím úseku trávicího traktu. To znamená, že když se říznete do palce nebo Vám na nose vyskočí pupínek, bylo by třeba očistit trávicí trakt. V opačném případě vše vyústí v oku viditelné ztloustnutí či ve skrytou nemoc.

Stravovat se můžeme různě, princip však zůstává stejný: vše, *po čem duše člověka prahne, musí být na jeho jídelním stole*. Jinak je nespokojen.

Kdo je spokojen se všedním, jednoduchým životem, je spokojen se všední, jednoduchou stravou. Pro trávicí trakt je *snazší trávit jednoduchou stravou a škodlivé látky v těle nezůstávají*.

Kdo chce, aby život byl pestrý a zajímavý, tomu vyhovuje pestrá strava a je dalek otázky, zda je to třeba a proč. Pestrá strava je ideálem moderních lidí, nikdo však neví, co tato pestrost ve skutečnosti znamená. Tutěž pestrou stravou jeden člověk lehko spolýká a druhému se stejnou cestou vrátí zpátky. Organizmus ji nepřijal. Jeden člověk takovou potravu potřeboval, druhý ji nepotřeboval.

Kdo chce být zvláštní, i ve stravě si přeje něco zvláštního. Má-li přitom *konkrétní* představu o tom, jak chce být zvláštní, vznikají i konkrétní požadavky na jídlo – například ochutnat slavičí jazýčky. Je-li cíl jeho potřebou, obstarává si a konzumuje svou zvláštní potravu. Když ji druzí spatří, polezou jim možná oči z důlků. Čím silnější je přání, tím větší je chuť k jídlu. Nadbytečné kalorie se hromadí v těle jako nepotřebný balast.

Když člověk to zvláštní, co chce, nepotřebuje, vznikají časté záchvaty zoufalství a trávicí trakt reaguje stejným způsobem. Snaží se vše nepotřebné z těla odstranit. Tímto způsobem obvykle reaguje trávicí trakt člověka, jenž sám neví, co chce, chce však a basta. Chce něco zvláštního, co konkrétně, toho se nijak nemůže dobrat.

Kdo si přeje, aby život byl nepřetržitým svátkem, tomu se stůl stále prohýbá pod jídlom. Všichni víme, jak se chová břicho

následující den po svátku. Břicho trpí. Dítěti, jehož rodiče si přejí, aby každý den byl svátkem, břicho vypovídá službu už v dětství. Když se z toho neudělá závěr a v dítěti zakoření analogická přání, nemůže nic jíst. Trápení kvůli tomu, co nejde, ale co chce, změni život člověka v pravé peklo. Život se soustředí na stravovací problémy.

Zabývá-li se člověk jídlem, ale nezabývá se sám sebou, mění se, aniž by si to uvědomoval, a horní část břicha nemůže nevyjadřovat svůj protest.

Příklad ze života

V životě mladé ženy je všechno nalevačku. Cítí, že přichází o rozum. Přemýšlí o svých problémech a dochází k závěru, že příčina je v otci. Její vlastní i otcovy problémy se jí zdají být principiálně stejné a žena cítí, že se ocitla v začarovaném kruhu. *Otec má závislost na alkoholu. Dcera má závislost na jídle.*

Na váhu ženy to zatím nemá znatelný vliv, ovlivnilo to však pleť obličeje. Vypadá mnohem starší. To vidí každý. Nikdo však netuší, jak se kvůli svému vzhledu trápí. Souhlasí s tím, že jí nikoli proto, aby živila tělo, ale aby získala duševní klid. *Souhlasí i s tím, že duševního klidu se dosahuje prací, komunikací, realizačními cíli, ona však toto vše vyměnila za jídlo.*

Je to naprosto zřejmá závislost. Závislost především na absolutně správném způsobu myšlení, který jí byl vštípen a nedovoluje jí ani o krok ustoupit od naučených pravd. Nepřináší-li pracovní proces či realizace cíle duševní klid, člověk by se měl logicky zamyslet, v čem spočívá příčina. Ve mně, nebo v nápadu samotném?

Ženě je dobře pouze tehdy, když jí. Po jídle se jí opět udělá špatně. Stojí za to, aby si zakazovala jíst, když začnou taková muka, že se jí ani nechce žít? Chápe, že by bylo třeba začít se systematickým osvobozováním stresů, ale při takových mukách toho není schopna. Připadá jí, že v ní sedí nějaká bytost, která řídí její život a nutí ji dělat to, co sama nechce. Jednou jí dokonce předepsali nějaký lék na uklidnění. Když ho však několik dní užívala, cítila, jako by ji dvě proti sobě bojující síly trhaly na

kousky, a vyhodila lék ze strachu, že se zblázní. Pak se vydala do obchodu, nakoupila horu jídla, snědla ji na posezení a uklidnila se.

Chápe, že za šíleným apatitem se skrývají strachy, neúměrná náročnost, smutek, panika, averze k jakékoli práci, nevysvětlitelná antipatie ke všemu, ale zabývat se tím vším nemá sílu. Před několika měsíci zmobilizovala všechny své síly a 27 dní hladověla, nic se však nezměnilo. Přesněji řečeno, vše začalo být ještě horší. Nikdo z blízkých její problém nechápe a chápat nechce.

Druhý problém spočívá v tom, že žena nemůže odpustit své matce, která je pro ni zdrojem stálých stresů. Matka neustále tvrdí, že dcera v životě ničeho nedosáhla. Matka je schopna prohlašovat takové věci, že se dcera pokrývá studeným potem a cítí, že ji opouštějí síly. Síly jí stačí jen k tomu, aby došla k lednici. Dceřiny návštěvy lednice matka vnímá jako výsměch. Má pocit, že dcera chce ztloustnout úmyslně, jí na truc. Něco takového matka nemůže dopustit, protože po rozvodu vychovávala děti sama a právě do dcery vkládala veškeré naděje.

Matka chce, aby z dcery něco bylo, o svém cíli však nemá ani potuchy a svými neustálými výčitkami souží duši dítěte. Ve své přílišné náročnosti je na hony vzdálena milosrdenství, zdůrazňuje, že sama byla v životě úspěšná, nebrala ohled na těžkosti a dcera je povinna dosáhnout víc. Vybrala pro dceru profesi, v níž je nutné mít tenké kosti a pružnou postavu, a nevzala na vědomí, že otec dítěte má kosti silné. Muže úplně vymazala z paměti a žádá, aby děti udělaly totéž. Což je stejné jako useknout dítěti jeho polovinu.

Energeticky to již proběhlo, neboť dceřin smysl pro povinnost ji donutil matce vyhovět. Vyhnat otce ze svého srdce však nedokáže. Má toho opilce – svého otce – ráda. Životní síla dcery ubývá, protože v ní probíhá stálý, neviditelný boj mezi dobrou matkou a špatným otcem. Když je v depresi, cítí to zvláště ostře, i když nechápe, o co jde. Stačí, aby jen někdo řekl, že dobré vždy vítězí nad špatným, dceru hned začne mrazit a opět se vrhá na jídlo. Neúměrný strach, že *nevydrží*, je strachem ze smrti, jenž je vyvažován neúměrným přáním žít, které je vyjádřeno neúměrnou

chutí k jídlu. Je to svého druhu protest proti matce, který matka cítí a nespokojenost s ním verbálně vyjadřuje.

Patrně jste pochopili, že druhý ze jmenovaných problémů musí být co do důležitosti na prvním místě. *Přání matky udělat ze svého dítěte člověka a ještě ke všemu člověka nadprůměrného* změnilo dceru v bezmocného, manipulovaného žrouta. Dcera si uvědomila, že si vybrala nesprávné povolání, čímž přivádí matku k zoufalství. Chce se vyučit v oboru, který se bude líbit jí samotné, učení však bude muset financovat matka. Jak matka, tak dcera chtějí dojít jedna u druhé pochopení, *sobě* však nerozumí ani jedna, ani druhá. Pro dceru je jedinou nadějí nový cíl v životě, bojí se však neuspět – ztloustne jako čuně a všechny její plány budou v tahu.

Dcera ví, že může najít sama sebe, nepodaří se jí však změnit matku. Ví, že všichni a zejména pak matka se k ní chovají jako k líné, neužitečné příživnici, žijící z matčiných peněz a přecpávající se lahůdkami. Začne-li se hovořit o tomto tématu, žena zbledne a její obličej se pokryje krůpějemi potu. Ve tváři má tragický výraz. *Tragický proto, že se jí nedaří matku změnit.* V tom spočívá příčina jejího obžerství.

Tento příklad jsem uvedla pro ilustraci problémů horní části břicha, ilustruje však rovněž problémy střední části břicha. Ve střední části břicha se rozkládá tenké střevo, které se vztahuje k matce a mateřským záležitostem. Matka, *kteřá od dítěte nepřijímá to, co jí může dát*, a vyžaduje, co chce ona sama, se podobá tenkému střevu, které *netráví*, co obsahuje *potrava*, kterou mu dítě nabízí. Chce něco víc a něco lepšího.

Což znamená, že matka přestává být ženou, jejíž pozemský život je předurčen *začínat* od maličností, a tenké střevo dítěte přestává být tenkým střevem, jehož funkce spočívá ve vstřebávání všeho možného z potravy, a to určuje kvalitu života. Matka chce něco velkého a báječného, dítě chce matce vyhovět a předkládá sebe – velké a tlusté. Zda v tom matka spatřuje krásu, o tom teď nemluvíme.

Manipulování vědomím může přinést efekt přímo opačný, v závislosti na specifické poznání. Jelikož okolní svět se dítěti jeví

přes matku, ***názory matky mají určující význam***. Ve výše uvedeném příkladu jsme hovořili o ženě, která byla z matčiny vůle nucena být tenká jako proutek, aby se protloukla životem. Manipulace tímto poznáním u dítěte vyvolala nezdravou chuť k jídlu. Jiná matka, pro kterou je tlusté dítě krásné, nutí dítě jíst a dožene ho k anorexii nebo k duševnímu onemocnění.

Zvlášť těžká je situace, kdy dítě vyrůstá bez otce, jenž by matku přivedl k pořádku.

Manipulace lidským vědomím, to jest člověku vnukávané poznání, **je duchovní krutostí**. K jejím prostředkům patří **zastařovat, vyhrožovat a předcházet si**.

Zastrašujeme proto, abychom brali.

Vyhrožujeme proto, abychom brali.

Předcházíme si proto, abychom brali.

Brali to, co chceme, ať je to duchovní, duševní či materiální. Dítě i dospělého můžeme zastrašit tím, že nedostane dobré nebo dostane špatné, když něco neudělá tak, jak se to od něj žádá. Můžeme zastrašovat i tím, že svou neposlušností udělá špatně druhým. Například své mimořádně milující matce. Setkáváme se i s takovými matkami, které prohlašují: „Když nebudeš jíst, máma onemocní a umře.“ Dokonce i když je to proneseno jen jednou, jedinkrát, je na dítěti pácháno **duchovní násilí**.

Když dítě ze strachu začne jídlo polykat, bude tento způsob používán i nadále. Když matku napomeneme: „Co to s tím dítětem provádíš!“ ihned uslyšíme odpověď: „*Nic špatného jsem mu neudělala!*“ Vždyť cílem je, abychom za jakoukoli cenu donutili dítě jíst. Slova a myšlenky není zvykem považovat za činy.

Existuje bezpočet zastrašování, která jsou schopni vymyslet rodiče se **schizofrenickým** způsobem myšlení. Ten je vlastní lidem, kteří chtějí *jen* dobré. Když se duch nedá zlomit zastrašováním, uchylují se k výhrůžkám. Schéma je stejné: způsobíš špatné sobě nebo způsobíš špatné druhým. Zvlášť efektivní je výhrůžka *povědět nebo ukázat všem, jak jsi špatný*. Když se k takovému trestu uchýlí z nicotného důvodu, může se u člověka s uštvanou duší, zejména u dítěte či dospívajícího, objevit duševní porucha.

Rodič, jenž nemoc zavínil, zatím chodí s andělským výrazem ve tváři a běduje nad svým neštěstím. Nechápe, že jeho chování je **psychoterorizmem**. Psychoterorista nikdy neuzná své chyby. Pro své chování má vždy přesvědčivé zdůvodnění a ospravedlnění.

Čím více člověk manipulující druhými dosahuje svého, tím víc se domnívá, že má právo žádat. Když například lékař nedokázal bleskurychle vyléčit jeho drahou ratolest, začne zastrašovat, vyhrožovat nebo předcházet si. Nebo všechno najednou. Jeho zbožná přání jsou do té míry logická a jednotlivě vzato tak přirozená, že se mu daří po dlouhou dobu oblbovat mnohé lidi, dokud nerozpoznají jeho podstatu. Kdo má slabou nervovou soustavu, toho obvykle vžene do duchovního hrobu. Jak manipulátor, tak manipulovaný mají v nepořádku trávicí trakt a výjimky zde nebývají.

Čím víc rodiče své dítě zastrašují, vyhrožují mu nebo si je předcházejí ve jménu ušlechtilého cíle, tím vážnější má dítě problémy s **chutí k jídlu**, to jest s **chutí k životu**. *Kdo nechce žít, přestane jíst. Kdo navzdory všemu chce hodně moc žít, stává se žroutem.* V jednom i v druhém případě jsou rodiče nespokojeni. **Dítě snažící se vyhovět rodičům – manipulátorům – se mění v duševně choré. Dítě protestující proti vůli rodičů onemocní fyzicky.**

Zda se dítěti podaří onemocnět fyzicky, záleží na otci. Připomenou, že otec je energetickým duchem, který přímo vytváří materiální úroveň. Když se otec chová, jak si zamane, vyslouží si sice nelichotivou reputaci špatného muže a otce, přitom se však *nepodřídí duchovnímu nátlaku ze strany ženy*, duševní porucha se dítěti vyhne. Když však chce otec dokázat, že je dobrým otcem, nevyhnutelně začne dítětem manipulovat. Jinými slovy, otec *láme ducha dítěte, čili láme v dítěti sebe*.

Pokud dobré matky zastrašují, vyhrožují a předcházejí si dítě, dobří otcové si ho předcházejí, zastrašují a vyhrožují. Posloupnost taktických metod určuje následky. Předcházení si dítěte, které nepřináší efekt, přivádí člověka k zoufalství podstatně rychleji než zastrašování a výhrůžky. Zoufalství, které dobrý otec kvůli dítěti cítí, může u dítěte vyprovokovat duševní onemocnění. Když však stejný otec zachází s dítětem surově, dítě duševní nemocí neonemocní.

Přání podřídít člověka své vůli je velmi vynalézavé. Jedním z nejspolehlivějších, a proto zvláště nebezpečných způsobů je *du-*

chovní nátlak za účelem vyvolání lítosti. Lítost vede k bezmocnosti. Když se duchovní síla, ta síla, která pomáhá zůstat člověkem, přerodí v duchovní bezmocnost, dochází k duchovnímu nalomení. Málokdo je schopen se znovu v plné míře napřímit, aniž by přitom změnil své okolí. Prostředí nazývané domovem se stalo v křesťanském světě faktorem, který brání vývoji člověka. Proto se děti snaží dostat z domova ve stále ranějším věku. Rodiče to uráží. Pro dobré rodiče je to hanba a rozhovor na toto téma je pro ně tabu. Avšak hovořit o tom je třeba a pořádně nahlas.

Hovořit je třeba, ale nejde to, poněvadž se *lidé bojí lidí*. Kvůli domácímu klidu jednoho křiklouna nesdělujeme stovce nebo tisícovce lidí poznání, která mohou zbavit utrpení je i jejich děti. Z titulu své práce musím často hovořit o nezaujatosti, což zní jako hlas volajícího na poušti. Stačí však, abych upadla do *veřejné* nemilosti kvůli dalšímu manipulátorovi a poslušně zavřu pusy. Ihned cítím bolest v duši a horní části břicha. Obě mi říkájí: „*Uvolni své strachy a dělej to, kvůli čemu jsi přišla na tento svět. Nenuť se dělat, co nepotřebuješ, a nezakazuj si dělat, co je třeba. Nikdo jiný to za tebe neudělá.*“ Tak mi mé břicho pomáhá znovu najít sebe samu. Někdy trvá hledání dlouho a narážím během něj na dosud neodhalený stres.

Slezina, která se nachází v horní části břicha, není trávicím orgánem. **Slezina chrání a rozděluje prvotní životní energii.** Žije-li člověk podle zásady **každému podle potřeb**, má slezinu v pořádku. Je-li dítě počato v opravdové lásce, kterou rodiče jeden k druhému cítí, výsledkem jejich činnosti je plnohodnotná, prvotní, životní energie dítěte a tedy i zdravá slezina. Je podobná slunci v břiše člověka.

Když rodiče soudí každý sám o sobě nebo jeden o druhém kladně či záporně, zabývají se podle svých soudů i sexem a nad slezinou dítěte se stahují mraky. Slezina se začíná chovat zjištěně a vypočítavě. Stává se konzumentem, který doufá v to, že když se mu podaří změnit bližního, získá duševní klid. Čím nezdravěji se člověk k tomuto problému staví, tím silnější je bolest ve slezině.

Poněvadž početí dítěte je obvykle záležitostí velice neurčitou, neboť většina rodičů neví, kdy přesně k početí došlo, i bolest ve

slezině je většinou velmi neurčitá a proto zvláště nepříjemná. Když si to však rodiče pamatují a v návalu zlosti dejme tomu počítí litují, situace se stává konkrétnější stejně jako bolest ve slezině. Proklínají-li rodiče v návalu vzájemné nenávisti dítě a okamžik jeho počítí, mění se jeho slezina jakoby v bezcitnou prázdnotu vyjadřující zničenou životní sílu. Ta sice nebolí, bolest by však byla lepší než to, co dítě cítí.

Matka, která je se sebou nespokojená, je nespokojená i s mužem, což se odráží ve *střední části břicha* dítěte. Otec, jenž je se sebou nespokojený, je nespokojený i se ženou a to se rovněž odráží na *střední části břicha*. Rozdíl spočívá v tom, že postoj otce začíná *od páteře* v úseku střední části břicha a *rozšiřuje se na břišní stěnu nebo nadbříšek, shodně s polohou tlustého střeva*.

Chcete-li řešit své duchovní problémy duševními prostředky, znamená to, že chcete k druhému člověku přistupovat s celou duší. Vše je jakoby báječné, ukazuje se však, že výsledek je přímo opačný žádanému, neboť za cíl si vytyčujete lásku. Druhý od Vás možná i chce dobré, čeká, touží, prosí, vymodluje si a tak dále, když ho však svou *velkou láskou* obdaříte, nepřijme ji. Nebo přijme, ale není spokojen.

Kvůli tomu, že se nezdařilo předělat tohoto člověka Vaším dobrem, cítíte smutek a sebelítost a od toho se v horní části břicha sbírá tekutina. Čím více chcete otevřeně demonstrovat své neštěstí, tím více si lidé všímají Vaší vypouklé horní části břicha. Čím víc těžko je Vám na duši, tím víc těžkne i dolní část břicha. Přáním částečně projevit a částečně skrýt neštěstí se tekutina hromadí jak v horní části břicha, tak i v orgánech dutiny břišní.

Proč se tak děje? Protože velká láska – to není láska. Vše, co je velké nebo malé, se vztahuje k ovládnutí. Láska je vždy přijímána. Velká láska, jejímž břemenem člověk musí trpět, je odmítána.

Rmoutit se a plakat je schopné zvíře i člověk. Nahromaděná tekutina je vyvolána pocitem bezmocnosti kvůli nerealizovanému přání změnit bližního a sebelítostí kvůli tomu, že jsem nedosáhl svého. Přání změnit druhého člověka duchovně nebo duševně představuje materialistický postoj k životu. Kdo je na-

tolik materiální, že chce člověka předělat pomocí fyzického tres-tu nebo zotročování, tomu se v horní části břicha brzy objeví ci-telné následky. Jinými slovy – vzniknou fyzické nemoci.

Chceme-li člověka změnit myšlenkami, v horní části břicha se hromadí plyny. To jest duchovní přínos se mění v nahromadění plynů.	VZDUCH
Chceme-li člověka změnit slovy, v horní části břicha se hromadí tekutina. To jest duševní přínos se mění v nahromadění tekutiny.	VODA
Chceme-li člověka změnit činy, v horní části břicha se hromadí nadbytečná tkáň. To jest pozemský přínos se mění v růst pozemských substancí.	ZEMĚ
NEMOC	OHEŇ

Tak se člověk mění v prach a popel s pocitem, že život byl prožit nadarmo. Mění-li člověk druhé, ve skutečnosti se mění sám. Nejtěžší nemocí horní části břicha je rakovina, která ukazuje na to, jak moc člověk sám trpí, když se snaží předělat druhé. Jinými slovy, jak moc nesmyslných muk připravil sám sobě. To jest, jak dalece zaostal ve svém lidském vývoji.

STŘEDNÍ ČÁST BŘICHA

Horní hranice střední části břicha probíhá v linii pasu. Dolní hranicí je dolní rýha břicha. V této oblasti se nachází pouze tenké a tlusté střevo, symbolizující matku a otce, jejichž práce a další činnost určuje stav střední části břicha dítěte. Rodiče, kteří se klidně zabývají svými věcmi a jeden druhého jimi vzájemně doplňuje, přispívají ke zdraví tenkého a tlustého střeva dítěte. Pokud chce jeden druhého předělávat, to jest, když je jeden s druhým jako s člověkem nespokojen, vzájemně si však **jeden druhého**

váží jako pracovníka, mohou u dítěte vznikat problémy s horní částí břicha, nikoli však se střední.

Horní část břicha se vztahuje k duchovnímu vývoji člověka v jeho celistvosti a střední část břicha vyjadřuje, jak se člověk vyvíjí v roli chlapce či dívky, muže nebo ženy, otce nebo matky, dědečka či babičky a tak dále. Jinými slovy, **střední část břicha vyjadřuje činnost člověka v souladu s jeho pohlavní příslušností**.

Obě pohlaví jsou vnímána opačným pohlavím v jednotě svých předností a nedostatků. Jakmile se tyto přednosti a nedostatky začnou ve vědomí rozpojovat, jsou na ně navěšovány nálepky dobrý nebo špatný. Nakonec dojde k násilné změně negativity v pozitivitu, při níž jsou klady vyzdvihovány a zápory odsouvány do stínu. Jelikož lidé nemají ani potuchy o tom, že **pozitivní energie je energií mužskou a negativní ženskou**, zesilují vnější mužnost a vnitřní ženskost. Poněvadž forma je určována obsahem, ženská energie určuje, co bude s mužskou energií. Když jejich souhrn dosáhne kritické meze, ženská energie ničí mužskou, to jest obsah ničí formu.

Duši má člověk i zvíře. Člověk, jenž vnímá obě stránky života odděleně, je podoben zvířeti, kterým pohybuje instinkt přežití.

Na rozdíl od zvířete se člověk nejen nachází na stráži, aby se chránil, ale i napadá. Napadá alespoň pro každý případ, v přání zajistit si bezpečnou budoucnost.

To znamená, že člověk je na stráži nejen proto, aby uhodl účel chování bližního, ale také proto, aby svého bližního bezpodmínečně předělal.

Své myšlenkové schopnosti, to jest schopnost zabývat se sebou, využívá člověk k tomu, aby opačné pohlaví předělal podle svého.

Když se tak děje v jeho přáních či **myšlenkách**, tvoří se mu v břiše **plyny**.

Když to dělá **slovy**, ve střední části břicha se tvoří **tekutina**.

Když to dělá **v praxi**, ve střední části břicha dochází k **nádorovému procesu**.

Hromadění škodlivých látek je rovněž rozrůstáním. Ne každé rozrůstání vyvolává nádor, každé rozrůstání se však může přeměnit v obecně životu nebezpečnou skládku odpadků. I když se člověk očisťuje pečlivě zevnitř i zvenku, je to stejné, jako když by se čistil a žil přitom na rozrůstající se skládce odpadků. Kdo využívá své myšlenkové schopnosti k osvobození duchovních, duševních a materiálních problémů, u toho se problémy trávicího traktu omezují na hromadění plynů.

DOLNÍ ČÁST BŘICHA

V dolní části břicha se nacházejí orgány malé pánve: esovitá klička, konečník, část pohlavních orgánů a močový měchýř. Jsou to ty orgány, které jsou umístěny pod dolní rýhou břicha.

Dolní část břicha vypovídá o tom, jak nezbytný je pro člověka fyzický život, jak nutně se potřebuje zabývat sám sebou na fyzické úrovni, to jest v souvislosti s jakýmikoli projevy materiálního světa.

Esovitá klička nám říká, že je třeba být čestným člověkem ve vztahu k sobě samému a přiznávat si vlastní chyby. Tehdy *ani život ani smrt* nebudou pro člověka problémem. Člověk zahnaný do slepé uličky začíná lhát a krást. Když člověk není schopen být čestný, postupně přestává být člověkem. Stává se tělem, kterým pohybuje honba za blahobytem. Lhaní a krádeže jsou dnes do té míry obvyklé, že byly pozvednuty na počestnou úroveň a nikoho ani nenapadne, že čím víc člověk lže a krade, tím nemocnější má esovitou kličku.

Konečník hovoří o tom, že když si člověk přizná své chyby, vyjasní si jak začátek, tak konec. *Nic v člověku nezůstává. Vše vychází ven.* Jinými slovy, všechno se daří.

Pohlavní orgány vypovídají o tom, že když se člověk zabývá sebou, je člověkem a je schopen na pozemské úrovni stvořit *božsky dokonalé stvoření* k obrazu svému i své podobě – dítě. Zdravé dítě je korunou tvůrčích schopností člověka.

Močový měchýř vypovídá o tom, že když člověk důstojným způsobem v praxi realizuje své duchovní schopnosti, probíhají

jeho očistné procesy plnohodnotně. V takovém případě slouží močový měchýř pouze jako orgán produkující tekutinu nezbytnou k očistě těla.

Čím je člověk materiálnější, tím vážnější má problémy s dolní částí břicha. Problémy života a smrti a rovněž početí, zrození a výchovy následujících pokolení. Kdo má problémy s dolní částí břicha, je dozajista velmi nešťastným člověkem.

Když v břiše vznikne akutní nemoc, nemůže člověk přijímat potravu. Jakákoli potrava prohlubuje bolest a utrpení, dokonce i tehdy, když nemoc nezasahuje trávicí trakt. Proto je i při sebelepší indispozici nejlepší ze všeho dodržovat půst. **Nikoli však hladovět.** Když si řekneme: „*Ted' se postím,*“ omezení v jídle se snáší snadněji, než když si řekneme: „*Ted' budu hladovět.*“ To se nám sotva něco podaří. Proč? Protože člověk, který se chce zabývat těžkou prací, musí dobře jíst, aby měl hodně sil. **Hladovění** člověka oslabuje. Kdo chce být za jakýchkoli podmínek silný a nechce sil pozbýt, pro toho se dokonce i jedno jediné zpoždění příjmu potravy rovná hladovění. Nutí-li se člověk hladovět, páchá na sobě násilí.

Půst předpokládá především povznesení myslí, k čemuž jídlo nepřispívá. Svátí jsou schopni postit se měsíce, neboť rozjímání o takové svátosti, jako je život, člověka povznáší. Člověk o tom nemusí vědět, nicméně energie slova na něj působí. Učí-li se člověk půstu, učí se, jak se duchovně povznést. Stejně jako není možné se za druhého postit, není ani možné se za něj povznést. Fyzickou práci za druhého udělat můžeme, duchovní nikoli. Kdo se snaží to dělat, odsuzuje se k utrpení. Pokud se ještě k tomu obviňujeme za nerealizované přání, utrpení se prohlubuje.

Hladově-li člověk, zakazuje si v životě to nejnezbytnější.

Postí-li se člověk, daruje si pro život to nejnezbytnější.

Hladovění ponižuje osobnost, půst osobnost povznáší.

Příklad ze života

Na homeopaty se obrátila pětatřicetiletá žena, která neměla sílu vykonávat svou každodenní práci. Ti se posléze obrátili o po-

moc ke mně. Homeopaté pokládají pacientům jednoduché otázky o všedním životě, rodinných vztazích, rodičích, dětech, práci, zájmech, slovní zásobě, náruživostech a antipatiích, dokonce i o spánku a snech, neboť tyto informace mají neocenitelný význam pro řešení problémů nemocného.

Pacientka při odpovídání na otázky přespříliš horlivě kývala hlavou a připomínala holčičku z první třídy, která *musí* udělat co možná nejlepší dojem. Vykulila oči, zařala pěsti a přeřikávala lékařovi znalosti získané na vysoké škole. Lékař ji několikrát co nejjemněji přerušil: „*Ale ne, povězte mi o tom, co cítíte.*“ Lékař se snažil pacientku nerozladit.

Dialog se nedařil. Lékař byl v rozpacích a já mu přispěchala na pomoc. Řekla jsem pacientce: „*Jste chytrá, vzdělaná žena, ale v daném okamžiku Vám Váš rozum nepřináší užitek. Nebojte se mluvit o svých citech. Nebudeme kvůli nim o Vás huř smýšlet.*“ Žena hlasitě polkla a zděšeně vykulila oči. Její obličej vyjadřoval obrovský strach. Nebylo možné se mýlit. Byl to *šíleně velký strach ukázat se jako špatná. Aby se člověk takového strachu zbavil, vyhledává nějakou činnost.* Zeptala jsem se jí, jakého druhu je její práce a co dělá ve volném čase. Ukázalo se, že její práce i zájmy souvisejí s aerobikem. Žena se celý den nemilosrdně fyzicky týrala, aby potlačila své rozrůstající se strachy.

Aerobik byl předmětem její hrdosti. Poněvadž byla přepečlivou trenérkou, dohnala samu sebe k úplnému vysílení. Kdysi krásné oči byly nyní vykulené jako při tyreotoxikóze. Zvětšení štítné žlázy bylo v jejím případě patrné pouze odborníkovi a nikoli cizímu oku. Na neduživém, hubeném těle byly do očí nepřirozeně široké klouby, onemocnění kloubů však žena okamžitě odmítla. Napjatá, pergamenová pokožka byla plná skvrn. Celé její vzezření vypovídalo o chronické podvýživě. Problém spočíval nejen ve výživě, ale i ve strachu ze života, jenž jí bránil, aby od života přijímala vše, co jí nabízel.

Člověk, který uctívá smysl pro povinnost jako boha, je schopen se jeho pěstováním připravit o vnímání všemi ostatními smysly. Když se ho zeptáte, co cítí, není schopen odpovědět. Zato však ví, že všechno je špatné a je třeba to napravit. Když jsem zmínila

její neúměrný smysl pro povinnost, tvář ženy se rozzářila. Když jsem jí řekla, že přílišný smysl pro povinnost je třeba osvobodit, žena sklopila hlavu jako zvadlý kvítek.

Vážila si mě, protože jsem lékařka a svědomitý člověk, lékaře ona poslouchá. Nepochopila však, proč *musí* osvobodit smysl pro povinnost. Když jsem se zeptala, zda mi rozumí, energicky pokývala hlavou a jako by se znovu probudila, neboť jí bylo uloženo za *povinnost* porozumět. Cítila jsem, že u této ženy je homeopatické léčení marné, že by se měla léčit myšlenkami. Řekla jsem o tom homeopatovi.

Homeopat znal příběh této ženy. Přestala se obracet na akademickou medicínu od té doby, co její matka zemřela na rakovinu vaječníku. Za příčinu matčiny smrti žena považuje operaci, kterou neměli připustit. Pocit odpovědnosti jí velí, aby se léčila jinak. Začala jsem ženu prohlížet a spatřila jsem energeticky potenciální rakovinu. Jelikož energetickou informaci o rakovině můžeme spatřit u všech dnešních nadmíru inteligentních lidí, pomlčela jsem o tom.

Poctivý a otevřený rozhovor o jednom druhu nebezpečné energie nelze vést, pokud ji nezesílíme, dříve než začneme osvobozovat jiné druhy energie. V opačném případě si člověk z celého rozhovoru odnese pouze jediné – že má rakovinu. Situace s touto ženou se mi jevila jako zcela beznadějná, alespoň v prvním období jsem k ní v žádném případě nenašla cestu.

Poněvadž bezvýchodné situace nebývají, pro začátek jsem ženu naučila osvobozovat ty konkrétní strachy, které byla schopna rozpoznat. Čím jsou strachy menší, tím je pro člověka snazší, aby se sám v sobě vyznal a nalezené stresy samostatně osvobodil. Mé knihy si žena přečetla, měla tedy předběžné znalosti a v případě nutnosti by je dokázala použít v praxi. Homeopatické léčení by v jejím uzdravování rovněž sehrálo svou roli.

Po několika měsících telefonoval manžel této ženy a sdělil mi, že se v jejich rodině stalo velké neštěstí. U ženy byla zjištěna rakovina vaječníku. Začala jsem se dívat, co se stalo, a spatřila jsem, že negativita nahromaděná uvnitř vaječníku je jakoby ze všech stran stlačována. Hustota energie ve vaječníku překročila kritickou hranici a vznikla rakovina.

Zeptala jsem se muže, jaké události tomu předcházely. Takové věci nevznikají na prázdném místě, vznikají, když se člověk mobilizuje ve jménu nějakého cíle. Muž odpověděl: „*Ano, nakonec se vzchopila a začala se léčit hladověním. Nechtěla být tak slabošská jako matka, kterou velmi oplakává. Pak jí začaly bolesti v dolní části břicha a šla ke gynekologovi. Sonograf ukázal nádor. Rozbor odebraného vzorku potvrdil, že je to rakovina.*“

Když člověk s vyvinutým smyslem pro povinnost přijme nějaké tvrdé rozhodnutí, všechny jeho smysly se okamžitě uklidní. Nadchne se někým, kdo takovou hladovku drží, a slíbí si, že bude následovat jeho příkladu. Kdyby mu někdo z lidí majících autoritu poradil, aby to nedělal, poslechl by. Poněvadž se však v životě na každém kroku nesetkáváme s autoritami rozdávajícími příkazy a zákazy napravo, nalevo, všechno jde svou cestou. V daném případě onemocnění přerostlo v rakovinu proto, že se žena chvástala svým smyslem pro povinnost. Chytila se knihy o prospěšnosti hladovění nabízející brzké, zázračné uzdravení a dočista zapomněla na rady dvou alternativních lékařů.

Muž prožil strašný otřes. Kdo poradí, co dělat? Jak ženu přemluvit, aby šla na operaci, když se pro ni operace z důvodu odstranění rakovinového nádoru rovná smrti? Možná by se jí dalo před operací zalhat, že se jedná jen o cystu. Když však začne chemoterapie, lež vypluje napovrch. Kdo bude vším vinen? Manžel. Žena bude ještě víc zarmoucená kvůli nevydařenému pohlavnímu životu s tímto mužem, to jest její bezmocná zloba se zvětší, což posléze zesílí energetiku nemoci.

Když ženě řekneme, že má rakovinu, nedovolí, aby ji operovali. Nedá se jí vysvětlit, že nádor vznikl zcela nedávno a zatím je možné zcela ho odstranit. Léčení myšlenkami je nad její chápání a není nikdo, kdo by mávnutím ruky její nemoc odstranil. Co dělat? V takové situaci je třeba říkat pravdu. Na člověka neschopného chápat může mít leknutí kladný vliv. A když ne, horší už to nebude.

Když má nemoc tak akutní podobu, že proniká do dutiny břišní, dochází k **podráždění pobříšnice**, což svědčí o tom, že životu člověka hrozí vážné nebezpečí. Tehdy *nelze přijímat ústy ani*

vodu. To znamená, že *nastal nejvyšší čas, aby se člověk začal zabývat sám sebou*. Tělo odmítá přijímat jakoukoli energii zvenku, *dokud nebudou stráveny vyskytující se stresy*. Dokud člověk nepochopí, že jedná nesprávně.

Většina lidí není absolutně schopna přistoupit k myšlenkové práci, když má celý vnitřek jako v ohni a člověk sám je na pokraji vysílení. Ve starých dobách lidé v takovém stavu umírali. Dnes díky stále efektivnější pomoci medicíny je fyzické tělo zachráněno z nouze, aby duchovní tělo mohlo napravit své chyby. Člověku je dán čas, který si dříve, před nemocí, nedokázal sám v životě najít. Kdyby zotavující se člověk začal přemýšlet o sobě a o životě, uznal by chybnost svého způsobu myšlení vedoucího k fyzickým nemocem a uzdravení by bylo úplné. Obvykle se to nestává. Proto břicho dává člověku o sobě vědět až do konce jeho dnů.

Je málo lidí, jejichž břicho se ve stáří nezvětšuje. **Čím je břicho větší, tím více se v něm nahromadilo nezpracovaných myšlenek souvisejících s vykonáváním práce.** Jednotlivý člověk nemá své vlastní práce zase tak mnoho. Příliš velké břicho ukazuje na to, že člověk na sebe navalil neúměrné břímě cizích prací a není schopen je vykonat. Jednoduše řečeno, *není v jeho silách prožít život za druhé*.

Čím víc se tím v duši trápí, tím víc se trápí kvůli svému velkému břichu. Čím větší je jeho nespokojenost s tím, že nic není uděláno, neboť druzí sedí se založenýma rukama a on sám není schopen všechno udělat, tím silněji ho bolí břicho. Spolknutý kousek potravy vyvolává prudkou bolest. To znamená, že člověk se nachází na hranici zoufalství. Do tohoto stavu ho přivedly neudělané věci.

Z nesplněného *přání* udělat práci za druhé *duchovně, v myšlenkách*, se člověku *zvětšuje horní část břicha*. Je to totéž jako stále přemýšlet o cizích věcech, ale stejně nic nevymyslet. Zbytečné myšlenky a znepokojivá bolest v duši. Nerealizované *přání udělat práci za druhé duševně* se projevuje *zvětšením střední části břicha*. Nerealizované *přání udělat práci za druhé fyzicky* je pro oko téměř neviditelné. Projevuje se pocitem tlaku v malé

pánvi a člověk kvůli tomu ihned opustí přání dělat cokoli ještě pro někoho jiného. I bez toho je mu už dost špatně.

Člověk, který běduje nad *neudělanou prací a špatnými lidmi*, běduje rovněž nad stejně velkými problémy svého velkého břicha. Ve skutečnosti běduje proto, že nedokázal *změnit* ani život, ani lidi do té míry, jak by chtěl. Jinak řečeno, běduje proto, že nerealizoval svou sílu vůle, to jest zlobu; a že není třeba to dělat, vůbec netuší.

Velké břicho samo o sobě ještě neznamena vážnou fyzickou nemoc. Lékaři se domnívají, že takoví pacienti si stěžují mnohem víc, než je třeba. Naproti tomu lidé s malým břichem mohou žít až do smrti s rakovinou trávicího traktu a na nic si nestěžovat. Proč?

Velké břicho naroste proto, že se člověk chlubí svou pracovitostí. Člověk nepřetržitě potřebuje vystrkovat své kladné vlastnosti, aby ho všichni chválili, jinak jeho duše nebude mít pokoj ve dne ani v noci. Opačnou stranou chlubivosti je pocit studu. **Břicho se zmenšuje, když se člověk stydí přiznat, že udělal tak málo.**

Čím je pocit studu silnější, tím menší je břicho. Když si člověk, který se ještě nedávno chlubil svou pracovitostí, náhle uvědomí, jak málo ve skutečnosti udělal, může se jeho břicho za několik měsíců zmenšit a během lékařského vyšetření se může ukázat, že příčinou je nevyléčitelná nemoc. Ve skutečnosti je nemoc pouhým důsledkem.

Čím silnější jsou strachy, tedy komplex méněcennosti, tím více se člověk vyčerpává v práci. ***Pokouší se kompenzovat duchovní nedostatek přílišnou fyzickou aktivitou***, což je samo o sobě nemožné. Komplex méněcennosti je ve své podstatě nadměrností. Člověk to přehání se strachy a hodnotícími soudy. Duchovní a fyzické přehánění se ve svém souhrnu bezpodmínečně převrací v utrpení. Člověk, který není skutečně duchovně vyspělý, nemívá důvod stěžovat si na trávicí trakt, neboť jeho fyzická činnost je v souladu s úrovní duchovního vývoje.

Duchovně vysoce vyspělý člověk má trávicí trakt zdravý, pokud uspokojuje své fyzické potřeby duchovní prací odpovídající

úrovni vlastního vývoje. Poněvadž se chytrí lidé, sami sebe počítající za duchovně vysoce vyspělé, domnívají, že mají právo žádat víc, než je třeba, mají i břicho velké nebo nezdravé. Buď velké a nemocné, nebo malé a nemocné.

Každá práce má své meze z hlediska času i výdrže. Člověk s velkým břichem možná i ví, že na víc mu síly nestačí, přání však vzniká a právě tím k sobě přitahuje osoby, které ho chtějí využívat. Když se v něm ještě k tomu zakořenilo **vědomí, že trpící nelze odmítat**, na čemž trvají mnohá duchovní učení, přitahuje k sobě trpící, kteří se domnívají, že mají právo žádat, aby se jimi zaobíral. Protest proti takovému životu dříve nebo později vzniká v každém člověku.

„Co je mně do tvých problémů! Je mi to jedno, dělej si co chceš! Táhni k čertu! Už abys zdechl!“ Tak křičí duše člověka, který zaujal pozici sebeobranu. Když přání vykřičet tohle všechno ustupuje před přáním být dobrým člověkem, břicho se nadouvá ještě víc. Příčina je v tom, že člověk překonal přání, stresy však neosvobodil. Jako důsledek vzniká *pocit hladu a přání jíst dokonce i s vrchovatě nacpaným žaludkem.*

Když se člověk s malým břichem, stydící se vychloubat svou pracovitostí, dostane do analogické situace a reaguje analogickým způsobem, jeho břicho se jakoby zevnitř stáhne a on *má pocit sytosti, dokonce i když nejedl několik dní.* Nedokáže spolknout ani kousíček jídla.

Osvobozujeme-li stresy, každý člověk si uvědomí, co je třeba udělat, aby si uspořádal svůj materiální život. Například naučit se říci lidem ne, naučit se vyjadřovat vlastní stanovisko. To není jedno a totéž. Když lékař sdělí nemocnému své stanovisko – konkrétně, že je třeba, aby se nemocný zabýval sám sebou –, nemocného neodmítá a jeho trávicímu traktu není působena újma.

Sama jsem nejménou musela z objektivních důvodů pacienty odmítat, čímž jsem si způsobila újmu, a proto bych chtěla na tuto skutečnost upozornit lékaře i lidové léčitele. Nemůžeme prožít život za druhé. Nemůžeme, nemusíme. Není to možné.

Když jakýkoli člověk přemýšlí o životě, může samostatně dojít ke stejnému závěru, málokdo si však na to najde čas. Všichni jsou velmi zaneprázdněni. Když jsem si to *uvědomila*, začala

jsem si ukrajoval čas pro sebe a *pocítovala* vinu před pacienty, na jejichž úkor jsem čas ukrajovala. *Uvědomovala* jsem si, že každý pacient může v dostatečné míře sám sobě pomoci informacemi načerpanými z mých knih, jen když si najde chvíli pracovat na sobě, a pěstovala jsem v sobě *pocit viny*.

Znalosti a pocity se u většiny lidí nacházejí ve vzájemném rozporu. Jaký je váš názor – co vyhrává? **Čím je člověk rozumnější, tím častěji vyhrávají znalosti.** Proč? Protože znalosti jsou strachy, potlačované do stavu bezcitnosti, do hustoty tvrdé substance, kdežto pocity jsou strachy, pocit viny nebo zloba, a ty, i když třeba jen trochu, mají vlastnosti tekoucí kapaliny.

Začali se ke mně valit trpící. Stále častěji jsem lidem musela odpovídat odmítnutím a začala jsem klopat zrak, abych odradila ty, jimž pohled mých očí dodával odvalu žádat, na co mají nárok. **Manipulování znalostí, které nelze odmítat,** nutí člověka, aby si počínal odpovídajícím způsobem.

Moje manipulování znalostí, že *já* nemám právo odmítat, vyprovokovalo *ostatní* k manipulování znalostí, že *ona* nemá právo odmítat. Dovtípila jsem se, že **stud velí klopat oči.** O pocitu studu si pohovoříme podrobněji v odpovídající kapitole a ještě na řadě míst.

Pokud seznáte, že cítíte stejné stresy, ale Vaše břicho je maličké, potlačujete v sobě stresy podstatně silněji než já. Když víte nebo cítíte, že Váš trávicí trakt je v pořádku, znamená to, že je potlačujete *velmi úspěšně*. Odsoudili jste je k celoživotnímu žaláři, bez práva odvolat se proti rozsudku, proto jsou navždy vyškrtuty z paměti. Vždyť z beznaděje člověk skládá ruce v klín. Ony se samy do klína nesloží. Jejich jedinou myšlenkou je najít Vaše zranitelné místo a prorazit ho. Člověk jako zajatec takové místo u sebe nemusí najít, ale stres jako zajatec ho najde. Nemá strach z neúspěchu. Proto, dokud není pozdě, osvobodte své stresy.

Člověk, který si *pro sebe vyhradí čas*, aby pouvažoval nad životem, a člověk, jenž si kvůli stejnému cíli *čas najde*, možná dojde ke stejnému závěru. Rozdíl je pouze v tom, že první je zdrav

a druhý onemocní. Já osobně jsem jako dobrý člověk ztloustla. Když jsem porozuměla zákulisí této skutečnosti a *nechtěla jsem být více dobrou, ztloustla jsem najednou ještě víc*. Proč? Protože jsem si *neudělala čas* být o samotě sama se sebou, neb jsem chtěla pomáhat druhým. Vždyť jsem *věděla*, co je třeba. *Věděla* a nekladla si otázku: „*Potřebují to vůbec? Jak moc to potřebují? Potřebují to teď hned?*“ Věděla jsem, že je to potřeba, a basta.

Čím více zkušeností jsem měla, tím jasněji jsem viděla, jak lidé trpí, a byla jsem jim připravena pomáhat. Stala jsem se dávající, lidé však často nejen neuměli, ale ani si nepřáli přijímat to, co jsem jim nabízela. Chtěli, abych je zbavila nemoci. Počet zájemců stále rostl. Je velmi těžké *najít si čas pro sebe*, když trpící potřebují, abys *věnoval čas jim*. V takové situaci nutně vzniká vnitřní protest, namířený proti sobě jako dávajícímu a proti druhým jako proti beroucím. Jedná se o **protest proti dávání a dostávání**, který je schopen u člověka zcela blokovat schopnost myslet.

Neznáme sami sebe, nicméně cizí problémy jsme schopni vidět. Přemýšlíme-li o nich, učíme se vyznat se sami v sobě. V tomto směru nejsem výjimkou.

Příklad ze života

Muž s nemocným trávicím traktem si stěžoval na to, že se žena snaží cpát do něj různá jídla; některého jídla má však až po krk a je to velká svízeľ. *Žena se hněvá na muže* kvůli tomu, že odmítá potravu prospěšnou pro organizmus a *on se hněvá na ženu* proto, že ho nutí jíst jako dítě. Vidím, že muži se všechno zprotivilo. Všechno se pro něj stalo prací, dokonce i jídlo, které s námahou konzumuje proto, aby nezeslábl. Problém mi připomíná slepici, která usilovně klove, ale do zrn se nedostane, protože je nechce. Jen předstírá, že je chce.

Řekla jsem, že svým ***přáním dělat všechno pro všechny*** se natolik rozptyluje, že už nemůže najít vlastní zrníčka a hledat dál cizí zrníčka už nechce. Chytil se mých slov a doplnil: „*Ano, mimochodem, já už ta naklíčená zrna prostě nesnáším, ať je jakkoli vychvalují.*“ Byla jsem připravena mu přitakat, protože také nemám ráda všelijaká semínka a naklíčená zrna.

Začala jsem se dívat, co znamená semínko, semeno. ***Semeno je nápad, který začíná klíčit.*** Nakonec uzraje zrno. Má-li člověk dostatek vlastních nápadů čekajících na realizaci, cizí nápady nechce přijímat. Tato neochota a nechuť je vyjádřena nechutí jíst semena, to jest zrna. Klíčení semen předem je nutné proto, aby rostlina dřív plodila. Nechuť k naklíčeným semenům při vší jejich bohatosti na vitamíny a minerály pochází z neochoty zabývat se realizací cizích nápadů a brát si na sebe odpovědnost za konečný výsledek.

Smysl pojídání naklíčených semen spočívá v tom, aby se člověk co možná nejrychleji *zmocnil všeho hodnotného, co je obsaženo v klíčícím nápadu.* V tomto muži žije přání změnit dozrávající nápad v plodící *postupně.* Z toho plyne závěr: osvobodte své nápady. Pokud jste v nich uvízli, stejně ničeho nedosáhnete, ani když budete pracovat jako automat.

Zeptala jsem se, jaké jídlo má rád. „*Nemohu žít bez žitného chleba*“ – následovala rychlá, konkrétní odpověď. To znamená, že člověk nemůže žít bez opravdové, hluboké životní moudrosti, upečené ze zrn. Čili člověk přesně ví, že nemůže žít bez kruté pravdy, která obstojí při jakýchkoli zkouškách. *Zrna* představují jeden druh celistvé energie a ze zrn upečený *chléb* už představuje druh zcela jiný.

Jak vidíte, tento muž o sobě věděl všechno; nevěděl však, co to znamená, a proto dovoloval druhým, aby s ním dělali vše, co se jim zamane. Kdo utrpěl? Utrpěl tím on sám.

Muž měl ještě rád nezralé ovoce, žena však v honbě za kvalitou vždy kupovala zralé a muž se neodhodlal své přání vyslovit. To znamená, že muž chce ve své hlavě zpracovat všechny nezralé nápady ve zralé. Nelíbí se mu být pouhým konzumentem. Žena je jeho úplným opakem. Věří reklamě a k dobrému se chová dobře a ke špatnému špatně. Uctívá nelogické poznatky jako převelikou pravdu, oddaně v ně věří a nemá žádné pochyby.

Trávicí trakt ženy by tedy logicky měl být v pořádku. „*Jak v pořádku?*“ Ohradil se muž. „*Nemůže jíst nic syrového. I když pořád připravuje ty své saláty ze syrové zeleniny, má stále plyny.*“ To znamená, že ženě je třeba předkládat definitivní životní pravdy, ona se však nutí stravovat se energií nedozrálých životních

pravd, proti čemuž protestuje. „*Jak jíte, když máte oba všechno opačně?*“ Zajímala jsem se. „*My nejíme. Jen se u stolu hádáme.*“ Odpověď všechno vysvětlila. Kromě jiného přijímají také energii hádek. Jejich trávicí trakt je zřejmě vyroben z velmi odolného materiálu.

Co znamená, když člověk **nemůže jíst syrové**? Vždyť pro zdraví jsou čerstvé ovoce a zelenina prospěšné. Jsou lidé, kteří dříve rádi jedli vše syrové, dodnes je mají rádi, ale jíst syrové už nemohou, neboť syrová strava jim přináší problémy s trávicím traktem.

Člověk měl například moc rád jablka. Když sní jablko dnes, tlačí ho v žaludku, započne dlouhý proces kvašení a břicho je jako plynový agregát. Nafoukne se tak, že kvůli plynům div nepraskne. O tom, že by se takhle mohl objevit ve společnosti, může člověk jen snít. ***Jablko představuje energii hojnosti.*** To znamená, že člověk uctíval hojnost a neodmítl by ji ani dnes, *nezralou hojnost* však už víc nechce. Zachtělo se mu *hojnosti zralé*.

Hloupost je nezralý rozum. Pokud se Vám ***hloupost zprotivila***, znamená to, že máte po krk v první řadě své vlastní hlouposti, avšak neuvědomujete si to, neboť se považujete za chytrého. Čím víc Vás znepokojuje tento problém, tím víc Vás znepokojuje horní část břicha. Toužíte po tom, aby lidé časem zmoudřeli, to jest sníte o *duchovní hojnosti jako o cíli*, a cítíte, že horní část břicha stále roste a roste a to Vám nedá pokoj.

Nesplnitelná přání nedají pokoj nikomu. Tuto situaci můžete rozpoznat podle toho, že Vás to pořád víc táhne ke stále chutnějším jablkům, ale jíst je nemůžete. Trávicí trakt proti nim protestuje stejně, jako Vy sami protestujete proti hlouposti, kterou nazýváte věděním. Když osvobodíte svůj rozum, uvědomíte si svou hloupost, ale tehdy už nebude hloupostí a bude Vám ukazovat směr, v němž je třeba se vyvíjet.

Jsou lidé, kteří nesnesou žádnou syrovou potravinu. Jsou tací, jejichž seznam těchto produktů stále roste. Dřív nesnášeli jedno, brzy druhé, pak i třetí a čtvrté. Nakonec se člověku protíví absolutně jakákoli syrová potrava. Dokonce i potraviny doporučované

k léčení trávicího traktu, jako jsou okurky, zelí, mrkev, banány, melouny a dýně, nadlouho uvíznou v žaludku a působí trápení. Kousek syrové potravy vyvolává pocit tíhy a bolesti v žaludku, plyny a průjem.

Co to znamená? To, **že touha po syrové potravě je přáním z ničeho udělat něco**. Existují lidé překvapivě vynalézaví a s širokýma rukama. S velkým požitkem vytvářejí předměty z přírodního materiálu, šijí ze starého oblečení nové, moderní, stavějí si obydlí zajímavé svou neobvyklostí z materiálu ze zbořených budov a tato činnost je neotravuje. Tato *tvorba je potravou pro duši*. Říká se tomu hobby nebo koníček. Tomuto zájmu, při němž ze surového materiálu vzniká skutečná hodnota, odevzdává až do konce svých dní daň jak prostý dělník, tak člověk, jenž se samostatně *pozvedl* na úroveň nejlepšího odborníka.

Potěšení se mění v muka, když je člověk *nucen* vydělávat si svým hobby na živobytí, zavděčovat se cizím přáním, učit a instruovat druhé v době, kdy se sám přestane zdokonalovat, neboť na to nemá čas. Přání se **mění v neochotu a nechuť zabývat se prostými dětskými, primitivními pracemi a syrovými problémy a rovněž v neochotu trátit svůj drahocenný čas na hlouposti**.

Dětství a mládí se co do energetiky vztahují k věcem *syrovým*, čili tomuto období je vlastní *nezralost, jednoduchost, přirozenost, upřímnost, čistota*. Jedním slovem *lidskost*. Z nerealizované duševní potřeby dětského období a období mládí vznikají koníčky. Kdo vzpomíná na dětství s láskou, zabývá se s láskou i svými koníčky a má rovněž rád jednoduchost, prostotu, upřímnost a přirozeně syrovou potravu. Má ji rád a jí ji, neboť je to jeho potřebou. Nebude se přejídat jablky jen proto, že je má velmi rád, nebo v tom případě, když mu řeknou, že jablka docházejí. Jeho trávicí trakt přijímá syrovou potravu a tráví ji normálně, jako přirozenou.

Syrová potrava nenasytí ty, kteří chtějí být silní v životním boji. Od dětství s jeho nekonečnými problémy se lidé *zachraňují útekem* do dospělosti, a tím se o dětství ochuzují. Do této kategorie patří děti, které rychle fyzicky dospívají a mají *velice* rády

sladké ovoce a zeleninu. Dítě, které cítí stařeckou únavu z dětství s jeho věčnými problémy, se samo útekem zachránit nemůže. Lidé považují únavu za lenost a začínají je popohánět, aby rychleji zmoudřelo a dospělo. Takové dítě *velice* miluje sladké ovoce. ***K zelenině může cítit úplný odpor.***

Smutek po dětství, které se nekonalo, je schopen *vyvolat nezdravou chuť na ovoce*. V určitém okamžiku člověk dosáhne toho věku, kdy by realizace srdci milých dětských snů byla dětinstvím. Zákaz se mění v ostentativní odmítání: „*Ne, to se mi vůbec nechce!*“ Ve skutečnosti se však chce, a jak moc! Takhle vznikl odpor k ovoci. **Každý zákaz dráždí slinivku břišní.** Podrážděný člověk se chová přímo opačně svým potřebám a stejně tak se chová slinivka. Přestává trávit potravu tak, jak má, a použítí nestrávené ovoce ve formě průjmu s bolestivými pocity. Něco na způsob – dostal jsi, cos chtěl!

Čím se člověk dělá starším, tím méně zákazů slyší od okolí, avšak o to více si zakazuje sám. Má informace o všem, co je dobré a co špatné, a zakazuje si tím víc, čím rozumnějším se stává. Je-li v cizích zákazech alespoň nějaká logika, vlastní zákazy nezřídká hraničí s absurditou.

Zákaz sobě samému ve jménu *dosažení nějakého cíle je nejidiotštějším druhem zákazu*, takový zákaz se stejně nedodrží. A pokud ano, tedy jen kvůli neúměrnému ulpívání na cíli, což je stejné, jako kdybychom se příliš soustředili na slinivku břišní a ona by kvůli tomu nemohla normálně pracovat. Právě takovou škodu člověk slinivce působí, když si zakazuje něco dobrého, co *silně potřebuje*. Občas člověk *silně potřebuje* malé zlo, aby si ho osvojil a naučil se vyhnout velkému. Kdo sám sebe vychovává v duchu přílišné spořádanosti, nepovolí si ani nejmenší prohřešek, natož pak aby ho povolil dětem.

Újmu slinivce působíme nejen zákazy týkajícími se jídla. Škodí jí *zakazování jako takové*. Vždyť přání vznikají z potřeb. Potřeby se mění v přání ze strachu. **Kdo žije v souladu se svými potřebami, spokojí se s málem. U koho se potřeba změní v přání, ten chce stále víc a víc.** Trpí tím a začíná se omezovat. Následkem toho se utrpení prohlubuje. Naučte se osvobodovat přání a místo zákazů se ptejte: „*Potřebuji to?*“ a ucítíte, co po-

třebujete a co nepotřebujete. V životě potřebujete všechno, co si přeje duše, avšak s mírou.

Zákaz se vyjadřuje slovy: „To nesmíš. Nejde to. Nedělej to.“ Existuje množství dalších variant, v nichž figuruje slůvko „ne“. Čím méně tyto věty opakujeme, tím lépe. Když dítěti zákaz hned napoprvé nedojde, je třeba ho podruhé udělit důraznějším způsobem, aby dítě pochopilo, že s ním nežertujeme. Není-li rodič přesvědčen, zda je něco možné či nikoli, proč je to možné a proč ne, je třeba se zákazů vyvarovat. Dítě nesmyslný zákaz lehko pozná a nebude ho plnit, nicméně *energie zakazu se usadí ve slinivce.*

Čím lepšího člověka chceme z dítěte vychovat, tím více mu zakazujeme všechno špatné a malé dobré, aby dostal velké dobré. Zvláště bezmocné se dítě cítí, když je úpěnlivě přátelsky prosíme, aby nedělalo to či ono, neboť se proti tomu stydí dokonce i protestovat. V dítěti vzniká pocit, že jemu není dovoleno nic a ostatním dětem je dovoleno všechno. Dokonce může i protestovat.

Když má dítě po krk své slušnosti, jeho sebeobrana vyvolá protest: „*Udělejte si to sami!*“ Dělejte sami své dobré, a protože já jsem dělal dobré Vám, dělejte nyní dobré vy mně. Čím více člověk lpí na přání, aby druzí uspořádali jeho život, a nepustí ho ven v podobě křiku, hlučných výstupů, nemocí a slz, tím rychleji vzniká **cukrovka**. Diabetik je nucen mnohé si zakazovat, což znamená, že drží nemoc na uzdě. Cukrovka může pominout jedině tehdy, když se člověk naučí *zaměňovat zákazy za povolení* takovým způsobem, aby si neubližoval.

Dospělý člověk omezuje zákazy sebe i druhé z dobrých pohnutek. Člověku se chce plakat, když si pomyslí, kolik všeho možného na světě je a on si to zakazuje. Není důležité, z jakého důvodu. *Důležité je to, že zakazuje.* Místo toho je třeba sobě i dětem objasnit, proč nelze. Co „nelze“ znamená a jaké nebezpečí v sobě skrývá. Každý všechno pochopí, když se s ním promluví. Dospělí však nepochopí, protože k pochopení je potřeba čas, a ten dospělí trátí na bezvýznamné záležitosti, které nazývají důležitými.

Zákaz je opačnou stranou příkazu. Máme co do činění s principiálně stejnými energiemi. *Musíš* dělat dobré a *nesmíš* dělat špatné, to slouží jedinému cíli. Jedno i druhé je donucováním. Rozdíl spočívá pouze ve vnější formě. Příkaz je popoháněním ve jménu cíle. Proč lidé s takovým potěšením dávají příkazy? Protože **příkaz vyvolává dobré životní pocity**. Stává se, že člověk nedělá nic jiného, kromě rozdávání příkazů napravo i nalevo, a považuje se proto za dobrého člověka.

Příkazuje-li člověk sobě i druhým, **zauťočí na vnější sekreci slinivky břišní**, což vede k vylučování trávicích enzymů. Je-li trávicích enzymů dostatek, potrava je trávena rychle a důkladně. Krev se nasycuje potřebnými látkami včetně glukózy. Tímto způsobem **příkaz vyvolává pocit sytosti**. Když se objeví pocit, že všeho je dostatek, cítí se člověk zvlášť dobře. Jen pomyslí na to, že něco chybí, hned vydává další příkaz a znovu je všeho jakoby až až. Člověk stále sám sobě příkazující počíná věřit, že má všeho dostatek.

Člověk vydávající příkazy sobě i druhým je inspirován a stává se aktivním.

V člověku, kterému příkazují, vzniká protest. Kdo je stále popoháněn, v určitém okamžiku cítí, že všechno má své meze. Už dost. Má toho po krk. Člověk může mít po krk dokonce i sám sebe.

Příkazování zvyšuje obsah cukru v krvi. Krátkodobé zvýšení cukru v krvi blahodárně působí na mozek a nervové buňky. Přehánění s příkazy vyvolává protest a rovněž přesycení krve látkami, které se kvůli protestu nedostanou z krve do buněk. Protest proti příkazům blokuje vylučování inzulínu, hladina cukru v krvi se nesnižuje, ale naopak se s každým dalším příjmem potravy zvyšuje, a vzniká cukrovka.

Cukrovka vznikne, když má člověk až po krk příkazů druhých a sám začne podle jejich vzoru příkazy vydávat.

Pro mnoho lidí se velení stává přirozeným stylem života. Mají rychlou látkovou výměnu, musí často jíst, poněvadž v opačném případě se trávicí enzymy pustí do trávení sliznice vlastního střev-

ního traktu. Taková vážná nemoc jako vředová choroba zjevně demonstrovuje, jak bezohledně člověk přikazuje sobě nebo druhým. „*Příkaz se narodil dřív než my*“ – říkají takoví lidé a jinak žít nemějí. Dříve nebo později se jejich příkazy změň v zákazy.

Co se děje se slinivkou, když člověk slyší zákaz?

Žádná přání člověka by nevznikala, kdyby necítil potřebu něčeho. Kdybychom osvobodili přání, přesvědčili bychom se, že člověku, jenž cítí potřebu něčeho, toto něco samo vklouzne do ruky. Zatím však budeme užívat to, co je. Vše, co je na světě, je určeno pro nás všechny. Kdy přesně vzniká něčí potřeba a v čem spočívá – to už je věc jiná. Potřebujeme dobré i špatné, velké i malé, daleké i blízké, duchovní i materiální, válku i mír, bohatství i chudobu. ***Přání velkého dobrého nám zakazuje souhlasit s jakýmkoli špatným a s malým dobrým.*** Usiluje-li člověk o velké dobré jakéhokoli druhu, přibírá na váze.

Příklad ze života

Obrátila se ke mně o radu žena vážící 130 kilo. Jelikož ji nohy už neunesly, rozhodla se držet velmi přísnou dietu. Tři měsíce jedla dušenou zeleninu, bála se dokonce uvařit si bylinkový čaj, pila jen horkou vodu a na konci vážila 138 kilo. Z velkého zoufalství si týden *dovolila* jíst jen to nejchutnější. Poté si s pocitem škodolibosti stoupla na váhu, jako pomstu za to, co způsobila. Ukázalo se, že dvě kila někam zmizela. Omráčená žena nemohla pochopit, jak je to možné.

Taková reakce je charakteristická pro člověka cítícího přílišný protest proti zákazům. Když jako odpověď na něčí zákaz nemá možnost zachovat se naschvál zcela opačně, neboť ve společnosti platí obecně platná pravidla chování, určitě to udělá potají. Podle jejích vlastních slov se tato dáma úctyhodného věku někdy, skryta cizím očím, zabývá hanebnými věcmi. Mimo chodem, kdyby se tímto způsobem nezbavovala své zloby, už dávno by měla cukrovku. Vlastní zákazy ji přivádějí k zuřivosti, sám na sebe se však člověk vrhnout pěstmi nemůže. Něco jiného je vynadat si – to dělá s prevelikým potěšením.

Po prožitém otřesu mávla rukou nad myšlenkou zhubnout, chtěla však pochopit, co všechny ty nesmysly znamenají. Milá

dámo, každý nesmyslný zákaz zasadí ránu slinivce a v důsledku toho se z ní do krve dostává nadbytečná dávka inzulínu, který dodává buňkám v krvi obsažený cukr. Buňky se ztlušťují a v krvi vzniká hypoglykemie. Mozkové buňky, které bez dodávky glukózy nevydrží ani vteřinu, informují o svém stavu podrážděním a pocitem hladu. Bojují o vlastní existenci tím, že vyvolávají nepřekonatelnou chuť k jídlu. Jako by říkaly, buď tlustý, ale buď člověkem.

Pokud se člověk, který si dal za cíl zhubnout, vydá do obchodu s potravinami, spatří hojnost zboží a začne si zakazovat jedno, druhé i třetí, slinivka dostává jednu ránu za druhou, dokud obsah cukru v krvi nepoklesne až do stavu před omdlením. Což je otázkou pouhých několika minut. Když se člověk ještě k tomu začne litovat, že všichni jíst mohou, jen on nemůže, skutečně do mdlob upadne. Z mdlob vzniká strach ze smrti. Strach ze smrti je horší než strach z nadbytečných kalorií. Člověk pevné vůle si nyní ukládá ještě jeden zákaz. Tentokrát si zakazuje omdlívat a koupí si řekněme kilo zmrzliny. Cítí potřebu zmrzliny, neboť zmrzlina ze všeho nejrychleji vyvažuje energii strachu.

Jiné sladkosti by měly stejný účinek, neodolatelná touha po zmrzlině však ukazuje na to, že člověk se cítí ukřivděný životem, který je k němu nespravedlivý, a potřebuje vyrovnání právě této energie. **Zmrzlina představuje energii inteligentní ukřivděnosti**, to jest **energii zákazu křivdy**. Vždyť zákaz jakéhokoli vyjádření negativních emocí je příznakem inteligentnosti. Kdyby se tento člověk před tím, než se vrhne na zmrzlinu, alespoň sám sebe zeptal, zda zmrzlinu potřebuje, možná by snědl lžičku a uspokojil by svou potřebu na celý rok. Takhle spořádal celé kilo, div nepraskl.

Za pár dní žena přibrala skoro dvě kila. Čtyři taková opomenutí za tři měsíce, a je to osm kilo. V čem je problém? V tom, že každé spolknuté sousto zmrzliny člověk polyká s vědomím – *ne-dělej to, přestaň už, nechej toho*. Probíhá-li to takhle, můžeme po jídle cítit větší hlad než před jídlem, poněvadž cukr míří rovnou do buněk, kde se ukládá ve formě tuku. Jak říká přísloví: Zakázané ovoce nejlíp chutná. Právě jsme se přesvědčili, že je to tak bez jakéhokoli přehánění.

Když si zakazujeme cokoli z duchovní, duševní nebo materiální oblasti, nezvratně to vede k poruchám látkové výměny, konkrétně cukru. Přebytečné kalorie nabyté spolu s cukrem se stávají tukem analogicky, jako se strach stává bezmocnou zlobou, to jest smutkem. Přejete si například být dobrý a zakazujete si zakazovat druhým. Ten, komu by bylo třeba zakázat, se začne chovat jako zvíře utržené ze řetězu a působí zlo sobě i druhým. Zmocní se vás pocit bezmoci a smutek, přestanete jíst, ale přitom značně přiberete na váze. Nastane okamžik, kdy pohár trpělivosti přeteče a vy dáte volný průchod zlosti. Po nějaké době se kajete za to, že jste se neudrželi. **Pokání** se mění v nadbytečné kilogramy. Pokání znamená, že sami sebe obviňujete, že jste si nezakázali dělat to, co je třeba. Čím je pokání hlubší, tím víc se množí energie zákazu a je objemnější. A Vaše tuková tkáň je hutnější.

Zoufalá žena nad váhou mávla rukou a šla do obchodu, kde nakoupila všechno, co jen si duše přála. Když s pocitem zmaru stoupla na váhu – nevěřila svým očím. Dvě kila jako by nebyla. Proč? Protože si nic nezakazovala a dovolila si to, co potřebovala. Pro normalizaci váhy se nyní potřebuje naučit osvobodit stres zákazu. Pak už nebude těžké osvobodit protest proti zákazu.

Žena si dovolila i svou oblíbenou sladkost – čokoládu. **Čokoláda má energii zmenšovat hořkost z důvodu nesplnitelných přání.** Nu a nepřidala jí na váze proto, že si *dovolila* sníst jí přesně tolik, kolik potřebovala, aby utišila hořkost. Vždyť člověk ve stavu zoufalství není schopen být člověkem, a proto čas od času potřebuje čokoládu.

Na světě není nic, co by bylo zcela nepotřebné.

Člověk, kterého od okamžiku narození neomezovali zákazy a jenž si dovoluje *vše potřebné*, nemívá problém s váhou. To znamená, že se jedná o vyrovnaného člověka. Jednoho dne se může kvůli stresům nacpat dorty s krémem a další den nemá chuť na nic jiného kromě vody. Přání ukojit své rozjitřené city něčím

dobrym může vést ke ztrátě chuti k jídlu. Člověku, který se nepřetvařuje, když mluví, jenž si nikdy nic nezakazuje, tloušťka nehrozí. Protiví-li se mu vše, co se vnucuje, jeho váha se bude naopak snižovat, i když se bude jídlem přecpávat. *Nerozumí-li člověk zákulisí své váhy, není schopen ji regulovat.*

Rodiče, kteří vychovávají dítě v duchu „vše dovoleno“ a svatě věří, že je to ku prospěchu, touží vychovat vzorné dítě, dopadne to však zcela opačně. Dítě si dovolí absolutně všechno. Plive Vám například do tváře nebo dělá něco podobného. Rodiče, kteří se domnívají, že jsou nad tím, se za takové chování na dítě nezlobí. Jsou pevně přesvědčeni, že dítěti nelze nic zakazovat, a co se týče špatného chování, že dítě samo jednou všechno pochopí a zastydí se. **Dobrý člověk, zakazující si zakazovat dítěti**, z dítěte nezřídká vychová zvíře. Převychovat zvíře na člověka je prakticky nemožné.

Většina lidí spojuje zákazy s materiálními možnostmi. Když jim radím, aby osvobodili sobě adresované zákazy, ihned se ozvou námitky, že nemají tolik peněz, aby si mohli dovolit vše, co je duši libo. Mluvím o tom, že je třeba osvobodit energii zákazu, a jako odpověď dostávám informaci o obsahu peněženky. A to si člověk už přečetl mé předcházející knihy. To znamená, že jsme silně uvízli v materiálnosti a mysl automaticky přeskakuje na peníze.

Uspokojování přání zesiluje přání a samolibost.

Uspokojování potřeb normalizuje potřeby a zvyšuje důstojnost.

Váha se často začíná měnit v souvislosti se změnami v životě. Rodiče se například rozcházejí, a místo toho, aby se rodič sám naučil žít jinak a naučil tomu děti, začíná zakazovat, co dříve bylo dovoleno. Občas se to děláva velice demonstrativně a stává se, že i výsměšnou formou, je-li dítě hodně fixováno na rodiče, jenž domov opustil. Působí-li člověk dítěti podobné utrpení, realizuje svou pomstu. Rodič, který dítěti cokoli zakazuje a zdůrazňuje při tom duchovní nebo fyzické chyby druhého rodiče, působí zhoubně na celou rodinu.

Lidé si začínají dávat zákazy také při vstupu do manželství. Snaží se pomocí zákazů sami sebe ukáznit, místo toho, aby si ujasnili, že mládenecký život zůstává za nimi a v budoucnu je třeba jít jinak. Odchod do důchodu je zpravidla také přelomovým okamžikem v životě člověka. Mnozí lidé – zejména ženy, když se přiblíží k padesátce – začnou hořekovat nad tím, že nemohou jedno, druhé či třetí. Pro jakýkoli zákaz se vždy najde důvod. Někdo si už od mládí zakazuje být mladý. Jiný si zakazuje stárnout.

Zřejmě neexistuje nic, co by nebylo možné si zakázat. Člověk chce být například dobrý, ale nemůže, protože támhle ten je špatný. V takovém případě se už zákaz mění v pomstu. Jedná se o realizaci nevraživosti, působící zlo. Vždyť pokud člověk se stresey zahálí, když může dělat dobré, ubližuje si. Aby se při rozplétání tohoto zamotaného klubka netrápil, měl by si dovolit to dobré, které skutečně potřebuje. To však neumí. Výsledkem je hořké zklamání, kdy dojde k závěru, že jeho dobré není pro bližního příjemné. Tento závěr slouží jako ospravedlnění, aby v následujícím okamžiku sám odvrhl to dobré, které mu bližní nabízí.

Životní nezdary, které si člověk nevyjasní, mohou vést ke krajně zostřené formě zákazu – k **odpírání**. Člověk, kterému se podaří odepřít si nástrahy a pokušení, začne být na sebe hrdý. Chudák, který je hrdý na to, že nic nepotřebuje, tím v sobě pěstuje svou pýchu. Přibírá na váze, i když říká, že nemá co jíst. Na jeho jídelním stole sice nejsou delikatesy, on však říká, že nemá co jíst. Když na to upozorníme, urazí se.

Nikdo mu nevěří, že podle svých slov stále cítí hlad, a proto je zesláblý – vždyť tak hodně jí. Ve skutečnosti však říká pravdu. *Snížený obsah cukru v krvi vyvolává pocit hladu*. Obsah cukru v krvi se zvyšuje a člověk se cítí dobře jen tehdy, když se mu daří *odejmout* jeho blízkému to, co je předmětem jeho přání. Jednoduše řečeno ukrást.

Uchvátí například pořádný kus ze státního krajíce, a stát z toho má nepříjemnosti. Když mu stejný stát nabídne pomoc nebo přidělí podporu, říká, že to jsou mizerné groše. Poněvadž snížený obsah cukru v krvi se mnohdy odrazí na nervové soustavě, takový člověk se brzy odtrhne od společnosti.

Hladový člověk je pro společnost všeobecně nebezpečný, zvláště nebezpečný je však ten, kdo **hladoví kvůli samolibému odpírání si potravy**. Snaží-li se společnost takovému člověku pomoci, stává se ještě nebezpečnějším. Přičí se mu, když někdo žije na účet cizího dobrodiní, a teď je mu nabízeno, aby žil z milosti státu. Jemu, nenahraditelnému pracantovi! To ho ještě víc dopálí. Takoví lidé by měli pochopit, že jedna ze životních etap je u konce a teď je třeba jít kupředu.

Odpírání si vede k hubenosti. Čím je odpírání samolibější, tím je člověk hubenější. **Samolibost je sebevědomá znalost.** Vědomí toho, že mě chtějí ponížít a nabízejí mi málo a podřadné, což já nepřipustím, dovoluje člověku udělat rozmáchlé gesto a odpovědět odmítnutím. Když pyšný člověk, úporně si přející dokázat svou nadřazenost, ví, že je považován za špatného, *začne mu narůstat část těla, odpovídající pýše. Část těla odpovídající egoizmu hubne* a je nepěkně povislá.

Rostoucí břicho u stárnoucích lidí vypovídá o tom, že lidé stále ještě chtějí něco udělat, aby dokázali svou nadřazenost. Ztenčení nohou ukazuje na to, že člověk chce povýšeně demonstrovat, že to zvládá sám a ničí pomoc nepotřebuje. Čím nemocnější má nohy, tím nepřátelštěji se chová k těm, jimž se podle jeho názoru dobře žije.

Člověk si **uchovává štíhlost a zůstává člověkem, když si dovoluje to, co potřebuje.**

Člověk si **uchovává štíhlost, ale mění se ve zvíře, když si dovoluje vše, čeho se mu zachce.**

Člověk se stává **tlustým, když si zakazuje všechno, co si přeje.**

Člověk se stává **obzvlášť tlustým, když si zakazuje všechno, co potřebuje.**

Člověk se stává **hubeným, když si odpírá to, co si přeje.**

Člověk se stává **obzvlášť hubeným, když si odpírá to, co potřebuje.**

Odepření si čehokoli nutí člověka odpírat si rovněž potravu. Odpírající si člověk nechce jíst. Necítí chuť k *takovému* životu.

Domnívá se, že má právo mít takový život, jaký vyhovuje jemu. Pokud si *tvrdohlavě přeje někomu dokázat, že dotyčný je špatný*, začne být obzvlášť mlsný a vybíravý v jídle, což mu dodává energii nezbytnou k realizaci vlastních cílů. Obsah cukru v krvi má v normě a hlava dobře funguje.

Touha po pomstě koncentruje schopnost myšlení víc, než je nutné.

Začne-li si člověk, zakazující si vše dobré, náhle všechno odírat, protože chce dokázat svou pozitivitu, pomalu, pomaličku ubývá jeho tuposti, která se u něj rozvinula doslova až do rozměrů slabomyslnosti a jeho myšlení se mění ve stále jasnější a logičtější. Kdo se z toho raduje, nevšimne si, že úmysly tohoto člověka jsou upřeny k jedinému cíli. Proto když se taková změna stane se starými lidmi, může přinést nepříjemná překvapení.

Člověk, který se v životě zajímá o všechno, jí spíš hodně než málo. Nemůže si zakazovat jídlo, protože s hladovým žaludkem hlava špatně myslí a tělo ztrácí pohyblivost. Hladovění se daří těm, kteří mají v životě jeden jediný cíl, totiž ideální zevnějšek, a doufají, že s jeho pomocí dosáhnou v životě všeho, co si zamnou. *Představa, že štěstí jakoby spočívá v kráse, potlačuje pocit hladu. Jakékoli absolutně pevné přesvědčení je schopno zcela potlačit pocit signalizující opačnou situaci.* Takže nevznikne ani stín pochybnosti, že člověk dělá něco nesprávně.

Pro nemocného anorexií je přebytečný gram tuku strašnější než smrt. Zakazuje si jíst a věří tomu, že život bude šťastný. Čím déle máme snížený obsah cukru v krvi, tím silněji je poškozena nervová soustava a zejména mozek. Člověk je stále více nechápavý, otupělý, necitlivý a apatický. Ztráta zájmu o život zužuje plnohodnotné vnímání a člověk se začne dívat na svět jen úzkou štěrbinou.

O některém člověku se říká: nereaguje na to ani na ono. Jedná se o lidi, kteří se zcela zasekli na jednom jediném cíli a ke všemu ostatnímu jsou lhostejní. Prosby ani přemlouvání na ně neplatí. *Přijít o svůj cíl je pro ně horší než smrt.* Čím méně se ohledně takového člověka znepokojujete, tím lépe pro vás oba,

neboť ho pouštíte ze spárů svých dobrých přání. Člověk zeslabí pozici sebeobrany a možná si všimne, že v životě je ještě něco jiného zajímavého. Vždyť se pouze zachraňuje útekem od vlastních strachů.

Odpírat si životní nezbytnosti je vrcholem pýchy, to jest egoizmu. Je to útek od reálného života do světa nenormálních idejí, které člověk už ani sám není schopen pochopit. Nad těmito možnými důsledky by se měl zamyslet každý, dokud je ještě jeho rozum zachován.

Uprchlík ani udřené boží hovádko nejsou schopni vyznat se sami v sobě. Většina lidí patří buď k prvním, nebo k druhým. Není důležité, zda uprchlík či udřené boží hovádko patří k prostým dělníkům nebo ke specialistům vyšší třídy, kteří se v životě *vypracovali* samostatně. Důležité je, že *nemá kdy*. Lidé pořád hořekují, jak by bylo pěkné vyjet si do přírody, žít chvílku jednoduchým vesnickým životem, pohrát si s dětmi a se zvířaty, ale je to mizérie, jak málo je času. Člověk si zakazuje všechno lidské a stále více se stává výhradně vykonavatelem své práce. A podívejme, začíná dokonce protestovat proti tomu, co sám sobě zakázal, neboť mu to překáží v práci. Čas nemají ani důchodci, kteří si z nudy vzájemně ničí nervy.

Dosáhnou-li lidé v životě určitých výšek, zapomínají zůstat lidmi.

Víc než život sám potřebuje takový člověk *lidskost*, a ta k němu přichází v podobě *životní moudrosti malých dětí, zvířat, jednoduchých věcí a situací, syrové stravy, upřímných vzájemných vztahů i přirozených obyčejů*. Člověk však protestuje, neboť toto vše zasahuje do jeho drahocenného času. Šíří se protesty proti nezpracovaným znalostem. Lidem se zachtělo stručné, heslovité teorie, aby vše mělo svůj šuplíček, bylo promyšleno do detailů, předžvýkáno a vloženo do úst. Avšak strávit tuto teorii, to jest využít ji v životě, lidé neumějí. Protest proti syrovým informacím je

zbavuje schopnosti rozpoznat v předžvýkaném materiálu základní prvky a rovněž vyhledávat je a nacházet.

Když člověk během vykonávání jedné práce v dostatečné míře pozná sám sebe, práce je pro něj vyčerpána, on ji s lehkým srdcem opouští jako přítele a pustí se do jiných věcí. Před sebou už má novou práci, která ho čeká. Práce napomáhala zdokonalování člověka, neboť člověk nevyžadoval okamžitý konečný výsledek. Zdokonalující se člověk zdokonaluje práci a díky tomu se mění její kvalita. Nová kvalita znamená vyšší úroveň práce. Člověk, který pracuje proto, aby se sám rozvíjel, se s každou novou prací rozvíjí stále více. Člověk, který pracuje proto, aby něco měl, se může celý svůj život mořit jedinou prací. Například učním, ale žádaného výsledku stejně nedosáhne. Dostane to, co nechtěl – nemoc trávicího traktu úměrnou jeho protestu.

Je třeba naučit se takové stavy v sobě rozpoznávat. Obtěžují-li Vás malé děti, s nimiž je třeba hodně a dlouho rozmlouvat o prostých věcech, protože nechápou rychle, máte dozajista problémy s trávením syrové potravy. Pokud neradi vysvětlujete jednoduché věci neznalým lidem, národní zvyky se Vám zdají být barbarstvím a upřímné, přímočaré vztahy vnímáte jako znak neinteligentnosti, máte problémy se zažíváním a trávením syrové stravy. Osobodíte-li přání dostávat od života hotové nebo vyzrálé či dokonalé hodnoty, umožníte trávicímu traktu, aby normálně trávil syrovou potravu. **Dokud k sobě nepřestanete přitahovat syrové, budete mít čemu se od tohoto syrového učit.**

Poněvadž tento problém je dost typický, avšak nejednoduchý na pochopení, uvedu několik příkladů.

1. Žena, která už od dětství musela kvůli chudobě všechno dělat vlastníma rukama, obšívá celou rodinu. Tuto lekci si odnesla od života. Není *povinna* to dělat, cítí však, že *musí*, protože se bojí, že jinak nevyjde s penězi. Prací potlačovaný *strach přerostl v přesvědčení*, že hotové oblečení není pro její kapsu.

I když ví, že oblečení vlastní výroby vypadá lépe, módněji, originálněji a je domácí příjemné, cítí únavu a omrzlost. Chtělo by se jí šít i nadále, ale také by si chtěla odpočinout. Neumí ze sebe osvobodit svá jednoduchá přesvědčení, umí však proti nim

protestovat. Protest je možnost zbavit se nepříjemného. Protest proti této jednoduché práci je omluvitelný tím, že všechno jde koupit v obchodech, lidé to tak dělají, jen ona jediná si to nemůže dovolit. Nádeničila celý život, teď je toho však právě dost. Její protest je tak velký, že i přišití knoflíku se mění v nádeničinu.

Ženy tohoto typu většinou chtějí být báječnými matkami. Což znamená, že ve vhodném okamžiku, když o to děti mají zájem, jim nepředají své umění. Nebo předají a děti dělají, kolik potřebují pro sebe, dobré matce se to však zdá být málo. V takovém člověku spolu vzájemně bojuje *přání dělat a nechut' dělat*, dokud nechut' nezvítězí. Kde je východisko? Především je třeba osvobodit problém duchovně. Pocity, které budou následovat, pak napovědí, čím se zabývat dál. Možná, že ničím zvláštním. Možná budete dále dělat stejnou práci, ale již na nové vyšší úrovni mistrovství.

2. Stejný stres může cítit i muž, který je zvyklý vyrábět všechny běžné, každodenní předměty vlastníma rukama. Osvoji si tím jednoduché, dětské, syrové každodenní lekce a už je víc nepotřebuje. Muž ulpívá na myšlence, že je chudý člověk, a to ho nutí dělat to, co už nepotřebuje. Mnozí lidé, kteří zbohatli velkou prací, neumí být bohatí, a proto se u nich bohatství dlouho nezdrží.

Mnozí z těch, kteří začínali obyčejnou prací a vlastní činností se vypracovali na specialisty vysoké úrovně, těmito specialisty neumějí být. Proč? Protože se během práce sami nezdokonalovali. Jsou zralí v oblasti fyzických schopností i znalostí, nezralí však duchovně. Tak vysoce kvalifikovaný odborník kvůli svým stresům pohoří a ocitne se v příkopu, bez ohledu na všechny své kladné vlastnosti.

Chudobě je vlastní naturální hospodářství. S nabytím znalostí a materiálním dostatkem by člověk mohl zvládat život na jiné, nové úrovni, avšak on stále dál lpí na minulosti. Břemeno minulosti je naloženo na nynější břemeno, odpovídající úrovni rozvoje. Změnit břemeno minulosti v oblíbenou činnost člověku nedovoluje duše, přesněji pocit viny. Člověk se schopnostmi dále rozvíjí svůj potenciál a stává se vědeckou osobností. Nést na sobě tři břemena – na to nestačí síly ani čas. Zabývá se jedním a cítí se vinen před dvěma dalšími.

Naturálního hospodářství se zříká, když vznikají vynucené okolnosti v podobě problémů s rodinou nebo se zdravím. Pocit viny se zesiluje a mění se v obviňování na cizí adresu. To znamená, že když v obchodě nakupuje potraviny nebo průmyslové zboží, začne na nich vyhledávat vady. Připadá mu, že vše, co kdysi vyráběl sám, mělo lepší kvalitu. Člověk důvěřující jen sobě samému nedůvěřuje životu. Přání dělat všechno sám vede k nemocem trávicího traktu, což by mělo člověku pomoci, aby si ujasnil, že když jsi nemocen, nemůžeš dál dělat to, co není v tvých silách.

V úplně opačné situaci se ocitají ti, kteří nevědí, co je to chudoba. *Děti z blahobytných rodin si od narození zvykají trhat zralé plody života.* Vše se nakupuje v obchodech a od dítěte se žádá jen jedno jediné umění, umění konzumovat. Z takového dítěte vyrůstá konzument neumějící nic udělat vlastníma rukama. *Čím méně je člověk schopen svýma rukama tvořit, tím více je schopen těmto rukama ničit,* neboť to, co vytvořil jeho bližní, pro něj nepředstavuje hodnotu, není to milé jeho srdci.

Dokud v člověku žije neuvědomělá potřeba tvořit něco rukama, jeho břicho neprotestuje proti syrové potravě. Protestuje proti všem těm dobrotám, které jsou mu nabízeny pod vývěsným štítem plnohodnotné potrawy. Protestuje proti přílišnému dobru, to jest proti *nepotřebnému finálnímu stupni hotovosti.* Tímto způsobem dítě učí své rodiče, aby byli lidštější, přirozenější, upřímnější a prostší. Čím zralejší je věk, kdy se člověk dostane do situace, že musí něco udělat vlastníma rukama, ale udělat to neumí a bojí se, že se kvůli tomu stane terčem posměchu, tím silnější je protest. Současně vznikají problémy s trávicím traktem.

O lidech zvyklých všechno dostávat se říká, že mají mentalitu konzumenta. Na dostávání se zvyká tak rychle, že člověk ještě včera pranýřující chamtivé lidi je již následujícího dne stejný jako oni. Dokud si myslí, že takový není, ani ho nenapadne prověřit, zda se stav věcí nezměnil. Když ho někdo v návalu zloby nazve chamtivcem, bude to vyvracet, závěr si z toho však neudělá. Pochopení může přijít jedině v tom případě, že ho na to upozorníme přátelsky.

Chamtivost jsme zvyklí spojovat s materiálním prospěchem. Ve skutečnosti je **duševní a duchovní chamtivost** mnohem horší.

Uvádějí mě v *zoufalství* lidé, kteří dychtivě hltají duchovní znalosti, a aniž by je stihli strávit, žádají nové. Odpovím-li, že víc jim říci nemohu, protože by jim to mohlo uškodit, argumentují tím, že jakoby nepochopili již řečené. Když to znovu vysvětlím a rozhovor je *u konce*, cítí se hluboce nešťastní, neboť se právě teď *naladili* na pokládání otázek. Moje odpovědi by hladově spolýkali a příště bych se zoufalstvím zjistila, že tam zůstaly ležet jako mrtvá zátěž.

Duchovní chamtivost nechápe, že dokud kousek potravy není stráven, zadním koncem nic nevyjde. Člověk, který duchovně tráví získané informace, se učí klást si otázky a odpovídat na ně. Proces trávení sice zabírá čas, jeho výsledek je však plnohodnotný. Natolik plnohodnotnou odpověď nemůže dát nikdo jiný. Rychlou odpověď můžeme dostat od svých blízkých, vyvolává však u příjemce duchovní průjem. Nejednou mě polévali duchovními exkrementy, a to mě naučilo opatrnosti. Člověk zaslepený duchovní chamtivostí to nechápe, vždyť on se přece chce uzdravit.

Zřídka kdy mám co do činění s pacienty, kteří do ordinace přicházejí poprvé a už na svém problému *důkladně* pracovali a postupovali přitom podle mých knih. Dokud je mé zoufalství pro mě ještě stresem, přitahuje ke mně ty, kteří zoufalství vyvolávají. Zoufalství jsem v sobě našla nedávno, proto jsem ho ještě nestačila v dostatečné míře osvobodit. Podařilo se mi však během týdne skončit se zvykem *důkladně* každý stres pacientovi rozžvýkat. Necítím přitom žádnou vinu kvůli tomu, že pacientovi umožňuji, aby si tímto procesem rozžvýkávání a polykání prošel sám. Tímto způsobem se začal osvobozovat jeden z aspektů mé přílišné pozitivivity.

Naučte se osvobozovat zoufalství a všimněte si, jak poté přestanete všechno rozžvýkávat svým dětem. Tím jim umožníte, aby pracovali sami, svým mozkiem. Zpočátku budou děti možná protestovat, neboť jsou zvyklí *všeho dosahovat snadno*, ale později Vám poděkují. Osvobodte rovněž svou *pozitivitu a přání ulehčit druhým život*. Vaši příbuzní, blízcí, přátelé a známí ve Vás přestanou doufat a později Vám dělat výčitky. Naučí se zeptat se na radu a využít ji pro své dobro.

Nepromyšlené problémy jsou syrovým materiálem života. *Umíte-li* řešit své problémy sami, dovést syrové zrno života do stavu zralosti, avšak chcete být dobrým člověkem, jste podobní sušičce obilí, do níž všichni svážejí své syrové obilí. Dávají Vám ho a trvají na svém právu dostat výměnou kvalitní suché. Nastane den, kdy máte všeho až po krk. Zoufalství z toho, že v sušičce už není ani kousek místa, Vám nedovoluje přijmout nic syrového ani duchovně, ani fyzicky, i kdybyste sebevíc chtěli.

Váš trávicí trakt protestuje zejména proti ovoci, neboť obsahuje energii syrového plodu, kterou je možné získat *zvlášt'* snadno. K tomu, aby si člověk obstaral zeleninu, se musí alespoň sehnout, ovoce však člověku padá do rukou samo. Stále více se cítíte jako nádeník, jenž musí plnit vůli těch, kteří *trvají na své pravdě*. Kvůli protestu ze strany břicha přestanete jíst syrovou potravu, když však přání být dobrý nepomíjí, vtahujete do sebe energii cizích *nezralých přání*, a v důsledku toho se stáváte nestravitelným hrubým člověkem.

Vaše hrubost se projevuje, když vás začnou srovnávat s ostatními a hodnotit. Tehdy se i ten nejvyspělejší člověk stává hrubým, když ho otravují nesmyslnými požadavky, přáními, prosbami či afektovaností. Člověk, který se stal v sebeobraně nestravitelným, je znovu schopen přijímat syrovou potravu.

Vyjadřuje-li Vaše hrubost *protest* proti afektovanosti, táhne Vás to k syrovým rybám a masu. Nejprve jen abyste ochutnali, brzy se však pustíte do málo propečeného, krvavého masa a za krátko budete s potěšením pojídat jídla ze syrového masa. Dokud se budete bát lidské nestravitelnosti, budete mít z hovorů o syrovém mase husí kůži.

Osvobodte ze sebe životní nezralost i zralost, Vaše záležitosti získají vyváženost a Váš trávicí trakt se spokojí s jídly připravenými tím nejjednodušším způsobem. Přiznejte si, že ve Vás je nezralost, a nemyslete si, že jste zralí. Definitivně zralý není ani jediný člověk, neboť vývoj je nekonečný. Věříte-li, že jste zralým člověkem, znamená to, že smrt už není za horami.

Závěrem kapitoly shrnu některé poznatky. ***Práce se daří tomu, kdo se prací zabývá. Práce nejde kupředu, když ji člověk***

vykonává. Takovému člověku vždy něco překáží a přešlapuje na místě. Kromě trávicího traktu mu onemocní *nohy*, poněvadž jejich stav odráží životní postup a pokroky v životě. Zahltí-li se člověk prací, cítí nekontrolovatelný *strach*. Začne se bát už předem: když se mi to nepodařilo udělat včera, nezvládnou to možná ani dnes.

Strach blokuje ledviny a v těle jsou zadržovány tekutiny. Práce se stává *těžkou* a kvůli otékání *těžkne* rovněž tělo. Tekutiny nebudou v pohybu a nebudou odvádět škodliviny, dokud se neosvobodíte od zablokované práce. Popadne-li Vás zlost a chcete se toho všeho zbavit, ždímáte sami sebe stejně, jako se ždímá prádlo. Tekutiny vyjdou ven, když nemilosrdně mobilizujete všechny své síly, abyste dosáhli žádaného, škodlivé látky však zůstávají v těle a koncentrují se v podobě nemoci. **O mobilizaci sil a soustředěnosti na jedinou věc jako o technologii vzniku nemocí** budeme hovořit později.

Cítí-li člověk zoufalství, v těle městnají tekutiny. Jedná se o stres hypofýzy a třetí čakry, který je schopen blokovat celý trávicí trakt. Člověk, který chce dotáhnout do konce neudělané práce, aby našel štěstí, cítí v břiše chlad zoufalství, když se ukáže, že jeho růžovým snům není souzeno, aby se splnily. Čím větší jsou náklady, tím větší je zoufalství. Velké zoufalství vede k nemocem dutiny břišní.

V souhrnu můžeme tvrdit, že:

- **horní část břicha onemocní z přání *předělat* sebe i druhé;**
- **střední část břicha onemocní z přání *učinit* všechny rovnoprávnými;**
- **dolní část břicha onemocní z přání *zbavit se* všeho, co se nepodařilo udělat.**

O předělávání člověka bylo vše řečeno zcela dostatečně. Přání zrovnoprávnit všechny lidi nebere v úvahu důsledky, mění ženy v muže a ženskost v mužskost, jelikož se člověku zdá, že muži se nacházejí ve výhodném postavení. Přání zbavit se všeho, co se nám nedaří udělat, může ve svém krajním projevu vést až k chirurgickému odstranění orgánů malé pánve.

Když člověk ve stavu zoufalství plýtvá pojmy „všechno“ a „všichni“, jedna část trávicího traktu onemocní reálně a ostatní jí nahrávají. Je-li člověk maximalistou, pro něhož je nedokonalost nepřijatelná, jeho nemoc se v okamžiku zoufalství prudce zhorší a rozšíří se po celé horní, střední nebo dolní části dutiny břišní. V případě krajního zhoršení je zasažen celý trávicí trakt. Takový stav je přirozeně životu nebezpečný.

K onemocnění trávicího traktu vždy dochází v souvislosti s neudělanými věcmi a všechny neudělané věci nevyhnutelně souvisejí s lidmi. Můžete odjet kamkoli, vymyslet si dovolenou, která Vás spasí, či se ponořit do světa snění, neudělané věci vám však nedají pokoj. Patologická závislost na práci Vás nutí pustit se do ní, to jest **hledat v práci štěstí**. Dokud se od ní neosvobodíte, budete se trýznit pocitem viny. Pocit viny z důvodu práce a dalších věcí je stresem, jenž nevyhnutelně doprovází veškerá onemocnění trávicího traktu. **Nacházíte-li v práci sami sebe, máte pocit štěstí a jste za to vděčni práci.**

O stresech trávicího traktu si podrobněji pohovoříme v následující kapitole.

Tuto kapitolu jsem napsala po kapitole o látkové výměně a nervové soustavě, která je uvedena v následující knize. Zařadila jsem ji sem, i když kapitolu po ní následující jsem připravila už před rokem. Při zjišťování rozdílů mezi nimi upozorujete, že v obecném uvádím individuální a v individuálním znovu obecné, ale už na zralejší úrovni.

JEŠTĚ JEDNOU O TRÁVENÍ

Tohoto tématu jsme se dotýkali i v mých předcházejících knihách. Jícen začíná na úrovni 5. čakry. Tento fakt ukazuje na to, že **světonázor závisí na vztahu**. Přesně stejný vztah, jaký máme k životu, máme i k jídlu. Kdo má rád život, chová se k němu s úctou. Láska je posvátná věc. *Není možné milovat v běhu a shonu*. Kdo miluje život, chová se k jídlu s láskou a uctívá ho jako svátost. Na prahu XXI. století, stejně jako za starých časů, líbá

kousek chleba zvednutý ze země a prosí o odpuštění za nedostačnou pozornost k jídlu.

Ateistická představa o Bohu nedovoluje modlit se a vzdávat chválu tomu, kdo neexistuje. Víra v neviditelné je k smíchu a pro ateistu je ostouzející. Proto nám *falešný stud* nedovoluje modlitbu díkůvzdání za chléb vezdejší. Vždyť Bůh neorá, neseje ani nepeče chleba, vše je jen dílem lidských rukou – domnívá se ateista. Jestli jedinou jinak smýšlející osobou v rodině, pronášíte modlitbu díky pro sebe, když usedáte k jídelnímu stolu či pomalu žvýkáte jídlo, abyste nerozcilovali ostatní. Potrava se na Vás nebude zlobit, ani když to uděláte dlouho před jídlem. *Plným soustředěním na jídlo* jí prokazujete úctu a přijímáte ji do sebe energeticky.

Modlitba díky za jídlo je jeho požehnáním, které dodává jídlu smysl a význam.

Smysl přijímání potravy spočívá v tom, aby každá buňka těla dostala to, co potřebuje právě ona, a aby všechno, co už buňky nepotřebují, z nich bylo odstraněno.

Význam jídla spočívá v tom, že se s každým novým přijímáním potravy pozvolna přibližujeme k ideálu.

Vlastní příjem potravy je realizací smyslu a významu jídla na fyzické úrovni. Lidé se bohužel mění v automaty, které sice mají proces zpracování naprogramován, každý však odtud v míře své chamtivosti čerpá, co je libo, kolik je libo, kdy je libo a jak je libo. Jakékoli přání neohlížející se na druhé způsobí, že se automat porouchá. Když si někdo bere příliš mnoho, jiný je připraven o nezbytné a oba jsou nespokojeni. Jeden hodí svou kořist, která se ukázala být nadbytečnou a stala se nepoužitelnou, zpátky do automatu, jako by za to stroj mohl. Druhý pomocí klávesnice uloží do paměti stroje svou reklamaci: „Jsi špatný!“ Jednoho krásného dne se stroj zastaví a nezačne pracovat, dokud z něj nebude odstraněn odpad.

Vyrůstá-li v rodině dítě, nadešel čas změnit vztah k jídlu. Příkazováním se to udělat nedá. Je-li někdo zvyklý při jídle číst noviny, dívat se na televizi nebo hlasitě rozprávět, kdežto Vy vzdáváte chválu Hospodinovi a líbáte kousek chleba, není záhodno,

abyste ho nutili měnit jeho zvyky. Když chce spolu s jídlem polykat negativitu, přicházející z hromadných sdělovacích prostředků, asi to potřebuje. Zeptá-li se dítě, proč se takhle druzí chovají, vysvětlíte mu, že jim to tak zřejmě vyhovuje.

Zeptejte se dítěte, jak se to má dělat správně, a ono Vám odpoví. Budete-li se chovat dotěrně, dítě vůbec nemusí odpovědět tak, jak očekáváte. Když mu řekneme, že chléb nebo kaše rozumějí, máme-li je rádi nebo ne, je to pro ně jasná řeč. Takovým věcem dítě rozumí. Měli byste vědět, **že cesty k srdci každého dítěte jsou různé, jazyk je však stejný – je to jazyk citů.**

Tímto způsobem procesy probíhající v dutině ústní a v jícnu **utvářejí vztah k jídlu.** To, co z úst vychází a co se do nich dostává, je rovnocenné. To znamená, že co jde od srdce, se dostává do trávicího traktu. Postupně se mění pouze vnější forma. Prvořadý význam má nikoli slovo nebo název potraviny, ale význam slova, jež vyjadřuje stav duše a na němž závisí, zda potrava bude tělu přítelem či nepřítelem. *Vyslovuje-li člověk o jídle své hodnotící úsudky, stanovuje tím v podstatě své podmínky, čímž blokuje celou řadu nezbytných energií.*

Dolní část jícnu prochází srdeční čakrou, jako by ukazovala, že počáteční pochybení je možné napravit láskou. Počínaje žaludkem se ostatní části trávicího traktu v podstatě nacházejí v zóně vlivu třetí čakry, v zóně vlivu energie nuceného stavu. Jak se chováte k nucenému stavu, tak působí on na Vás. Zpravidla je tento vztah negativní a působí nakažlivě na všechny naše další vztahy. Kdo si osvojí nakažený způsob myšlení, má nemocný trávicí trakt, což je dnes pozorováno u většiny lidí.

Jak se chovat k donucování? Není tajemstvím, že ten, koho nutí, se chová negativně. Kdo někoho nutí, sám se chová pozitivně. Můžeme tedy dokonce nepostřehnout **vlastní** donucování, protože ho hodnotíme kladně. Copak dělám někomu špatně, když sám sebe nutím – namítají někteří lidé, když je vyzývám, aby sami sebe nenutili. Až začnete osvobozovat stres donucování, všimnete si, jak snadno a bezbolestně spadnete do moci své svobodné vůle. Vše zůstane jako dřív, Vy však budete cítit uspokojení z vykonané práce. **Řídí-li se člověk svobodnou vůlí, žije bez stresu donucování** a se zdravým trávicím traktem.

Konec střevního traktu se nachází v oblasti první a druhé čakry. To znamená, že spolu s potravou nám život dává životní energii, kterou v období mezi jejími jednotlivými příjmy a uvolňováními využíváme buď *ku svému dobru*, nebo *ku svému prospěchu*. Kdo žije přiměřeně svým potřebám, využívá potravu ku svému dobru a v těle nezůstávají škodlivé látky. Kdo žije přáními, vychází jen z *kořistnických úvah* a jeho trávicí trakt se stále znečišťuje. ***Kdo vyhledává očima, kde by se ještě přizivil, může přijít o zrak.***

Přemílání potravy zuby, jak víme, ještě neznamena její definitivní rozmělnění, tím spíš, pokud jsou zuby špatné nebo umělé. **Zuby** v ideálním stavu jsou celé, bílé, rovné – **jsou ukazatelem rozvážnosti**. Jakákoli patologie zubů svědčí o ničivém působení rozumu na rozvážnost.

Dítě přichází na svět ze své dobré vůle, aby se učilo. Právě a jen učilo, neboť celý život je učením. **Učení je potřebou**. Pokud dítě k učení nutíme, potřeba se stává přáním a přání se posléze stává neochotou a nechutí, to jest protestem proti učení. Svéráznost donucování je určující pro svéráznost protestu a protest podmiňuje zvláštnosti patologie zubů. Máme všehovšudy 32 zubů, kolik však mají nemocí!

Zubní sklovina je nejpevnějším druhem tkáně lidského těla s nejmenším obsahem vody. S analogickým stupněm hustoty energie na zemi se setkáváme u krystalů. Krystaly se nejlépe uchovávají v hlubinách země. Když se dostanou do rukou člověka, lidé je začínají svévolně brousit, čímž je ničena jejich skutečná hodnota. Hodnota se mění v bohatství, jinak řečeno, štěstí se mění v radost, což je v podstatě neštěstím.

Kdo už v dětství pochopil nebo se naučil, že své pravé hodnoty nesmí svěřovat chamtivým hodnotitelům, má zuby zdravé. Kdo k tomuto pochopení dojde, a není důležité v jakém věku, tomu se přestanou zuby kazit a ničit. Kdo si o sobě myslí, že se stal rozvážným a přitom je nevlídným, nikomu nedůvěřujícím misantropem, tomu se zuby kazí a ničí, což znamená, že není důvod holedbat se svou rozvážností ani před sebou samým.

Diamant je konečný produkt sebeočisty přírody, to jest duchovní očisty. Představuje tedy dokonalou vyrovnanost fyzické

úrovně. Zubní sklovina takhle čistá není, proto se snadněji poškodí, stejně jako rozvážnost, která se ocitne pod vlivem cizího rozumu. Praská a vznikají v ní trhliny. Oku neviditelné prasklinky o sobě dávají vědět zvýšenou citlivostí zubů. Zpočátku zub reaguje na horké a studené, později i na dotek. To znamená, že člověk je zvýšeně citlivý na všechno, co se týká jeho osobně, to jest na všechno, podle čeho je posuzována rozvážnost. Hodnotící soudy jsou pro rozvážnost zhooubné.

Briliant je omezený diamant. Začneme-li diamant brousit, násilně měníme dokonalost v ještě větší dokonalost. Opracování odhaluje slabá místa diamantu a ten se ničí. Mohl by svá slabá místa ještě zpevnit, nebyl mu však k tomu dán čas, poničí se tedy. Stejným způsobem se člověku ničí zuby.

Jsou lidé, kteří si na každý den po minutách rozepisují vše, co mají udělat, a nutí se tento rozvrh dodržovat. Rozvážný člověk plánuje den s ohledem na nepředvídané záležitosti, člověk rozumu to však neumí. Čím více se *při sestavování realizačních plánů mimořádně důležitých maličkostí života spoléháte pouze na rozum a nedopřejete si oddechu*, tím víc se poškozují Vaše **stoličky**. Když ze stoliček zůstaly jen úlomky, zřejmě jste si už sami všimli, že často a tragicky vzdycháte kvůli tomu, že se nedaří už ani jedna věc a maličkosti tak či onak nezvládáte.

Osvobodíte-li *ulpívání na svém rozumu a zkušenostech z materiálního života*, úlomky stoliček Vám ještě dlouho vydrží. Pokud je kořen zubu zachován, lékař na něj nacementuje korunku. *Přání urvat co největší kus za pomoci rozumu* a nijak zvlášť si tím nelámat hlavu vede k tomu, že se od **předních zubů** odštípávají větší kousky. Zub se ulomí, když člověka zcela nečekaně popadne přání urvat co největší kousek. **Zubní kaz vznikne, když se velký kousek neulomí a v duši začne hlodat červíček zklamání.**

Čím se poškodí zubní sklovina? Tím, že člověk *chce dokázat svou „brilantnost“*, *jednoduše řečeno – nadřazenost*. To jest, chce vyniknout, blýsknout se před ostatními svým rozumem a výřečností. Jak takové přání vznikne? Vzniká z *pocitu zbytečnosti*, který si s sebou člověk přináší z předcházejícího života a jenž je v plném rozkvětu už od útlého dětství, *když se k dítěti chováme*

jako k nule. Všimáme-li si ho, jen když jde rodina na návštěvu nebo má návštěva přijít. Čím útlejší je věk, kdy dítě musí dokázat svou „brilantnost“, tím dříve začne mít poškozenou zubní sklovinu, což je cestičkou pro zubní kaz.

Mnozí lidé mají s přibývajícím věkem zuby stále citlivější na studené, horké nebo sladké, avšak zubní kaz nevzniká. Proč? Protože když chce člověk dokázat svou „brilantnost“ a cítí, že se mu to v té či jiné situaci nepodaří nebo že ho lidé stejně ještě nepochopí, snaží se svůj brilant ještě více vybrousit, aby to dokázal. Takové myšlení člověka nutí, aby se zabýval sám sebou, a *nemá kdy pěstovat červíka závisti vůči cizímu rozumu.* Má svých věcí až nad hlavu i bez toho. V okamžiku, kdy má už už možnost dokázat svou „brilantnost“, se všechny city vyhrocují, ukazuje se však, že lidé opět nejsou připraveni ho pochopit a zubní sklovina se stává nesnesitelně citlivou. Zubním kartáčkem se jí nemůžeme ani dotknout.

Zvlášť citlivé jsou defekty skloviny *zubního krčku.* To znamená, že zvlášť velkým problémem je pokus dokázat svou „brilantnost“ těm lidem, kteří se *vědomě chovají* s opovržením k jeho rozumu. Každý krček odráží postoj k odpovídajícímu problému. Nejčastěji se poškodí vnější povrch skloviny, zejména řezáků. To znamená, že člověk potřebuje, aby *lidé uviděli jeho „brilantní“ rozum.* Osvobodíme-li toto přání, nejprve zmizí přecitlivělost zubu, a následkem toho je možné i obnovení zubní skloviny. Řeknete-li, že je to nemožné, nezapomeňte upřesnit, že je to nemožné *pro Vás osobně.* Tehdy nebudete hovořit za druhé.

Přecitlivělé zuby se doporučuje čistit po určitý čas jedlou sodou nebo zubní pastou se zásaditou reakcí, aby se neutralizovala *prudce zvýšená kyselost. Kyselost představuje pocit viny.* Dítě se cítí provinilé vůči své rozvážnosti kvůli tomu, že dovoluje lidem, aby ho považovali za hloupé, to jest připouští výčitky na svou adresu. Na místě prasklinky ve sklovině snadno vznikne dírka. Stejně snadno, jako vzniká trhlina v narušené rozvážnosti. Nahrazení vlastní rozvážnosti cizím rozumem probíhá stejně bolestivě nebo bezbolestně jako záměna zubní tkáně za plombu. Někdo chodí k zubnímu lékaři s velkým potěšením, jiný tam jde jako na popravu.

Potřeba dbát o stav zubů je potřebou projevovat péči o svou rozvážnost. V dnešní době se začaly čistit zuby dokonce i psům. Proč zuby černají? Proč se na nich tvoří nečistý, ošklivě páchnoucí povlak, jenž naprosto neznamená, že má člověk shnilé zuby? Znamená to, že člověk chrání svou duševní čistotu vnější nečistotou. Jinými slovy zachraňuje svou rozvážnost pod rouškou zdánlivé hlouposti a odhání tím od sebe dotěrné chytráky. Domníváme se, že hloupí lidé si nečistí zuby proto, že nevědí, že zuby by měly být zdravé.

Pohleďte na oslnivě bílé zuby národů žijících v souladu s přírodou a pochopíte, že tato znalost je jim k ničemu. O stav svých zubů se *nemusejí* starat, protože v nich žije *potřeba* starat se o svou *rozvážnost*, jinak jim hrozí zánik. Takže: ***čistit si zuby je nutné, protože příliš moc sázíme na svůj rozum, a tím zuby oslabujeme. Místo toho, abychom je zuřivě drhli, zabývejme se raději osvobozením svého rozumu a rozvážností.***

Mnozí lidé trpí kvůli ošklivému zápachu z úst, ať si čistí zuby čímkoli a jakkoli často. Z hlediska medicíny mají zuby, dutinu horní čelisti a také žaludek v pořádku, někdy je však zápach takový, že ho člověk sám cítí. Co to znamená? Připomenu, že stav kůže odráží postoj člověka k čestnosti a stav sliznice postoj ke lži.

Nepříjemný zápach v ústech je podmíněn stavem sliznice a je signálem nebezpečí, který předchází onemocnění sliznice. Zápach varuje: nelži! Příčinou lživosti je přání být dobrým člověkem a člověk kvůli tomu skrývá své špatné. Největší lži je, když člověk říká, že lež nesnáší. V kom není lež, ten jasně vidí lež cizí, chápe její příčiny a neškodí svému zdraví. Chová se negativně ke lži, nikoli ke lháři.

Lže ten, kdo se neodvažuje říkat pravdu. Je lež, kterou za lež považujeme a vyžadujeme za ni přísný trest. Je však také lež, kterou za lež nepovažujeme, a čím více ji ospravedlňujeme, tím pravděpodobněji se změní v těžkou, životu nebezpečnou nemoc. Taková lež pochází z toho, čemu se říká zdvořilost. Člověk například zamlčuje pravdu, aby neznepokojoval druhé. Nebo převede

rozhovor na jiné téma, protože chce odvrátit pozornost od problému. Patří sem rovněž všemožné diplomatické chování, kdy všichni vědí, jak se věci mají, dokud však vše není řečeno, na nikoho neukazují prstem.

Mezi nejrozšířenější onemocnění sliznice dutiny ústní patří výskyt aft. **Afty jsou velmi bolestivé povrchové eroze na sliznici v dutině ústní**, vyvolané virem. Vzpomeňme si, že **virové onemocnění vzniká, když člověk obviňuje sám sebe**, a bakteriální, když obviňuje druhé. **Afta tedy vznikne, když člověk nesnášející lež mlčky spolkne cizí lež, i když to považuje za hanbu. Když se člověk stydí za své chování, lituje ho, hodnotí ho, obviňuje tím sám sebe.**

Některému člověku jedna afta zmizí a hned se objeví druhá. To znamená, že *člověk trpí tím, že se neodvažuje nebo neumí vzdorovat lži, i když to považuje za nutné*. V kom dozrává silný vnitřní protest proti podlé lži a spolu s tím si uvědomuje vlastní bezmocnost, tomu se udělá mnoho aft najednou. Kdo cítí *žhoucí nenávist ke lži a k sobě samému*, protože se neodvažuje říct pravdu lháři do očí, onemocní **rozsáhlým aftózním zánětem se zvýšenou teplotou**, který mu kvůli bolesti nedovolí jíst ani pít. Dítě, které takovou nenávist převzalo od rodičů, je třeba bezpodmínečně odvést k lékaři, neboť bez jídla a pití dlouho nevydrží. Bolest sliznice je třeba odstranit.

Výskyt aft u malých dětí je mnohdy připisován plísňovému onemocnění. Plísňové onemocnění znamená ničivé rozhořčení ze života. Rodič ve větší či menší míře pociťující strachy bývá dozajista na život rozhořčen. Poněvadž znečitlivěl, jeho vlastní sliznice už nereaguje na každou maličkost.

Dítě přeje rodiči dobro a bere na sebe jeho nemoc. Plíseň brání vyléčení i tak bolestivé afty. Čím prudší je bolest dítěte, tím prudší je rozhořčení rodiče ze života, nejčastěji se jedná o matku.

Popisujeme-li druhého člověka, říkáme: je tak rozezlený, až má pěnu u úst. Zamyslíte-li se, pochopíte, že slovem nebo pěstni se na viníka vrhne ten, kdo vždy hledá viníka v druhých. *Pěnu u úst má ten, kdo se zlobí sám na sebe* kvůli tomu, že se neodvažuje vmést svůj hněv druhému do tváře.

Když člověk nechce projevovat svou zlost, dělají se mu afty na sliznici úst.

Když člověk chce svou zlost projevit, dělají se mu afty na rtech a na obličejí.

Jedná se o to, že člověk chce svou čestnost, spravedlivost a boj proti nespravedlnosti demonstrovat jako ctnost. Začne-li svou zlost vyjadřovat a ihned umlkne, bude jeho obličej nejspíš připomínat pěnící hrdlo pивní lahve, poněvadž svou zlost ještě více rozpálí polovičatou čestností. Zasychající puchýřky se pokrývají stroupky. Příšerný vzhled za několik dní zmizí a nezanechá po sobě stopy, když si člověk uvědomí svou chybu a osvobodováním stresů pomáhá pokožce v uzdravení.

Takže když se člověk obviňuje slovy:

„Proč jsem mu to neřekl?!“ udělají se afty v ústech.

„Proč jsem mu to řekl?!“ udělají se afty na obličejí.

„Proč jsem mu to řekl?“ při tom však řečené zaznělo v mezích zdvořilosti či normálního tónu, udělají se afty na rtech, to jest v mezích normálního tónu.

Nejčastěji na sliznici úst vznikne opuchnutí. Otok vždy znamená smutek. ***Smutek je bezmocnou zlobou***, čím je však větší pokora člověka, tím méně je schopen ve smutku zlobu rozpoznat. **Otok dásní** svědčí o smutku člověka z důvodu, že tomu, kdo jeho smutek zavínil, neřekl, že mu smutek způsobil. Je-li člověk smutný kvůli nějaké konkrétní maličkosti, otéká dáseň kolem jednoho zubu, je-li smutný kvůli všemu, otékají celé dásně. Dokud smutek nepřejde, otok nesplaskne. Objeví-li se **přání trochu zarmoutit viníka smutku**, to jest přání oplatit mu stejnou mincí, což je samo o sobě pomstou, začínají dásně krváčet.

Někomu dásně krvácejí celý život a nic strašného se neděje, jinému hned, jak začnou dásně krváčet, lékař sdělí diagnózu – **paradentóza**, chronické onemocnění tkání v okolí zubů, které vede k postupnému uvolňování zubů. Jak vidíte, ***stačí, aby jeden stres přerostl v druhý a vzniknou další chorobné projevy.***

Když člověk neustále myslí na pomstychtivého bližního a přeje si něco udělat, je třeba mu vysvětlit, že takhle to dál nejde, a když mu chce v okamžiku zoufalství způsobit bolest, aby pochopil, kolik bolesti působí on druhým, krvácejí mu dásně stále, jednou více, jednou méně. Kdo má silné nutkání zuby rozcupovat blízkého člověka, avšak přání zachovat si reputaci inteligentního člověka ho nutí, aby byl nevšímavým, lhostejným sucharem, u toho dochází k úbytku dásní a k jejich atrofii. Vzniká paradentóza.

Čím silnější a vše zahrnující je takové sebeničení, tím rychleji začnou zuby vypadávat. Umrtnování vlastních citů ve jménu získání inteligentnosti je postoj vyvolávající lidský souhlas, postoj, který je krajně obtížné změnit. Proto i léčit paradentózu je krajně obtížné a pro medicínu je prakticky neléčitelná. Inteligentní člověk, to jest člověk navenek příjemný, se slušně chová tam, kde je to pro něj výhodné, tedy ve společnosti, s jejíž pomocí se snaží dostat nahoru. Tam necení zuby ani nedemonstruje schopnost kousat. Ale chtělo by se mu. Komunikuje s lidmi nedůstojnými, s takovými, o nichž se domnívá, že jsou níž než on sám, s lidmi hloupými, nepraktickými, zbloudilými a hříšnými. Stejný člověk však může říkat věci do té míry zraňující a jedovaté, že se nestrannému pozorovateli zalesknou v očích slzy. Kdo chce svého bližního bolestivě ranit slovy nebo se tak skutečně i chová, toho sice čelisti i zuby bolí, zuby však zatím ještě nevypadávají. Čím jsou slova jedovatější, tím rychleji zuby vypadávají, přičemž tak, že člověk nic necítí. ***Necitlivost zvyšuje jedovatost a jed zesiluje necitlivost.***

Člověk nemocný paradentózou nebývá mnohomluvný, lidé se však jeho slov bojí, neboť v nich i při vší zdvořilosti je slyšet obviňování, hodnocení, výčitky, nespokojenost, trpitelná hořkost. Projevy paradentózy můžeme u člověka předem uhádnout už od mládí, podle povahového rysu, jímž je lhostejnost; když dvacetiletý člověk jako odpověď dejme tomu na prosbu blízkého člověka, aby mu byla ponechána svoboda jednání, utrousí své oblíbené: „*Mně je to jedno. Dělej si, co chceš.*“ Není s podivem, že ve čtyřiceti má paradentózu. Člověk se považuje za velkodušného, když svému blízkému ponechá svobodu v jednání, velkodušnost

je však společníkem pýchy. Pýcha je přáním být lepší než druzí. **Člověka s komplexem méněcennosti** pýcha hlodá a hlodá, až mu vypadají zuby.

Člověk, který v předcházejícím životě žil na účet cizího rozumu a plnil cizí vůli, si vybírá sobě podobné rodiče s tím, aby se učil sám a učil i rodiče. Osud dětských zubů je v rukou rodičů a je v jejich silách předejít nežádoucímu vzniku defektů. K tomu je třeba přestat tancovat, jak druhý píská, a v každé konkrétní situaci se ptát na radu nejprve svého srdce a poté životního partnera. Konání se společným souhlasem a společným úsilím napomáhá zdokonalování rodičů, což přidává dětem na vyrovnanosti, to jest na rozvážnosti.

Netřeba zapomínat, že život dítěte začíná okamžikem jeho početí. Když se oba milující rodiče chovají s úctou k rozvážnosti toho druhého a jeden s druhým ve všem počítá, embryu se vytvářejí plnohodnotné zárodky zubů a zuby dítěte vyrostou silné a zdravé. Zárodky zubů se začínají vyvíjet od konce šestého týdne těhotenství a jedna ku jedné odrážejí vzájemné vztahy rodičů. Nejsou-li rodiče schopni myslet dopředu, je třeba se později hodně činit, aby zuby dítěte byly uvedeny do pořádku.

Pro rodiče, kteří chtějí zuby dítěte uchránit, existuje jednoduchý recept: **nezahryzávejte se do rozvážnosti dítěte svou moudrostí!** Naučte se vážit si dítěte a jeho volby. Dozrál-li ve Vás dobrý plán, zajímejte se o názor dítěte na něj. Uvidíte, že dítě s Vámi vždy souhlasí, protože přišlo na svět, aby dělalo všechno ve shodě s Vámi a pohybovalo se společným směrem. Když je dítě donucováno a popoháněno, začne protestovat, Vy se cítíte ukřivdění, neboť se ztotožňujete se svým tělem a vůbec Vám nepřijde na rozum, že dítě protestuje proti donucování, a nikoli proti Vám osobně.

Nechte dítě vyrůstat místo toho, abyste ho vychovávali násilím. Není-li Vám po chuti pojem násilí, snažte se pochopit, že jakýkoli pokus změnit svého bližního je v podstatě násilím a jeho změně brání. Na svět přicházíme z vlastní vůle proto, abychom se měnili, když je nám to však vnucováno, stává se to násilím. Čím více se násilí používá ve vztahu k dítěti, tím je dítě

agresivnější, a samo to nechápe. Dotýká-li se Vás slovo „násilí“, je to znakem toho, že se dotklo energie násilí skrývající se ve Vás, kterou je třeba osvobodit.

Mezi pojmy „růst“ a „vychovat“ je rozdíl tak velký jako mezi černým a bílým. K růstu je v první řadě třeba času a k výchově je potřeba rákoska. Pomůže-li, to už je jiná věc. O tom si povíme samostatně.

První zuby jsou **mléčné**. *Energie mléka je potřebou toho, aby druzí uspořádali můj život.* Bezmocné dítě potřebuje pomoc svého okolí. Časem se samo naučí uspořádávat si svůj život, a tehdy mu mléčné zuby začnou vypadávat. Špatné, kazící se mléčné zuby vypovídají o tom, že to rodiče přehánějí se svou dobrotou. Když mléčné zuby nechtějí vypadávat a nutí ostatní zuby růst křivě, znamená to, že dítěti byla vštípena strašidelná představa o samostatném životě. Bojí se, že samo se svým rozumem nevystačí. Křivě rostoucí zuby jsou podobné změně v dětském podvědomí, které je v podstatě rozvážností.

Křivě rostoucí zuby ukazují na to, jak moc muselo dítě trpět už v mateřském lůně, když se stisknutými zuby pozorovalo vztahy mezi rodiči zbavené zdravého rozumu. Když po narození dítěti hnisají oči nebo onemocní zánětem, je to upozornění, že zuby budou růst křivě, jelikož rodičům musí být sděleno, že ještě není pozdě napravit chyby vedoucí k defektům dětských zubů.

Poslední dobou se na mě začali obracet dospělí lidé, a jsou mezi nimi dokonce takoví, kterým je přes osmdesát, v souvislosti s tím, že jim jakoby začaly růst nové zuby a posléze se ukázalo, že tyto zuby vždycky měli, ale **neprořezaly** se dřív. „*Co to znamená?*“ – ptají se mě. To, že se člověk dosud neodvažoval projevat svou životní moudrost. Zvykl si ve známých situacích svou rozvážnost vždy potlačovat. Musel věčně žít podle cizích rozkazů. Teď vznikla potřeba žít a být sám sebou.

Bolest, s níž se takové zuby prořezávají, ukazuje na to, jak musíme trpět, když dovolujeme okolním lidem, aby nad námi měli moc. Naučili jsme je tomu do té míry, že o svém právu vůbec nepochybují.

Zuby prořezávající se v pokročilém věku jsou obvykle odstraňovány, neboť působí silnou bolest, což ukazuje na všechnu bolest, kterou člověk musel snášet, když potlačoval svou rozvážnost.

Zubní protézy jsou umělé zuby nahrazující zuby vlastní. Navenek jsou ideální, a čím je jich víc, tím víc je vnější ideálnosti. Čím více se chcete líbit lidem rozumu, tím pokorněji absolutizujete cizí rozum.

To může vést k tomu, že přestanete vnímat hlas vlastního srdce. Zbylo-li Vám ještě alespoň několik vlastních zubů, naučte se, aby všechny znalosti procházely přes Vaše srdce, neboť tím se stanou Vaší rozvážností. Kdysi jste chodili do školy a přijali do sebe mrtvou moudrost. Propusťte ji a stane se živou moudrostí.

Pokud jste o rozvážnost, to jest své zuby, přišli, vytrhali Vám je a poté, co jste prošli trnitou cestou utrpení, jste dosáhli nové úrovně vývoje, sedí Vám protézy jako ulité. Nemluvíte o nich jako o „falešných zubech“, to jest neprotestujete proti falši, ale jste šťastni, že byla vynalezena náhrada za Vám chybějící část těla. Neříkáte „umělé zuby“, nechlubíte se tedy výtvořem, který jste sami osobně neudělali. Jste vděční stomatologům a nové zuby nejsou ani o trochu horší než Vaše vlastní.

Na zubech se odráží jak minulost, tak i přítomnost a budoucnost. Těžko si budete pamatovat, jak Vám vyrostly první zuby. Vzpomeňte si však, jak se objevily u Vašeho dítěte nebo vnuka. Stejně tak se projevuje jeho rozvážnost. Někomu se první zuby prořezávají ve věku několika měsíců, ale zato ostatní na sebe nechávají dlouho čekat. To znamená, že projevy dětské rozvážnosti nevyvolaly pocity štěstí. To, co je pokladem, vyvolalo radost, ale zůstalo zcela nepovšimnuto. Toto dítě přišlo na svět, aby co možná nejdříve začalo žít svou rozvážností, neboť v minulém životě dovolilo lidem, aby nad ním měli moc. Zuby prořezávající se příliš brzy by měly být pro rodiče upozorněním, které říká: nevnucujte mi svůj rozum, ale naučte mě rozvíjet vlastní rozvážnost.

V mnohých rodinách je první zoubek dítěte vnímán jako skutečný svátek. Při patřičném docenění projevu rozvážnosti u dítěte se budou i jeho ostatní zuby prořezávat snadno. Je třeba pozorně

sledovat vývoj dítěte a připisovat velký význam svéráznosti jeho zájmů. Je to nezbytné proto, abychom napomáhali jeho vývoji. Přitom z něj však nesmíme udělat pupek světa. V rodině, kde se život točí kolem dítěte, je dříve nebo později všechno vzhůru nohama. Většina rodičů nutí dítě dělat to, co se zdá prospěšné a výhodné jim samotným. Čím silnější je donucování a čím silnější je dětský protest, tím horší je stav jeho zubů. Osud zubů závisí na tom, jak probíhá těhotenství a první rok života.

Některým dětem se první zuby prořezávají v roce nebo ještě později. To znamená, že dítě nemělo důvod projevit svou rozvážnost. Je-li prořezávání zubů provázeno neklidem, stálou potřebou škrabat si dásně, hojným sliněním, poruchami trávení a zvýšenou teplotou, svědčí to o tom, že *se dítě bojí odhalit svou rozvážnost*. Proč? Protože rodiče se holedbají svým rozumem a dítěte si vůbec neváží. Když se zuby prořezávají tak nepozorovaně, že je odhalíme teprve tehdy, až o ně cinkne lžička, znamená to, že rodiče si dítěte váží.

Znám děti, jejichž první zub se prořezal nepozorovaně v roce věku a za pár měsíců se během dvou týdnů prořezaly stejně nepozorovaně i ostatní zuby. Hovoří to o tom, že přesně stejně se projevuje rozum a rozvážnost dítěte. Zpočátku budou komplikace, ale později se vše dožene. Zda budou rodiče vyčkávat, až přijde ten dosti vzdálený den, kdy poupě dětské rozvážnosti rozvine své lístky, nebo, jak je nyní zvykem, dítěti poručí vrhnout se od malička spolu s ostatními jako o závod do boje se znalostmi, což vyvolá jeho protest, závisí pouze na trpělivosti rodičů.

Jakým způsobem charakterizujete to, jak se Vašemu dítěti či vnukovi prořezaly zuby, stejným způsobem se projevuje jeho rozum. Jelikož zuby rostou všem dětem, nejsou děti bez rozvážnosti. Stejně tolik, kolik je dětí se špatnými zuby, je dětí s poničenou rozvážností. Bývají chytré, chybějící rozvážnost to však nenahradí, nebo jsou hloupé, ale výskyt zdravých zubů nepřeváží výskyt hlouposti.

Zub má kořen a korunku. Někdo má korunky zubů křehké, citlivé, poničené, křivé, jejich kořeny jsou však silné. Bývá tomu i naopak. Ať je slovo „kořeny“ používáno v jakékoli souvislosti, v myšlenkách či slovech, metaforicky vždy znamená rodiče.

Člověk sám se vždy vztahuje ke korunce. Jakou „korunou“ jste pro rodiče, závisí na Vás samých. Poškození většiny zubů začíná u korunky, neboť člověk je nespokojen se svým rozumem.

Kořeny zubů, které jsou příliš dlouhé, křivé nebo mají jiné zvláštnosti, charakterizují rodiče přesně stejnými slovy. Prorůstají-li kořeny horních zubů do dutiny horní čelisti, znamená to, že dovolujete rodičům, aby stejným způsobem vrůstali do Vaší budoucnosti, to jest zakořenili se v ní, a že budete mít z tohoto důvodu komplikace. Zuby Vám působí stejná utrpení, jako Vám působí Vaši rodiče.

Hnisavý zánět kořene, jenž vznikne pod zdravou korunou, vede zpravidla k odstranění zubu. Stomatolog se může snažit udělat zázrak, když je však člověk nesnesitelně ponížěn tím, že rodiče nebo staří lidé umíněně obhajují svou pravdu a nevinu a on už to dál nemůže a nechce trpět, hnisavý zánět může vést k osteomyelitidě (zánětu kostní dřeni) čelistní kosti a poslat člověka k praotcům. Hnisavý zánět vzniká z nesnesitelného ponížení. V takovém krizovém stavu se léčení myšlenkami zakazuje.

Nejlepším řešením problému by byla hádka, při níž člověk vykřičí své nesnesitelné ponížení, nestydí se za výrazy, které používá a chrlí ze sebe pravdu pravdoucí, i když je to neinteligentní. Je to pořád lepší než smrt. V takové situaci je hádka bezpodmínečně nutná, po ní je však třeba udělat z toho správný závěr, což se obvykle nestane. Jednorázové vychrlení zloby sice pomáhá, když však člověk poté dál pokračuje v obviňování druhých, znovu se rychle nahromadí a vyléčení se odkládá na dobu neurčitou.

Přání přerušit vztahy s rodiči vede k tomu, že člověk přijde o zub. Propadne-li dítě zoufalství kvůli špatnému charakterovému rysu u rodičů, chce se rodiče zbavit. Smrt mu však nepřeje. Tělo vystihne podstatu věci a člověk přijde o odpovídající zub. Ukazuje nám, co se stane, když ztotožníme rodiče s jeho charakterovým rysem. Cítí-li člověk, že rodiče nepotřebuje, a stačí-li mu odvaha na to, aby se tohoto rodiče zřekl, vypadne mu zub sám.

Poněvadž většina lidí čeká, až toto bolestivé rozhodnutí na sebe vezmou druzí, stomatologové pak obvykle provádějí tuto

bolestivou operaci, jako by říkala, že rozvážnost a rozum tvých rodičů je tvou vlastní krví a nepatří se jí od sebe odlučovat. Nejde-li to jinak, nic s tím nenaděláme, sic by člověk nepřežil.

Dnes je konflikt mezi rodiči a dětmi daleko vyostřenější než kdykoli dřív. Důkazem toho je fakt, že naši předkové umírali s vlastními zuby, my o ně však začínáme přicházet již od mládí. Neumíme své rodiče milovat takové, jací jsou. Považujeme se za lepší než oni, chceme je vidět přinejmenším takové, jací jsme my, a neuvědomujeme si, že jsme součtem svých rodičů.

Rodiče zase nejsou schopni pochopit, že děti jsou zrcadlovým odrazem jejich vlastního života. Komu není milé dívat se na svůj odraz, chce se zrcadla zbavit. Existuje pověra, podle níž člověka, který rozbil zrcadlo, čeká devět let nešťastné lásky, ale odmítnutí vlastního dítěte předurčuje k trýzni svědomí po sedm pokolení. Na to, abychom se takovému neštěstí vyhnuli, existuje jednoduchý recept: je třeba, aby rodiče přiznali své chyby jeden před druhým i před dětmi. Uvidí-li děti názorný příklad, odváží se přiznat svá vlastní pochybení aniž by se bály, že budou považovány za špatné. **Odvaha přiznat vlastní chyby se nazývá čestností.**

Čestní rodiče jsou podobni silným kořenům a svým dětem předávají silné zubní kořeny. Přijímají-li děti s vděčností to, co jim dávají, mají v pořádku i zubní korunky. Jsou-li však oslepeny vnějším leskem okolního světa, podceňují dobré a špatné, které jim dávají rodiče, a mnohem víc si váží moudrosti cizích lidí, jejich zubní korunky se bez ohledu na silné kořeny destruuují.

Rozvážnost buď je, nebo není. Nedá se o ní říci, že je velká nebo malá, dobrá nebo špatná. Její zvláštnosti se odrážejí ve velikosti zubů a jsou charakterizovány za pomoci pozemských pojmů. *Délka zubů, jejich šířka a postavení* vyjadřují délku, šířku a postavení rozvážnosti. **Člověk s dlouhými zuby má velký potenciál duchovních schopností.** Olámané, dlouhé zuby ukazují na to, že potenciál je rozbit, protože člověk přijímá znalosti, jež jsou mu vnučovány. Čím jsou zuby horší, tím zuřivěji se jejich majitel snaží o kousavá slova na adresu druhých lidí. Čím kousavější se člověk ke svému okolí snaží být, tím horší má zuby. Je to uzavřený kruh.

Každý zub má svou energetiku. Kdo vnímá duchovnost jako jeden velký celek, má zuby stejně velké. Komu je osudem určeno sledovat ten či onen směr duchovnosti, má zuby různé velikosti a šířky. Když si člověk ty delší nechá z estetických důvodů zbrousit a zkrátit, komplikuje si tím realizaci svého potenciálu vývoje.

Široké zuby ukazují na potenciál materiálního vývoje.

Jsou ve srovnání s dlouhými zuby poněkud pevnější, neboť strach přijít o poslední kousek chleba a trochu šatů napomáhá rozumnému hospodaření, to jest napomáhá serióznímu, ze srdce vycházejícímu vztahu k hospodářským problémům. Když se šikovně hospodařící člověk chytí cizí moudrosti a nenechá ji projít skrz sebe, jeho podniky pohoří a navíc začne mít nemocné zuby, jako by mu jen hospodářský krach nestačil. Přísloví říká: tenký led se prolomí. To znamená, že když je v životě něco v nepořádku, začne i zdraví okamžitě tropit neplechty. Lidé rozumu však nechtějí ani za nic vidět mezi těmito dvěma věcmi spojitost, i když život stále výmluvněji dokazuje, že by to bylo třeba.

Řídké zuby vypovídají o tom, že rozvážnost má dost místa na materiální rozvoj. Zuby těsně u sebe hovoří o opaku. Když jsou zuby tak těsně, že jejich okraje jdou přes sebe, znamená to, že nemá smysl, aby se člověk vzpouzel kvůli materiálním záležitostem, protože z toho stejně nic nebude. Takový je osud. Není vyloučeno, že materiální hodnoty získá prostřednictvím duchovnosti za podmínky, že měl už v dětství dovoleno jít cestou duchovního vývoje a nenutili ho, aby se stal nejprve rozumným, pak bohatým a nakonec šťastným.

Má-li dítě s křivými zuby duši umělce a je mu dopřáno, aby své fantazie realizoval v umění, spolu s vývojem čelistní kosti získá dvě řady krásných rovných perel. Křivé, vzájemně se tísňící zuby se kazí nejrychleji. Proč? Protože pro většinu dnešních lidí je nejdůležitější úspěch a prosperita. O duchovním vývoji nemají ani potuchy. Čím více příkazů a zákazů dítě plní se zařatými zuby, tím strašnější má v ústech pahýly.

Práci můžeme vykonávat s rozvážností, ale i s rozumem. **Stav dutiny ústní a zubů ukazuje, do jaké míry člověk umí plánovat své záležitosti.** Řezáky představují schopnost plánovat věci obecné a stoličky schopnost plánovat soukromé záležitosti. O tom jsem už dřív hovořila. Stejně jako vytvoření skvělého projektu neznamena, že při výstavbě nebude třeba pracovat hlavou, ani rozměňování potravy zuby samo o sobě ještě neznamena, že bude tělem zcela strávena.

Z hlediska medicíny závisí vnitřní stav zubů na přítomnosti vápníku a fluoru v organismu. Vnější stav závisí na čistotnosti. **Fluor má energii pohybu k duchovnu, založenou na materiálnosti.** Jinými slovy fluor dodává energii vývoje formu rostoucí pyramidy, která, jak víte, se svou základnou opírá o zemi a její vrcholek míří k nebi. **Nedostatek fluoru** mění stavební materiál, z něhož je pyramida postavena, v hlínu, která při nadbytečném obsahu vody, tedy *smutku*, rozbředá po povrchu jako těsto. Při nedostatečném obsahu vody, když člověk *prolévá slzy sebelítosti*, začne být křehká a drobí se i při velmi malém zatížení.

Při **nadbytečném obsahu fluoru** je pyramidální energie příliš špičatá, příliš agresivní, příliš se upíná vzhůru. Stejně jako člověk v přání zmoudřet bere útokem pilíře duchovnosti, neboť považuje rozum za duchovnost a duchovnost za rozum, i fluor přidávaný do potravin a do zubní pasty útočí na zubní sklovinu a zanechává na ní hnědé skvrny. Děje se tak úměrně tomu, jaký cíl člověk, který chce zmoudřet, sleduje. Když je fluor přidáván do vody v oblasti, která je na fluor chudá, jedná se o blahodárnou péči o zdraví obyvatelstva. Ale to, že je fluor obsažen v každé zubní pastě, je už příliš.

Z úst se potrava dostává do jícnu. Při práci je třeba promýšlet každý pohyb. Malým otvorem velký kousek neprostrčíš, aniž bys otvor poškodil. Mnozí lidé chtějí – *v přeneseném duchovním smyslu* – spolknout najednou velký kus, a ten jim uvízne v jícnu, nikoli však už v přeneseném, ale *v pravém, fyzickém slova smyslu*.

Jícen není pouhou trubicí, kterou prochází potrava. Jícen ukazuje prostřednictvím koho nebo čeho, to jest s pomocí koho nebo

čeho člověk zamýšlí uskutečnit své grandiózní plány. Kdo má plány vždy neúměrné, u toho dojde k **zúžení jícnu**. Proč? Protože neúměrné plány jsou doprovázeny *strachem*, že člověk *nedosáhne žádaného*. To způsobuje, že jícen je stále ve spastickém, to jest v zúženém stavu, a velkými kousky potravy se roztahuje a zraňuje. *Křivda a ponížení kvůli tomu, čeho člověk nedosáhl*, způsobuje ve stejném místě zánět.

Člověk, který není schopen zřít se velkých přání, se nezřekne ani velkých kousků potravy. Zřít se mu nedovoluje přesvědčení, že má právo chtít žádané, neboť pro člověka ovládaného strachy se ústup rovná vyklizení pozic a zradě. Zradě i toho, co ještě neexistuje – cíle. Kdo zradu nenávidí, svého se nezřekne, ani když je tím zničeno. To znamená, že člověk se dostává do závislosti na svých přáních. *Stav závislosti* vede k tomu, že tkáň postižená zánětem se zajizvuje.

Jizva se stahuje či zužuje stejně rychle, jak rychle vzniká pocit, jako by mě *život držel za hrudník a nedovoloval jít kupředu*. Držet člověka za hrudník může jedině přílišný pocit odpovědnosti, tedy smysl pro povinnost. Čím jsou jmenované stresy aktivnější, tím je pravděpodobnější, že tkáň bude ohrožena rozežíráním a poté budou následovat principiálně stejné změny v jícnu. Připomenu čtenáři, že problémy rodičů působí dětem utrpení.

Kdo se domnívá, že má právo *trvat* na tom, aby jeho plány byly bezvýhradně akceptovány, aby k jejich uskutečnění byly vytvářeny speciální podmínky, nebo aby se s plány počkalo na lepší časy, onemocní **jícnovými divertikly** (vychlípenina stěny jícnu). Velké množství polykané potravy roztahuje jícen, potrava se dostává do divertiklu, zůstává v něm, později začíná hnít a vyvolává zánět. Pocit jako by v hrudi kousek uvízl, může trvat léta, dokud lékaře nenapadne poslat pacienta na speciální vyšetření jícnu. Pokud se člověk domnívá, že jeho plány naschvál nemají zelenou, že ho chtějí tímto způsobem *úmyslně* urazit a *tropit si z něj posměch*, onemocní rakovinou jícnu.

Z jícnu se potrava dostává do žaludku. U mnoha lidí se potrava v žaludku ocitá jakoby náhodou, jelikož **žaludek** není připraven k jejímu trávení. Možná si pamatujete, že **žaludek onemocní**,

když se člověk nutí do práce. Kdyby nebylo strachů, nebylo by ani zloby, k níž se vztahuje i vlastní donucování.

Člověk neznající strachy pociťuje štěstí, že má možnost pracovat.

Pokud v člověku sedí *strach* cokoli *začít*, bojí se pustit do čehokoli včetně práce. Jeho žaludek je jako skladiště, do něhož bylo něco naházeno jako do pytle, a jeho se to vlastně netýká. Tváří se, jako by byl zaneprázdněn důležitějšími věcmi. Strach začínat něco nového člověka nutí vymýšlet nejrůznější výmluvy, aby se nemusel pustit do díla, i když se jedná o vynikající úmysl. Výmluvy mohou znít pro okolí přesvědčivě, pravdu však zná jedině žaludek, a kvůli tomu onemocní.

Člověk, který má vyvinutý *vlastnický pud*, ale jinak je prázdná nádoba, zůstává i navzdory přáním zcela lhostejný k cizím záležitostem. V ostatních lidech spatřuje sebe, a když je řeč o cizích počinech, jen beznadějně mávne rukou. Časem u něj už i jeho vlastní konání vyvolává pocit beznaděje, protože se neobejde bez cizí pomoci. Bez ohledu na všechny pokusy přinutit se fungovat člověk propadne *stavu beznaděje*, což vede k *chabosti žaludku*. Chabý žaludek se roztahuje nezávisle na tom, zda je v něm potrava, či nikoli.

Je zvykem domnívat se, že **zvětšený žaludek** je důsledkem přejídání. Je tomu tak, avšak přejídání není příčinou, ale důsledkem. ***Přejídání je vyvoláno přáním mít co možná nejvíc.*** Toto přání přikazuje žaludku, aby byl větší, a rozměry žaludku se zvětšují. Spolu s tím začnou receptory sytosti vyžadovat, aby žaludek nebyl prázdný. Receptory sytosti reagují na ***neochotu a nechuť říkat planá slova a dělat marnou práci***, ztrácet čas nesmyslnými věcmi. Když člověk cítí oba tyto stresy – *přání hodně mít a neochotu dělat nesmyslné věci* –, vejde se do jeho žaludku neuvěřitelné množství jídla a pití.

Kdo chce hodně mít, začne totéž vyžadovat i od druhých a ti začnou protestovat. Tímto způsobem může vzniknout ***protest proti přílišným přáním a neochota vykonávat marnou práci.*** Důsledkem toho je malý, **křečovitě stažený žaludek**. Člověk ho

přetěžuje potravou, stejně jako přetěžuje svůj každodenní pracovní rozvrh. Po jídle nesmí zůstat v žaludku ani centimetr volného místa. Když v něm prázdné místo zůstane, člověk má zkaženou náladu. Když je porce jídla rozvržena nepřesně a člověk je nucen ze slušnosti všechno sníst, bude poslední sousta polykat násilím, avšak náladu bude mít zkaženou.

Vyrovnaný člověk je rychlý, nespěchá však, a proto nezpomaluje. Ustrašený člověk spěchá, dokud nezeslábne. Poté se začne pohybovat stále pomaleji a nakonec se zastaví. Přesně tak pracuje i jeho žaludek. Sotva vlečeme nohy únavou, nutíme se dělat jedno, druhé i třetí, včetně toho, že se nutíme do jídla, neboť víme, že nám dodává sílu. Nikdo si však neklade otázku, potřebuje-li toto vše naše tělo, jehož součástí je i žaludek.

Žaludek unavený donucováním nestihá dokončit svou práci před následujícím příjmem potravy a *dává to najevo pocitem sytosti. Není tomu však věnována pozornost*, neboť člověk potřebuje hodně sil na práci. Představte si gumový míč, v němž se hromadí jídlo. Ať se naplní najednou nebo po troškách, výsledek je stejný. Rozdíl spočívá jen v obsahu a času, během něhož se obsah mění.

Přílišné množství potravy sněžené ve spěchu spotřebuje v žaludku všechnu trávicí šťávu. Šťáva se přestane vyrábět, vzniká suchost, trávení potravy je přerušeno, potrava začíná hnit. Hnijící potrava zůstává v žaludku. Důsledkem návyku jíst ve spěchu je zvyk jíst hodně, bez ohledu na to, že žaludek je ještě plný.

Přílišná chuť k jídlu nevzniká z nedostatku kalorií, ale z nedostatku životně důležitých prvků – minerálních látek a vitaminů. Nejedná se o množství, ale o kvalitu potravy. K přejídání nedochází kvůli tomu, že se člověk ještě nenajedl, ale kvůli tomu, že spolu s potravou nedostal nezbytné látky. Problém nespočívá v tom, že v potravě nejsou obsaženy látky, které by konkrétní stres vyvážily, ale v tom, že tělo není schopno si danou látku z potravy vzít.

Proč k tomu dochází? Protože potrava člověku nemůže dát, co potřebuje, když člověk není schopen brát si od života to, co

život nabízí. *Potrava nám dává vše potřebné.* Čím vyšší požadavky člověk na jídlo má, tím více z jídla získává. Bohužel je to obvykle přímo opačné jeho potřebám.

Vyrovnaný člověk *nemá po jídle pocit sytosti*, ale **pocit uspokojení**, neboť potrava v žaludku nezůstane ani na okamžik stát. Trávení ve skutečnosti představuje neuvěřitelně rychlý, nepřetržitý proces, při němž štěpení, vstřebávání, trávení a vylučování probíhá současně. Potrava člověku přináší v první řadě to, co potřebuje k životu. Výsledek závisí na tom, čím život pro člověka je. Pro jednoho je *pouhou* existencí fyzického těla, pro druhého *především* existencí fyzického těla, pro třetího pouze existencí duchovního těla, pro čtvrtého *především* existencí duchovního těla. Potrava dává všechno naplno tomu, kdo nic neodmítá, uvědomuje si dvoustrannost života a chápe, že život začíná nebem, ale bez země by života nebylo. Stejně jako nebe dává zemi, země dává nebi.

Řekněte prosím, kdybyste si nyní mohli vybrat mezi krásou a rozvážností, čemu byste dali přednost? Život nás staví před podobný výběr na každém kroku. Kdyby ten, kdo klade otázku, upřesnil, že rozvážností se rozumí vnitřní krása, zřejmě byste se předtím, než odpovíte, zamysleli. Poněvadž upřesnění nenásledovalo, automaticky odpovídáte, jak Vám napovídá Moudrá Vypočítavost, a ta říká, že nejdůležitější je to, co *bije do očí*. Dobrého člověka, stejně jako toho, který se chce dobrým stát, *bije do očí především krása*, neboť krása – to je dobře. Vyberete si krásu, začnete ji kultivovat a nechcete se smířit s tím, že se obrací ve zrůdnost.

Dobrého člověka, který chce dobro, ani nenapadne, že dobro je možné i odmítnout. Tuto myšlenku stresy člověka nepřipustí. ***Rozvážnost je rovněž dobrem, hodnotíme-li ji pozemským měřítkem, rozvážnost však nemůžeme dostat, objeví se sama, pokud jsme jí hodni, proto není možné ji hodnotit.*** Chcete-li se s ní pochlubit a začnete ji posuzovat, podaří se Vám ohodnotit pouze rozum, neboť rozvážnost se již vytratila.

Krásu a rozvážnost souvisí se stravou přímo i nepřímo. Možná Vám pomůže, když si řeknete, že chuť souvisí s tím, co chcete a nechcete. O člověku, který začal tloustnout, se říká, že se *mu*

dobře vede. Znamená to, že člověk chtěl dobré, dobré dostal, sám je za dobré považuje, jeho život jede ve vyjetých kolejích a vybočit z vyjetých kolejí není vůbec jednoduché.

Tlustý člověk je spokojen se životem, není však spokojen se sebou.

Hubený člověk je spokojen se sebou a nespokojen se životem.

Kdybyste začali namísto bývalé dobrosrdečnosti *upřímně* protestovat proti špatnému *ve jménu toho, abyste zhubli*, považovali by Vás za špatného člověka. To však nechcete. Zbývá tedy jediné – promluvit si se svými přáními i s neochotou a nechutí. Ukažte je sami sobě a pomalu, pomaličku je osvobozujte. Nikoli proto, abyste získali štíhlost a přitažlivost, ale proto, abyste ze sebe osvobodili jak dobré, tak špatné. Tehdy získáte vnitřní krásu a rozvážnost.

Chci dobré – znamená ztloustnout.

Nechci špatné – znamená zhubnout.

Kdo dává, je odměněn a odměnu přijímá s vděčností. Když se chudák, který nikdy nezapomene poděkovat Bohu za chléb vezdejší, i když se nikdy nenají dosyta, ocitne za bohatě prostřeným stolem, je odhodlán sníst všechno beze zbytku. Začne jíst, trošku se v jídle povrtá a má dost. Proč? Protože přijal energii potravy duchovně a duch ví, kolik fyzického jídla je třeba, aby duchovní a fyzické bylo ve vzájemném souladu.

Chudý nebo bohatý, když je šťastný, jeho zažívání je normální a energie z potravy je osvojována beze zbytku, dokonce i tehdy, když něco není stráveno. Trávicí trakt člověka například není schopen trávit celulózu a využívá ji jako objemového materiálu k přepravě potravy. Člověk s normálním postojem k životu přijímá **energii přírodní síly** obsaženou v celulóze a z této energie se rodí *sebedůvěra* člověka a *víra v úspěch vlastního konání*.

Když jsem spatřila třetí čakru jako ohnisko energie nuceného stavu, nechápala jsem, proč se jí říká **sluneční pletenec**. Vždyť

slunce je dávající, jenž dává a neptá se na dovolení. Postupně jsem pochopila, že jelikož hledám stresy vyvolávající nemoci, musela jsem spatřit *nucený stav* jako protiváhu *svobody*, neboť jsou dvěma stranami jednoho celku. Je-li člověk vyrovnaný, to jest je-li Člověkem, jeho sluneční pletenec je jako slunce vyzařující paprsky, čili je dávajícím a tělo člověka funguje stejným způsobem. Dokud vidíme jen to, že Slunce dává Zemi, a nevidíme, že Země dává Slunci, nejsme schopni dávat neviditelným způsobem jako Země.

Začíná-li člověk život od sebe, má žaludek v pořádku. To znamená, že když člověk ví a cítí, že všechno co dělá, dělá pro sebe, je jeho žaludek zdravý. Stejně jako člověk ani žaludek nepřijímá a neponechává v sobě nic zbytečného. Dá se o něm říci, že je takový, jaký je. Žaludek – to jsem já sám. Takový člověk jasně cítí své potřeby, včetně těch, které se týkají potravy.

Chceme být stále pozitivnější a obvykle do sebe cpeme víc, než je třeba – pro každý případ. Výsledkem je, že v těle se hromadí i to, co není třeba a je to dokonce nebezpečné. Tento balast se nemůže obejít bez nadbytečné váhy a nezdravosti. Dokud se ještě držíme na nohách, abychom konali dobro pro okolí, odkládáme péči o své tělo na zítřek. **Takže – kdo chce být dobrý, tloustne a stává se nemocným. Kdo o sobě ví, že dobrý je, nemá zapotřebí tloustnout** a fyzické nemoci ho navštěvují řidčeji. Proč? *Protože v sobě člověk nehromadí nic pro druhé.* Je možná nazýván egoistou, který nemyslí na druhé, nikdy nic druhým nedá a o nic se nepodělí. *Pokud v něm nevyvolává zlobu postoj okolí k němu*, bude žít i nadále v plném zdraví. Prahne-li však po lidské společnosti, cítí-li se zavržený a obviňuje z toho sám sebe, objeví se u něj duševní poruchy.

Od okamžiku, kdy začne obviňovat druhé, vznikají fyzická onemocnění. Hrdé opovržení k viníkům jeho utrpení a obrovské úsilí držet se ve vzniklé situaci statečně nakonec vede k rakovině žaludku. V každém člověku žije dobrota a egoizmus ve shodě. Když spolu začnou bojovat, člověk jak fyzicky, tak psychicky onemocní a mate lékaře, kteří se snaží stanovit diagnózu.

Chybná diagnóza nejvíce rozzlobí ty nemocné, kteří si za ni mohou sami. V závislosti na transformaci stresu se jedna nemoc

může za den změnit v jinou, a jelikož člověk nechodí k lékaři každý den a nechodí stále ke stejnému lékaři, vzniká dojem, že všichni lékaři jsou pitomci. Pro lékaře je zvláště těžké se orientovat, když je nemocný ve všedním životě jako aprílové počasí a u lékaře se objeví s pokryteckým úsměvem na tváři – podívejte, jaký já jsem přenešťastný chudák. Jinak řečeno, jste-li nemocní, buďte k lékaři otevření.

Pomáháte-li lékaři, pomáháte sobě. Vždyť se jedná o Vaše zdraví. Proč z Vás lékař musí tahat to, co se zoufale snažíte skrývat? Pokud Vaše *přání předvést se z kladné stránky* vedlo k chybné diagnóze, alespoň lékaře neobviňujte. Obviňující zloba nemoc prohlubuje a výsledkem bude další chybná diagnóza.

Přání být silný napomáhá rychlému a snadnému získávání kalorií. Když se však vytrácí vůle k životu, mizí spolu s ní i všechna přání, včetně přání být silný, a kalorie nejsou získávány. Možná jste si všimli, že staří lidé mají rádi v puse bonbon. Vysvětlují to tím, že mají hořko v puse. Vstřebávání cukru v ústech vyvažuje strachy a zlobu a odstraňuje pocit hořkosti. Když starý člověk přestane rozlišovat chuť, tedy stanou-li se ústa *nečitlivá z důvodu umrtvení citů*, začne být k bonbónům lhostejný. Potřeba životní síly se vytrácí, neboť mizí vůle k životu.

Kalorie dodávají primitivní životní sílu – energii zloby, s níž jsou vykonávány záležitosti materiálního světa, nezlobte se na mne za mou otevřenost. Vězte, že vše, co na světě existuje, je potřeba. Tedy i zloba, neodvratná součást materiálního světa. Člověk se musí postarat o to, aby se bezměrně nerozrůstala. Primitivní životní síla je potřebná, abychom byli živí. Když jsme živí, jsme sami schopni postarat se o to, aby primitivní životní síla nepřesahovala meze.

Vyrovnané stresy s malou amplitudou kmitů zajišťují stabilitu, kterou v sobě v nezbytné míře obsahují všechny energie, které se člověku v životě mohou hodit. Chceme-li být silní, ale nechceme být bojovní a útoční, jíme příliš mnoho a přebytečné kalorie se shromažďují ve formě rezervy sil v tukové tkáni. Jinak řečeno, přání být silnější, než je nutné, vyvolává obezitu. Tlustý člověk tedy nebojuje fyzicky, ale bojuje duchovně a boj se nazývá

Nápravou Světa. Bojuje vnitřně se svými potřebami a zakazuje jim ozývat se. Přesně totéž žádá a očekává od okolí.

Pravým protikladem takového člověka je ten, kdo se řídí *neochotou žít takovým životem*. Tento stres vede k psychickému onemocnění známému jako *anorexia nervosa* – absence chuti k jídlu. Člověk trpící anorexií se bojí jídla víc než hladový smrti, poněvadž živým se považuje pouze za podmínky, že nikdo na světě není štíhlejší než on. *Dogmatické ulpívání na vlastním zevnějšku je založeno na pocitu viny*.

Panuje názor, že lidem krásným, bohatým a chytrým se daří vždy a ve všem. Naopak lidé nehezcí, chudí a hloupí jsou vinni vždy a vším. Vnější vzhled člověka, který v minulém životě trpěl kvůli svému nehezkému zevnějšku, může být v nynějším životě velice pěkný, v člověku však žije stres z minulosti a je s tím, jak vypadá, nespokojen. Pokud byl jeho nedostatek na kráse způsoben nadbytečnou váhou, není divu, že se v tomto životě zoufale bojí každého nadbytečného dekagramu váhy. Ve skutečnosti se bojí být vinen. Bojí se být znovu ošizen o všechno to, o co byl svou vlastní vinou ošizen v minulém životě kvůli tomu, že byl tlustý.

Místo toho, aby se rodina uchýlovala k chytristikám nebo krmila nemocného anorexií násilím, měla by se v první řadě zabývat osvobozením vlastní chamtivosti. Rovněž je nutné zbavit se návyku idealizovat si krásný vzhled. Snaha dosáhnout cíle cestou ignorování všeho, co je nejméně cenné, nutí mladé stvoření odmítat všechno, co je ideální. Cíle je dosaženo – člověk umírá. Mrtvý člověk je mnohem ideálnější než živý.

Musí-li dítě od narození poslouchat nekonečné výčitky, že je k ničemu, že nejsou peníze, protože všechno padne na jídlo – jen to zkus, uživit takového nenažrance –, zakouší pocit viny pokaždé, když si dává sousto do úst. Jídlo se mu vzpříčí v hrdle a dál se nedostane. **Problém šetření na úkor jídla** vzniká tam, kde život směřuje k hromadění. Moderní metody léčení anorexie ničí osobnost nemocného. Trpí-li někdo z mladých ve Vaší rodině příznaky anorexie, vězte, že je především nutné, aby se rodiče začali zabývat nápravou svého světonázoru. V prvním období je třeba nechat mladého člověka úplně na pokoji.

*Podstata **anorexie** spočívá ve stavu bezmocnosti a nezdolné sklíčenosti ze života.*

*Podstata **bulimie** spočívá v boji proti stavu bezmocnosti a sklíčenosti ze života.*

Pro bulimii charakteristický neutišitelný hlad vzniká důsledkem protikladných stresů a je vyjádřen střídáním přejídání se a vydatného zvracení. **Přání žít co možná nejlépe a neochota žít životem, jaký je**, společně vedou k bulimii. Přání bojovat se životem nás válcuje jako mořská vlna a člověk se vrhá na jídlo, aby nabral sil. Pocit, že to pořád není to pravé, že na vítězství to nestačí, vyvolává zoufalství, a když zvracení nepřijde samo, strčí si prst do krku. **Bulimie je boj s vlastními strachy.**

Člověk má množství všemožných přání. Kdo *chce* být člověkem s hlavou, to jest rozumným a chytrým, tomu se nemoci soustřeďují v hlavě. Kdo *chce* být vzorným podřízeným, vykonavatelem, otrokem, aby si vysloužil pochvalu svého nadřízeného, pána či velitele a tím si zajistil dobrý život, tomu onemocní plíce. Kdo *chce* vyniknout rychlostí svých nohou, tomu nohy onemocní. Kdo chce zlepšit svůj život prací, bude mít problémy s trávicím traktem. Když se člověk *nutí* k tomu být rozumný, vzorný, rychlý nebo pracovitý, kromě hlavy, plic a nohou mu dozajista onemocní i žaludek.

Možná jste si všimli, že ve vztahu ke slově „podřízený“, „vykonavatel“ a „otrok“ jsem použila slovo „vzorný“. Proč? Protože **vzornost je nejvyšším oceněním otrocké podlézavosti**. „*Jsi pašák!*“ – říkají otrokovi a on do sebe s ulehčením vtáhne vzduch jako kůň, kterého poplácali po krku a dovolili mu dýchat. Jak koně, tak otroka člověk k čemu si nutí. Kdo protestuje, nechce být koněm nebo otrokem, tomu není dovoleno dýchat, nicméně práce od něj požadována je.

Aby druzí člověka nenutili a tím neponižovali, začne se nutit sám. Dochází k tomu kvůli přání skrýt svou poniženost. Když se nutí být rozumný, vzorný, rychlý a pracovitý, všechny výše jmenované orgány jsou postiženy jeden za druhým. Když se člověk náhle rozhodne zlepšit tyto kvality – rozum, vzornost, rychlost a pracovitost –, objeví se systémové onemocnění, které zasáhne

všechny jmenované orgány. Přání být pro okolí vzorný zasahuje plíce. Přání být vzorným pro sebe samého zasahuje žaludek.

Prudké zesílení jednoho přání vyvolává onemocnění jednoho orgánu nebo tkáně.

Prudké současné zesílení mnoha stejnorodých přání vyvolává systémové onemocnění.

Připomenu, že když člověk chce být dobrý, děje se tak na úkor druhých lidí. To znamená, že člověk se zdá být dobrý pouze v tom případě, když je někdo vedle něj špatný. Čím lepší chce člověk být, tím více špatných lidí musí být v jeho okolí. Nutí-li se člověk být dobrý nebo velmi dobrý, vyslouží si méně nebo více závažné onemocnění žaludku.

1. *Ten, kdo se nutí být dobrý, skromný a pracovitý, má žaludek jako dřevěný soudek, který plave v moři nečistot. Čím déle plave, tím víc se naplňuje pomyjemi, ven se však nedostává nic. Dřevo hnije velmi pomalu. Proto dobrý člověk, trpící okolním zlem, se může cítit ukřivděný životem a polykat tuto křivdu, aby neproslul jako špatný, dál však žije, jako by se nic nedělo, bez ohledu na zánětlivý proces v žaludku. Nedovolí-li člověku hrdost, aby se spustil o stupínek níž, duchovně se oddaluje od svého okolí a je podobný schnoucímu soudku, na nějž nevyhnutelně dopadají cákance cizích nečistot. Jinak by se soudek rozeschl.*

Hořkost zklamání, kterou polyká, vyvolává v žaludku vylučování leptavé kyseliny, která člověka nutí usvědčovat druhé, aby sám vynikl. Vzniká vředová gastritida, která člověku velí, aby nenosil nos nahoru. Když to člověk nechápe, snaží se dostat ještě výš. Jeho žaludek je jako soudek plující v moři pomyjí, který se rozeschl, praská a klesá ke dnu. Krásné cíle člověka jsou žaludečním vředem navždy škrtnuty.

Kdo ze sebe osvobodí přání být dobrým člověkem, přestane se nutit takovým být a jeho žaludek se uzdraví.

2. *Člověk, ve kterém žije přesvědčení, že když to neudělám já, neudělá to nikdo, považuje druhé za líné a nepořádné a začne je nutit. Jelikož popohánět lidi není nic příjemného, výsledek však*

příjemný je, člověk se nutí nutit okolí a stává se náčelníkem, velitelem, mocí, která je nemyslitelná bez příkazů. Takový člověk má **žaludek jako uzavřený kamenný soudek**, který svou vlastní tíhou jde rychle ke dnu. Když ho tam necháme na pokoji, nebude se dít nic zvláštního, jen to, že se soudek pod tlakem nečistot potápí stále hlouběji a plní se nečistotami.

Dokud se náčelník trpící snížením žaludku domnívá, že jeho příkazy jdou shora dolů, je s ním samotným vše v pořádku. Když mu však život dokazuje, že jeho příkazy jdou zdola nahoru, musí se nutit dohánět, co zmeškal. Jeho žaludek se chová jako kámen, snažící se vynořit se nad spodní špínu, čímž vyvolá bouři nečistot místního významu, a přesto znovu klesá ke dnu. Když se na své cestě potká s druhým takovým sobě podobným tvrdým kamenem, rozlomí se napůl a rychle se naplní nečistotami.

Když během boje o moc napětí dosáhne kritické meze a na cestě člověka se objeví „tvrdý oříšek“ podobný jemu samotnému, začne silně krváčet ze žaludečního vředu. Čím víc má člověk moci, s tím větším množstvím tvrdých oříšků se na své cestě setkává a tím více krvácejících vředů má v žaludku.

Člověk, který osvobozuje přání povýšit se nad druhé, se do povyšování nenutí a jeho žaludek se uzdraví.

3. Člověk, který se nutí být silným, má žaludek podobný železnému soudku, který plave v nečistotách, a i když zvenku trochu rezaví, brzy se znovu leskne od nečistot. Oku neviditelné opotřebení je zamlčováno ve jménu vnější krásy. Silný člověk nechrlí spolknuté pomyje, neboť se chce pyšnit svou silou. Z pomyjí se nakonec stane lejno a tekutina. Železo působením lejna reziví jedním způsobem a působením tekutiny druhým.

Silný člověk říká, že železo reziví i samo o sobě a naznačuje tím, že je smrtelný. Ani ho nenapadne, že taková bezcitnost k sobě samému hodinu smrti přibližuje. Dírka v železném soudku se dá vyspravit, nikoli však jen tak něčím, ale stejným železem. Polykáme tedy vysoce efektivní léky k vyspravení děr v žaludku – záplaty jsou jako ze „železa“! Člověk dosáhne jen toho,

že záplat je víc než původního železa. Železo nepozorovaně zrezivělo a záplaty na něm už nedrží.

Železo je kov těžký, avšak nikoli nejtěžší, proto u člověka, který chce být silný, rakovina nevzniká skrytě, ale jako důsledek jiných onemocnění žaludku.

Ten, kdo osvobodí přání být silným člověkem, nemusí se nutit být silný a jeho žaludek se uzdraví.

4. *Člověk, který se nutí být zlatým člověkem* – a zlatý člověk má i zlaté ruce –, má *žaludek podobný zlaté vlajkové lodi*. Je povinen být vždy ve všem první, neboť druzí se bez něj neobejdou a stane se něco hrozného. V moři nečistot zlato oxiduje a ztrácí lesk. I když ho znovu vyleštíme, abychom získali body navíc, podaří se to pouze u části vlajkové lodi, která je nad vodou, ale v žádném případě ne u spodku. Za prvé proto, že zlatý člověk se snaží nedemonstrovat svou nadřazenost před špatnými lidmi. Za druhé proto, že zlato je příliš drahé, než abychom jím zbytečně mrhali. Zlatý člověk se neangažuje v každé hlouposti a považuje za ponižující, když na něj navalí kdejaké svinstvo. Když ho však navalí – neodmítne.

Zlatý člověk neodmítne ani v tom případě, když ho někdo prosí, aby mu půjčil jeho zlatý trakař, že chce vyvézt na pole své výkaly. Výkaly jsou jako rtuť, rychle mění zlato v prach. Když se zlatý člověk, dřič, nutí, aby byl pohyblivý jako rtuť, je jeho žaludek bez jakéhokoli výstražného SOS signálu rozleptaný jako spodek zlaté lodě. Kdo je v životě pohyblivý jako rtuť a není schopen odmítnout zlato, které zbylo, tomu se zlato změní v prach a popel, ať chce nebo ne.

Zlato a rtuť patří mezi těžké kovy. Jejich přílišná koncentrace v těle vede k rakovinnému onemocnění. **Přání být skutečně důstojným člověkem** je stresem, jenž člověku velí **shrabovat zlato**, neboť zlato je hodnotou, díky níž člověk jakoby získává důstojnost. Toto přání člověka nutí dychtit po zlatu, skupovat ho a věšet na sebe jako ozdobu. Nemocný rakovinou, jenž opustí tento svět v důsledku koncentrace zlata v těle, však vůbec žádné zlato vlastnit nemusí.

Potřeba rychle se mobilizovat, být v neustálém pohybu a bleskově se vžívat do situace představuje energii rtuť. Strach mění potřebu v přání, a kvůli tomu se v těle člověka hromadí rtuť. Kvůli samotné koncentraci rtuť rakovina nevznikne. Rtuť je tekutý jedovatý kov. Jeho proudění může být narušováno z důvodu nejrůznějších okolností, což vyvolává nejrůznější druhy otrav vedoucích ke smrti. To znamená, že člověk zemře dřív, než v těle vznikne rakovina, kvůli vlastní kritické koncentraci rtuť. Rakovina představuje energii stagnace.

Když na cestě příliš spěchajícího člověka vznikne nepřekonatelná překážka, přestane spěchat a pustí se do jejího odstraňování. Stálý spěch přesně stejně vede k tomu, že člověk začne ničit vlastní „zlaté“ cíle. Rtuť rozleptává v člověku obsažené zlato tím rychleji, čím rychleji se člověk snaží dosáhnout svých cílů. Slyšeli jste někdy, aby se o důstojném člověku říkalo: „zlatý člověk“? Neslyšeli. O důstojném člověku se říká: „skvělý člověk“. Teď je Vám zřejmě jasné, proč se nad hrobem člověka, který umřel na rakovinu, nezřídka říkává: „Byl to zlatý člověk.“

Přání rychle se mobilizovat, vždy všechno stíhat a vžívat se do jakékoli situace je přáním být pohyblivý jako rtuť a vyvolává **revmatické záněty kloubů**, což může vést k úplné nepohyblivosti nemocného, neboť i ten nejmenší pohyb se hlásí ostrou bolestí oteklých, deformovaných kloubů. Zlaté injekce, které se objevily v prodeji, měly revmatikům pomoci, ale zázrak se nekonal. Proč? Protože když takový člověk neztrácí přání blýsknout se jako zlato, prostředek obsahující zlato mu pomůže, když však člověku přání líbit se okolí chybí a jediným jeho přáním je uzdravit se, jeho nemoc se ještě zhorší. Pokud jste nyní dostali strach, že onemocníte rakovinou, osvobodte ho společně s přáním být zlatým člověkem a přebytečné zlato odejde z Vašeho těla vylučovacími orgány.

5. V přírodě existuje hodně těžkých kovů a všechny mají svou energii. Zapamatujte si, že slovo „**těžký**“ znamená **smutek**. Člověk žijící se strachy, který nesprávně chápe život, v sobě smutek potlačuje, a proto je před životem bezmocný. Stydí-li se prosit o pomoc a skrývá svou bezmocnost, převrací bezmocnost ve smutek. Za smutek se také stydí a potlačuje ho, tím vzniká

krutost. Chce-li být člověk dobrý a nezasypává krutostmi okolí, projevuje krutost sám k sobě, dokud si neuvědomí své chyby.

Například **přání být ve všem první** přikazuje člověku surově od sebe vyžadovat maximum, odpírat si různé kladné emoce, od dětství se chovat uctivě a korektně a totéž vyžadovat od ostatních. Když ti se drží jiných pravidel, vyjadřuje svůj postoj k nim zdvořilým, mlčenlivým pohrdáním. Stejně se chová sám k sobě.

Stoicky aristokratické útrapy ve jménu vzletných cílů spolu s pohrdáním k jakémukoli vnějšímu lesku jsou vlastní typu „platinového člověka“. Jedná se o typické přání stát se nejprve ideálem, dokonalostí a teprve poté se svou dokonalostí honosit. Výsledkem je, že člověk onemocní **karcinomatózou**, při níž v těle vzniká přebytek platiny. Což svědčí o tom, že snaha podobat se drahým kovům vystavuje existenci člověka nebezpečí.

6. Olovo se koncentruje v těle lidí, kteří se ke svým povinnostem chovají se smrtelnou vážností. Olovo je kov těžký, avšak měkký, poddajný a snadno rozlomitelný. Lidé ho používají k předpovídání osudu a osud může být šťastný, když tě svede dohromady s člověkem takového typu. Ten se snaží dávat okolí co možná nejvíc a smrtelně se urazí, když lidé nepřijmou, co jim nabízí. O takovém člověku se říká: „těžký člověk“, dokonce i když svou smrtelnou vážnost skrývá. Okolní lidé trpí pocitem viny, když se u nich jeho dobré pohnutky nesetkávají s náležitým ohlasem a oni je musejí odmítat. Pocit viny se zdá být tak těžký, že se nedá nikdy vykoupit. Člověku, který se chová k životu se smrtelnou vážností, se daří odpouštět převelice těžko.

Takže:

Kalorie zajišťují tělesné tkáně ve smyslu kvantity.

Minerální soli zajišťují kvalitu.

Vitamíny v těle zajišťují optimální výměnu všech v něm se nacházejících látek.

Trávení potravy probíhá za pomoci trávicích šťáv. Štáv vědě známých i dosud neznámých je tolik, kolik je na světě stravitelných potravin. Když se člověk celý život obejde bez nějaké potravy, tento druh trávicí šťávy zůstává ve stavu „spánku“, a když

člověk potravinu poprvé požije, odchází z těla nestrávená. Pokud potravina, kterou je nyní nucen kvůli okolnostem jíst, u člověka nevyvolává odpor, tělo začne potřebnou trávicí šťávu vyrábět. Lékařská diagnóza může konstatovat nedostatečné množství trávicí šťávy nebo její nepřítomnost, což je samo o sobě protestem proti *nějaké konkrétní energii*.

Pamatuji se, jak jsem v dětství vinou dospělých měla nedostatek laktázy – enzymu slinivky břišní, nezbytného k trávení mléčného cukru. Samozřejmě že ničemu z toho jsem nerozuměla, ještě s takovými složitými názvy. Jedno jsem však věděla určitě: když to takhle půjde dál, do konce života se mléka nedotknu. Byla jsem malá, neduživá, věčně nemocná a máma se mě snažila posilnit. Pořád jsem poslouchala: ještě lžičku za maminku, lžičku za tatínka a teď za... a tak pořád dokola. Vždycky mě strašili: když to nesníš, stane se něco strašného. Nikdo nebral v úvahu, že do dětského žaludku se vejde tolik, kolik dítě potřebuje.

Když jsem na znak protestu stiskla zuby a skoro plakala, věděla jsem, že teď vymyslí něco nového. A vymysleli. Někdo rodičům řekl, že mléko jakoby chrání před smrtí a začal experiment na mou záchranu. Experimentu napomáhalo to, že naše rodina měla krávu a mléka jsme měli dostatek. Do akce byli zapojeni všichni, kdo překročili práh našeho domu. A k tomu učitelé a ředitel školy. Nad sklenicí mléka jsem proseděla hodiny. Poslouchala jsem mnohomluvné, moudré přednášky, jak je mléko zdravé, a byla nešťastná, že po téhle prospěšné tekutině se mi chce zvracet.

Mléko působí stejně jako *přání, aby ostatní uspořádali můj život*. I to dělali, a s fortem. Ale vždyť já jsem přišla na svět, abych si svůj život uspořádávala sama. Před neštěstím mě zachraňovalo mé tělo. Stačilo, abych vypila jeden lok mléka pro radost dobrým lidem, a za pár minut jsem pádila na záchod. Průjem byl takový, že ze mě šla voda. V důsledku toho se tělo naučilo snadno přecházet od průjmu k zácpě, čímž mě zachraňovalo pokaždé, když jsem musela jíst něco sytého, tučného či jinak výživného a chutného. Dnes jsou všechny tyto mrzutosti za mnou, můj trávicí trakt mě však nezapomíná zachraňovat. Ze zvyku mě zachraňuje tehdy, když se do něčeho nutím sama.

Trávicí šťávy bývají různé a jako první začínají trávit sacharidy a škroby ty z nich, které vznikají v ústech. Zde dochází ke vstřebávání rozpuštěného cukru, čímž se okamžitě vyvažují strachy. Proto sladké konzumují všichni, pro něž to není životu nebezpečné. Hlavní část trávicích šťáv se zapojuje do práce v žaludku a jejich největší různorodost je pozorována ve dvanáctníku. Normální trávení je v podstatě rychle probíhající řetězovou reakcí.

Potrava, nacházející se v neustálém pohybu, se ani na vteřinu nikde nezastaví a míjí na své cestě zóny působení stále nových a nových trávicích šťáv. V každém z těchto úseků potrava odevdává nějakou výživnou látku, kterou je tělo schopno přijmout právě v daném úseku. To znamená, že tělu je *dávána* potrava a tělo ji *přijímá*. Tělo *dává* potravě trávicí šťávu, potrava ji *přijímá*, dává přitom část sebe a tělo přijímá to, co mu dávají.

Při vzájemné vděčnosti obou stran tak probíhá nepřetržitý proces „já dávám – ty bereš“, dokud ještě je co dávat a co brát. U člověka se stresy je proces trávení narušen. Tyto poruchy odrážejí zvláštnosti jeho postoje k životu.

Žaludek je orgánem, charakterizujícím kvalitu lidské osobnosti. Člověk vyrovnaný, to jest důstojný, to jest ten, jenž je osobností, má žaludek zdravý a jím vyráběné trávicí šťávy odebírají z jídla tolik kalorií, minerálních solí a vitamínů, kolik tělo potřebuje. Takový žaludek je podobný člověku, který ví, že život začíná od něho samotného a že v první řadě je třeba starat se o sebe. Otevírá se životu a děkuje životu ještě před tím, než mu stačí cokoli dát – dát trávicí šťávu ještě před tím, než se v ústech ocitne potrava. Člověk, který děkuje tělu a potravě za to, že jsou, tím napomáhá vylučování trávicích šťáv.

Jelikož je člověku vlastní vynášet o všem hodnotící úsudek, vůbec mu není lhostejné, jakou potravou se stravuje. Dokud zůstaneme *nevyrovnanými* lidmi, jedny a tytéž potraviny, které mají všeobecně dobrý zvuk, budou na každého působit jinak. Někdo se díky dané potravě vyléčí a někdo z ní onemocní. Jeden ztloustne, ale druhý zhubne. Když jsem pročetla rukopis této knihy, měla jsem to štěstí přečíst si knihu, v níž se hovoří o souvislosti mezi krevní skupinou a trávením potravin, tedy o zdraví. Mám na

mysli knihu *Výživa a krevní skupiny* autorů dr. Petera J. D'Adama a Catherine Whitney (česky Pragma 2006). Načerpáte z ní nemálo prospěšných informací a najdete vysvětlení, proč dáváte v jídle přednost tomu či onomu. Co se týče pro Vás obvyklých potravin, je třeba, abyste se naučili zeptat se sami sebe, potřebujete-li danou potravinu, či nikoli.

Budete-li číst knihu těchto autorů, nejspíš budete překvapeni tím, že jíte právě to, co autoři doporučují, a nesnášíte ty potraviny, které jsou charakterizovány jako pro vás nežádoucí či škodlivé. To znamená, že krevní skupina a charakter člověka se nacházejí ve vzájemném souladu. Řiďte se svými pocity, a ušetříte si mnohé problémy.

Poněvadž jste jako lidé rozumu jednali tak, jak se má, připravili jste si mnohá utrpení a nyní je třeba chybu napravit.

Člověk se stresy děkuje jedině tehdy, když něco dostává. Proto jeho žaludek není připraven přijímat potravu a potrava se pohybuje nárazově. Existuje hodně stresů, majících vliv na činnost žaludku. Zastavím se u několika charakteristických zvláštností.

Člověk, který žije pouze pro blaho druhých, sám potřebuje málo a proto málo jí. Potrava jeho žaludkem rychle proletí, zůstane tam přesně tak dlouho, aby člověk „nenatáhl bačkory“. Jíst za druhé přece není možné. Kdyby to možné bylo, jedl by. Strach o lidi srdci drahé nedá takovému člověku pokoj ve dne ani v noci. Ve spěchu spotřebovává všechnu energii, kterou z jídla získal, a když se mu nedaří rychle se posilnit, padá vyčerpáním. Tělo má hubené a studené, jeho sebeobětování je nekonečné. V jeho případě je zranitelným místem trávicího traktu dvanáctník, který vyjadřuje vztah k okolí, rodině, přátelům, kolektivu či ke stejně smýšlejícím lidem.

Takový člověk je zdravý, dokud má druhým co dávat, když už nic víc nemá, objeví se nemoc dvanáctníku. To je však jen poloviční neštěstí. Pravým neštěstím je, když lidé začnou jeho štedrost odmítat a všechny přívaly dobra se koncentrují ve dvanáctníku. *Rozdíl mezi materialisty a idealisty, kteří se obětují pro druhé, spočívá jen v tom, že první se starají o **pozemské** blaho lidí a druzí o **duchovní***. Ani jedny, ani druhé nenapadne zajímat se, zda lidé jejich starostlivost potřebují.

Člověk, který se snaží o osobní blaho, aby poté zaopatřil blahobyť svému okolí, si určitě způsobí nemoc žaludku, neboť ho přetěžuje a práce žaludku se zpomaluje. O vlastní blaho se člověk obvykle začne starat, když je zklamán svou činností pro blaho druhých. Čím déle potrava v žaludku zůstává, tím víc pozbývá hodnoty a tím silnější je kvašení sacharidů, které se mění v alkohol, jenž se rozkládá na oheň a vodu, to jest na kalorie a tekutinu.

Zůstávají-li v žaludku příliš dlouho bílkoviny, mění se v hniující pomyje, z nichž tělo nemůže získat nic jiného než kalorie a tekutiny. Všechno ostatní odchází ve formě výkalů a měnit výkaly ve zlato umí jedině země. Zůstává-li v žaludku příliš dlouho tuk, mění svou strukturu a není již vhodný jako životně důležitý stavební materiál pro tělo. Zato se hodí jako rezervní materiál pro tukovou tkáň, kam ho rovněž doprovázejí i v žaludku se nacházející stresy.

O tlustém člověku se říká „má vyžrané břicho“, čímž se jakoby rozumí místo, kde tloušťka začíná. Ve skutečnosti se toto místo nachází mezi ušima. Na fyzické úrovni je jím opravdu žaludek a přání člověka kvůli své dobré reputaci udělat všechno za druhé.

Nemyslete si, že k tukové tkáni patří pouze vrstva podkožního tuku, o níž je zvykem říkat: „*Fuj, to je odporné...*“ Je docela dobře možné, že znáte člověka následujícího typu: sám je hubený, ale má velké břicho a stále se s ním trápí. Absolvoval všemožná vyšetření, nic mu však nenašli. Jedná se o **člověka žijícího ve stavu stálé sebeobrany**.

Silným je třeba být proto, aby člověk dělal velké věci. Bránit se je třeba proto, aby člověk přežil. Pro člověka se stresy má tedy prvořadý význam sebeobrana. Jak bránící se člověk myslí, tak i funguje jeho tělo: tuky míří přímo do **velké předstěry**, která je připojena k dolní části žaludku a jako ochranná zástěra přikrývá celý střevní trakt. U člověka, jehož zvykem je říkat: „*Já dělám všechno správně!*“ je tato zástěra zvlášť dlouhá, široká a tlustá, jako by ukazovala, že takový člověk se ztotožňuje s veškerou svou činností a absolutně nikdy se nemýlí. Přesvědčení člověka, že jedná vždy správně, mu slouží jako štít i útočná zbraň.

Čím větší má člověk břicho, tím méně je schopen pochopit, že bránit se musí ten, kdo pocítuje strach, ze strachu si vymýšlí nepřátele a pak je k sobě přitahuje. Takový člověk stále zdůvodňuje a ospravedlňuje své konání nebo svou nečinnost. Zdůvodňování a ospravedlňování jsou též formami sebeobrany. Pokud takového člověka znáte, neodsuzujte ho, ale přijměte jej jako učitele, který říká: *„Ty jsi také člověk se strachy, a kdyby ses pustil do něčeho velkého, stejně jako já bys na cestě k cíli narazil na překážky či potíže a automaticky by ses postavil na obranu svých ideálů.*

Kdo chrání své ideály fyzicky, má břicho tvrdé a odolné proti úderům jako každý bojovník. Kdo své ideály chrání duchovně, má břicho velké, měkké a rozbředlé, aby mu úder nepřítele nepůsobil bolest. Lidé s duchovními ideály se snaží dělat dobré, nedělají přitom špatné a uvědomují si, že k sobě údery přitahují.

Kdo se chce ochránit před lidmi, je jako zápasník sumo. Máte-li horní část břicha svěšenou dolů, Vaše energie sebeobrany se v podstatě koncentruje v malé předstěře. **Malá předstěra** spojuje malý ohyb žaludku a dvanáctník s játry. Čím silnější je přání být dobrý, tím víc k sobě přitahujete nepřátele a tím odulejší se stává malá předstěra, která změkčuje údery.

Potlačovaný smutek a křivda kvůli tomu, že lidé zůstávají takoví, jací jsou, bez ohledu na Vaše snažení a nemění se ani co by se za nehet vešlo, se usazuje v předstěrovém vaku malé předstěry a ten se časem nafoukne jako míč. Pocit, jako kdybys měl v břiše míč, je pocitem nepříjemným, ještě nepříjemnější však je, je-li míč nafouknutý. Promluvte si se svou malou předstěrou a poproste ji o odpuštění za to, že jste do ní zahrnali přání předělat druhé. Když někoho považujete za dobrého nebo za špatného, čímž ho ohodnotíte, projeví se u Vás podvědomé přání udělat ho normálním.

Malá předstěra spojuje žaludek, dvanáctník a játra. Jinak řečeno, člověka, kolektiv a stát. Ještě přesněji – člověka, rodinu a stát, neboť rodina je nejmenším kolektivem a stát největším. Přání spatřit, že všichni tito lidé budou jiní, než jsou, je ve skutečnosti přáním vidět jiného sebe. Místo abychom se sami sebou zabývali, začneme sami sebe předělávat. A opět se všechno točí kolem naší práce.

Práce je k úctě pozvednutou činností, která by ve své neutralitě neměla u nikoho vyvolávat podráždění a která dovoluje konat dobro. Přesto čím výš se v životě probijete, nutíte se pracovat, tím víc se Vám vydouvá horní část břicha a poučuje: vždy ze sebe osvobozuj práci, tehdy ucítíš, zda ji potřebuješ, či nikoli. Možná bude lepší, když ji vykoná některý nebo někteří z tvých bližních, sobě ku prospěchu. Ty se v té době budeš moci zabývat sám sebou. Staneš se zdravějším a nebudeš provokovat výpady ze strany svého okolí.

Shrnutí:

Čím silnější je strach z lidí, tím silnější je smutek, jenž je bezmocnou zlobou na lidi, a tím větší je malá předstěra, vydouvající horní část břicha.

Čím silnější je strach, že moje práce je nedoceňována, kritizována, hanobena či zesměšňována, tím silnější je přání chránit to, co jsem udělal, a tím větší je velká předstěra, vydouvající dolní část břicha.

Příklad ze života

Lidem je nepříjemné, když někdo poukazuje na jejich chyby, dokonce i když se to dělá za účelem přivést je na nějakou myšlenku. Proto při svých přednáškách pozoruji nejrůznější reakce, i když na nikoho neukazuji prstem. Místo toho, aby si mlčky pomysleli: „*Já mám také velké břicho. Je načase osvobodit svou sebeobranu,*“ zapojují posluchači svůj systém sebeobrany. Nejednou na mě doráželi otázkou: „*To už se nemůžu ani bránit? Ať si se mnou všichni dělají, co chtějí, a já jim za to mám ještě poděkovat?*“ Otázka už sama o sobě vyjadřuje sebeobranu.

Útočný tón, jenž tazatel obvykle popírá, provokuje útok. Otázka vyjadřující strach obsahuje obvinění a provokuje obviňující výpady. Všechny tyto principy, tvořící pozadí položené otázky, provokují napadení. Odvolávání se na všechny je *tragickým přeháněním*. Sebeobrana takového člověka je v podstatě útokem, jenž nutí k sebeobraně druhou stranu. Přání být silný a všemu čelit, to jest pasivní sebeobrana, se mění v sebeobranu aktivní, útočící do určité doby ústně, avšak nedalekou toho, aby přišly ke slovu pěsti.

Odovídám: „*Nemusíte se bránit, ale potřebujete se bránit, když už jste vyprovokoval něčí útoky. Teď už to jinak nejde. Většina bitev je slovních. Když se začnete odvolávat na své znalosti a práva, podráždíte protivníka ještě víc, neboť jeho pýcha nesnáší cizí pýchu. Když se začnete ospravedlňovat, argumentovat, vysvětlovat, dokazovat, i to je sebeobranou, nevzdávající se své pozice. Když se však zeptáte: „V čem je má chyba?“ – vznikne příměří. Když ze sebe osvobodíte energii sebeobrany, budete sám překvapen, jak mírumilovná slova Vás napadnou. Právě taková slova, která jsou třeba, abyste se vyhnul konfliktu nebo ho vyřešil.“*

Ospravedlňování, argumenty, vysvětlování, domluvy, předkládání různých variant, sliby, varování, odvolávání se na něčí potřebu, odhalování cizích tajemství, jen aby člověk dosáhl svého, to vše jakéhokoli druhu se používá k odvrácení pozornosti druhého člověka a představuje nejelementárnější donucování, k němuž se lidé uchylují rovněž za účelem sebeobrany podle zásady: oko za oko, zub za zub.

Příklad ze života

Hodinu po začátku přednášky jeden z posluchačů vstal a opustil sál. Byl zjevně nespokojen. Po přednášce ke mně přišla žena, která seděla vedle něho, a řekla, že byl hodně rozzlobený. Řekl, že je nečestné dělat někoho z přítomných obětním beránkem a přede všemi ho rozpitvávat. Doplnila, že kdyby ten člověk neřekl svůj názor, odešla by nejspíš ze sálu sama, protože si myslela přesně totéž.

Zeptala jsem se, zda si všimla, že jsem na počátku přednášky zdůraznila, že u každého se vyskytují všechny stresy a každý se může cítit dotčený. Žena odpověděla, že si toho všimla, když se však má slova začala strefovat do černého, popadl ji takový vztek, že na toto upozornění úplně zapomněla. Sousedova slova ji donutila zamyslet se, bojovná nálada však zůstala.

Strach z lidí je schopen změnit se v aktivní sebeobrannou zlobu dokonce i tehdy, když člověk ví, že jsou mu tyto stresy vlastní. To znamená, že **pokud se vědomosti nepoužívají v praxi, přinášejí málo užitku**. Získané znalosti mohou působit i špatně. Mohou například vyprovokovat výbuch agresivity, má-li posluchač

nemocná játra nebo žlučnickové kameny. Dodejme, že kameny jsou znakem pyšnosti.

Kameny ve vnitřních orgánech vypovídají o tom, že člověk chtěl za každou cenu vyniknout nad špatným člověkem a jeho přání se splnilo. V opačném případě by neměl žlučnickové kameny. Nahromadilo-li se v něm dost odvahy a cítí, že mu stačí síly, aby nad špatným člověkem vynikl, je schopen v hněvu se vrhnout na toho, koho za špatného považuje. Takže vystupovat na přednáškách není nikterak bezpečné.

Pohyb kalorií u materialisty a idealisty probíhá zcela protikladným způsobem. U člověka hledajícího štěstí ve fyzické práci a sportu míří kalorie z žaludku především do svalů, dodávají fyzickou sílu hladkým svalům muskulatury a vnitřních orgánů. Jakmile začne být člověk zklamaný životem, jeho svaly ztuční, neboť začal podvědomě protestovat proti tomu, že si dříve něco idealizoval.

U člověka zklamaného z materiální stránky života, jenž si začal idealizovat duchovnost, kalorie míří v první řadě do tukové tkáně. Pokud se člověk začne ke svému fyzickému životu chovat negativně, kalorie se do svalů vůbec nedostanou. Vžijte se do svého těla a pochopíte, že byste se zachovali stejně jako ono. Vidíte-li, že vše fyzické je odmítáno, čili existuje zjevná snaha zbavit se i Vás, neboli těla, je třeba hromadit síly, aby se to dalo vydržet, taková je přece obvyklá logika myšlení.

Nejrychleji ze všeho se na kalorie rozpadají sacharidy, nejpomaleji tuky. V některých tkáních se tuk nerozpadá ani v kritickém stavu hladu, uložení tuku v tukových tkáních je tedy nejspolehlivějším způsobem, jak zajistit, aby člověk vydržel. Když životem zklamaný člověk nechce žít, tělo ví, že ve skutečnosti nechce žít *takový* život. Poněvadž život se dá změnit, dokud je člověk živ, tělo se snaží udržet člověka při životě.

Problémy obezity jsem musela vysvětlovat mnohokrát a před tím, než jsem ztloustla sama, jsem se snažila pochopit, proč mnozí velikáni duchovního světa byli tak tlustí. Dnes vím, že kromě množství dalších stresů v nich žilo *přesvědčení: když to neudělám já, neudělá to nikdo a rovněž potřeba chránit své du-*

chovní výdobytky, neboť nové a nepochopitelné se lidé vždy snaží zničit.

Těch, kdož vidí duchovní stav světa, se zmocní **myšlenka, že spasí svět**. Přesvědčují sami sebe, že svět je uslyší, když se stanou proslulými veličinami, to jest slavnými osobnostmi. Realizace této myšlenky svádí k tomu, že člověk začne napravovat osobní pozemský svět nebo totéž dělá pro svého bližního.

Vědomí toho, že když to neudělám já, neudělá to nikdo, funguje stejně jako dozorcovy důtky. Každodenní rány důtkami vedou k tomu, že se člověk stává necitlivým a stejná myšlenka se usazuje v duši jako mlčenlivý nepokoj. Naléhá, aby člověk pomáhal dokonce i tehdy, když pomoci neumí. Nutí přemýšlet a hledat východisko, opírat se o pocity, znalosti a zkušenosti. Jednáte-li tímto způsobem, považujete za přirozené, že stejně jedná i Váš bližní, zejména pokud je jedním z trpících. Nasloucháte radám uvážlivých lidí a nacházíte řešení. Bližní by měl následovat Vašeho příkladu, on však jde cestou nejmenšího odporu. Nic by se nedělo, kdyby brzy nepotřeboval Vaši pomoc, což ve Vás vyvolá vztek. Odmítnete-li, všechna vina padne na Vás.

V takové situaci je vskutku třeba se chránit. Osvobodíte-li stresy nazývané **spasením světa a nápravou světa**, přestanete k sobě přitahovat ty, kteří čekají na jeho nápravu a spásu, a nebudete se už mít *před kým* chránit. Pokud chcete tyto lidi něčemu naučit, aniž byste před tím stresy osvobodili, lidé Vaše poučení nepřijmou.

Špatné je, když se s Vámi okolní lidé nedělí o své dobré, mnohem horší však je, když Vaše dobré není přijímáno. Všechno dobré ve Vás zůstává příliš dlouho a mění se ve zhoubné špatné. Nakonec je třeba zachraňovat toho, kdo usiluje o záchranu světa, a napravovat toho, kdo usiluje o jeho nápravu.

Obětování *těla* ve jménu duchovnosti je chybou. Mnohem větší chybou však je ve jménu duchovnosti *se* ničit. Nemůžeme rozvíjet duchovnost, když nemáme tělo, a nemůžeme rozvíjet tělo, když není duch, to jest já sám. Tělo a duch jsou nerozdělitelní. Můžete říci, že toto vše už víte a není třeba tak často to opakovat.

Vědět však přináší málo užitku. Začněte všechny tyto znalosti propouštět na svobodu a ucítíte změnu. Na duši vám bude lehký, tělo se uzdraví a Vy zjistíte, že jste začali myslet jinak. Úplně se přeměníte. Přání dokázat správnost svých myšlenek diktuje člověku **probíjet** se životem. To znamená mobilizovat sílu vůle k realizaci vlastních pocitů. Probíjet se můžeme nejrůznějšími způsoby.

Kdo rozhání konkurenty a kope při tom jako jankovitý kuň, tomu se poškodí *paty*.

Kdo si probíjí cestu lokty, bude mít postižené *lokty*.

Kdo zasazuje měkkou, avšak mocnou ránu zádí, aby ti, kdo mu překážejí, ztratili směr, poškodí si **zadní část** těla.

Kdo chce dokázat správnost svých idejí prací, u toho je průbojnost vyjádřena vzedmutou *horní částí břicha*, a člověk do zajista cítí, že je nespravedlivě poškozován. Přání probít se svou prací do kategorie přetvořitelů světa se proměňuje v ohavně vytrčenou horní část břicha, což nedovoluje kloudně se ohnout. Břicho člověka nutí držet se zpříma a dívat se na svět jinými očima. Kdo si z ušetřené lekce udělá nesprávný závěr, změní se v zachránce světa a navíc k neduhům horní části břicha si ještě vyslouží nemoc *žaludku*.

Kdo si přeje probít si cestu hrudníkem, aby dokázal, že něco znamená, onemocní v oblasti **hrudníku**. U mužů je většinou postiženo to, co je uvnitř hrudního koše, a u žen to, co je venku.

Kdo se chce probít nahoru svou vlastní hlavou, to jest rozumem, způsobí si poškození *hlavy* nebo *mozku*. K tomu, aby se člověk probíjel, potřebuje sílu.

Čím větší je nedostatek minerálních látek a vitaminů, tím je pro člověka těžší zůstat člověkem. To znamená, že se porušují nejjemnější funkce vlastní člověku – vnímání a myšlení – a člověk se znovu vrhá na jídlo. Po jídle se zase cítí být člověkem, i když ne na dlouho. Žaludek roztažený až do krajnosti může vyvolávat velmi prudké bolesti v celé dutině břišní. Dříve nestřídmý člověk, je-li mu život milý, je nucen jídlo si odpírat.

Nezamyslí-li se člověk v takovém stavu nad svými chybami, ale naopak proklíná svou nezdravost, neboť mu nedovoluje uskutečnit velké plány, žaludek *dilatuje* ve střední části, to jest rozšíří

se až k prasknutí. Takový stav žaludku vypovídá o bezvýchodnosti a tupé lhostejnosti ke všemu, co se netýká člověka samotného. Jinými slovy, vypovídá to o nejvyšším stupni sobeckosti, to jest egoizmu. O pasivním egoizmu.

Kdo se *chce* svého pasivního egoizmu *zbavit*, začne zvracet. Zvracením člověk na čas zeslabí pocit odporu. Zvracení je strachem ze zítřejšího dne. Když však člověk patří k těm, kteří žijí minulostí, a nad vším ostatním mávne rukou, bude se i v budoucnu trápit jak duševně, tak fyzicky.

Přestane-li člověk doufat v cokoli nebo v kohokoli, žaludek *přestane trávit* potravu a ta se nedostává dál. Život se jakoby zastavuje. V takovém stavu člověk hledá porozumění. Přestože se mu lítost zamlouvá, problémy neřeší. Když se člověk o své neštěstí podělí s někým blízkým, na krátkou dobu se mu udělá lépe, pak je mu však ještě hůř. *Politování a nabídka pomoci pomáhají znovuobnovení činnosti žaludku*. Bodré „*to nic, zase se dáš dohromady*“, nemocného rozzlobí. Cítí, že v jeho nemoc nevěříme a obracíme ji v žert. To je urážející. On však nepotřebuje ani tak slova, jako to, abychom ho mlčky a laskavě přitiskli k sobě a pomalu, uklidňujícím způsobem ho hladili po zádech.

Strach „nemají mě rádi“ dělá člověka *aktivním*.

Strach „nikdo mě nepotřebuje“ dělá člověka *pasivním*.

Snížení žaludku a atrofická gastritida jsou nemocemi doprovázejícími pasivitu. Takovou pasivitu, při níž se člověk navenek zdá být srozuměn se vším. Pokud vnitřně tvrdohlavě pokračuje v odmítání vlastní viny na neštěstí, které ho postihlo, nepomohou mu žádná slova ani žádné léky. Pasivita se může změnit ve svůj opak a totéž se může stát s nemocí. To znamená, že vznikne **vředová gastritida**.

Kdo se nutí přemáhat strach, nutí se rovněž pouštět se do práce. Každé ráno se opakuje jedno a totéž a nakonec je z toho žaludeční vřed. U vředu buď zůstane, nebo se střídá s vředovou gastritidou – to když se člověk probere z pasivity, cítí se po záchvatu agresivity vinen a znovu upadá do apatie. O normálním trávení potravy nemůže být v případě obou krajností ani řeči. Stejně tak

vylučování trávicí šťávy může kolísat od nuly, to jest od úplné absence, do tak vysoké koncentrace kyselin v trávicí šťávě, že sliznice se rozleptává do vředu za několik hodin.

Vřed začne krváčet, když se člověk nutí někomu se mstít. Kdo svému bližnímu pustí žilou, tomu vřed nekrvácí, neboť jeho špatné se vylévá ve formě krve vytékající z cizí tělesné rány. Fyzická rána bližního se pro něj stává vlastní duševní ranou, trýznící člověka pocitem viny, dokud vina není vykoupena. Kdo však nosí v duši strašnou pomstu, ten se může v důsledku strašného **krvácení žaludku** odebrat k praotcům, bez ohledu na to, že nestačil udělat nic špatného. Myšlenka je rovnocenná činu. Pokud blízký člověk nebo lidé takovou lekcí nepotřebují, není adresát.

Krvelačná krutost určená k zasazení duševní rány se jako bumerang vrací na svou fyzickou úroveň, aby člověk myslící v materiálních kategoriích pochopil, jakou sílu má myšlenka. Kletba typu „*Já jim ještě ukážu, čeho jsem schopen!*“ dokáže vyvolat žaludeční krvácení dokonce i v tom případě, když člověk chce druhým formou pomsty dokázat, že není slaboch, jak se domnívají.

Strachy blokují normální životní činnost a vyvolávají pocit viny. Pocit viny člověka nutí něco podniknout, aby nebyl vinen, aby duše nabyla klidu. Strach být vinen bez viny se projevuje bolestí srdce. I když srdce člověku velí počínat si lidsky, to jest nejprve své jednání promyslet a teprve pak jednat, on se přesto nejprve pustí do práce. Vždyť fyzická práce uklidňuje ze všeho nejvíc. Tímto způsobem se potlačují malé stresy a ty pak *musejí* vyrůst ve velké. V tak velké, že srdce se již prací neuklidní. Člověk s nemocným žaludkem nenachází v práci uspokojení.

Člověk, který se cítí vinen, je schopen do té míry upřímně věřit ve správnost cizího názoru, že ho ani nenapadne, že je nevinný. Hodnotí se stejně, jako ho hodnotí jeho okolí, a provokuje je k tomu svými strachy. Většina obviňovatelů, tedy hodnotitelů, to dělá nevědomky, neboť neví, že v druhých vidí sebe. Menší část obviňuje vědomě, aby shodili svou vinu na druhého. Člověk, který upřímně přiznává své chyby, do sebe tímto způsobem nasává cizí obvinění. **Proto si zapamatujte, že pocit vlastní viny a předsvědčení o vlastní vině jsou různé věci.**

Pocit je třeba napravit jeho duchovním osvobozením.

Přesvědčení je třeba napravit fyzicky, nápravou svého činu. Osvobodíte-li pocit viny, přestanete cítit stud za to, co jste udělali, a klidně svůj poklesek napravíte. Tehdy se k Vám i okolí začne chovat lidsky.

Nemocný žaludek ukazuje na to, že člověk *za stav věcí dává vinu sám sobě*. Aby vinu vykoupil, nutí se zabývat se něčím a čím víc se nutí, tím vážněji onemocní. Člověk snažící se udělat svůj život plnohodnotným přiznává své prohřešky i neudělané věci, a i když zdokonaluje svůj život beze spěchu, poněvadž všechno se hned předělat nedá, přesto mu obvinění adresované jemu ze chtivosti zní jako hrom z čistého nebe. Vždyť i on vidí v druhém člověku sám sebe. Taková naivní, prostoduchá důvěřivost je zpočátku v každém člověku, proto děti i dospívající musí nemálo trpět.

Najdou-li lidé vyššího věku práci, která se jim líbí, čili se v ní najdou a se zápalením se do ní pustí, nevšimnou si kolem sebe rostoucí závisti, dokud na ně závist nezaútočí. Chlubivost, závist a chamtivost jdou ruku v ruce. Takoví lidé vidí v druhém člověku sami sebe. Není to tak dlouho, co jsem takový útok prožila, proto jsem se pustila do zkoumání principů, kvůli nimž jsem na sebe napadení přivolala. Žaludek o sobě dával vědět, což svědčilo o tom, že to není maličkost, která se dá přehlédnout, a již je možné automaticky odpustit. Začala jsem zkoumat pocit viny a jeho souvislosti s žaludkem.

Chlubivost nezná nezištnost a nevěří v ni za žádných podmínek. Chlubivý člověk směřuje své city k penězům a jeho obvinění jsou založena na závist, i když samotné slovo „peníze“ nevyslovuje. **Převádění duchovních hodnot na pozemské kategorie**, to jest přepočítávání všeho na peníze, působí na žaludek jako výstřel z děla. O tomto stresu budeme hovořit v první kapitole další knihy. Člověk zasažený tímto výstřelem cítí řezavou bolest spolu s každým spolknutým kouskem potravy, když se dostane do žaludku. Tím o sobě dává vědět prudká gastritida.

Gastritida nabývá zvláště těžké formy, když se člověk cele oddá druhým. Takoví lidé si vždy a všechno odpírají, dokud nesplní

povinnost. Přesně stejně se chová žaludek, jenž neprodukuje trávicí šťávy, dokud člověk nevykoupe svou vinu, bez ohledu na to, že člověk jí víc než dřív, aby nezeslábl. Slabý by nebyl schopen dokázat svou nevinu.

Viník bez viny, který se nutí dokazovat svou nevinu, si vyslouží atrofickou gastritidu, související se sníženou kyselostí. Táhne ho to ke kyselému, neboť kyselé vyvažuje pocit viny. Od okamžiku, kdy se člověk začne obviňovat, dochází k nadbytečnému vylučování kyselin a objevuje se gastritida se zvýšenou kyselostí. Donucování sebe samého z pocitu viny je tedy věc jedna a donucování vyvolané obviňováním na vlastní adresu je věc úplně jiná.

Chuť na kyselé může být tak velká, že člověk pije cokoli kyselého. Měla jsem možnost setkávat se s lidmi, kteří rok co rok pili roztok kyseliny octové i nálev z nakládané zeleniny, čímž si úplně zničili sliznici žaludku. Ke zvýšení kyselosti žaludku je třeba konzumovat *neutrální* kyselinu. Tou je kyselina citrónová, kterou je doporučeno pít ředěnou, minimálně půl hodiny před snídání. Vaše trávení se tím značně zlepší. Chutný pomerančový džus však může mít opačný efekt.

V ústech probíhá rozměňování a rozpouštění potravy.

V žaludku probíhá štěpení potravy na živiny.

Je-li člověk se sebou spokojen, produkuje *přesně tolik* žaludečních kyselin, kolik je třeba ke trávení potravy. Když je *strach* být vinen potlačován do té míry, že se mění v *přesvědčení* o vlastní vině, žaludeční šťávy nebo žaludeční kyseliny se produkuje úměrně více. Přesvědčení o vlastní vině není ničím jiným než obviněním na vlastní adresu.

Připomínám, že **kyselé představuje energii pocitu viny a kyselina energii obvinění.** Činnost žaludku tedy již sama o sobě kompenzuje pocit viny, neboť práce je práce. Je-li činnosti nedostatek, to jest, je málo potravy, začne žaludek pojídat sám sebe. Přesně stejně jako člověk, který když není práce, začne obviňovat sebe, trápí se, hryže ho svědomí a se stejnými pocity se nutí pouš-

tět se do všelijakých nepotřebných věcí. K nadprodukci žaludeční kyseliny dochází v důsledku neúměrného pocitu viny, což je samo o sobě krutostí ve vztahu k sobě samému a vede to k žaludečnímu vředu. ***Krutost vždy vyvolává ránu.***

Pocit viny přerůstá v obviňování sebe samého. Obviňování, to je již zloba. Nemocní lidé mají chuť na kyselé nápoje, neboť tím podvědomě utlumují pocit vlastní viny, spolu s tím však posilují energii zloby. Čím je nemoc těžší, tím víc je třeba kyselému se vyhýbat. Například pacient s rakovinou nemůže jíst ani nezralé banány, o jablkách, jahodách, lesních plodech a citrusových plodech ani nemluvě. Nemocní trpící rakovinou mají předepsanou nekořeněnou šetřící zeleninovou dietu bez živočišných bílkovin a tuků. Totéž se fakticky týká všech nemocí. Všechny ty chutné věci, které lidé nemocnému člověku přinášejí, jsou pokusem utlumit pocit jejich vlastní viny.

Jeden trpí nadbytkem žaludečních šťáv, druhý jejich nedostatkem. Co to znamená? Jsou dvě kategorie lidí: jedni berou vinu na sebe, druzí nikoli. První si s hromaděním pocitů viny ještě dost nevytrpěli, proto na sebe často berou vinu cizí. Stávají se tím viníky bez viny a začnou obviňovat sami sebe – proč jsem to udělal.

Každý pocit viny se dříve nebo později změní v obviňování. Zpočátku člověk obviňuje sebe, z čehož vzniká žaludeční vřed jako důsledek krutého zacházení se sebou samým. Pak se pustí do obviňování okolních lidí, čímž jim zasazuje rány. Někomu ***duševní***, jinému ***tělesné***. Patrně jste už měli možnost si poslechnout, jak rozhněvaný člověk vyhrožuje druhému, že mu otráví život – a otráví mu ho. Čím jiným než obviněními by se mu podařilo u protivníka vyprovokovat pocit viny? Jak už to tak bývá, tato obvinění jsou zasloužená. Bůh s ním, s provokatérem, jeho oponent však určitě začne trpět nadbytkem žaludeční kyseliny, aby měl co dělat, odvedlo to jeho myšlenky od provokátéra a donutilo přemýšlet o sobě.

Ti, kteří na sebe vinu neberou, se již kvůli obviňování natrpěli do té míry, že se objeví kyselost nedostatečná. Obvinění vyvolává ***sebeospravedlňování***, které je nejrozšířenější formou sebeobran pro civilizovaného člověka. Slovní odmítání viny je vlastní dětem a těm, kteří chtějí být čestní. Stálý strach z dalších obvinění vede k umírněnému sebeospravedlňování.

Člověk se chce ospravedlnit, pustí se *do vysvětlování, zdůvodňování, dokazování, odvolává se na logiku a znalosti*, a čím častěji dosáhne cíle, tím pevněji je přesvědčen o tom, že měl pravdu. **Čím častěji člověk získá ve sporech převahu, tím je to pro něj nebezpečnější**, neboť nepozorovaně vzniká sebevědomí, které je hodnoceno tím pozitivněji, čím je neotřesitelnější. Jak je tomu ve skutečnosti?

Sebevědomý člověk stále jen myslí na práci a povinnosti s ohledem na nevraživce a jejich možná obvinění, aby se nějakým způsobem chránil. **Sebevědomí je prostředkem, jak si zajistit bezpečí, jak se ochránit hradbou.** V dávných dobách lidé stavěli pevnosti s hradbami – je známo proč. Dnes se už pevnosti nestaví, neboť si lidé uvědomili, že to nepomáhá. Když kolem sebe budete i nadále stavět hradbu, nevyhnutelně budete muset tento svůj nápad i čin odůvodňovat s pocitem mrazivého strachu na duši.

Sebevědomý člověk se považuje za silného a silný člověk má téměř vždy železné přesvědčení. Když se mýlí, nevyvratitelně dokazuje, že vinen je někdo jiný než on. **Sebeospravedlňování vyvolává sníženou kyselost žaludku.** Jedním ze zjevných příznaků sebevědomého člověka je **atrofická gastritida**, při níž je žaludeční kyselina hodnocena jako nulová a v důsledku nedostatku vitamínu B₁₂ rovněž vzniká chudokrevnost.

Železo dodává krvi sílu.

Chudokrevnost je důsledkem nadbytečné síly.

Vitamin B₁₂ představuje energii sebeobrany. Sám sebe brání ten, kdo žije se strachy.

Život se strachy je hlavní chybou člověka, která za sebou vleče všechny ostatní.

Takový člověk, aniž to zpozoruje, přestane být dávajícím. Poněvadž není možné žít a nic nedávat, člověk dává to, co je horší, a přesvědčuje všechny včetně sebe, že dává to nejlepší. Takový postoj vede ke vzniku chudokrevnosti. Předzvěstí chudokrevnosti je bledá barva pokožky, zvláště v obličejí, což může trvat celé roky před tím, než vznikne anemie.

Má-li dítě bledou barvu kůže nebo mu alespoň jedenkrát chudokrevnost diagnostikovali, je naléhavě třeba, aby rodiče osvobodili své sebevědomí. S předstihem tématu zdůrazním, že zvláště důležité je osvobodit sebevědomou **žárlivost, neboť vede k nejtěžším onemocněním krve.**

Máte-li po jídle bolesti v horní části břicha, pocit nadmutí, říháte, potrava zůstává v žaludku, máte pocit neprůchodnosti, tíhy u srdce, nafouknutí břicha je oku patrné, osvobodte svůj strach být vinen, své sebeospravedlňování, neomylnost a sebevědomí. Pocit viny je stresem srdce souvisejícím s láskou a rovněž stresem žaludku souvisejícím s prací. Strach být vinen vede k srdeční arytmii, proto srdce může po vydatném jídle začít hodně vyvádět. Žije-li člověk v přesvědčení, že pořádnou porci si zaslouží jedině ten, kdo vykonává velkou práci, srdce ho za to potrestá, a potrestá ho pořádně.

Máte-li chuť namítnout, že přece víte, že nejste z neomylných a že neomylní lidé neexistují, přináší Vám toto vědomí málo prospěchu. Osvobodte své znalosti a ucítíte, jak žaludek začne trávit potravu, neboť to znamená, že Vaše sebevědomí se rozrostlo do té míry, že už nedovolovalo rozumět životu. **Porozumění bránilo znalosti.** Je to totéž, jako kdybyste znali a chápali, co je to jídlo či potraviny, ale nevěděli, co jsou to živiny. A kdybyste to i věděli, nechápali byste, co to jsou bílkoviny, tuky a sacharidy a k čemu jsou třeba.

Jedním z velmi rozšířených znaků sebevědomí (je to mimořádně těžký stres) je vědomí toho, že **když to neudělám já, neudělá to nikdo.** Je třeba zapsat si ho zlatým písmem, neboť to si myslí každý, kdo něco vykonal nebo něčeho dosáhl. Čím silnější je strach, tím neotřesitelnější je toto zakořeněné přesvědčení, nezávisle na úrovni vývoje. Jinými slovy – takhle může uvažovat pracovník zabývající se jak fyzickou, tak duševní prací. Podobné domněnky vedou k duševním či fyzickým nemocem, které jsou srovnatelné s tíhou železa a dělají s člověkem to, co člověk dělá s železem, když ho chce ohnout.

Kdo v sobě tento stres nosí nebo ho otevřeně vyjadřuje, má bohatý arzenál pomocných prostředků. Je zvykem ho vyjadřovat s pevným přesvědčením, pochvalně, nervózně, dotčeně, unaveně,

s hořkostí, otrocky, s postranními myšlenkami, smutně, se sebelítostí, s divokou zuřivostí, vyděračně, krutě, s posměchem k sobě nebo okolí, vyzývavě, za účelem provokace, s důrazem na vlastní nicotnost, ustaraně, jedovatě, se zesměšňováním vlastní hlouposti, s falešnou skromností, s výrazem nezaslouženě ukřivděného člověka atd.

Každý ze jmenovaných stresů dodává základnímu stresu nějaký energetický odstín. Materializují se v nemoc žaludku, čímž se zhoršuje stav celého těla. Na počátku z duševního trápení onemocní tělo, později tělo prohlubuje duševní nezdravost. To se opakuje znovu a znovu a pokaždé na stále nižší a povážlivější úrovni, dokud tělo nezemře. *Čím víc je člověk přesvědčen o tom, že se k němu chovají nespravedlivě, tím těžší je jeho nemoc.* Tím člověk platí za dogmatizmus svých přesvědčení.

Každé absolutně pevné přesvědčení je zlem, neboť člověk se přestává vyvíjet. Proč přemýšlet, když vím, že věci jsou přesně tak a ne jinak! I bez toho mám dost důležitých starostí. To znamená, že jakékoli pevné představy jsou součtem potlačovaných stresů. Skrývá se za nimi zloba, a čím déle ji nutí, aby zůstala utajená, v tím větší zlo se mění. Znalosti a přesvědčení se neprohlubují, ale ničí. Nakonec člověk v nynějším nebo v příštím životě začne pochybovat: je v životě všechno tak, jak jsem byl přesvědčen?

Málo sympatická energie potlačování stresů má sympatické jméno – sebevědomí. Byla tak pojmenována podle vnějších znaků. Sebevědomý člověk o ničem nepochybuje a domnívá se, že je neomylný. Pokud absolutizuje materiálnost, když vstane po obědě od stolu, vrhne se do práce, neboť je pevně přesvědčen, že když to neudělá on, neudělá to nikdo. Zpočátku se stres projevuje ve formě sebechvály, časem však sílí a dostává podobu odsuzování a kárání druhých. Radost z vlastního shonu se mění ve smutek kvůli tomu, že mi nikdo nepomůže. Objeví-li se v rodině, škole či na pracovišti člověk, který chce všechno udělat sám a pořád mele o tom, kdo to udělá, když ne on, brzy se začnete bát těchto slov, nenávidět ho a na protest přestanete dělat i krajně důležité věci. Člověk, který dělá práci za druhé, není schopen vypořádat se s vlastními odpovědnými úkoly. V zájmu ostatních budete muset dělat práci za něj a brzy začnete myslet přesně stejně jako on.

Vzpomeňte si na své dětství a pochopíte, odkud se ve Vás tento stres vzal. Kdyby nebylo signálů od mého žaludku, dál bych se zabývala záležitostmi, které se *mi zdály být důležité*. Já přece nevytrubuji na všech nádražích, že musím dělat za druhé. Naopak, mohutní ve mně protest proti takovému uspořádání věcí, neboť moje matka z tohoto důvodu den za dnem soudila i trestala, dopálená vlastní sebelítostí. Připomenu, že odpřisáhne-li dítě samo sobě, že *nikdy nebude takové jako matka*, zcela v sobě potlačí odpovídající matčin stres. Okolí o něm říká: jako by to ani nebylo dítě své matky.

Ve skutečnosti je stres potlačen do té doby, dokud nepřeteče přes okraj. Poněvadž navenek je dítě pravým opakem své matky, bojí se výlevu matčiných emocí vyvolaných jejím stresem a rovněž výlevu emocí ze strany lidí jí podobných. Svým strachem je k tomu ale provokuje: nabírá do sebe energii, která z nich vytryskla, ta se stává jeho vlastní energií, a tak to jde krok za krokem, dokud *nenastane zlom* a člověk nevybuchne. Nakonec je jako matka a jeho stres v závislosti na úrovni vývoje se buď vylévá na druhé, jako tomu bylo u matky, nebo se ze slušnosti hromadí uvnitř.

Přesně stejně na nás působí otec, když se domnívá, že všechno musí dělat sám, neboť nikdo nic nedělá. K tomu ještě přispěje svou hřivnou i okolí. Zachránit se před tím vším je pro člověka pobídkou, aby se nutil do vývoje, pozvedl se na trochu vyšší úroveň a zjistil, že nikdo neumí to, co umí on. ***Z podvědomé myšlenky, že všeobecnou úroveň je možné pozvednout jedině tehdy, když budeme kráčet všichni společně, vzniká přání, aby člověka všichni následovali.***

Poněvadž každý člověk se pomalu vleče svou duchovní temnotou, při hledání vlastní cesty se upřeně dívá pod nohy; nevidí světlo, o které se s ním dělí jeho bližní, a neumí ho využít, aby našel sám sebe. Bližní je vylekán tím, že jeho světlo je ignorováno, a začne ho vnucovat druhým. Zda je světla hodně či málo, o to se teď nejedná. V člověku roste přesvědčení, že to musí dělat právě on, neboť nikdo jiný to nedělá.

Stejně jako ostatní stresy, i tento existuje v každém člověku. Nemá smysl obviňovat druhé, protože v druhých vidíme vlastní

odraz. Čím lepší chci být, tím větší je ve mně tento stres. Dobrá stránka tohoto špatného spočívá v tom, že velký stres mi dovoluje překonat velký stupeň na cestě vývoje, pokud ovšem dřív nezemřu. To znamená, že kdo si na sebe bere příliš mnoho, nezdolá jednotlivé stupně a bude nucen pokus opakovat v následujícím životě. Cesta ke zvládnutí každého stresu sestává ze střídání stupňů. Jeden stres překonáváme krácejíce po stupních pevně a rozhodně. Druhý stres nás připraví o všechny síly. Ke třetímu se už ani nepokoušíme přistoupit. Vrháme se ke čtvrtému a překonáváme několik stupňů. Každý z nás se pohybuje podle svého.

Takže čím víc má člověk přání, tím víc se přesvědčuje o tom, že pokud neprojeví iniciativu, vše zůstane neudělané a nedosáhne cíle. Přání být dobrým člověkem mu přikazuje jít osobním příkladem a sám se pustit do práce. Člověk navalí na svá bedra břemeno povinností, sám po sobě vyžaduje jejich plnění, a když to nezvládá, začne protestovat: když to neudělám já, všechno zůstane neudělané. Ve skutečnosti by neudělaného nezůstalo nic, stejně jako tehdy, když člověk opustí tento svět. Z přání všeho rychle dosáhnout s co nejmenším vynaložením sil se rodí myšlenka využívat cizí práci. Jelikož přání být dobrým člověkem je silnější než přání exploatovat okolí, člověk nemá klid ve dne ani v noci. Přání dosáhnout svého přerůstá v přání přitáhnout lidi k práci příkladem vlastní pracovitosti, člověk sám sebe popohání k práci a mění se ve svého vlastního dozorce.

Skrytá chamtivost lidí odrazuje. Rodiče, kteří dřou, odstrašují jeden druhého i své děti od toho, co všichni potřebují a kvůli čemu přišli na tento svět. Nikdo není spokojen sám se sebou ani s druhými. Vyhýbají se společným iniciativám ve škole, kde za práci neplatí, i v zaměstnání, kde za ni platí. Ten, komu se vyhýbají, začíná zuřit, neboť nikdo nic nedělá a všechno musí dělat sám. Cítí, že tolik práce sám neutáhne, a nechápe, že lidé neutíkají od něj, ale od jeho chamtivosti. Když se člověk nutí do práce, sleduje tím určitý cíl – chce se domoci lásky, úcty, respektu, nadřazenosti, pochvaly, bohatství, slávy, důležitosti. Kdo jiný se o to má přičinit, ne-li on sám.

Podívejme se na velmi jednoduchý příklad tohoto stresu. Žena je stvořena, aby krmila rodinu. Přípravuje pro ni jídlo. Čím víc je přesvědčena, že když neuvaří ona, nikdo jiný se ke sporáku nepostaví, tím víc je přesvědčena i o tom, že v její nepřítomnosti budou muž i děti jíst jen samé obložené chleby. A skutečně má pravdu. Má-li člověk pravdu, jeho myšlenky dál než ona nesahají. Stres hýbe matkou a přes ni celou rodinou, nejspíš ani dcery o vaření neprojeví zájem. Proč by se měly pachtit s hrnci, vždyť pak by matka už nemohla tvrdit své oblíbené – „kromě mě nikdo nic nedělá“. Jiná mladá žena si stěžuje na to, jak těžké pro ni bylo přivyknout rodinnému životu. Matka ji k vaření vůbec nepustila. Vařila jen potají, když matka nebyla doma. Ta dcery z kuchyně vyháněla, neboť nikdo neuměl uvařit tak chutně jako ona. Jídlo připravené dcerami bylo kritizováno a odstrkáváno, i když ostatní ho jedli a chválili.

Nebo ještě jeden příklad: muž je stvořen, aby budoval. Otec, který se domnívá, že nikdo neudělá to, co dokáže on, se vysmívá svému malému synovi, že je nešika, k žádnému nářadí ho však nepustí. Bojí se, že dítě nástroj ztratí nebo poškodí. Čeho se bojí, to se i stane. Vinu nese dítě. Stává se, že to otec dítěti vyčítá celý život, schovává před ním nářadí a před lidmi říká: „Kdyby nebylo mě, v domě by se všechno sesypalo, nikdo jiný tu nepřiloží ruku k dílu.“ U rodičů, kteří jsou dřiči, tak vyrůstají neobratné, líné děti, flamendři, kteří nenacházejí své místo v životě.

Člověk bez stresů, to je prostě člověk, který cítí, že umí udělat nějakou věc nejlépe ze všech, nepokládá se však kvůli tomu za lepšího, než jsou druzí. Je šťastný, že je mu dána možnost umět to, co ostatní neumějí, a zdokonalovat toto umění svou prací. Je šťasten, že se má s druhými o co podělit. Nedotýká se ho to, že okolní lidé si jeho výjimečnost neuvědomují, neboť ví, že výjimečnost člověka spočívá právě v tom, že umí dělat něco lépe než ostatní. Nečeká, že se lidé začnou zajímat o jeho schopnosti a přiběhnou se k němu učit, protože chápe, že lidé přicházejí tehdy, když v nich dozraje potřeba naučit se právě jeho dovednosti. Takový člověk k sobě přitahuje člověka sobě podobného. Každý z nich přispívá svou hřivnou ke společnému dílu a přinese to dokonalý výsledek.

Měli jste možnost setkat se v životě s takovým člověkem? Možná jste ji měli, když se s ním však seznámíte blíže, pochopíte, že jste se mýlili. Kdyby můj přítel žaludek nezpozoroval, že si potřebuji problém zpracovat, nezačal by mě přivádět k rozumu a já bych nezačala osvobozovat přesvědčení, že když to neudělám já, neudělá to nikdo.

Příklad ze života

Vypustila jsem tento stres ze zajetí a začala jsem pozorovat jeho chování a způsoby, které se měnily ani ne tak navenek, jako v mém vnímání, podle toho, jak se stres osvobozoval. Stejně jako když se díváme zvenku na člověka, můžeme z jeho chování rozpoznat jeho náladu, i chování stresu, jenž nabyl podoby těla, může mluvit beze slov. Zpočátku se choval jako klidný člověk, který pokorně dělá něco, co, jak je mu známo, druzí neumějí, a proto to nedělají.

Bylo mu těžko a smutno z toho, že není nikdo stejně smýšlející, s nímž by mohl společně řešit problémy. *Omlouval druhé tím, že neumějí. A co neumějí, ani nedělají.* Dovolila jsem stresu odejít ještě trochu stranou a najednou se mi rozbřesklo. Vždyť já jsem přesně stejná. Mám klidný charakter, beru ohled na lidi, zkrátka dobrý člověk, i když příliš obtížný a smutný. Tíha a smutek jsou přece jedno a totéž.

Začala jsem se dívat, jak se chová moje přesvědčení „*když to neudělám já, neudělá to nikdo*“, když je u mě uvězněno. Chovalo se neklidně, pořád něco hledalo a pokoušelo se utéct. Aby k tomu nemohlo dojít, v slzách si ve vězeňské cele vlastnoručně postavilo ještě klec z nerezavějící oceli, takovou jako pro zvířata. Pustila jsem svého zajatce z klece i z cely a pochopila, že prvopočátečním vězením byl **strach na podvědomé úrovni**. Je-li člověk v jeho zajetí, pomalu, pomaloučku se mění ve zvíře. Když zvířetem být nechce, **vědomě** si postaví **klec**, jejíž jméno je – přání být dobrým člověkem. Všimněte si, že jsem osvobozovala všeho všudy přesvědčení „*když to neudělám já, neudělá to nikdo*“, a kam to dospělo. Nyní je jasné, že když zajatce vlastních stresů a přání ze sebe neudělám já sama, není to v silách nikoho jiného ani duchovně, ani fyzicky.

Znovu jsem se zahleděla na stres. Když se ocitl na svobodě, nespěchal pryč, ale zdržoval se na místě. Pochopila jsem, že se bojí odejít. Proč se bojí? Bojí se, že když odejde, nebude už moci s vážnou tváří říkat – když to neudělám já, neudělá to nikdo. Byla jsem ohromena tím, jak velké je ve mně přání dělat se důležitou. *Vždyť je to přání něčím se pochlubit.* Vychází z komplexu méněcennosti, z pocitu, že člověk není k ničemu. Vysvětlila jsem svému stresu také tento problém a on se vydal svou cestou. Zpočátku pomalu, neochotně, avšak čím dál odcházel, tím lehčí byl jeho krok. Jako by mi spadl slizký kámen ze srdce. Když jsem se večer začala mýt, s údivem jsem zjistila, že pokožka v horní části břicha se ze suché změnila v hedvábnou. Tento stres jsem osvobozovala mnohokrát, několik dní za sebou, musela jsem si ukrajuvat volné chvílky, kterých není nikdy dost. Každé nové vidění ve mně vyvolávalo rozpaky: „*Zase jsi tu! Vždyť už jsem tě tolikrát osvobodila a ty jsi tady, kde ses vzal, tu ses vzal, jen v trochu jiné podobě.*“ Přibližně každé desáté vidění ve mně vyvolávalo údiv nebo leknutí a tím mě přivádělo k rozumu, neboť jsem ještě nestačila prozkoumat podstatu tohoto stresu. Na mé sebezpytování, během něhož se ukazovalo tu kladné, tu záporné, můj trávicí trakt reagoval odpovídajícím způsobem a vždy bouřlivě, dokud nenastal den, kdy jsem ucítila totéž, co i můj na svobodu propuštěný zajatec: byla jsem šťastná z toho, že je mi dána možnost ovládat jazyk stresů lépe než kdokoli jiný.

Už není zapotřebí, abych si říkala, že nemám právo posuzovat lidi, ať udělají cokoli, jako rozumné nebo hloupé, dobré nebo špatné. Tedy: ***ve mně žijící dobrý člověk už nemusí vyzyvat k pořádku ve mně žijícího špatného člověka.*** Uvědomění si a pocit toho, že jsem šťastná, že mám možnost dělat svou práci, vylučuje myšlenky na to, že jsem povinna dělat, protože druzí nedělají, neumějí, nemohou, neudělají si čas, nechtějí, nedovtípí se, nepamatují si, nepřejí si překonat vlastní lenost.

Komunikace s tímto stresem se pro mě od té doby stala životně důležitou věcí. Když se zabývám pouze tímto jedním stresem a jeho osvobozením, osvobozuji pomaloučku i ostatní, neboť každý stres se spojuje a proplétá s dalšími a vytváří každodenní složité životní obrazy. Když o sobě nějaká část těla dává vědět,

je jí známo, že v daném okamžiku je základní problém soustředěn v ní a říká: „*Milý člověče, svou lekci, aby ses stal člověkem, začni ode mne.*“

Žaludek představuje orgán osamělosti člověka, je orgánem jeho egocentričnosti. To znamená, že se v něm shromažďuje všechno, co souvisí s osobností a nikam nezmizí, dokud není problém vyřešen. Člověk a osobnost. To jsou dvě strany jednoho celku. Zamyslete se, co pro vás tyto dva pojmy znamenají.

Slinivka břišní je orgánem, který dovoluje usoudit, do jaké míry je člověk schopen snášet osamělost, je schopen být osobností. Je-li s člověkem vše v pořádku, je v pořádku i jeho žaludek. Je-li s člověkem vše v pořádku jako s osobností, má v pořádku slinivku. V obou případech je zdravý i celý organizmus. Jinými slovy, materiální život začíná maličkostmi, a je-li s nimi vše v pořádku, jsou v pořádku i velké věci. Kdo se bojí být bezvýznamným, zabředává do maličkostí, i když si přeje být významným.

Žaludek a slinivka břišní jsou materiálními orgány.

Podle velkých, to jest **životních počtů se maličkostmi zabývá žaludek a velkými věcmi slinivka břišní.** Podle malých počtů, to jest **ve smyslu trávení potravy, se velkými věcmi zabývá žaludek a slinivka břišní se zabývá nicotnými maličkostmi.**

Ve smyslu žití je možné přežít i bez žaludku, ve smyslu trávení potravy je však žití bez žaludku velmi těžké, neboť bez trávení se žít nedá. I když zuby a jazyk budou pracovat při přípravě potravy ke trávení jakkoli pečlivě, člověk s odstraněným žaludkem musí vždy počítat s okolím. Proto je velmi důležité osvobodit postulát „*když to neudělám já, neudělá to nikdo*“. V opačném případě člověku hrozí nebezpečí, že se ocitne v takové situaci, že za něj bude muset všechno dělat okolí, neboť sám už nebude ničeho schopen.

Krátce řečeno, nemá-li člověk valné mínění o svém zevnějšku, rozumových schopnostech nebo materiálním postavení, začne se potvrzovat pomocí práce. Když se mu to daří, jede na plný plyn a začne se prací probíjet životem. Žaludku nezbyvá nic jině-

ho než onemocnět. Prvním příznakem toho, že s žaludkem není něco v pořádku, je pocit nacpaného žaludku a vzdouvající se horní část břicha.

Strach zvyšuje rychlost a pocit viny zesiluje zátěž, ať se to týká jakékoli tělesné funkce či kteréhokoli úseku látkové výměny. **Strach zrychluje látkovou výměnu a vysiluje tělo, pocit viny působí opačně.** Je jako těžké břemeno, které zpomaluje pohyb a sedá na dno. Pocit viny je tou půdou, na níž člověk vyrůstá.

Tlustý člověk, zvláště dítě, nesmí být vůbec obviňován ani hodnocen, neboť tím se jeho pocit viny jen zesiluje. Stává se ještě tlustším, a protože pocit viny k sobě obvinění přitahuje, člověk se stává terčem pro obviňování. Hubeného člověka zase nelze strašit, neboť s růstem strachu hubne stále víc. Protože svým strachem provokuje ty, co rádi straší, tak straší i jeho.

Jeden ze strachu všechno dělá sám, neboť se domnívá, že ostatní stejně nic neudělají. Druhý na sebe z pocitu viny naválí přetěžké břemeno a též se domnívá, že když to neudělá on, neudělá to nikdo. Člověk se strachy uhání maximální rychlostí, a když dojdou síly, začne obviňovat druhé. Člověk s pocitem viny dává sebe samého do poslední kapky, padne vysílením, ale mlčí, nestěžuje si, protože se bojí obviňování. Jeho hořkost zůstává v něm a nepozorovaně vykonává svou ničivou práci. Proto se u tlustých lidí setkáváme s nepozorovaně postupující rakovinou žaludku častěji než u hubených.

V žaludku začíná štěpení potravy na živiny a pokračuje v každém dalším úseku trávicího traktu. Každý úsek vyrábí svou trávicí šťávu, což umožňuje získat z potravy konkrétní látku, která se vstřebává do těla. Vlákna pokračuje v pohybu jako běžící pás a současně k sobě přitahuje to, co už tělo nepotřebuje.

Při normálním trávení dochází ke štěpení potravy.

Při nenormálním trávení dochází k rozkládání potravy.

Žaludek toho, kdo *sám sebe ze strachu nutí*, vyrábí nadbytečné množství kyselin. Když se ustrašený člověk ještě k tomu rozzlobí, koncentrace kyselin se zvyšuje a potrava se spaluje.

O takovém stavu svědčí **pálení žáhy**. Stejně jako nejde rozdělit na kousky koláč, který se v troubě připálil, ani potrava se už na své další cestě neštěpí na jednotlivé složky. Je známo, že *připálená potrava je kancerogenní*. Totéž se týká činnosti žaludku se zvýšenou kyselostí. Připálený koláč vyhodíme do odpadkového koše, ale připálený obsah žaludku do střev.

Komu jsou lhostejní jeho blízcí a komu je lhostejná budoucnost, tomu onemocní střevní trakt. *Nutí-li se* někdo dříť z *pocitu viny*, jeho pocit viny mu zakazuje podělit se o břemeno starostí s ostatními. Stejně jako břemeno se chová i potrava, která v důsledku snížené kyselosti nebo absence kyselosti jako takové hnije a usazuje se v těle. V první řadě je postižen žaludek. Proces probíhá tím skrytěji, čím víc si tlustý člověk přeje utajit své problémy a čím víc se mu daří svým radostným výrazem oklamat všechny, včetně sebe. *Přesvědčení, že je se mnou vše v pořádku, se rovná smrti*.

Kdo se ze *strachu* nutí *být vinen*, může mít nemocný celý trávicí trakt od žaludku až do konečníku takovým způsobem, že nikdo nerozluští, v čem je problém. Jednou má navrch strach nad pocitem viny, jednou pocit viny převažuje nad strachem a pak zase vzniká protest proti té či jiné situaci.

Stresy hromadí se v trávicím traktu vyvolávají nevolnost a tento stav může trvat dlouhou dobu, ale člověk nezvrací, když si neuvědomuje, že drží v zajetí lásku ke všemu, co má udělat. *Z takových strachů je lásce špatně. Osvobodte svou lásku, tehdy jí už nikdy nebude špatně* a Vy se začnete chovat s láskou ke svým záležitostem i ke svému počínání, stejně jako k záležitostem a počínání svých blízkých, a přestanete se pouštět do práce, když to není potřeba. Budete se moci s klidnou duší dívat na shon, v němž se člověk Vám blízký pachtí jako mravenec; uvědomíte si, že to právě teď potřebuje a nebudete se vrhat do práce za něj.

Nevolnost vzniká rovněž ze *zkažených potravin*, neboť podobné přitahuje podobné. *Zkažený* člověk konzumuje *zkaženou* potravu a *necítí, že je zkažená*. *Kdo se nevyzná v sobě, nevyzná se ani v partnerovi*, ať je to člověk nebo jídlo. *Jídlo se kazí špatným skladováním, to jest skladováním, které neodpovídá potřebám*. Ze

stejného důvodu se kazí i člověk. Kdo ho špatně skladoval? Především on sám, už v předcházejícím životě, potom rodiče a dále opět on sám svými špatnými myšlenkami. Nevolnost nám označuje, že nyní je nevhodnější čas pustit se do nápravy chyb.

O záchvatech nevolnosti se rovněž říkává: **zvedá se** mi žaludek. Zvracení a záchvaty nevolnosti vždy souvisejí s bránicí, jejíž křečovitě stažení pomáhá jako vakuová pumpa vyčistit žaludek ve směru, který je pro něj nepřírozený. Příčinou zvracení je přání *zbavit se křivd a nespravedlností*. Kdo se devastuje zvracením, zcela jistě se jich zbaví.

Kdo se bojí, že se nespravedlnosti tak jednoduše nezbaví, i když by chtěl, toho pronásledují záchvaty nevolnosti, avšak nezvrací, neboť jícen je sevřen křečí strachu. Domnívá-li se člověk, že z jeho počínání tak či onak nic nevyjde, potrava, která je v trávicím traktu, zůstane na místě jako přibitá a ani předem ani zadem nic nevychází. **Strach „nic mi nevychází“ se na materiální úrovni materializuje a z člověka nic nevychází.**

Důvěřujte si, nebuďte však sebevědomí, tehdy nebudete muset porušovat dané slovo a litovat, čeho jste se dopustili. Sebevědomí umožňuje člověku, aby si zachoval důstojnost, a nedovoluje mu dávat sliby týkající se toho, co nezáleží na něm samotném. **Člověk, který věří v sebe,** cítí, že jednou štěstí přijde. Jde štěstí vstříc.

Sebevědomý člověk si vytyčuje konečný cíl, drží se ho oběma rukama a je připraven dát za něj život. Dokud se řeči o ochotě dát za dobrou věc život vedou jen kvůli krásným slovům, vše je jakoby v pořádku, stačí však upozorovat smrt a člověk je připraven všeho se zříci, jen aby zůstal naživu. Umřít chtějí jen ti, kteří cítí nesnesitelná duševní muka kvůli cizímu obviňování, jelikož se chtějí zbavit utrpení, dvě dobra najednou však člověku nejsou dána. Dvěma dobry se rozumí smrt a zbavení se utrpení.

Vše, co člověk dělá, dělá v duchovním smyslu pouze pro sebe, v pozemském smyslu však jak pro sebe, tak i pro druhé. Otrok v pozemském smyslu dělá všechno pro druhé, v duchovním však vše jen pro sebe. Člověk, který se domnívá, že musí dělat proto,

že nikdo druhý nedělá, se mění v otroka. Donucování vyvolává protest. Když člověk trpící cizím donucováním svůj protest otevřeně vyjadřuje, rodí se násilí. Kdo trpí vlastním donucováním, nechává si protest pro sebe a násilím ho nenazývá.

Po práci vždy následuje výsledek. Cti a slávy se za očekávaný výsledek vždy dostává iniciátorovi, a čím je jeho postava výraznější, tím víc jsou realizátoři zastrčeni do stínu. Není-li dosaženo žádaného výsledku, viníci jsou vystrčeni dopředu. V obou případech je důvod prohlásit: „*Když to neudělám já, neudělá to nikdo.*“ Pozadí těchto slov však bude různé. Člověk z toho dělá závěr, že jednal správně. Když tomu sám věří, jeho sebevědomí roste. Když tomu věří okolní lidé, upevňuje se u nich přesvědčení, že jinak to nebylo možné udělat. To člověka nutí, aby sám sebe ještě víc popoháněl, a začíná mu připadat, že to nedělá jen pro sebe, ale i pro druhé. Dříve nebo později se síly vyčerpají a vznikne protest: proč já? Od toho okamžiku začnou vznikat nemoci žaludku.

Přesvědčení „*když to neudělám já, neudělá to nikdo*“ je vždy doprovázeno nedůvěrou. **Nedůvěra je sebeobranou – stresem, kterým se člověk uzavírá do sebe.** Nedůvěra ke všemu, co má člověk udělat, představuje stres vrátníku žaludku, který vyvolává spasmus vrátníku až k jeho úplnému uzavření. Například když těhotná žena nedůvěřuje nikomu a ničemu, vrátník jejího dítěte se může vyvinout do takového stavu, že neprojde ani kapka vody. V takovém případě je nezbytná okamžitá operace, jinak dítě zemře.

Chladná zdvořilost, nezúčastněná rada, odměřená delikátnost, to vše jsou formy sebeobrany a nedůvěry. **Nedůvěra je strachem spolehnout se.** Čeho se člověk bojí, to k sobě přitahuje. Tímto strachem k sobě přitahujete lidi, které nepotřebujete, a ti zlomyslně zneužívají Vaší důvěry. Někdo prostě to, co jste řekli, vyzvoní druhým, někdo doplní něco ze sebe, někdo Vaše slova úplně překrutí, někdo využije získané informace k ziskuchtivým cílům, někdo zradí. V každém případě, *přejete-li si* někomu důvěřovat, budete se později kát a dříve nebo později Vás navštíví myšlenka, že důvěřovat nelze nikomu. Důvěřovat je potřeba. Když věříte, tak i důvěřujete. Dokud Vás však přemáhají strachy, jen si věřit a důvěřovat přejete.

Důvěřovat *se chce*, neboť člověk na tomto světě nežije sám. *Chce se* podělit o své radosti i starosti, a když starosti nikoho nezajímají, alespoň o ty radosti. Když se však začnete dělit, hned si všimnete, že jste vyprovokovali něčí závist. Cítíte se nešťastní, poněvadž není nic, co by se Vám dalo závidět, stejně však závidí. Proč tomu tak je? Protože si upřímně *přejete* být čestní. *Přejete si* a nepřemýšlíte o tom, zda je to třeba, zda je to třeba právě v daném okamžiku, zda je to třeba ve společnosti právě těchto lidí.

Přáním být čestný vzniká přání mluvit upřímně. Upřímnost představuje vnímání okolního světa skrze city. City se řídíme ve fyzickém světě, kde je zvykem všechno hodnotit. Když si člověk přeje být dobrý, vystavuje na odiv své přednosti a schovává nedostatky. Přání být čestný je vždy vyjádřeno formou kosmetického defektu nebo kožního onemocnění.

Čím upřímnější chce člověk být, tím víc chce ve skutečnosti ulehčit své duši, ukázat, co se tam skrývá, a demonstrovat tím svou čestnost. Čím jsou jeho odhalení emocionálnější, tím hůř si pamatuje, o čem hovořil.

Když si člověk ***vylévá duši***, obvykle toho o sobě hodně napovídá, přehání, aby za své doznání dostal od posluchačů body navíc, a dostane je. Později se ukáže, že Vaše odhalení se stala veřejným vlastnictvím, poněvadž byla zkreslena až k nepoznání. Vy si lížete rány a říkáte si, že trpíte kvůli vlastní důvěřivosti, čímž upevňujete svou nedůvěru. ***Důvěra a upřímnost jsou dva protiklady, tvořící jediný celek.***

Nedůvěra dnešního člověka nabývá neuvěřitelných rozměrů, dá se říci, že se stala totální. S tím se setkávám den za dnem a vídím, jak to člověku překáží v uzdravení nebo ve zotavení. Někdo by raději umřel, než by si promluvil s rodiči, bez rozhovoru s nimi se mu však na duši neuleví. Promluvit si s rodiči je nemožné, neboť jejich nepochopení se mění v obviňování. Co na tom, že dítě na jejich obviňování ani nepomyslí. O tomhle mluvit nepotřebuji, neboť sama hovořím o stresech žijících v člověku. Jsou-li stresy velmi bolestivé nebo zvláštní, ptávám se, zda správně vídím, a člověk se přede mnou obvykle otevře.

Některému rodiči se dokonce ani po smrti dítěte nedá říci to, s čím se mi dítě svěřilo, i když by bylo třeba to udělat. Proto

některá tajemství zůstanou tajemstvími navždy. Bývají i situace zcela opačné, kdy se rodič neodváží odhalit své myšlenky dítěti, poněvadž ví, že ho čeká surové odsouzení. Lidé se neodvažují podělit se ani o krásné, dojemné vzpomínky. Řeknu-li pacientovi: „*Vaše dítě o Vás mluvilo moc hezky a hřejivě,*“ hned se na mě prudce osopí: „*Jak to, že mluvilo – já o tom nic nevím?!*“ Mluvit se dá s tím, kdo vnímá řečené nestranně, nikoho nehodnotí, nedělí lidi na dobré a špatné na základě toho, co bylo řečeno.

Mně se také nevyhnuly tragédie související s nedůvěrou. Mnozí, jimž vysvětluji podstatu *jejich* stresů, nechápou, že se jedná o *jejich vlastní* stresy, jinak řečeno, o *jejich špatný postoj k někomu nebo něčemu*. Poněvadž člověk sestává ze svých rodičů a vztahy s rodiči u většiny lidí nejsou v pořádku, hovořívám o tom, jak stres ovlivňuje vztahy k rodičům. Pustí-li člověk tento stres na svobodu, uvědomí si, jak nesprávně své rodiče chápal, a vztahy se napraví. Sedí-li člověk ve svém krtinci, hodnotí přesně stejně partnera a děti.

Jsem nucena do nekonečna opakovat, že špatný není člověk sám, ale náš názor na něj. *V zápalu důvěřivosti a sebeobdivu* moji pacienti nepřemýšlejí o tom, že když budou magnetofonovou nahrávkou našeho rozhovoru dávat k poslechu druhým, lidé se dozvědí o špatném postoji, který člověk až dosud skrýval, a přiřadí majitele nahrávky do kategorie špatných lidí. Stává se, že pacient materiál, ze kterého se skládá jeho neosvojená lekce, vytiskne pro všechny, o nichž se na kazetě zmiňujeme, tedy pro všechny, s nimiž má problémy a chtěl by je řešit. To znamená, že majitel nahrávky odhaluje svůj negativní postoj samotnému objektu daného vztahu, aniž by měl podezření, že tím se skrytá zloba změní v otevřenou. Objekt si vyslechne nahrávku s nepříjemným názorem na sebe a vzkypí spravedlivým hněvem.

Projeví-li pacienti takovou naivitu, přivolají na sebe problémy, které vtáhnou všechny, kteří byli připraveni jim alespoň nějak pomáhat. V takovém případě se viníkem stane pomocník. Posílají mu dopisy nebo telefonují: „*Bože můj, co teď mám dělat! Ten člověk je nyní na mě i na Vás tak naštvaný, že prostě nevím, co podnikne! Dobře, že dnes jsou už jiné časy! A já mu tolik důvěřoval(a) a přál(a) mu jen dobré.*“

Co na to mohu říci? Jedině to, že co si tenhle prostoduchý člověk zavařil, budu muset urovnávat jak já, tak on sám. Je třeba pochopit, jak to v životě chodí. Není-li člověk hoden pravdy, netřeba mu důvěřovat, a když mu důvěřuješ, budeš muset trpět, abys lépe poznal lidské plémě. Sama osvobozuji svou nedůvěřivost a rovněž přání důvěřovat, dělá-li to však sám strádající, není známo.

Naivní člověk se lehce ocitne pod cizím vlivem, a to je zneužíváno. Stačí mu říci se srdečnou výčitkou – proč mi nedůvěřuješ – a on je v tu ránu prodchnut důvěrou, i když člověk jeho důvěry zcela nedávno zneužil. Přání zalíbit se svou důvěřivostí matce, otci, sestře, bratrovi, přítelkyni, kolegovi, partnerovi, dětem a dalším známým je pevně spřaženo s mučivými duševními ranami, které jsou stejné jako duševní zrada.

Nejvíce bolesti působí matka, které se nelze svěřit a není na ni spolehnutí, děti jí však chtějí důvěřovat jako svátosti. Zneužívání důvěry ze strany matky umrtvuje duši dítěte, pěstuje v něm zlost a občas z něj dělá zločince. Chcete-li cítit matku jako svatou, osvobodte ze sebe jak *svou matku*, tak i *přání matce důvěřovat*, dokud neucítíte, co vlastně je možné matce svěřit. Matka je ten nejobyčejnější člověk, mající své nedostatky i přednosti, což je třeba mít na zřeteli, abychom ani sobě, ani jí nepůsobili bolest.

Z nedůvěry se rodí neporozumění a neporozumění nedůvěru prohlubuje. Víme-li, co člověk chce nebo co se mu líbí, nesmíme říci svůj názor a dovolit, aby nás vláčel na provaze jako ovci, kam se mu uráčí. Ohromuje mě vzájemná nedůvěra mezi bezdětnými manžely. Je jasně vidět, že žena chce dítě jen kvůli muži a ten nechce dítě vůbec. Oba jsou *unaveni pocitem viny*, který si odnesli z dětství, a *setrvávají v apatii*. Místo toho, aby se jim rozvázal jazyk a otevřeně si promluvili o životně důležitých otázkách, objednávají se ke mně a žádají to, co sami nechtějí. Jakýkoli podobný podnik nedůvěru jen zesiluje.

Bojíme se blízkému člověku říci to, co nám leží na srdci a co je pro nás velmi důležité, neboť se bojíme člověka urazit, a v důsledku se tím jen ničíme. Našli jste odvahu říci příčinlivě se snažící

matce: nechej mě teď v klidu, abych mohl být sám se sebou, protože to je teď pro mě ze všeho nejdůležitější? Odvážili jste se říci partnerovi, jak špatně o něm smýšlíte? Že nechápete, co to znamená, ale doufáte, že Vám pomůže se v tom vyznat. Odvážili jste se říci dítěti, že v okamžiku krajního zoufalství jste se ho chtěli zbavit? Patrně neodvážili. Pokud jste se alespoň jednou snažili být otevření a přáli si ulehčit duši, už nikdy znovu nebudete chtít spatřit ten tragický obraz. Raději budete chodit s balvanem na srdci a říkat, jak je Vám pravda drahá. Připusťme, že někdo ze členů Vaší rodiny uvěřil ve Vaši pravdymilovnost a poví Vám nelichotivý soud o Vás. Co se stane? Uděláte mu tak tragickou scénu, že zůstane v paměti Vás obou až do konce života.

Co se nezapomíná, to se neodpouští.

Co není odpuštěno, k tomu se chováme bezohledně.

Strach z hádky Vám svírá ústa a mlčky se trápíte, dokud Vám nedojde trpělivost. Slova vyjadřující Vaši potřebu, která by se v malých dávkách člověka zlehka dotkla, se na něj nyní valí jako špinavý proud nerozumných obvinění. Sami víte, co se v takových situacích stává. Strach svěřit se přerůstá v nedůvěru. Tento strach Vás drží v nepřetržitém napětí a v důsledku nesmyslné hádky se mění v přesvědčení, že tomuto člověku se vůbec nedá důvěřovat. Přáli jste si navázat vztah a dosáhli jste pravého opaku. Vždyť výměna chladných replik, jen aby bylo zachováno decorum, pro vás není komunikací.

Tímto způsobem se znehybnělé informace hromadí až do pověstné krajní meze a v síti dojde ke krátkému spojení, od něhož shoří vodiče čili nervové buňky lidského těla. Bývalé napětí a bolest se mění ve stav bezcitnosti, pod jehož ochrannými křídly může nepozorovaně vznikat dokonce i tak těžká nemoc, jako je rakovina.

A nedůvěra o sobě dává vědět nepochopitelným pocitem tlaku, lokálně uprostřed horní části břicha. Poněvadž nedůvěra je strach, nezpůsobuje bolest, avšak tíží, svírá, překáží, odvádí pozornost od důležitých věcí a upoutává ji na sebe. Čím pevnější je Vaše přesvědčení, že nikomu nelze důvěřovat, tím větší je napětí

v oblasti pasu až do **neohebnosti**. Není důležité, zda jste hubený či tlustý. Některý člověk říká: ohýbat se? – ano, ohnu se, když se nakloním, ale raději bych to místo nechal na pokoji. Jiný se na omluvu své neschopnosti sehnout se odvolává na ztuhlá záda nebo na bolest, která je v podstatě stále tím stejným problémem.

Čím silnější je nedůvěra, tím déle je potrava nucena zůstat v žaludku, vyvolává pocit jeho plnosti, nafouknutí, vystouplost a tvrzení horní části břicha, což jsou již symptomy charakteristické pro nemoci žaludku a poruchy látkové výměny v celém těle.

Rodí-li se z nedůvěry zloba, vznikají nemoci, při nichž dochází k zánětu vrátníku žaludku, a rovněž vřed, který se při zhojení zajizvuje, až musí přijít na pomoc chirurg. Je-li nemocný žaludek, je nemocná i slinivka břišní a člověk ztrácí formu. Ať se snaží jakkoli, nedaří se mu vrátit břichu jeho plochý tvar. Nošení opasku, širokého pásu nebo korzetu může být vnímáno mučivěji než smrt.

Čím víc si člověk přeje jen samé dobré, tím méně je schopen vystačit s málem. **Neschopnost vystačit s málem vede k zesílení pasu.** Smutek je bezmocnou zlobou kvůli tomu, že se mi stejně ani jedno přání nesplní, a mění pas v soudek.

Zvláštnosti pasu vypovídají celkově o zvláštnostech přítomnosti a konkrétně o zvláštnostech právě probíhajícího okamžiku.

Dokud je člověk prostě šťasten, má **pas tenký a pružný jako proutek**. Nutí-li se člověk obratně protlačit nějakou záležitostí ve jménu skutečného dobra, jeho **pas je tenký a neohebný jako rukojeť biče**. Kdo se v takové situaci lituje, chodí se **vpadlým břichem**. Strach nedocílit žádaného dobrého a pocit tragédie – „Bože můj, co teď jen bude?“ – dělá pas chorobně tenkým. Tragická představa ustrašený pocit viny.

Kdo se chce domoci dobrého, aby se podělil s ostatními nebo se před nimi pochlubil, má pas tenoulinký. O takovém člověku se říká: hezké to je, copak o to, ale člověk se ho bojí dotknout, aby se nepřelomil. V tomto strachu je kousek pravdy, neboť když tragika přeroste v tragédii, může to vyvolat katastrofální následky. Čím víc je člověk hrdý na své krásné štíhlé tělo, s tím větším právem trvá na plnění svých přání a tím strašnější je jeho hněv,

když přání není splněno. Takový člověk je přitom vždy přesvědčen o své správnosti, neboť přeje okolí jen dobré.

Kdo se v dětství *dosyta* vynadával na lidi, kteří se tímto způsobem mučí, ještě jako dítě si přísahá: až vyrostu, uspořádám si svůj život sám. Od toho okamžiku nezdravě hubené dítě začne jen kynout. Ať se člověk rozhodne v jakémkoli věku, že už se **natrpěl dosyta** a víc už trpět nechce, výsledek je stejný. Na duši se mu udělá lehký, zato tělo těžkne, protože člověk neumí vystačit s málem. Takový člověk může i nadále žít lehce a radostně. Čím víc je zasvěcen do problémů, které mívají lidé s krásným zevnějškem, tím víc se raduje z toho, že on má všeho dost a nevrčí kvůli svému tělu. Všechno by bylo dobré, kdyby se pomaloučku nehromadily stresy.

Takový člověk nesvěří nikomu, aby uspořádal jeho život. Čím větší je nedůvěra, tím pevnější je přesvědčení – když to neudělám já, neudělá to nikdo –, a tím je nedůvěra znovu silnější. Tyto dva stresy nemohou žít jeden bez druhého. Osvobodte je a pozorujte pocity v horní části břicha. Osvobozujte je před jídlem, při jídle a po jídle a ucítíte, že žaludek a trávicí trakt se pokaždé stále více zbavuje svého mučitele, který Vás v poslední době nenechával na pokoji ve dne ani v noci. Přílišná chuť k jídlu se zmírní a přestane Vás to táhnout k něčemu zvláštnímu.

Z hlediska medicíny je původcem nemoci nějaký vnější vliv, jinými slovy všim jsou vinni mikrobi. Už jsem hovořila o tom, jak pocit viny a obviňování ničí srdce, to se však nemůže obejít bez žaludku, stejně jako žaludek bez srdce. Pocit viny souvisí s pracováním, a nečinností popohání žaludek přesně stejně, jako se člověk nutí do práce, aby byl méně vinen. Pocit viny je z hlediska energetiky kyselý, obviňování je kyselinou. Avšak **ne každé kyselé je kyselinou**.

Žaludeční kyselina představuje takové prostředí, v němž nepřežije ani jeden mikrob, proto dlouhou dobu nemohli být nalezeni mikrobi vyvolávající žaludeční onemocnění. V žaludku byli objeveni pouze původci střevních infekcí, spěchající, aby co nejrychleji proklouzli na místo svého přebývání. Není to tak dlouho, co byla objevena bakterie *Helicobacter pylori*, které je kladen za vinu zánět sliznice žaludku a peptický vřed jak žaludku, tak dva-

náctníku. Jak je vidět z názvu, místem jejího pobytu je výstupní část žaludku, latinsky nazývaná pylorus. Je to ta bakterie, jejíž spánek přeruší nedůvěra, která jí přikazuje rozmnožovat se, aby se jako tělesná stráž vrhla na mého nepřítele. Poněvadž moji nepřítelé, to jsem já sám ztotožňovaný s tělem a rovněž další těla, nazývaná lidmi, úkol tělesné stráže spočívá v tom, aby zbavila oba nepřátele bojeschopnosti. Proto onemocní žaludek i dvanáctník. Po osvobození nedůvěry se *Helicobacter pylori* může znovu odebrat na odpočinek.

V trávicím traktu je velké množství bakterií. Vzájemně si konkurují a tato konkurence vede k narušení mikroflóry, nazývanému **dysbakteriíza**, což podporuje vznik **plynů**. Vznikají-li u člověka *rozporuplné soudy* týkající se činnosti jeho okolí, jeho bakterie na sebe začínají nevraždit. V trávicím procesu si už vzájemně nepomáhají a začnou se mezi sebou hubit. Chovají se přesně stejně jako organizmus jejich hostitele.

Čím zuřivější je boj, tím více je plynů. Čím zuřivější je válka proti lži, tím víc plyny páchnou. Čím vyšší je kyselost žaludku, tím víc žaludečních bakterií se ničí. Jinými slovy, čím víc člověk všechny kolem sebe nutí, aby se otáčeli, a zasypává je obviněními, tím víc se ničí. Čím je kyselost žaludku nižší, to jest čím víc člověk cítí svou vinu v záležitostech jakéhokoli druhu, tím víc je v žaludku bakterií, které napomáhají kvašení. Plyny mohou vznikat už během dlouhého stolování. Je-li například dřič mající práce až nad hlavu nucen sedět celý večer za svátečním stolem, začnou se mu tvořit mučivé plyny. A když ještě ke všemu ze slušnosti oslavu chválí, třebaže by raději dal přednost své práci, jeho plyny tak výrazně páchnou, že se v noci člověk div nezalkne. Opakuje-li se situace několikrát, člověk má dokonalý důvod zůstat doma a dělat si své, i když se ostatní členové rodiny veselí na návštěvě. Jemu i jim je dobře.

Dřič zabývající se jakoukoli prací se cítí báječně, zato jeho žena, sedící sama za stolem, když ostatní tancují, zřejmě šťastná není. Chce-li člověk pracovat i veselit se, nemá to lehké. Zejména když už není ve věku, kdy se chodí na diskotéku. Čím jsou lidé starší, tím víc pro ně svátky souvisejí s jídlem. V práci se člověk

cítí jen jako tažné dobytče, které nemá nárok ani na chvilku radosti, a za svátečním stolem se cítí jako v mučírňě. Když nejí, nezbyvá než se červenat kvůli kručení v břiše. A ještě k tomu aby přemáhal přání ochutnat chutně vonící jídla, pohostinně nabízená ze všech stran. Máte-li podobné problémy, osvobodte ze sebe jak práci, tak oslavy. **Co je vytvářeno duchovně, snadno nabývá pozemských rozměrů.** Jeden druh činnosti nebude překážet druhému. A navíc se pracující člověk už nemusí bát, že si co do času poplete práci a zábavu.

Lidé, kteří nacházejí v práci záchranu před každodenními problémy, si neuvědomují, že práci vykonávají se strachem a zlobou. To znamená, že bojují s neudělanými věcmi a nazývají to prací. V tom případě je problémem neudělaná práce. Kdyby nebylo tohoto problému, nebylo by nutné, aby se člověk ke škodě žaludku měnil v *tažné dobytče*. Osvobozuje-li člověk jakékoli *pozemské* problémy *duchovně*, vykonává práci nikoli kvůli práci samotné ani kvůli útěku před nepříjemnostmi, ale kvůli tomu, aby se zabýval sám sebou.

Čím má člověk více rozumu a slušného vychování a čím je inteligentnější, tím více ho trápí plyny. Sotva slyšitelný zvuk vnímá tragicky. Neumí vidět v druhých sebe a dělá výčitky i novorozenému miminku: „*Ale, ale, co se to opovažuješ!*“ Když nechtěně zvuky vycházejí ze starého člověka, může to takovým noblesním lidem zkazit náladu na celý den. To vše proto, že člověk, který se zoufale snaží dokázat své slušné vychování, *bojuje proti projevům své neslušnosti ve svém okolí*: v lidech, zvířatech, ptácích. **Otevřeně bojovat se nesluší, ani když to svědčí o skryté frustraci.** Tak si člověk, který utrpěl v kolem probíhajícím boji, způsobí rakovinu trávicího traktu. Nu a končí to tím, že dobrý člověk umírá kvůli špatným lidem a špatní vědí, co dělají, a derou se dál.

S čím lehčí duší přistupujeme k práci, tím lepší k ní máme vztah a tím vyrovnaněji pracuje náš žaludek. Vyrovnaný člověk udělá svou část práce a uvolní místo druhým. Je pro něj přirozené, že všechno sám zvládnout nedokáže nebo nemůže. Důvěřuje druhým. Jeho žaludek přesně se stejnou přirozeností předává potravu dvanáctníku. Předává ji postupně, podle toho, jak probíhá práce. Rovněž mikrobi předávají práci druhým jako na běžícím

pásu, po celé délce trávicího traktu. Každý zná své místo, udělá svou část práce a nakonec je dílo dovedeno do konce.

Osvobodíte-li svou nedůvěru, budete komunikovat pouze s tím, komu je možné důvěřovat a kdo nepůsobí nepříjemnosti? Ne, naučíte se chápat, *komu a co je možné svěřit*. Je velký rozdíl, zda důvěřuji člověku v jednom a nedůvěřuji mu v ostatním. Pokud důvěřujete, víte přesně, v čem mu můžete důvěřovat. Neznepokojuje Vás, že v jiných věcech mu důvěřovat nelze. Zcela přirozeně vnímáte to, že člověka není třeba zatěžovat nepřiměřeným břemenem. Zatěžujete ho tím, co je v jeho silách, Vaše vztahy jsou normální, důvěryhodné. Osvobození stresů dovoluje přijímat všechny takové, jací jsou, a nežádat od nich žádné záruky.

Důvěra bývá nejrůznější. Můžeme člověku svěřit uchování tajemství, vykonání práce, zařízení nějaké věci, začátek nebo dokončení nějakého podnikání, zastupování, řízení, získávání zkušeností, vyřizování drobných otázek nebo uvedení velkého díla do života, odpovědnost za osud jakékoli částky peněz, vlastní zdraví, péči o blízkého člověka, hlídání dítěte, výchovu dětí, péči o nemocného.

Známe-li člověka, svěříme mu například provedení práce, nenutíme ho však žádnou práci řídit. Řídit není schopen. Jinému svěříme řízení, neboť jsou nám známy jeho řídicí schopnosti a rovněž neschopnost výkonu manuální práce. Život člověku svěřuje, aby zaujímal své místo, a neříká: víc ti nesvěřím. Učí-li se člověk dobrovolně ještě něco navíc, je mu i něco víc svěřeno.

Vstup do žaludku je určen k tomu, aby uzavřel cestu nepotřebnému nebo škodlivému, co člověk spolykal jen z *hlouposti*, a umožnil spolknuté vrátit zpět *chytře* stejnou cestou, kudy přišlo. Aby si člověk, který vlastní hloupostí škodí své osobnosti, nemohl později vylít svou zlobu na druhých; aby v sobě nezničil osobnost.

Zvracení je ochrannou funkcí organismu, ale tato funkce se nespustí, když člověk vyhledává cizí chyby a chce na okolí vylít vlastní špínu. Jsou lidé, kterým se žaludek najednou z ničeho nic obrací. To znamená, že se člověk *nechce v daném okamžiku*

s lidmi hádat, i když je považuje za špatné, nespravedlivé, nemající pravdu atd. Jsou i tací, kteří neustále slovy sužují své okolí, avšak trpí stálým zvracením. To znamená, že se v nich střídá přání, aby lidé byli díky jejich slovům lepší, a přání být sám dobrý.

Čistota je přece dobrá. V našem případě se člověk očišťuje proto, aby se okamžitě znovu znečistil. Pro takového člověka je život boj a on bojuje, protože to neumí jinak. Zvracení neustane, ani když mu jídlo odebereme. Vyvolává ho i voda, jelikož energii vody tráví jako smutek a smutek se rovná neúměrné bezmocnosti. Bojovník je připraven raději umřít, než by přiznal svou bezmocnost. Jedině když je zesláblý hladem, zapomene na boj s okolím a začne o sobě přemýšlet. Tehdy zvracení ustane.

Takový stav může vést až ke smrti. Aby tito nemocní byli zachráněni, dostávají výživu parenterálně – v roztoku kapačkou přímo do krve. Abychom se takové krizi vyhnuli, je třeba zachovat se k prvním příznakům nevolnosti jako k varovnému signálu a udělat odpovídající závěry.

Krátce řečeno, **zvracení je strachem z následků, ze zítřejšího dne, to jest strachem z budoucnosti.** *Jednorázové zvracení* vypovídá o tom, že se člověk strašně bojí, co teď bude, chtěl by odčinit, co natropil, a udělat to tak, jako by toho ani dříve nebylo. Chronické zvracení svědčí o nepromyšlenosti. Člověk nejprve mluví a teprve potom myslí a stále si tento zvyk vyčítá. V následujícím okamžiku zopakuje totéž.

Člověk beze strachu důvěřuje kolektivu a má na zřeteli jeho kladné i záporné stránky. Přátelská komunikace lidem dovoluje projevit se z lepší stránky, bez ohledu na vlastní nedostatky. Stejně přátelsky funguje i dvanáctník – **duodenum**.

Napjaté vzájemné vztahy v kolektivu vyvolávají stav napětí v dvanáctníku.

Prvotním kolektivem je rodina. V ní se zakládají vztahy k jakémukoli kolektivu. Čím méně času má člověk pro sebe, tím nepřátelštěji se chová ke kolektivu a tím závažněji je onemocnění dvanáctníku.

Napětí je strach, který nedovoluje vyřešit ani jeden problém, neboť nám neumožňuje rozpoznat příčinu problému, tedy jeho podstatu. S růstem napětí vzrůstá i nespokojenost a nemoc se prohlubuje. Konec žaludku je začátkem dvanáctníku, proto i v dvanáctníku vládne nedůvěra k okolí. Jakmile se člověk ocitne ve stavu, kdy je neschopen dělat nezbytné věci spolu s ostatními, směs trávicích šťáv hromadících se v dvanáctníku ihned ztrácí schopnost plnohodnotně trávit potravu. Stačí-li se v něm potrava strávit co do množství, člověk spolu s ostatními lidmi práci dokončí, bude-li však spokojen s kvalitou trávení a taktéž s kvalitou práce – to už je jiná otázka.

Kvantitativní změny potravy musejí probíhat v dutině ústní, v jícnu a žaludku.

Kvalitativní změny potravy musejí začínat v dvanáctníku.

U zdravého člověka tomu tak je. Kvalitativní změny předpokládají změnu vlastností. To znamená, že duodenum se snaží vyvážit chybný, nevyvážený, hodnotící postoj člověka k věcem. Duodenum nás učí tomu, jak je pro lidi nezbytné souznění, abychom měli možnost dál se vyvíjet. **Vývojem se v první řadě rozumí změna kvality života.** Dokud budeme všechny a všechno hodnotit, zůstaneme na materiální úrovni a budeme se vyvíjet pouze kvantitativně.

Jak člověk hodnotí kolektiv, tak hodnotí i potravu. V závislosti na tom, do jaké míry se kolektivu daří změnit chybný úsudek člověka, přetváří jeho dvanáctník potravu v živiny pro tělo. To se děje, pokud člověk není příliš vyšinut z normálních kolejí a nechá si vyvrátit svůj názor.

Proč je nutné měnit vlastnosti potravy? Protože krajíc chleba a kousek masa se nemohou dostat do svalů a kostí člověka v té podobě, v jaké před námi leží na talíři.

„Za své“ člověk uznává to, co je mu podobné. Bezvýhradně „za své“ je uznáno to, co je člověku bezvýhradně podobné, to jest podobné do té míry, že není třeba se bát. Potravu je třeba štěpit proto, aby se bílkoviny mohly bez překážek spojovat s bílkoviny, tuky s tuky, sacharidy se sacharidy. Totéž se týká všeho

ostatního, co je v potravě obsaženo. **My děláme lidi pro sebe přijatelné a stejně tak se chová duodenum.** Poněvadž je kolektivním orgánem, nic nedělá samo, ale vždy za pomoci žlučníku a slinivky břišní.

Žluč štěpí hrubé struktury.

Enzymy slinivky štěpí jemné struktury.

Jak už víte z předcházející knihy, ve žlučníku se hromadí mužský hněv. **Žluč představuje mužský hněv.** Hněv pochází z pocitu bezmocnosti kvůli tomu, že člověk nemůže dělat to, co chce, kdy chce a jak chce. Rozhněvaný člověk nepřizná, že největší překážkou je on sám. Vidí pouze druhé, nikoli sebe. Poněvadž žijeme taktéž ve fyzickém světě, plyne z toho, že hněv je nezbytný. Je důležité osvobodit ho v počátečním stadiu, nedržet ho v sobě a nepěstovat z něj obrovskou ničivou sílu. I když se to někomu nelíbí, život na vysoké noze a lehkost v práci napomáhají osvobození hněvu hned v zárodku. Člověk, který se snaží vycházet vstříc cizím přáním, blokuje svůj přirozený pohyb a v důsledku toho se žluč přestane vyrábět při přijímání potravy, jak by měla, nebo se vyrábí, ale ne tak, jak je třeba. O takovém způsobu myšlení svědčí světlá barva stolice.

Žluč přitéká z jater. Když se v játrech usadilo přání zmařit a zničit všechno špatné, žluč maří a ničí potravu a odpírá jí lásku. Domyslete si sami, co tělo může z takové potravy vstřebat. Tělo potřebuje přátelské rozdělování bílkovin na jedno místo, tuků na druhé, sacharidů na třetí. To zvyšuje efektivitu a rychlost trávicího procesu, Kvůli hněvu je tělo nuceno v hromadě odpadu vyhledávat to, co je pro něj nezbytné. Ani v silách obyvatele skládky není roztrídění celé hory odpadků. Jak by to mohlo zvládnout tělo? Neroztríděné odpadky začínají hnít na jedné hromadě. Sliznice trávicího traktu se musí smířit s takovým ponížením. Musí – zda se však skutečně smíří, to už je jiná otázka.

Kdo se při jídle zříká své přirozenosti v zájmu vybraných mravů, u toho dojde k poruše přirozeného vylučování žluči. Kdo žere jako čuně, tomu se žluč určitě vylučuje. Jako čuně jí ten, v kom dozrál protest proti falešnému dobrému vychování. Svými způso-

by u stolu chce vyjádřit protest, chce vyprovokovat konflikt, který by ukázal pravdu. Čím je protest silnější, tím víc žluči se vylučuje. Stolice člověka, který se chová tímto způsobem, má určité tmavě hnědou barvu.

Nadměrné vylučování žluči vyvolává **říhání**. Říhání může být doprovázeno natolik odporným pachem žluči, že s takovým člověkem nikdo nechce jíst u jednoho stolu. To je báječným prostředkem k odhánění nepříjemných lidí. Ve společnosti lidí příjemných krkání viditelně polevuje, a pokud není protest přílišný, i úplně přestane.

Vše, co v sobě člověk zadržuje, jednou přeteče přes okraj. Příval hněvu vyvolává konvulzivní vyprázdnění žlučníku a poté následuje říhnutí, které uvádí inteligentního člověka do velmi trapné situace. Během jídla by to ještě bylo odpustitelné, nikoli však během důležitého rozhovoru. Krkání může vyvolat jakákoli napjatá situace, která nemá k jídlu žádný vztah.

Se zesílením hněvu se člověk začne stále častěji utrhávat. **Tomu, kdo uvnitř skrývá kypící hněv za usmívající se maskou, se žluč dostává do krve.** Od žlučových pigmentů se sliznice a pokožka zbarvuje dožluta. Zrovna tak jako rozhněvanému člověku, který poskvřňuje lásku svou žlučovitou zlobou, se stejná zloba dříve nebo později vrátí, i žluč vyráběná játry udělá kruh, vrátí se do jater a játra onemocní.

Játra jsou nemocná, když člověk nenávidí stát. Nenávisti předchází situace, kdy člověk chce od státu něco dostat, ale nedostane a urazí se. Přesvědčení, že od státu stejně nic nedostanu, si člověk může uchovat ještě z předcházejících životů. V souladu s touto domněnkou si vybírá rodiče myslící stejným způsobem, a výsledkem toho je, že játra mu onemocní už v dětství. Kdo proklíná stát, co je svět světem, proklíná i chorobné pocity pokaždé, když se objeví, a játra mu neonemocní v plné míře. Kdo rád pobaví lidi vyprávěním o hanebném chování státu, musí být co do jídla a pití opatrný, jinak ho opět schvátí jaterní záchvat.

Játra odvádějí z těla materializovanou zlobu a hněv. Jejich odvádění je blokováno strachem – strachem ze státu. Kdyby nebylo tohoto strachu, nebylo by ani nenávisti ke státu. Člověk by se ke státu choval s porozuměním, neboť je to nezbytné. Všechny

nemoci je možné vyléčit, když je zachována očistná funkce jater. Když játra zcela vypovědí službu, pro smrt už není žádná jiná nemoc potřeba.

Jakmile ustane odvádění nepotřebných produktů životní činnosti z těla, tedy jakmile ustane osvobození zloby, které je obrácením špatného v dobré – vždyť v zásadě všechno je jedno a totéž –, tělo umírá, aby duchovní člověk nezahynul rukou pozemského ničitele.

Tudíž je-li někdo zlý jako čert na jednoho člověka nebo na několik lidí, avšak váží si vlasti a státu jako svátosti, uzdraví se z jakékoli těžké nemoci. Když ho však vyvádí z míry například nějaký státní činitel a on tohoto člověka ztotožňuje se státem, zloba na stát začne v tom okamžiku nahlodávat játra. Čím větší je počet lidí, které považujete za špatné, tím víc je ve Vašich játrech špatného, neboť nikdo jiný než lidé stát netvoří. Zamyslete se pečlivě nad svým vztahem ke státu. Utvořte paralely se svým zdravím. Zamyslete se nad nemocemi v okruhu Vašich známých. Znáte přece způsob myšlení těchto lidí. Na celém světě dnes existuje velký počet mimořádně těžkých nemocí, my si toho však nevíšmáme, protože z problémů vlastní země obviňujeme stát. Stát může být jakýkoli, *zloba člověka na stát však přebývá v člověku samém a ničí člověka přesně v té míře, v jaké chce člověk tento stát zničit.*

Stát nemůže být lepší, pokud se od něj pouze žádá a výměnou nedostává nic. Když si člověk *přeje*, aby jeho stát přestal existovat, jeho játra hynou. Spolu s nimi hynie i tělo, aby bylo na světě o jednoho ničitele státu méně. **Stát nelze zničit, je třeba ho změnit.** Změní-li se člověk sám, změní se pro něj i stát.

Když se člověk o stát bojí, jeho játra se zmenšují.

Když se člověk na stát zlobí, jeho játra se zvětšují.

Ustrašený člověk se o stát bojí, neboť na blahobytu státu závisí jeho vlastní blahobyt. Strach člověka nutí vidět vše, co představuje hrozbu pro stát. Když *prání být dobrý* člověku nedovoluje,

aby si vylil svou žluč z důvodu rozvracení státu a ponižování jeho občanů, onemocní mu játra. *Žlučovody se zužují, když si člověk nechce vylévat svou hořkost* a žluč je nucena pronikat do krve. Jinou možnost žluč nemá. Vlastní ponížení přitahuje cizí ponížení a výsledkem je zánět.

Ve státě se tím nic nezmění, avšak člověk se strachy se dostává do ještě větší závislosti na stavu věcí ve státě, neboť strach o stát roste. Čím je strach silnější, tím víc se v játrech zhušťuje *pojivová tkáň, která ještě více zužuje žlučovody*. Člověk, který se znepokojuje kvůli stavu věcí ve státě, může mít játra přesně taková, jaký je sám stát, a může se přihodit, že stát dá člověku nová játra. **Vzájemná náklonnost se mění ve starostlivost.**

Myslí-li člověk i nadále postaru, ani nová játra dlouho nevydrží. V transplantovaných játrech vznikne stejná nemoc, kvůli které byla vlastní játra nevléčitelně poškozena. Změní-li se strach o stát ve zlobu na stát, vyslouží si nemoci přímo opačné a stát mu nová játra nenabídne. A dobře dělá, neboť takový člověk nová játra nepřijme.

Játra, stejně jako kterýkoli jiný orgán, nejsou kouskem masa, který se přendá z jednoho břicha do druhého. Játra mají vědomí, které vnímá, jak se k němu chováme jako k symbolu státu. Pokud to člověk neví, játra ho poučí. Transplantovaná játra neonemocní okamžitě po transplantaci jedině v tom případě, kdy osobnost dárce je silnější než osobnost příjemce. V takovém případě se spolu s transplantací jater člověku změní charakter. Změní se až k nepoznání. Do té míry, že člověk už nezapadá do vlastní rodiny. Zvláště tehdy, když je rodina nepřátelská ke státu.

Když nám někdo ubližuje, čekáme pomoc od státu. Když se nám nevrhne ihned na pomoc, jsme nespokojeni. Když pacientovi s nemocnými játry říkám, že játra symbolizují stát, odmítá jakoukoli zlobu na stát. Když mu řeknu, že nenávidí nespravedlnost, nadšeně souhlasí. Nechápe, **že ztotožňuje stát a nespravedlnost**. Stát je pro něj tvůrcem zákonů, je povolán zabezpečovat blahobyt svých občanů. Když ho nezajišťuje, je to nespravedlivé. Člověk se bojí, že bude ještě hůř, snaží se nezlobit se na stát, na nespravedlnost se však nezlobit nedokáže. Má ze státu strach,

neodvažuje se vyjádřit protest, a to zesiluje smutek kvůli vlastní bezmocnosti. Samotný protest je potlačován strachem odhalovat před lidmi vlastní chyby a omyly. Bezradného člověka přemůže bezmocná zloba, která je smutkem.

Játra jsou ohniskem zloby a hněvu. Jakákoli zloba začíná bezmocností kvůli vlastním problémům. Protože smutek představuje nahromadění **tekutiny** a otoky, játra otékají. Snaží-li se člověk skrýt své žalostné postavení v otázce nespravedlnosti, chce před cizíma očima skrýt do popředí vystupující játra, což ho vede k tomu, aby vtahoval břicho a zakrýval si ho rukama, jen aby si toho nikdo nevšiml. Obé k sobě přitahuje pozornost, a to hrdost nemůže připustit.

Hrdý člověk se tedy napřímí a diví se, proč ho tak bolí svaly na zádech. Chce se mu sednout si a pohodlně se rozvalit, aby se mu lépe dýchalo. Usadí se a vskutku je mu lépe. Takové řešení problému se stává zvykem a člověk místo toho, aby se hýbal, vysedává doma, zalezlý ve skrytém koutku.

Vše je jakoby v pořádku. Člověk zahání smutné myšlenky a nevšímá si vlastních těžkých vzdechů, které svědčí o pocitu viny. Všimá si toho však jeho rodina, ale když se ho ptají, co se děje, odpoví jim, že všechno je v pořádku, jen mu je těžko na duši ze všeobecné nespravedlnosti. Člověk umlčuje smutek a ten se mění ve znepokojení. Otok jater se zvětšuje. A všechno jen kvůli tomu, že člověk čeká, až zvítězí spravedlnost a všude bude nastolen pořádek. Aby byla odstraněna nespravedlnost, je třeba o ní otevřeně hovořit. Člověk si tedy začne stěžovat hodně nahlas. Čím hlasitěji v něm promlouvá uraženost na lékaře, kteří nemohou jeho nemoc vyléčit, tím silněji jsou játra poškozena. Čím jsou játra nemocnější, tím nemožnější je člověka vyléčit z jakékoli nemoci.

Je-li ze všech Vašich zlob tou největší **smutek kvůli nespravedlnosti**, Vaše nemoc se omezí na **otok jater** a vážnější nemoc již nebude následovat. Přiznáte-li si svůj smutek a nebudete se snažit ho umlčovat, nedáte podnět ke vzniku kamenů. Když si svůj smutek potají hýčkáte, trpělivě čekáte na konec nespravedlnosti nebo zhroucení státu, není důvod ke vzniku rakoviny. Stáváte se prostě člověkem, který je přeplněn smutkem kvůli zvětšeným játrům. Osvobodíte-li smutek z důvodu nespravedlnosti, i to přejde.

Když se člověk dostane do závislosti na státní moci, vzniká *cirhóza jater*, při níž se v játrech rozrůstá pojivová tkáň, charakteristická funkční nedostatečností. Smutek kvůli závislosti na státní moci je lítostí vůči vlastnímu státu, hromadí se v dutině břišní ve formě tekutiny. V důsledku toho vzniká *ascites* – vodnatelnost břicha. Kdo bez ohledu na lítost má přesto svůj stát rád, může s cirhózou prožít dlouhá léta, pokud mu lékaři odstraňují tekutinu z dutiny břišní.

Když jsem byla v USA a v Kanadě, zabývala jsem se pacienty, kteří k mému údivu úspěšně překonali rakovinu a někteří z nich i několik různých onemocnění rakovinou, přičemž byli léčeni buď jen chirurgickou cestou, nebo v kombinaci s chemoterapií či ozařováním. Jejich optimizmus nebyl v žádném případě srovnatelný s optimizmem pacientů s rakovinou v Estonsku. Ptala jsem se sama sebe, proč se našim onkologickým pacientům dělají už od prvního maligního nádorového onemocnění metastázy vedoucí k rychlému úmrtí a Američanům se rakovina jakoby toulá tělem a místo metastáz vznikají nové typy rakoviny.

Poněvadž celý život závisí na vztazích a komunikaci, totéž se děje i v případě onemocnění rakovinou. V Americe mají lidé podstatně silnější víru v lékaře a v medicínu než u nás, proto přijímají to, co jim lékaři dávají. Jak tam, tak tady jsou lékaři ve stejné míře dávajícími. Řekne-li lékař Američanovi: potřebuješ se co možná nejrychleji dostat z tohoto stresujícího prostředí, které bylo příčinou tvé nemoci, Američan odejde. Amerika je velká země, na jejím druhém konci je život úplně jiný a nemocný se dřívějších stresů nadlouho zbaví. Vždyť lékaři zůstali daleko. Pokud se však nemocný nezmění a nezmění své postoje, všechno se s nevelkými obměnami opakuje a vzniká nová rakovina.

Obyvatel Estonska považuje místní medicínu za bídnou a lékaře s medicínou bohužel ztotožňuje. Když se po dlouhém váhání a strachu rozhodne jít do nemocnice, nepřipustí žádné sblížení s těmi, kdo jsou povoláni mu pomoci, neotevře se jim. Chirurgický zákrok je proveden, je předepsána chemoterapie nebo ozařování, avšak očekávaný léčebný efekt se nedostaví a vedlejší účinky se rozvíjejí. Tím vším je podle názoru jak pacientů, tak lékařů vinen stát. Vznik metastáz v játrech je odrazem záchvatů zloby

vybuchující proti státu, neboť stát jsme my sami. Ještě jednou opakují: **zloba, která se ve mně usadila, je moje zloba, která především a rovněž nejvíc ze všeho škodí mně samotnému.**

Člověk chce být člověkem a žádá, aby tomu stát napomáhal. Když to stát nedělá, domnívá se, že má právo to žádat, neboť zná svá práva. *Bylo by tak nádherné, kdyby ze mě někdo, ale ne já sám, udělal člověka.* **Neochota a nechť být takový, jaký jsem, a přání dostat se do světa, kde nejsou starosti, přivádí člověka k drogám.**

Rozšíření **žloutenky** mezi narkomany ukazuje na tu žlučovitost, kterou u člověka vyvolávají velké masy lidí, tedy stát. Dá se stát změnit k lepšímu? Nedá, neudělá-li každý z nás sám ze sebe člověka. Před tím, než budeme od státu cokoli požadovat, je třeba mu dát. Co mu dáme? V první řadě lásku, tehdy budeme schopni vystihnout podstatu okamžiku a přizpůsobit se možností. Nevelké možnosti dovolují udělat velkou věc, když je třeba ji udělat. Pokud jsme s tím zatím nezačali, není to ještě potřeba – čas nedozrál.

Zloba proti státu a nespravedlnosti se může projevit velice svérázně. Jedna žena například dostala žloutenku, když její muž začal krýt svou nepřítomnost doma státní prací, ale ve skutečnosti navštěvoval milenku. Žena měla už dávno podezření, že muž někoho má, neměla nikde stání, vyhledávala vinu u všech zúčastněných včetně sebe. Obviňovala bohužel všechny.

V játrech nahromaděná zloba, kterou si po troškách vylévala v návalech hněvu, v nich uvízla a bouřlivě se rozrostla, když žena začala nenávidět stát *kvůli mužově lži*. Člověku můžeme vynadat přímo do očí, ale jak vynadat do očí státu? Aby se zbavila zloby na stát, bylo by potřeba vynadat do očí každému jeho občanovi, a protože je to nereálné, člověk z nenávisti onemocní. Hněv našel východ, ale zato našel vchod.

Touha po pomstě zaměřená proti státu vyvolává **krváčení jater**. Chce-li člověk demonstrovat svou touhu po pomstě před lidmi, krev vystupuje na povrch jater. **Hematomy, to jest zastaralé krevní výrony**, nacházející se pod jaterním pouzdrém, zmizí je-

dině tehdy, když člověk osvobodí přání pomstít se státu. Poně-
vadž zlo plodí zlo, hematom roste.

U člověka, v němž vzplane přání pomstít se státu, ale bojí se
toto přání dát najevo, vznikají hematomy v jaterní tkáni, a proto
se snadněji vstřebávají. Tato místa často prorůstají pojivovou tká-
ní. To znamená, že se člověk kvůli svému vzplanutí dostává do
závislosti na státu. Oba, jak játra, tak stát, mají životně důležitý
význam a v nynějším stadiu vývoje se bez nich neobejdeme.

Přejete-li státu zlo otevřeně, budete sedět za mřížemi za stát-
ní zradu. Otevřená zlomyslnost je blízká zločinu. Přejete-li státu
zlo z hloubi duše, vysloužíte si rakovinu jater. Vězení je vězení,
ať pozemské jako v prvním případě, nebo duchovní jako v pří-
padě druhém. Zda budete z vězení propuštěni, závisí na Vašem
postoji ke státu. Pokud Vás propustili a Vy jste svou zlomyslnost
neosvobodili, vše se bude opakovat od začátku, ale už mnohem
drastičtěji. Zlomyslnost ve vztahu k jednomu občanovi státu se
rovná zlomyslnosti k jedné buňce jater. Nemoci začínají právě od
jedné buňky, stejně jako zločiny začínají jedním bezvýznamným
proviněním.

Játra se nacházejí pod přepážkou mezi hrudní a břišní duti-
nou, to jest pod **bránicí**. O bránici nejspíš nevíte téměř nic. Zato
škytání je Vám dobře známo. A to je vyvoláno náhlými, prudký-
mi stahy bránice. Nu a o tom, že bránice je životně důležitým or-
gánem, bez něhož se nedá žít, stejně jako se nedá žít bez srdce,
nemáte ani tušení. Onemocnění jater vždy souvisí se stresy brá-
nice, to jest s jejím onemocněním. O tom si pohovoříme v násle-
dující knize.

Slinivka břišní je orgánem osobnosti člověka. Jsme-li pro-
dchnuti vírou ve své počiny, nejsme vystaveni postranním vli-
vům a máme slinivku v pořádku. Víra a sebevědomí jsou různé
věci, různé strany jednoho celku. O slinivce břišní jsem podrob-
ně hovořila v předcházející knize v souvislosti s cukrovkou.

Slinivka břišní vyrábí inzulín – bílkovinný hormon regulu-
jící obsah cukru v krvi, který je předáván přímo do krve. Jaký-
koli druh sladkého dostávající se do těla přináší zvenku *odvahu*,
což vyrovnává strachy. Čím méně je člověk odvážný, tím víc po
odvaze touží. Skutečná odvaha představuje volně, bez překážek

plynoucí energii. *Zdánlivou odvahu polykáme každý den spolu s cukrem.* Nastane však okamžik, kdy se cukr přestane vstřebávat a nedostává se do buněk. Nemění se ani v tuky, protože chybí inzulín.

Inzulín je jako ochránce, který přichází na pomoc, když vidí, že se člověk *sám* snaží uspořádat svůj život důstojným způsobem, i když při tom dělá chyby. Hned jak spatří, že *člověk dělá dobro cizím, aby bylo lépe jemu samotnému, je však zklamán a začíná vyžadovat, aby se okolní lidé zabývali uspořádáváním jeho života – pomoc inzulínu ustává.* Vzniká cukrovka, aby si člověk ujasnil, že doopravdy dobré je to, co vytváří vlastníma rukama, protože mu to ukládá jeho srdce. *Když člověk dělá práci za druhé, vždy si tajně přeje, aby za něj druzí udělali jeho vlastní věci.* Práce za druhé je jakousi zálohou, která je vyplácena z rozpočtu budoucnosti. Čím víc se zabýváme cizími věcmi, tím rychleji se ukáže rub.

V okamžiku, kdy člověk začne od druhých vyžadovat vděčnost na oplátku, onemocní cukrovkou. Na tom, jak rezolutně je člověk naladěný, závisí počáteční stadium nemoci, která může probíhat ve skryté nebo akutní, životu nebezpečné formě. Když se například žena snaží dokázat, že je dobrou ženou, muž si její péče nevšimá a *nepřijímá ji tak, jak by žena chtěla.* Žena v duchu udělá obrat o 180° a vyhlásí: od nynějška už pro tebe ani nehnu prstem. Nemáš mě rád, žij si jak chceš, ale buď tak laskav, starej se o rodinu. Otrokyně vysluhující si lásku se stala velitelkou, zdůrazňující svá práva. Pravdu nemá ani jeden. A výsledek? Jestliže dříve mělo jejich dítě stálý nedostatek cukru v krvi, nyní obsah cukru převyšuje normu. Dříve jste ho nemohli od sladkostí odtrhnout a teď je naprosto nesnáší.

Příklad ze života

Jednou jsem zkoumala reakci dospívajícího chlapce na oslavné ódy jeho rodičů – on je prostě báječný už od malička! Vnímala jsem, že jeho postoj mu brání, aby si mohl vyléčit cukrovku. V chlapci jsem cítila pýchu, která jako by říkala: *„Mohl bych být špatný, jako ostatní kluci, ale já se stal dobrým, jak jste chtěli,*

a za to mně musíte být vděční.“ Když jsme s rodiči začali mluvit o jeho nemoci, chlapec nás zdvořile přerušil a požádal o dovolení jít ven, protože se nudil. Rodiče to považovali za správné a jen vysvětlili, že v autě má chlapec počítačovou hru, která ho hodně baví.

Nadšení ze syna je oslepilo a vůbec netušili, že počítač je pro něj záchranou před blaženstvím rodičů. Ode mne chlapec utekl proto, že ve mně spatřil člověka, který chce jemu, rozumnému a dobrému chlapci vysvětlit, že něco nedělá správně. To mu nevyhovovalo. Ještě víc mu nevyhovovalo, že je třeba, aby v zájmu zdraví něco dělal on sám. Odpověděla jsem mu: „*Prosím, když je to pro tebe důležitější*“ – s důrazem na „*důležitější*“. Usmál se a šel ke dveřím. Po jeho odchodu mi jeho rodiče začali pozorně naslouchat, snažili se, aby jim neuniklo ani slovíčko, aby všemu dokonale porozuměli a doma pak pokračovali v tom, co dělali dosud – *žili za syna jeho život.*

Může se tento chlapec vyléčit z cukrovky? Nemůže, neboť není odstraněna příčina. Příčina spočívá v tom, že *potřebu napravit chyby svého vlastního života* rodiče změnilí v *přání napravit život dítěte.*

V takové slepotě z dobrých úmyslů bývá velmi těžké pochopit, co je dobro a co je zlo. Nebude mít žádný smysl, když rodiče mechanicky osvobodí své stresy, vyvolané pocitem viny, protože tyto stresy se budou znovu a znovu vracet. Současně s osvobozením stresů by bylo třeba něco změnit na fyzické úrovni, v každodenním životě. Vždyť vše vzniklo z toho, že rodiče, když se objevila krize v jejich vzájemných vztazích, začali dítěti jako o závod dokazovat svou pozitivitu, aby jeden před druhým skryl pocit krize. Dítě mělo všechno, co chtělo, nenaučilo se však čehokoli si vážit. Pokud dítě neustále něco nevytváří vlastní hlavou a rukama, není schopno ocenit to, co dostává. Přestane být tvůrcem a začne žádat stále víc. Přírozeným pokračováním takového životního postoje je cukrovka.

Je možné alespoň nějak vysvětlit podstatu cukrovky zdravému člověku, vysvětlit ji však nemocnému je prakticky nemožné, neboť jeho chápání je blokováno strachem být vinen. Každé

vysvětlující slovo vnímá jako výčitku, a to je kvůli jeho hrdosti ranou do živého. Zraněná hrdost zbavuje schopnosti přemýšlet. Proto diabetik nezávisle na věku nikdy nepochopí, že porozumět vlastním stresům *je třeba kvůli vlastnímu dobru*. Ve mně vidí obviňovatele.

Mnozí již pochopili, že nutit sebe i druhé je špatné. Dobří lidé se snaží, aby se tomu vyhnuli, a jednají přímo opačně. Poučují člověka: **nedělej hodně, ale dělej dobře**. Takový postoj je *živnou půdou pro vznik cukrovky*. Dělej hodně a nedělej hodně – vždyť to jsou dvě strany jednoho celku. Bylo by patřičné zeptat se sám sebe, zda je třeba vůbec něco dělat. Cukrovkou onemocní člověk, který přišel na tento svět, aby dělal málo, ale zato dobře. Vybral si rodiče, kteří se hlásí ke stejným zásadám, neboť tak je jednodušší kráčet jednou cestou.

Zásada „*nedělej hodně, ale zato dobře*“ začíná zákazem. Zakazujeme-li malé dobré s cílem získat velké dobré, onemocní slinivka břišní, neboť nesnáší zákazy. Když malému dítěti, kterému nikdy nic neodpíráme, zakážeme nějakou hloupost, může ho okamžitě začít bolet břicho. Stane-li se to několikrát a rodiče zpozorují, že k tomu dochází hned po zákazu, začnou dítě hubovat, protože stížnosti na bolavé břicho považují za vydírání, aby dítě dosáhlo svého. Nemocnému dítěti přece nic nezakazujeme. Ve skutečnosti dítě břicho doopravdy bolí, protože slinivka břišní je orgánem na bolest velmi citlivým. To znamená, že člověk má lehce zranitelnou osobnost.

Zákazy a příkazy ve jménu dobra jsou znakem dobrých rodičů. Nepřikazujeme mu přece dělat nic špatného – říkají na své ospravedlnění. Rodiče, kteří se vžili do své role a ideálů, začnou přikazovat dítěti, aby dělalo to, co i bez toho dělá, a v dítěti se probouzí protest. Může být vyjádřen snahou dělat všechno lépe než dřív. Hlavně aby vše bylo uděláno tak, jak bylo přikázáno. Přání překonat sebe samého přerůstá v egoizmus, v přesvědčení, že já jsem nejlepší ze všech. **Osobnost je zasažena samolibostí**, egoizmem a slinivka onemocní. Nemůže zůstat zdravá, protože zdravá slinivka se vztahuje k dokonalé osobnosti.

Počet lidí žijících podle zásady „*dělej málo, ale zato dobře*“, roste ze dne na den. *V honbě za kvalitou zapomínají, že množ-*

ství má význam. Tak zapomínají porodit druhé, třetí, čtvrté dítě. Nebo zapomenou na to, že existují. Zapomenutému dítěti štěstí přeje, poněvadž neonemocní stejnou nemocí jako jeho sestra nebo bratr. Dotýká-li se ho, že mu není věnována pozornost, onemocní jinými nemocemi.

Držíte-li se zásady „*lépe méně dětí, ale zato budou dobře vychované*“, osvobodte ji, jinak přivedete do neštěstí celou rodinu. Život nedovoluje ve jménu jednoho cíle obětovat druhý. ***Není třeba vychovávat z dítěte osobnost, je třeba umožnit jemu samotnému rozvinout se v osobnost.***

Každý člověk něco umí a něco neumí. V životě se mohou hodit všelijaké dovednosti, proto je třeba naučit se rozvíjet ty, které člověk neovládá. Tíhnutí k materiálnímu blahobytu bohužel zkruskuje potřeby člověka. V dětech, mladých lidech i v sobě samých lidé rozvíjejí ty schopnosti, díky kterým je možné vyniknout na společném pozadí. Nechtějí trátit drahocenný čas na rozvoj nezbytných životních dovedností. Člověk, který něco umí, to s radostí dělá za druhé a ti ho za to chválí. Nastane den, kdy člověk cítí, že má vlastního jednostranného rozvoje až po krk, chtěl by se zabývat něčím jiným, ale neumí to. Neuvědomělá zloba na vlastní neschopnost se vylévá na hledání viníka vzniklého problému.

Ukáže se, že viníky jsou ti, na něž jsem vynakládal čas i sílu. *Dělal jsem pro Vás, teď dělejte Vy pro mě!* Ti, jimž jsem adresoval svůj požadavek, se na mě dívají jako na pomatence. V klidu se zabývali naturálním hospodařením, radovali se z plodů své práce a neprosili se, abych za ně cokoli dělal. Na jejich území jsem vtrhl já sám. Umějí dělat i to, co jsem jim já vnutil, když jsem však o to tolik stál, dovolili mně, abych to dělal. I když mi přijdou na pomoc nebo se chopí věcí, které jsem neudělal, nebudu z toho mít radost, protože se nenaučím ničemu novému.

Zapamatujte si následující: ať ucítíte jakkoli silné zoufalství, v okamžiku, kdy se Vám otevřou oči a spatříte pravý stav věcí, osvobodte především své zoufalství, a až se uklidníte, začněte život od začátku, přímo od dnešního dne. Možná jste dřeli na druhé jako mezci a dělali za ně všechno, dělali jste to však pouze ve fyzickém smyslu, v duchovním smyslu jste to vše dělali jen pro sebe.

Vnější sekreci slinivky břišní tvoří trávicí enzymy, které se mísí se žlučí a postupují do dvanáctníku. Štěpí potravu na jednodušší složky do té míry dokonale, že tělo je schopno je vstřebat, pokud člověk tomuto procesu nebrání; propouští-li skrz sebe naprosto nevzrušeně něčí zákaz nebo příkaz, ať už je to kdokoli. Odvážný člověk, to jest ten, kdo žije podle potřeb, vnímá příkaz a zákaz jako životně důležité ponaučení. Jako deset přikázání.

Pro člověka se strachy, a to je ten, kdo žije přáními, příkaz a zákaz zní jako donucování a to vždy vyvolává protest. Protestuje se dokonce i proti deseti biblickým přikázáním. Při nejmenším vnitřním protestu se člověk především uzavírá do sebe jako v sebeobraně a teprve potom se bouří proti agresorovi. *V kom žije protest, pro toho je potrava agresorem, neboť ho nutí, aby se jí zabývat, nutí ho trávit ji. Ať je potrava jakkoli prospěšná, slinivka břišní proti ní revoltuje.*

Jinak řečeno, odmítá v dostatečné míře vyrábět enzymy, nezbytné pro štěpení potravy.

Přeje-li si člověk, aby s ním zacházeli lidsky, důstojným způsobem, ale dostává se mu opaku, slinivka onemocní. Čím více má v sobě člověk hrdosti, tím je onemocnění slinivky břišní vážnější. Náhlý a absolutní protest proti všemu vyvolává situaci, při níž slinivka přestane produkovat cokoli. Následkem toho vzniká **akutní zánět slinivky břišní**. Když stejný problém doutná pod vrstvou popela, seznam potravin vhodných pro takového člověka se den za dnem zkracuje.

Při **chronickém zánětu se slinivka břišní** chová k potravě stejně svárlivě jako člověk ke svému okolí. Pokud se člověku nelíbí už vůbec nikdo, nezbyvá než opustit tento svět, neboť slinivka přestane fungovat. Začne-li přát zlo těm nesympatickým lidem, které si zapsal jako své nepřátele a jejichž *jízlivé urážky* musel stále polykat, onemocní *rakovinou*. Kvůli rakovině bude slinivka břišní brzy nucena přerušit životní činnost.

Shrneme si to. Žaludek, slinivka břišní a dvanáctník spolu přímo souvisejí. Člověk jako jednotlivec a člověk jako osobnost spolu přímo souvisejí prostřednictvím druhých lidí. To, co jednotlivec lidem dává, lidé vracejí osobnosti, ale již v dokonalejší formě.

Slinivka břišní zase pro oko nepozorovatelným způsobem dává žaludku přes krev to, co potřebuje, aby žil a dělal svou práci. Osobnost zase dává jednotlivci prostřednictvím oku viditelné činnosti to neviditelné, co jednotlivec potřebuje, aby žil a pracoval. Proto jsou okolní lidé životně nezbytnou součástí mého zdraví a štěstí a na tom, jak se k nim chovám, závisí mé bytí – budu-li žít, či zemřu.

Většina lidí se potácí mezi dobrým a špatným. Chtějí dobré a vrhají se za ním nebo protestují proti špatnému a schovávají se před ním co nejdál. Přesně stejně probíhá vylučování trávicích enzymů – shrábnout všechno dobré a odstrčit od sebe všechno špatné. Každá potravina má své zvláštní energetické aroma a každá živina má rovněž své. Nespočetné množství potravin obsahuje všehovšudy tři živiny: bílkoviny, tuky a sacharidy. Můžeme je rozdělit na rostlinné a živočišné.

Stává se, že nějaké jídlo člověku není od samého začátku po chuti, a když ho nutí, aby je jedl, zraje v něm protest, vedoucí k naprostému nepřijetí dané potraviny. Tímto způsobem vzniká konečný protest proti jednomu druhu energie, nazývaný alergií. Živiny se stejnou energií se dostávají do složení mnohých potravin. Jestliže na počátku člověku prostě nechutnají, později je k smrti nesaší a nakonec je chce zničit, protože je třeba je jíst, on však na ně má tu nejtěžší formu alergie. Nikoho ani nenapadne, že nepřijetí potravy vzniká například kvůli tomu, že člověku je nepříjemné plnit cizí nařízení. Zpočátku to nemá k jídlu žádný vztah.

Alergie na jídlo je vážným problémem. Bílkoviny, tuky a sacharidy můžeme vzájemně zaměnit, aby člověk nezemřel, s vitamíny a minerálními látkami je to už složitější. Moderní věda je schopna vypočítat denní dávku živin nezbytných pro každého člověka. Jste například dospělý člověk středního věku, statné tělesné stavby a fyzicky pracujete. Denně potřebujete jednu tabletku bílkovin, dvě tabletky tuků a jednu a půl tabletky sacharidů a k tomu ještě zvlášť vitamíny a minerální látky. Celkem je tabletek asi padesát.

Nebo vezměme mě. Jsem dospělá, středního věku, s nemalou nadbytečnou váhou a práci, kterou dělám, vědci za práci

nepovažují. Potřebuji jednu tabletku bílkovin, půl tabletky tuků, čtvrt tabletky sacharidů, a k tomu je nejpřesnějším způsobem vypočtena dávka vitamínů a minerálních látek. Spočteno celkem je to mnohem méně tabletek, protože přece musím vypadat obstojně. Zdálo by se, že budu vesele polykat tabletky a bezstarostně si žít, já bych však určitě hned umřela. Vy byste se možná ještě nějakou chvíli udrželi. Proč?

Protože život sestává nejen z materiálního. Tělo je konstrukcí, kterou můžeme postavit jako z kostek, když přesně víme, kterou kam položit. Tuto znalost přináší věda. Nepočítáme-li s tím neviditelným, co tělu vdechuje životního ducha, nebude ze znalostí žádný užitek. S rozvojem vědy a znalostí se prohlubuje jednostranný, materiální konzumní přístup k životu. Ukáže-li rozbor, že člověk má nedostatek nějaké látky, zavinilo to jídlo, i když se člověk v zásadě stravuje stejně jako vždycky.

Když jsem v roce 1980 onemocněla a různá vyšetření ukázala, že mi chybí hromada různých látek, začala jsem kroutit ukazovákem u spánku, abych svým rozpačitým kolegům ukázala, kde mi toho chybí nejvíc. Všichni sborem mávali rukama: „*Ale kdepak! Tam je všechno v pořádku.*“ I když nakonec byla stanovena diagnóza – předinfarktový stav –, já stále cítila, že v hlavě mi něco chybí. Jak jistě tušíte, bylo tomu tak. Chyběla sebeúcta. Jak může člověk zůstat sám sebou, když se nemá rád? Jak může být zdravý? Jak může existovat, když se celý dává svým bližním, aniž by se ptal, zda to potřebují?

Intelekt přeměňuje duchovní nedostatky na fyzické. Práce na sobě je zaměňována za práci pro druhé. Čím více se to praktikuje, tím větší je potřeba odstranit nedostatky. Tak byly vynalezeny **potravinové doplňky**, což je samo o sobě dobrá věc, když je však procítíme, zježí se nám vlasy na hlavě. Pokud navíc chytře prostudujeme jejich složení, vlasy zůstanou zježené ještě dlouho.

Tak velké množství dobrého v jedné lahvičce dobrým být nemůže. Tolik dobrého, jak je vyjmenováno na etiketě, nemůže užívat nikdo, neboť *tělo je zbavováno vnímavostí k tomu, co potřebuje a co nikoli.* Může se stát, že nepostradatelná látka se projeví jako škodlivá, když ji tělo v daném okamžiku nepotřebuje. Neprijme-li člověk něco svou duší, jak by tělo mohlo v daném

okamžiku strávit totéž z lahvičky? Možná si položíte otázku, proč se vůbec potravinové doplňky vyrábějí, když nepomáhají.

Všechno na tomto světě se dělá z *dobrych pohnutek*. Když je člověk krajně vyčerpán hladem nebo nemocí, potřebuje potravinové doplňky do té doby, dokud se nepostaví na nohy. Pokud v ně věří, bývá efekt zvlášť silný. Fyzické tělo dostává chybějící látky. Pochopí-li člověk příčinu svého krizového stavu, odstraní tím duchovní deficit. Když ji nepochopí, nezbyvá než přidávat k dobrému stále více dobrého, dokud nevznikne nevyléčitelná nemoc. Nemoc vzniká ze znečištění těla škodlivými látkami. V zemích blahobytu lidé jedí pouze to nejkvalitnější spolu s nejkvalitnějšími potravinovými doplňky a nikdo se nezamýšlí na tím, odkud se v těle bere tolik škodlivin.

Těm, kteří zbůhdarma vyhazují peníze, když nakupují překrásně vypadající lahvičky s potravinovými doplňky, bych poradila, aby se vrátili k jednoduché stravě a trošku zapracovali na přílohách a oblohách. Tím se začnete k jídlu chovat lépe a budete ho i lépe trávit. Ještě lepší by bylo připravovat jídlo z toho, co roste na záhoncích. Nejlepší je pěstovat si potraviny sám. Je-li to nereálné, pěstovat bylinky a natě na okenním parapetu může každý. Když je však i toto nemožné, nakupujte sušené, mražené nebo konzervované potraviny *místní* výroby – tytéž natě, ovoce a zeleninu.

Ti rozumnější našťestí zboží tuzemské výroby ocenili, jak se sluší. Ustrašení lidé nevidí za nepěkným vnějším vzhledem místní výroby hodnotný obsah, stejně jako nevidí skryté špatné za efektním vnějším vzhledem importovaného zboží. Přesně stejně se promarňují enzymy slinivky břišní, které musejí štěpit tělu nepotřebné látky, například konzervanty a další chemii. O jejich vstřebávání už ani nemluvě.

Konzervanty byly vynalezeny k dobrému účelu a skutečnost, že se to s nimi přehání, je už jiná věc. Pouhou kritikou ničeho nedosáhneme. Naučte se je rozpoznávat, vyhýbat se jim a také je odvádět z těla. Jakým způsobem? Snažte se vycítit, jakou energii v sobě nesou, a propusťte tuto energii na svobodu a chemie se dostane rovněž ven. Pokud se domníváte, že to nedokážete, otevřete alespoň dokořán dveře věžeňské cely a řekněte zajatcům – konzervantům: „*Jste volní!*“

Přáli byste si, aby byl život věčný? Jestli jste odpověděli kladně, měli jste na mysli fyzický život. Když jste odpověděli negativně, měli jste na mysli rovněž fyzický život. Pokud jste odpověděli bez přemýšlení, ve skutečnosti odpovědělo Vaše podvědomí. Odpovědělo tak, jak chápete život. *Přání, aby život byl věčný*, vedlo k vynalezení mumifikace. Právě energii mumifikace mají konzervanty. Kdo ve svém přání žít věčně nezná míru, tomu se konzervanty usazují v těle natolik, že tělo postupně balzamují, a je-li pohřbeno do země, uchovává se ve formě mumie. Obyčejná mrtvola se rozkládá a změní se v zemi. Nerozložená mrtvola je nebezpečná pro životní prostředí jako zdroj znečištění.

K odstraňování tohoto nedostatku byly povolány antioxidanty, jsou však slabší než lidská vůle. Nemohu popřít, že antioxidanty jsou dobrá věc, avšak jejich kladná funkce opět není dlouhodobá. Pod vlivem jejich působení se dobré stává lepším. A co nastává po vzestupu? Pád, není-liž pravda. Už brzy budou vynalezeny látky proti antioxidantům a všechna tato chemie se opět vrhne na tělo. Abychom skončili s takovým utrácením peněz a se zradou sebe samých, bylo by třeba napravit způsob myšlení.

Antioxidanty jsou vitamíny, které upevňují imunitní systém a jako by měly zabránit vzniku rakoviny. Musejí bojovat s jedovatými sloučeninami útočícími na buňky, které se nazývají volné radikály. Za nejsilnější antioxidanty jsou považovány vitamíny C a E a rovněž betakaroten. Mimochodem **protilátkami vitamínů jsou konzervanty**. Závěr si udělejte sami.

Na celém světě se dělá velká reklama umělým sladidlům, která jsou prověřena a schválena medicínou. Z hlediska kalorií a přitažlivých tvarů těla jsou dobrá, ne však natolik, nakolik je zvykem se domnívat. Jejich další působení představuje nebezpečí. Co mám na mysli?

Náhražky cukru vedou k tomu, že stěnami kapilár prosakuje krev. Stěna kapilár se ničí stejně, jako se ve stěně dřevěného domu ničí trám napadený houbou. Čím je kapilára tenčí, tím rychleji se ničí. Jelikož kapiláry oční bulvy, ledvin a mozku jsou nejkřehčí, nejrychleji se poškodí.

Diabetici mají krevní cévy křehké i bez toho, kvůli zvýšenému obsahu cukru v krvi, proto **nesmějí v žádném případě umělá sladidla používat**. Cukrovka člověku říká: když už jsi chtěl sladký život a kvůli tomu jsi onemocněl, naprav svou chybu alespoň tím, že se přestaneš přislazovat zevnitř a tím se klamat. Sladké je sladké, avšak ne všechny složky krve byly vědou odhaleny.

Náhražky cukru obsahují energii odstranění všech starostí. Ve stěnách zdravých krevních cév je obsažena energie rozdělování *každému podle potřeb*. Ustrašený člověk se bojí, že v plné míře nedostane to, co potřebuje, a přesně téhož se bojí stěny jeho krevních cév a nedostanou to. Sečtěte tyto dvě energie dohromady a vynasnažte se procítit, jaký bude výsledek. Stydím se to říci, ale svým vnitřním zrakem jsem spatřila, že celkově z toho vznikne energie ptačího trusu. *Pták představuje energii bezstarostnosti*. Člověk není pták a energii ptačího trusu jeho tělo nepotřebuje.

Už jsme hovořili o tom, že **každá potravina má svou energii**. Při jedné konzumaci potravy spolýkáme tím složitější energetickou škálu, čím je potrava různorodější. Čím více člověk konzumuje potravu živočišného původu, tím silněji potlačuje strach, což zvyšuje vnitřní nebezpečí výbuchu. Neumění plně se soustředit na jídlo, to jest věnovat se výlučně jemu, se mění v to, že člověk do sebe jídlo hází, což vůbec neznamená, že bude stráveno. Ve spěchu spolýkané jídlo kysne a zahnívá, i když se ubírá tam, kam má.

Svou nepozorností jídlo ponižujeme, stejně jako nás samotné ponižuje lidská nepozornost. Aníž bychom si toho sami všimli, mstíme se jídlu. *Pocit bezmocnosti vyvolaný tím, že nejsme schopni ponižít toho, kdo ponižuje, se mění v záchvat hněvu, a v důsledku toho se žluč vylévá ven*. Teprve nyní započne proces trávení u zdrženlivého člověka. Škodu ze zkažené potravy to samozřejmě nenahradí.

Potrava se dále dostává do tenkého střeva. **Tenké střevo** ukazuje na postoj člověka k práci matky, ženy a žen vůbec. Ženské záležitosti jsou považovány za maličkosti materiálního světa. Dá se předpokládat, že tento postoj vytvořili muži. Ve skutečnosti je

to názor žen samotných. Čím emocionálnějšími, to jest ženskými se stávají přání, tím nicotnějšími se zdají být práce, které jsou nazývány ženskými. Opovržení vůči maličkostem každodenního života může u dítěte vzniknout už v mateřském lůně.

Negativní, ironický, povýšenecký postoj k ženské práci je totiž **jako ironický, povýšenecký postoj k tenkému střevu**. Vznikající nemoci odrážejí tento způsob myšlení.

V tenkém střevě začíná proces vstřebávání, trávení všeho nezbytného. Kdo touží udělat něco velikého, mohutného, věčného a maličkostí si úporně nevšímá, má centrum trávení soustředěno v tenkém střevě. Nechce-li se rozptylovat maličkostmi, nechat se jimi znepokojovat, ve skutečnosti si nepřeje, aby neudělané maličkosti u něj vyvolávaly pocit viny. Taková neochota a nechť je přáním zbavit se malých překážek a může vyvolat silný průjem v okamžiku největšího opojení z velké věci.

Není-li neochota všimnout si bezvýznamných záležitostí vyjádřena příliš silně, obejde se to bez průjmu. Stane se ovšem něco jiného, méně patrného. Estonské přísloví praví: „**hlad zablácení očí**“. Takže snaží-li se člověk jen o velké a krásné, jeho tenké střevo přestane z potravy získávat látky nezbytné pro vidění z blízka. Zato velké předměty na velkou vzdálenost vidí báječně. Pokud touha po velkém a krásném roste, pak to, co se ještě včera zdálo být velké a krásné, dnes už takové není. Jinak řečeno, člověk přestává vidět to, co viděl dřív. Zrak se zhoršuje.

Chtivost mívá různé odstíny a těm odpovídají různé nemoci. Přerůstá-li chtivost v lačnost, čím silnější je přání člověka dostat něco co možná nejdřív, co možná největší a co možná nejlepší kvality, tím méně je v tenkém střevě látek vhodných k trávení. Zahálající tenké střevo se začne vařit ve vlastní šťávě, jako žena, která nemá co dělat. Ženě, která nesnáší zahálku a sebeobdiv, tenké střevo onemocní. To znamená, že když žena hledá štěstí jen na materiální úrovni, musí vyhledávat činnost, i když to bude práce na sobě.

Žena, která je šťastná, že něco dostává, toho nevyužívá sama. Je šťastná, když se může podělit s druhými. Žena vytváří veliký duchovní svět, její fyzický svět pramení z maličkostí. Nachází-

li štěstí ve starostech o domácnost, její tenké střevo je v pořádku. Říká-li, že se o domácnost stará ráda a přitom má pomocnici v domácnosti, lže a v jejím tenkém střevě se skrývá nemoc. Žena, která pracuje a proklíná svůj ženský úděl, se určitě drží rukama za břicho.

Žena, která nedůvěřuje mužům a mužským záležitostem a vrhne se proto na mužské území, nenechá muže plnit jeho mužskou roli. Takové ženě tenké střevo rovněž onemocní, protože pohrdá ženskou prací. Vykonává-li žena mužskou práci, neboť v daném okamžiku to jinak nejde, a *nedělá-li problém z toho, že se nemůže zabývat svou prací*, její střeva jsou v pořádku.

Ženská chtivost zaměřená na velkou kořist brzdí posouvání potravy. Takový způsob myšlení se odráží v nepříjemném pocitu nadmutosti horní části břicha a kolem pupku, který vzniká po jídle. Chci dostat všechno, protože nikomu nelze důvěřovat, chci si sama se vším poradit, nechci prosit nikoho o pomoc, takový postoj se mění v zoufalství, když žena vidí, že všechno sama nezvládne. Zoufalství kvůli vlastní ženské bezmocnosti vede k tomu, že brzy po jídle všechno jídlo vychází ven ve formě průjmu, pocit nadmutosti však zůstává. Je to smutek, protože *vše dopadlo zcela opačně požadavku*.

Vstřebávání je dlouhodobý proces. Jak je vám známo, špatné má rychlejší nohy. V důsledku průjmu jsou tedy z těla odváděny látky pro tělo nezbytné a ty nepotřebné naopak zůstávají uvnitř a dráždí střevní sliznici. Osvobodte svůj pocit nadmutosti a břicho bez říhání a plynů splaskne jako prasklý nafukovací balón.

Žije-li člověk s vědomím, že maličkosti jakéhokoli druhu jsou jeho údělem, neboť nikomu jinému do nich nic není, všude strká svůj nos. Neuvědomuje si, jak je dotěrný, dokud mu přímo na rovinu neřeknete – neotravuj. Ustrašená horlivost je tragédií.

Tragika je přeháněním, při němž děláme z komára velblouda, tedy z maličkosti problém světových rozměrů. Tragika bývá různého druhu, **ale tragika související s prací a dalšími záležitostmi přebývá v tenkém střevě**, vždyť nikoli nadarmo tlusté střevo vyjadřuje postoj k drobným, tedy ženským pracím, a všechny nezdravé symptomy nebo nemoci tenkého střeva rovněž

nevyhnutelně souvisejí se ženskou tragikou, o čemž si pohovoříme v následující knize.

Tragika se projevuje při nenadálém citovém vzrušení, při pocení a při velmi emocionálních slovech: „*Pane Bože, co se mnou teď bude!*“ nebo: „*Bože, co se mnou bude, když se to nepodaří!*“

Poněvadž tragika je vyjádřena vylučováním potu, **pocení tenkého střeva** je vyjádřeno ve formě *průjmu*. Na zvláštnostech tragiky závisí zvláštnosti vylučování potu. Někdy se celé tělo náhle pokryje drobnými krůpějemi potu a jindy na některých místech pot teče proudem. To znamená, že když člověk drží na uzdě tragiku související s prací a další činností, jeho tenké střevo se jen zvlhčí a je možné, že se jeho obsah zcela nepatrně rozředí a poté vychází ven v důsledku spazmu střevního traktu buď bolestivě, nebo bezbolestně. Když však vědomí pronese myšlenku: „*Bože, co jsem to provedl!*“ nebo „*Bože, jak jsem mohl zapomenout to udělat!*“ stejný blesk projede i břichem a člověka to ihned prožene. Průjem trvá do té doby, dokud trvá tragický postoj.

Opakovaná tragika vede k *tragédii*. Jakákoli nemoc je tragédií svého druhu. Je-li tragika podobná nenadálému výbuchu strachu, po němž následuje aktivní odtržení nebo vychrlení nežádoucího, tragédie je, když se člověk náhle dostane do bezvýchodného postavení, z něhož není schopen se vymotat.

Tragika představuje shon, tragédie stagnaci. Nejtěžší nemocí stavu nepohyblivosti je rakovina. Pocit tragédie související s prací a další činností je vyjádřen scénářem: „*To je konec! Vše je ztraceno! Co teď mám dělat? Jsem mrtvý člověk!*“ Člověka popadne takový děs, až se mu svírá hrdlo a nemůže dýchat.

Krátkodobé pozastavení životní činnosti, to jest funkce tenkého střeva, vyvolává nevolnost a zvracení, pokud se člověk bojí budoucnosti a chce vrátit minulost. Ovládne-li se a přinutí se přemýšlet o budoucnosti s nadějí, přičemž chápe, že je to sebeklam, jen tím **odkládá na zítra tragédii související s prací**. Výsledkem toho je *dolichosigma* – prodloužení a rozšíření esovité kličky.

Energie tragiky člověka naladí na **revoluční** vlnu, což ho nutí vyvíjet bouřlivou činnost z důvodu každé maličkosti – být ve shonu, běhat, bojovat, pátrat, žádat spravedlnost, zkrátka nafukovat maličkost do takových rozměrů, že mírovou cestou problém už

není řešitelný. Z tragiky vzniká pocit, že se stane něco strašného, když člověk něco nepodnikne. Aby tomuto špatnému zabránil, stává se revolucionářem především ve svém domě či v jakémkoli jiném kolektivu.

Na tato má slova se jedna z mých pacientek, která byla po operaci z důvodu rakoviny tenkého střeva, chytla za hlavu a vykřikla: „*Můj syn mi pořád říká: Bože, mami, ty ses měla narodit v Rusku na začátku století. Pro tebe by to byla havaj.*“ Syn nechtěl žít ve stálé revoluční atmosféře. Potřeboval klid a živou matku. Zapamatujte si: jste-li po operaci tenkého střeva, není důležité v důsledku jaké nemoci, je třeba, abyste pořádně ubrali plyn. To znamená, že operované střevo už nelze nacpávat nejrůznějšími problémy z důvodu práce, jinak popraskají švy. Když se to přežene s nacpáváním jelítek a jitrnic, střívko může prasknout a nemá smysl ho zašívát. Tam, kde je díra, se dá špejle nebo se udělá uzел a začne se cpát další. V trávicím traktu tohle udělat nejde. Postarejte se proto, aby se Vaše záležitosti nezauzlovaly a nedostaly se do slepé uličky.

Tragika je doprovázena slzami a nezdravím. Zoufalý člověk se *chce* všeho *zbavit*. To znamená, že když se *chcete co nejrychleji zbavit* slz, Vaše tenké střevo reaguje jednorázovým záchvatem slabé nebo silné bolesti, v závislosti na tom, jak surově se chováte k slzám, a po bolesti následuje průjem. Když si po návštěvě toalety na problém už ani nevzpomenete, záležitost tím končí. Pokud si vzpomenete – čekejte pokračování.

Netrpělivost k slzám prolévaným z důvodu práce a jiné činnosti vede k tomu, že Vaše tenké střevo začne prolévat slzy hned, jak Vás přepadne zoufalství kvůli neschopnosti uklidnit člověka plačícího kvůli hloupostem. Jelikož s pocitem tragiky si člověk může poradit jedině sám, bude lepší osvobodit svou energii tragiky a ona Vás přestane znepokojovat. Chcete-li skrýt své leknutí z důvodu toho, co se stalo, nebo toho, co jste zapomněli udělat, v břiše Vám začne bublat, navzdory nutkání z toho však nic nebude.

Vlastního průjmu jsem se zbavila až poté, kdy jsem se začala zabývat osvobozením tragiky. Během dvou let jsem si všímala, že průjem mě navštěvoval zpravidla večer po práci. Neskličovalo

mě to, ale naopak přinášelo úlevu. Jelikož takový stav není normální, chtěla jsem se ho *zbavit*. Ve dnech, kdy jsem nepracovala, bylo trávení v úplném pořádku. Moje tragika spočívala v tom, že jsem problémům lidí rozuměla, neuměla jsem jim však pomoci. Lidé neuměli, nemohli nebo nechtěli přiznat své problémy a nechtěli nic *dělat* pro své dobro. Bylo třeba, abych dělala všechno za ně, i když jsem věděla, jaký to pro mě *může mít následek*. Přáli si uzdravit se, protože byli zvyklí *brát* a většina z nich se dál chovala tak jako dřív. S hrůzou jsem přemýšlela o tom, *co s nimi bude*, když jim jejich problémy nevysvětlím, a *co bude se mnou*, když nesplním svou povinnost.

Stále jsem osvobozovala mně známé stresy, až jsem jednou pochopila, jak velký je **náboženský strach**, který se ve mně i ve všech lidech usadil a kolik zloby na sebe i na okolí v sobě nese. Podkopává víru v sebe i ve své bližní a co je nejstrašnější, i v Boha. Můj průjem mi pomohl osvobodit se od zloby a uchovat si víru. Věřím, že nastane den, kdy se lidé pomaličku naučí porozumět smyslu stresů, stejně jako to, že osvobodit je může jedině člověk sám.

Tlusté střevo se vypořádává se svým úkolem přesně stejně, jak se vypořádává muž s mužskými pracemi. Kdo má práci rád, ten ji zvládá. Kdo počítá s tím, že hodně dosáhne, a proto bojuje o větší dílo, o svou práci se bojí a nenávidí ji, tlusté střevo určitě v pořádku nemá. Negativní postoj k otci, muži a mužským pracím vede k onemocnění konečnicku jak u mužů, tak u žen. Kromě vztahu k mužským pracím tlusté střevo odráží **problémy související s neudělanou prací**.

Práce, k níž přistupujeme, je v podstatě neudělanou prací. Rozhlédněte se kolem a uvidíte hromadu nedodělků – neudělaných věcí. Některé jsou Vaše, většina je cizí. ***Ve skutečnosti je to všechno Vaše, pokud z toho pro sebe děláte problém.*** Tlustému střevu nic nehrozí, když se člověk

- s láskou pouští do neudělané práce,
- s láskou dokončuje, co nedodělali druzí,
- s láskou přijímá z cizích rukou nedokončenou práci.

Poněvadž většina lidí považuje takovou práci za ponižující, mají tlusté střevo zanícené. Nevelký skrytý zánět, stejně jako *nevelké skrývané ponížení*, zůstává ve většině případů bez povšimnutí. Slouží jako živná půda pro rozvoj těžších onemocnění. Vzpomeňte si, jak jste vnitřně rozhořčeni, když vidíte v něčem nepořádek, nedostatečnou pozornost, nehospodárnost, nedodělky, i když ostatní věci jsou v nejlepším pořádku.

Když se zamyslíte, ani jednu práci nelze udělat až do konce, stejně jako není možné všechno udělat jedním mávnutím ruky. Kdo práci nedodělal, měl důležitější věci. Pokud je Vám známo, že žádné důležitější věci na práci neměl, je to Vaše domněnka. On to vidí jinak. Kdybychom si našli chvílku a zamysleli se, proč jedna věc je tak a ne jinak, pochopili bychom podstatu a dále už bychom počítali s okolnostmi.

Člověk se strachy vždy v první řadě vidí druhé lidí a rovněž jimi neudělané věci, neuvědomuje si však, že v druhých vidí jen sebe a že vztah k lidem je vztahem k sobě samému. Přeje-li si, aby neudělané bylo uděláno, nevyhne se ponižujícímu zklamání, neboť jeho vůle nebude vyplněna. Ať je to domácí pán, velitel, majitel, šéf nebo prostě člověk dávající příkazy z úřední povinnosti či z vlastní iniciativy, výsledek práce ho neuspokojuje. Ukřivděnost z důvodu nedodělaných prací se tak či onak hromadí v tlustém střevě. Tlusté střevo onemocní, přičemž onemocnění může být tak těžké, že ho zbaví pracovní schopnosti. Například chronický zánět tlustého střeva udělá z člověka invalidu.

Neutichající bolesti, náhlé záchvaty bolesti, hlasitá tvorba plynů, odcházení plynů na nejnevhodnějším místě, nesystematické střídání zácpy a průjmu – to vše člověku znemožňuje pracovat v inteligentním prostředí. Člověk, který byl od dětství nucen utvrdit se prací, se ocitá v tragické situaci – musí pracovat a nemůže, neboť lékaři mu pracovat zakazují, dokud se neuzdraví.

„Musí“ a „nesmí“ jsou dvě strany jednoho celku – nuceného stavu. Chorobný proces je možné utlumit hormony, tlusté střevo je možné zkrátit chirurgickou cestou, problém však zůstává, nemoc nemá, kam by se poděla, nebo je ještě více zlá, stejně jako nemocný, který po všem, co vytrpěl, zdraví stejně nezískal.

Příčinou toho je, že neumí rozpoznat v druhých sám sebe a podle toho se zabývat nápravou svých chyb.

Člověk potvrzující se prací začne bagatelizovat své schopnosti a stále myslí na to, že práci nedokáže udělat tak dobře jako někdo jiný. *Jít se učit mu nedovoluje hrdost, protože chce hned být mistrem.* Život dává každému léta na učení, kdo je s opovržením odmítá, chytí se na pohled jednoduché funkce vedoucího pracovníka. Má-li k tomu člověk ještě vzdělání, které mu umožňuje udělat ze sebe v nezralém věku šéfa, neštěstí ho nemine. Co chce, to i dostane. Ještě horší situace vzniká, když člověk s takovými názory hned nedostane, co chce.

Člověk hrdý na svůj rozum a vzdělání se urazí do hloubi duše, musí-li kvůli penězům pracovat bok po boku s nevzdělanými hulváty a nejhorší je, když na jejich pozadí cítí vlastní nešikovnost. Nedivme se, když v takové situaci člověk touží onemocnět, a když onemocní, bojí se uzdravit, aby se nemusel vrátit do prostředí, které ho ponižuje. Čím je člověk, který se vidí jedině v křesle vedoucího, svědomitější, tím víc se podceňuje, kritizuje, sám sebou opovrhne a dokonce se nenávidí, a tím závažnější je nemoc tlustého střeva. Pokud neochota a nechť ocitnout se v ponižujícím postavení převáží přání uzdravit se, člověk se neuzdraví.

Člověk s takovými stresy vždy čeká, aby se ho někdo zastal, obnovil spravedlnost, vyřešil za něj problém. Obvykle to dělá matka, kterou nutí podvědomý pocit viny, že dítě, ať je v jakémkoli věku, dobře nepřipravila na vrtkavost osudu. Spolu se zlepšováním života postupně vzrůstá počet matek, ostatně i otců, kteří se domnívají, že život musí být dobrý a člověk má právo činit si nárok jen na dobré. Když má právo, tak má právo, je však pravdou, že v životě je dobré a špatné nerozdělitelné. Přejeme-li si jedno, dostáváme i druhé.

Obhajuje-li člověk svá práva, určitě se dostane ke státu a stát se projeví jako špatný, když od něj nedostane, co chce. Stát se symbolicky vztahuje k játrům. Játrům je skutečně špatně, neboť jsou plná zloby, kterou člověk ve vztahu ke státu pociťuje, a ani játra, ani tlusté střevo se nemohou uzdravit dřív, než člověk osvobodí zlobu. Játra člověka učí, že zloba na stát představuje zlobu na sebe samého, neboť stát jsme my sami.

*Když se nás zmocní touha po blahobytu, nezbuďte nám čas za přemýšlet si. Všichni něco děláme, abychom z toho měli co největší prospěch. Vrhne se na jednu věc, nedotáhneme ji do konce a chytíme se druhé, nabízející větší zisk. V duši se zatím hromadí stres *nedodělané práce*. Přesně stejně se v tlustém střevě hromadí škodlivé látky jako obdoba nedodělané práce. Čím déle se tam zdrží, tím větší je pravděpodobnost, že tam zůstanou – zůstanou ve formě zkamenělých navrstvení, na něž se rovněž ukládají vzpomínky na neudělané práce.*

*Když se pustíte do osvobození energie jak *udělaných, tak i neudělaných prací*, Vaše tlusté střevo se zachová stejně: vše, co tělo potřebuje, se vypraví do těla a to, co je nepotřebné a má místo v žumpě, z těla odejde. *Čím víc člověk tvrdí, že vždycky všechno dělá správně, tím méně přiznává své chyby – své znečištění škodlivými látkami, neboť se bojí odhalit svou pravou tvář a jeho tlusté střevo se chová stejně. Ponechává škodliviny při sobě.**

Tlusté střevo je dlouhé a široké. Je složeno ze *vzestupného tračnicku, příčného tračnicku a ze sestupného tračnicku*. *Chci stoupat vzhůru, nechci se ponížít* – to jsou postoje vedoucí k onemocnění **vzestupného tračnicku**. Kdo chce stoupat vzhůru, přemáhá strachy čili strachy potlačuje, ale nedosahuje žádaného, tomu onemocní vzestupný tračník. Kdo žádaného dosáhne a považuje to za své výlučné vlastnictví, toho sotva napadne, že se ve smrtelném sevření zubů drží toho, co jej pozdvihuje. Je to totéž jako chytit se vzestupného tračnicku a nedat mu možnost žít vlastním životem. Vzestupný tračník onemocní.

Příčný tračník odráží problémy související s touhou po blahobytu a chtivostí. Čím silnější je přání dostat všechno to, na co mu padne zrak a o čem uši uslyší, tím vážněji příčný tračník onemocní, když žádaného není dosaženo. Čím rychleji chce člověk něco dostat, tím rychleji nemoc postupuje. Kdyby si člověk uměl položit otázku: „*Potřebuji to, co si nyní přeji?*“ v polovině případů by se hned uklidnil, neboť by ucítil nepotřebnost žádaného. Kdo se nechce ponížít, tomu se zdá, že ponížení je ve všem. Shromažďuje jmění, aby zbohatl a tím *dokázal své schopnosti*. Čím více nahromadí, tím víc se nahromadí i v příčném tračnicku.

Komu se při veškerém jeho přání nepodaří nahromadit nic, v hloubi duše skrývá zlobu na bohaté. „Chci dobré“ přerůstá v protest „nechci nic“. *V bohatém člověku se především hromadí spousta škodlivých látek, od nichž vzniká nevýznamná nemoc, a chudák, který ho nenávidí, těžce onemocní i z toho nejmenšího množství škodlivin.* Pohrdají-li oba chudobou, a proto chtějí zbohatnout, oba se považují za příliš chudé, a proto sami sebou pohrdají. Prudká nemoc se tak jak tak dostaví jako na objednávku.

Člověk, jenž vnímá práci nedodělanou druhými jako požehnaní, se jí s radostí chopí. Možná v něm sedí *strach začínat nové*, proto se mu dokončování cizích prací hodí jako nic jiného. Kdyby začal něco nového, nic by z toho nebylo a navíc by mu onemocněl žaludek i se střevním traktem. Přistupujeme-li k dokončování nedodělané práce s radostí, je odstraněna potenciální možnost onemocnění žaludku.

Uznání se dostává tomu, kdo práci dokončuje. Komu je příkazem předepsáno, aby pokračoval v práci započaté někým jiným, cítí se ponížen, jako sluha, jako otrok. Práci dejme tomu i dokončí, nikdo si toho však nevšimne, nebo všimne, ale bez nadšení. Lidé vidí výsledky práce, ale nikoli pracovníka. Což ponížení a křivdu prohlubuje. **Onemocní sestupný tračník.**

Kdo na sebe nakládá příliš mnoho, rozčiluje se kvůli vlastním nedodělaným věcem, zdá se mu, že okolní lidé na něj jakoby schválně házejí to, co nedodělali sami. Domnívá se, že sklízí nezaslouženě velké peníze. Dochází k názoru, že šejdíři a podvodníci se množí jako houby po dešti a dřít musí on. Kam se podíváš, všude je to samý zloděj a lotr, urvou pro sebe to nejlepší a on chudák musí trpět. V důsledku toho onemocní *esovitá klička, která vyjadřuje postoj k nečestnosti, lži a krádežím.*

Život začíná od člověka samotného. Člověku, jenž sám sebe klame, se všude zjevují podvodníci, a aniž by si toho všiml, i on sám začíná podvádět. Ve velkém nebo v malém – o tom teď není řeč. Čím větší je *dolichosigma*, o níž jsme už hovořili v souvislosti s energetikou tragédie, tím víc člověk podvádí sebe i druhé. Strach být čestný, to jest strach odhalit neúspěchy související

s prací a další činností, nutí člověka co možná nejdéle svou nedokončenou práci skrývat. Analogickým způsobem v esovité kličce zůstávají stát výkalové hmoty a toxické látky se vstřebávají zpět do těla. Člověk, který se i bez toho trápí zácpami, začne být ještě víc jedovatý a zlobný.

Kdo se narodí s tak velkou *dolichosigmou*, že výkalové hmoty nejsou schopny opustit esovitou kličku, toho operují. Co do počtu je více těch, kteří od dětství ze stejného důvodu trpí zácpami. Během vyšetření je diagnostikována *dolichosigma*. Někteří lidé jsou operováni, většinou je předepsána dieta a projímadlo. Největší počet je však těch, kteří trpí *dolichosigmou*, snaží se poradit si se svým břichem sami a na lékaře se neobráť. Všem těmto lidem je vlastní krajně surový postoj ke lži a krádežím. Kdyby věděli, že rozměry esovité kličky vypovídají o velikosti lži a krádeží předcházejícího života, pochopili by, že jako suroví soudci cizích lží a krádeží ve skutečnosti soudí sami sebe.

Člověk, který dojde k pochopení toho, že lež se rodí z nuceného stavu, pomáhá očištění vlastní esovité kličky. Situace, kdy pravdu říci nelze, jsou nám všem známé. Kdo pochopí, že krádež je pokusem dostat se z nuceného stavu, učí se osvobozovat lež, krádež a tedy i nucený stav. Čím je kořist zloděje větší, tím více nadbytečné tkáně narůstá na stěně esovité kličky, dokud se střevo neucpe. Stejně jako následkem krádeží může být nebezpečí ohrožení života, i neprůchodnost střeva může svíčku života sfouknout.

Esovitá klička je zvláštním úsekem střevního traktu, využívícím duchovní tělo člověka energií života a smrti. Člověk s nemocnou esovitou kličkou hodně hovoří o smrti, neboť život je pro něj nepřetržitým, mučivým umíráním. Neumí být brusičem drahokamů, který s uspokojením hledí na neudělané nebo na nedokončené práce jako na drahý kámen, jehož vybroušení hran ještě nebylo dokončeno. Mohl by provést bezchybné dokončovací broušení, které by drahokamu vdechlo život. **Esovitá klička odráží právě zvláštnosti vybrušování života, jeho dovedení k dokonalosti.** Kdo žije v souladu se svými potřebami, tráví potravu do té míry bezchybně, že *fyzické tělo* dostává všechny živiny, minerální soli a vitamíny a *duchovní tělo* pravdivou informaci o práci člověka.

Od počátku žaludku do konce esovité kličky je trávicí trakt umístěn v dutině břišní. Zevnitř jsou stěny dutiny břišní vystlány **pobříšnicí**, která pokrývá břišní orgány. Pobříšnice je blána vlhká a kluzká, což orgánům dovoluje v potřebné míře se vzhledem k ostatním posouvat a rovněž držet se v dutině břišní na svém místě. Pobříšnice je ke všemu, co se v ní nachází, citlivá stejně, jako je člověk citlivý ke všemu, co přímo nebo nepřímo souvisí s jeho prací. Pobříšnice je ochránce. Čím je silnější zloba, s níž chce člověk hájit své záležitosti, tím více tuku se ukládá v předstěrách a rovněž kolem střev. Předstěra je široký a dlouhý závěs vnitřního listu pobříšnice.

Kdo dráždí cizí zájem a zvědavost, mívá často podrážděnou pobříšnici, která o sobě dává vědět bolestí. Kdo dobře zná svou věc, toho cizí zvědavost neznepokojuje. Jsou lidé, kteří se ochotně podělí o své zkušenosti a pracovní dovednosti, poradí druhým do nejmenších podrobností a nestydí se za vlastní chyby. Takoví lidé mají pobříšnici v pořádku. Lidé, kteří svou práci úplně dobře neznají, považují sami sebe za odborníky. Bojí se konkurence a chtějí vždy být v předních řadách, proto pečlivě chrání svá profesní tajemství a jejich pobříšnice se chová přesně stejně. Takový charakter se projeví už ve školním věku – od druhých opisuje, sám však nikomu nic opsat nedá, div se tím nezadusí.

Kdo sám něčeho využívá a druhým nedá, tomu se v dutině břišní hromadí tekutina, což může vést ke vzniku *ascites* – vodnatelnosti břicha. Kdo se cítí nesnesitelně ponížen kvůli tomu, že něco nedostal, tomu se může v oblasti pobříšnice utvořit hnis, což je vždy spojeno s hnisavým zánětem v nějakém jiném orgánu. To znamená, že člověk visí na druhém, neboť není schopen žít vlastním rozumem, a když se s ním druhý o rozum nepodělí, v odpovídajícím orgánu vznikne hnisavý zánět, který nemůže nevyvolat podráždění pobříšnice. Například **červovitý přívěsek slepého střeva onemocní, když se člověk ocitne ve slepé uličce**. Cítí-li z tohoto důvodu nesnesitelný stud a ponížení, červovitý přívěsek praskne a dojde k *peritonitidě* – hnisavému zánětu pobříšnice. Nedojde-li ihned k chirurgickému zákroku a není-li hnis odstraněn, následuje smrt.

Pobříšnice je orgánem, jenž udržuje energii lidské práce ve známých pohyblivých hranicích. Skrývá zákulisní stránku práce, pokud není nutné ji demonstrovat. Ustrašený člověk rubovou stranu nechce vystavovat k všeobecné prohlídce a zlobí se, když je třeba to udělat. Dojde k tomu, když se nashromáždí hodně zloby. Takovým zveřejněním zákulisní stránky postoje k práci je operace, během níž má chirurg možnost prohlížet si právě zákulisí.

Když přijde ke slovu klystýr nebo projímadlo, dají se nepotřebné, utlačené látky nashromážděné v tlustém střevě do pohybu a vyvalí se ven jako lavina. Člověk neprosedí hodiny na záchodové míse a vyprazdňování střev pro něj není základním druhem činnosti. Většina lidí nutkání zadržuje a dává přednost důležitější věci. Nezadržuje ho ten, kdo už to nemůže vydržet.

Správné by bylo chovat se tak, jak se chovají děti – *nikoli rychle, ale ihned*, nehledě na cizí názor. Dospělí by rovněž měli vědět, že není žádná důležitější činnost než vyprazdňování střev a močového měchýře ihned po prvním nutkání. Čím více otálíte, tím víc nepotřebných, toxických látek se vstřebává zpět do těla. Kdo neumí osvobodit své jedovaté myšlenky, nechť alespoň osvoboduje otrávené produkty vyměšování. Inteligentní dlouhé zadržování je odmítáním těch nejnaléhavějších potřeb, které nám připraví nejkřutější muka. *Při těžké nemoci je vyprazdňování střev důležitější než strava.*

Kdo má uspořádaný denní režim, tomu vyměšovací orgány nepřinášejí nepříjemná překvapení. Spánek a stravování v přesně stanovených hodinách se stává reflexem už pro dítě, které ještě nedosáhlo jednoho roku, a mění se v potřebu. Před několika desetiletími to bylo považováno za kladný jev, avšak v honbě za lepším se požadavky zpříšňovaly. Děti a vnuci příliš drsných vychovatelů se začaly rodit s nenormálně dlouhou a širokou esovitou kličkou. Dnes dochází k obratu o 180 stupňů. Chození na nočníček začalo být považováno za přežitek minulosti, neboť se objevily kvalitní plenky.

Plenky jsou přímo fantastické. Díky nim dítě nepocituje nepohodlí – zadeček je vždy čistý a suchý. Jinými slovy, kvůli těmto plenkám dítě nepožaduje, aby mu rodiče vstúpili nezbytné reflexy.

Čím je dítě starší, tím je to pro rodinu, v níž vyrůstá dítě s nekontrolovanými reflexy, těžší. To je důsledek přílišné pozitivnosti. Milí rodiče! Představte si, že při naplnění močového měchýře nebo konečníku nebudete mít žádné pocity. Potřebu chcete vykonat na toaletě a ne kdekoli, nutkání však necítíte. Hruza, že? Život představuje cykličnost a uspořádanost, pořádek je nezbytný. Důležité je, aby člověk neměnil potřebu v povinnost.

Bohužel právě to se děje, a v tak krajním projevu, že vzniká nepříjemnost přímo opačná, navenek shodná s předcházející. Když rodiče hodnotí vlastní práci a rovněž práci svého okolí příliš kriticky, když s ničím nejsou spokojeni, přenášejí svůj postoj, aniž by si toho všimli, i na dítě. Práce dítěte je vidět na jeho plence. Jakékoli „fuj!“ směrem k obsahu plenky je svého druhu hodnocením dětské práce. Myslíte-li si, že to kojeneček několik dní po porodu nechápe, mýlíte se. To Vy nic nechápete. V dítěti se rodí strach odhalovat svou práci a vyvíjí se tajnůstkářství a lhavost.

Jelikož vyprazdňovat močový měchýř a konečník je nutné, dochází k tomu, když není nikdo nablízku. Můžeme dítěti nadávat, zahanbovat ho nebo bít, tím to však bude jen horší. Rodiče, kteří jsou sami tvrdohlaví, se domnívají, že tím dítě projevuje svou tvrdohlavost. Ve skutečnosti se však jedná o křeč konečníku, která zeslábně, když jsou smyslové orgány dítěte zaujaty něčím jiným zajímavým a nikdo ho neprovtává hodnotícím pohledem. Dítě nechce mít výsledek své práce na očích. Toto přání se rodí z velkého strachu a vyvolává analogické vyprazdňování střev. Léčení dítěte nepřinese výsledky, pokud se rodiče nezmění. Postačí, když se jeden z rodičů, nejlépe matka, začne zabývat nápravou svého způsobu myšlení.

Konečník vyjadřuje postoj k dokončení práce. Tomu, kdo se už předem domnívá, že z téhle práce nic kloudného nebude, se nic kloudného nepodaří. Ačkoli stolice odchází s velkou námahou, opovržlivý postoj zůstává uvnitř a započne svou podvatnou činnost. Hořké chvílky prožívá ten, jehož konečník je zúžen křečí, stejně jako ten, kdo trpí neschopností udržet stolicí. První nechce vidět výsledek své práce, protože se bojí. Druhý se ho chce co nejrychleji zbavit jako noční můry. Jeden i druhý se chovají

negativně ke své práci a jejím výsledkům. Člověk s nezdravým konečníkem vidí život jako smutný a bezvýchodný.

Když je u člověka práce na prvním místě, je to překážkou pro všechno, i pro lásku. Vyprávějí se šťavnaté anekdoty o ženách, které řeší pracovní problémy dokonce i při pohlavním aktu. Není to velkou vzácností ani u muže, že při souloži dává pracovní instrukce po telefonu. Dítě počaté v takovém spojení je velmi citlivé na všechno, co se týká práce.

Ve střevním traktu přebývá *kolibakterie*, sloužící jako ukazatel stupně znečištění prostředí. **Kolibakterie** v sobě nese *energií vztahu k práci*. U člověka, který se chová k práci klidně, žije kolibakterie klidným životem, napomáhá trávení a také syntéze vitamínů skupiny B. Kdo to s prací přehání, v tom se kolibakterie začíná patologicky množit a odchází spolu se stolicí. Kdo se bojí uveřejnit výsledek své práce, tomu se kolibakterie shromažďuje v konečníku, a v důsledku toho vznikne **proktitida – zánět sliznice konečníku**. Lékař specializující se na léčení konečníku je proktolog.

Když se dítě podrobí surovému trestu za věc, která byla podle jeho názoru udělána dobře, a stane se tak pouze kvůli tomu, že rodiče si na někom potřebovali vylít svou zlost, dítě (i dospělé) onemocní **periproktitidou**. Jedná se o zánět vaziva kolem konečníku. Obvykle se udělá vřed, který se nehojí, neboť je tenoučkým kanálkem propojen s konečníkem, odkud se do něj stále dostává infekce. Kdo se k hodnocení výsledků své práce chová zvláště nezdravě, u toho se paraproktitida opakuje i po operaci. Tak je tomu vždy: když bolí duše, bolí i konečník.

Kolibakterie je všudypřítomná jako problémy související s prací a ideální čistotou se před ní ochránit nedá. V práci je horlivý ten, kdo se bojí, že ho nemají rádi, že si ho neváží. Souhlasí, neváží si ho a vážit nebudou. Přesněji řečeno, jeho hodnocení bude nízké. Čím více se člověk snaží vydobýt si sympatie svých blízkých prací, tím více kritiky je slyšet na jeho adresu. Čím je člověk citlivější, tím více se vysmívají i jeho citům a tím nelítostnějším se stává. *Stává se nelítostným proto, že práce otupuje city a rovněž vede k zánětu močového měchýře, vyvolanému kolibakterií.*

U toho, pro koho je sex pracovní povinností a přitom si od partnera ve srovnání s druhými vysloužil nelichotivou charakteristiku svých pracovních, to jest sexuálních kvalit, vznikne **zánět pohlavních orgánů vyvolaný kolibakterií**, i když ve skutečnosti s tím kolibakterie nemá co dělat. Zpravidla je doprovázen **plísňovým onemocněním pohlavních orgánů**, neboť sex z pocitu povinnosti ničí lásku, rodinu i sexuální život.

Plíseň představuje energii rozkladu, o čemž se hovořilo v mých předcházejících knihách a bude o tom řeč i v následujících. Čím víc to člověka svádí k sexu, tím silnější je svědění pohlavních orgánů. Svědění je vyvoláváno energií pokušení. Svědění konečníku, pokud není vyvoláno cizopasnými červy, je rovněž podmíněno usilovným dokončením práce. U dětí k této mrzutosti obvykle nedochází, neboť práci nedokončují ze smyslu pro povinnost, ale z povinnosti, kterou jim vnucují rodiče.

Svědění řitního otvoru trpí mnozí. Jednou svědí, podruhé nesvědí – v závislosti na tom, do jaké míry *člověka pokouší smysl pro povinnost*. Smysl pro povinnost se dostává do konfliktu s nechtí. V člověku probíhá vnitřní boj, jenž je tím zuřivější, čím větší je smysl pro povinnost a proti němu stojící nechuť. Bitevním polem je tělo, které musí trpět. Vlastní nemilosrdné donucování vede ke vzniku **trhlinek**, vyvolávajících při vyprazdňování strašnou bolest. Pokud se zanítí, nastanou pekelná muka. Otok, zčervenání, sekrece, bolest a horkost řitního otvoru nedovolují ani sedět, ani stát.

Řitní otvor vypovídá o výsledcích práce a konání člověka. K natržení řitního otvoru může dojít od vydatné, tuhé stolice, která vyjadřuje přání člověka nepiplat se s maličkostmi a vytvořit něco velkého, čím by se člověk mohl pokochat. A vyprodukuje to do záchodové mísy. Je-li člověk s výsledkem spokojen, trhlinky sliznice anusu se zahojí za několik dní. Kdo *chce* dosáhnout grandiózního výsledku v práci, tomu se to nepodaří a stolice vychází, jen co se za nehet vejde, a přesto vyvolává trhlinky anusu. *Trhlinky krvácejí*, když se chce člověk pomstít tomu, kdo překazil uskutečnění jeho velkých šlechtných cílů.

Čím víc se člověk stydí za neúspěchy a čím víc je přesvědčen, že se mu okolí posmívá, tím více se trhlínky zanítí. Nejjednodušší formou zánětu je **opruzenina**, bolí však tak, že to není žádná legrace. Opruzenina vznikne, když si člověk dělá velké, hvězdné plány, ale bojí se, že z nich nic nebude. Člověk se chová podle toho, co očekává. Bojí-li se, že se něco nezdaří, uzavírá se do sebe, nic nepodniká a plán zůstane plánem. Jinými slovy, člověk neposkytne plánu svobodu. Je to totéž, jako kdybychom zazátkovali nějakou věc a nepustili k ní kyslík. Věc začne tlít jak v duchovním, tak ve fyzickém smyslu.

O člověku, který se snaží udělat dojem tím, jak je chytrý, se říká: *snaží se ze všech sil zplodit myšlenku*. Snažíte-li se něco vymyslet a nedaří se to, v oblasti anusu vznikne opruzenina. Což znamená, že ještě v zárodku ničíte to, co je povoláno ověřit Vás úspěchem. Když uvolníte mysl, řešení k Vám přijde a opruzenina zmizí sama o sobě.

U malých dětí vznikají opruzeniny rychle. Trochu se zpotí nebo mají o něco řidší stolici a okolo anusu se objeví zčervenání, které je velmi bolestivé. Znamená to, že *rodiče velmi nezdravě hodnotí výsledky své výchovné práce, kterou do dítěte vkládají*. I bez toho neustále zkoumavě sledují plody své výchovy a cítí se poníženi, když je něco v nepořádku. Dopustí-li se dítě nevinného poklesku nebo onemocní, *výchova přichází nazmar*.

Mají-li rodiče *pocit ponížení, vede to u dítěte k zánětům opruženého místa*. Když se rodič snaží napravit svou chybu přílišnou starostlivostí, lehce zanícená, dětsky jemná sliznice se poškodí a výsledkem může být hnisavý zánět. Vždyť nepřináší-li nadměrná starostlivost ovoce, ponížení se stává nesnesitelným. Nu a právě nesnesitelné ponížení vede k hnisání.

V naší době existuje velké množství nejrůznějších přípravků k péči o tělo, včetně dětských. Jsou tak dobré, že matky zapominají, že nejjemnějším prostředkem je mateřská ruka. Jednou jsem poučovala matku půlročního dítěte, jemuž se okolo anusu objevila zduřenina, aby při péči o dítě nepoužívala nic jiného než vodu z vodovodu a vlastní ruce. Dítěti již začali píchat antibiotika a žena se domnívala, že ji podezírám ze špatné péče o dítě.

Aby chránila sebe i lékaře, začala mě přesvědčovat o tom, že dítě vždy otírali jedině měkcoučkou vatou, toaletním papírem a desinfekčními prostředky. Když jsem jí řekla, že tyto dobré prostředky jsou dobré až moc, byla překvapena. Čím jiným by mohla otírat a čistit dětský zadeček? Vždyť děťátko to prohání každé dvě hodiny. Delikátní způsoby jí nedovolovaly dotýkat se dětských exkrementů vlastní rukou. Jako by sama nikdy rukou neomývala vlastní poškozenou sliznici, když všechny ostatní prostředky jsou vnímány jako smirkový papír. Indispozice dítěte zmizela už druhý den jako mávnutím proutku, neboť matka osvobodila svou delikátnost. K opruzení anusu a sliznice kolem může dojít silným sevřením řitního otvoru. K tomu dochází ze **strachu demonstrovat výsledky své práce**. Opruzenina se zahojí jedině v případě, když je jí dána možnost **dýchat vzduch** a **být v suchu**. Jinými slovy, když je jí **poskytnuta svoboda** a je **ušetřena sebelítosti**. Ještě přesněji, je-li osvobozen výsledek vlastní práce a strach, a nelitujeme-li, když se něco nepovedlo. Týká-li se celá věc dítěte, ani je nesmíme litovat, ať by bylo jakkoli těžce nemocné.

Mnohé matky mají ve zvyku litovat, že toto dítě porodily, zejména pokud je dítě často nemocné. Lítost je známkou toho, že dítě bylo počato bez lásky. Bylo porozeno z nějakého jiného důvodu. Dítě, které vidí nebo slyší mateřskou myšlenku, onemocní ještě hůř.

Lítost a absence lítosti jsou dvě strany jednoho celku. Před tím, než jsem to pochopila, jsem se nejednou ocitla ve společnosti, kde nějaká matka neustále zdůrazňovala, že nelituje narození svého dítěte. Jelikož to bylo řečeno v přítomnosti dotyčného dítěte, všimla jsem si, že dítě, o němž šla řeč, si na rozdíl od ostatních dětí, které dál skotačily, šlo sednout matce na klín a začalo bez důvodu kňourat. Některá matka, aby uklidnila přítomné, vysvětlila, že dítě se takhle chová vždy, když o tom začne mluvit. Nepochopení ze strany takových matek je pro mě nesnesitelné. Představte si sami sebe na místě takového dítěte a pochopíte. Kdybych se v takové situaci ocitla já, zařvala bych jako zvíře zahnané do klece. Je velice bolestné slyšet, že tvé existence matka „nelituje“.

Když člověk lituje nějakého činu, obrací pocit viny na druhou stranu jako palačinku na pánvi. ***Špatný skutek je třeba vyvážit, to jest vykoupit dobrým.*** Vykoupení špatného činu materiální podstaty začíná upřímnou prosbou o odpuštění, jako uznání vlastní chyby. V takovém případě ten, komu jste ublížili, nebude namítat, když dáte najevo, že jste připraveni napravit, co jste nadrobili. Vycítí, že jste si uvědomili svou chybu a chcete provinění odčinit.

Lítost je poznání toho, že jsem jednal špatně. Je konstatováním a komentováním faktu samotného, nikoli však jeho nápravou. Je to znalost bez příměsi citu. Člověk může pokáním třeba umírat a okolí bude na jeho trýzeň hledět s chladným srdcem. Na kající se hříšníky se lidé takhle dívají vždycky. Zato prosba o odpuštění a odpuštění samotné přináší teplo na duši. Odpuštění může vyléčit dokonce i umírajícího, když ne fyzicky, duševně určitě, a člověk umírá s čistou duší.

Infekční zánět anusu ukazuje na to, že z nemožnosti dosáhnout cíle člověk obviňuje druhé. Trpkost neúspěchu vyvolává mykotický zánět. Člověka, který vede vnitřní boj s okolím, konečník bolí často nebo stále, v závislosti na tom, jak se svým okolím bojuje – často, či stále? Na rakovinu však obvykle nedojde. Když nespěchá, aby si se svými blízkými vyřídil účty, čeká na vhodnější příležitost a ve skutečnosti hromadí zlobu, dojde v anusu k **rozšíření žil**, čímž se zhoršuje prokrvení tkání a vzniká pravděpodobnost těžších onemocnění. Kdo nikdy neodkládá na zítřek, co může udělat dnes, u toho nikdy a nikde k rozšíření žil nedojde.

Rakovina může vzniknout i na „prázdném místě“ to jest bez výskytu výše uvedených neduhů. *Rakovina vzniká, když člověk chce být povznesen nad vše existující, a proto se k výsledkům své práce chová s pohrdáním. Když se tváří, že mu je lhostejné, jak jeho práce dopadne.* Možná chcete namítnout, že lidé s rakovinou rekta jsou velmi energičtí a snaživí. Máte pravdu, snaživí skutečně jsou. Chtějí se zalíbit těm, kteří se k práci chovají s opovržením. Začnou jim přitakávat a sdílet s nimi stejný postoj. Což znamená, že se chovají s opovržením i k vlastní práci. Ve skutečnosti cítí zlobu ke všem těm, kdo si výsledků práce neváží, neboť na práci závisí jejich život.

Rakovina rekta a **anusu vzniká ze strachu uslyšet kritické ohlasy na výsledky práce.** Takový člověk se příšerně bojí, že výsledky jeho práce budou opovržlivě hodnoceny, a z toho důvodu takové hodnocení i vyřčeno je. Pustí se tedy do pokryteckého hanění své práce, aby kritiky zpracoval ve svůj prospěch: „To nebyla žádná práce, jen taková pitomost. Jsem přece jen figurka, nicotný človiček.“ Z takových replik čiší beznaděj a hořkost a člověka mimoděk napadne – proč já se musím činit, a druzí nikoli? Tak se rodí opovržení k vlastní práci. Čím nenápadněji zakořeňuje, tím nenápadněji rakovina postupuje. *Zloba a přání zbavit se lajdáků a povalečů člověku říkají: přestaň předělávat ostatní a podívej se na sebe! Tvé tělo potřebuje tvou pomoc a ještě není pozdě.*

Rty a anus a rovněž dutina ústní a konečník nejsou ničím jiným než dvěma stranami jednoho celku. **Kdo nedělá závěry z nemoci dutiny ústní, tomu dozajista onemocní konečník.** Neumí-li člověk užívat ústa pro své dobro a používá je pouze za účelem zisťnosti, jeho konečník je nucen za to pykat. Důležité je, co se dostává do úst a co vychází řitním otvorem. Neméně důležité jsou však nepronesená slova, která si splétají hnízdo v konečníku a v anusu. Můžete sami odhadnout, co se stane, když jedovatá slova zůstanou nevyřčená. Proto se naučte osvobozovat se od svého špatného postoje, jenž je hodnotícím úsudkem.

Výkaly symbolizují konečný výsledek práce. Kdo se nedívá na své výkaly, ze stejného důvodu se nedívá na výsledky své práce. Za vynalezení splachovacího záchodu vděčíme člověku, jenž nechtěl vidět výsledky své mizerné práce. Dnes se ti, kteří používají splachovací záchod, posmívají člověku, který vykonává svou potřebu v sedě na bobku na čistém místě v přírodě nebo na odlehlém místě na dvorku, a vůbec nechápou, proč se jeho konečníku každá nemoc vyhne. Vězte, že jeho konečník bude zdrav i v budoucnu, dokud bude děkovat nebesům za to, že jsou otvory ke vstupu a odchodu potravy z těla.

Stalo se tradicí pokládat za nejdůležitější kulturu klozetu. S nádržkou na vodu je to kulturní, stejně kulturní to však může být i bez nádržky. Kdo chce být kulturní, ale není, tomu nádržka na vodu na kultuře nepřidá. Pojem „kultura“ vyjadřuje úroveň

vývoje člověka. Člověk je duchovní tvor, jehož pozemský **život a činnost** jsou vyjádřeny ve formě výsledků a důsledků **životní činnosti**. Důsledkem životní činnosti těla jsou výkaly, které nejsou závislé na charakteru práce člověka. Výkaly člověka, jenž se nestydí za výsledky své práce, žádají, aby mohly ven. Je-li vyrovnaný, jeho střevní trakt se vyprazdňuje s přesností hodinového strojeku, v souladu s rytmy přírody, kterou takový člověk miluje a s níž počítá. Z organismu odchází tolik, kolik je třeba, ani víc, ani méně. **Střevní trakt toho, kdo dělá všechno tak, jak je třeba, rovněž dělá všechno tak, jak je třeba.**

Existují dvě kategorie stydlících se lidí:

1. Kdo se stydí, *cítí se vinen*, drží všechno při sobě a způsobí si zácpu.
2. Kdo se stydí, *obviňuje okolí*, dostane průjem, jenž se bude chrlit ven jako kaskáda obvinění, která chce vmést do tváře viníkům.

Průjem ukazuje na to, že člověk hoří nedočkavostí, aby co nejdříve uviděl plody své práce. Jakýkoli druh materiální činnosti představuje proces, vyžadující určitý *optimální čas*, během něhož dle potřeby probíhá vzájemné odevzdávání, staré se přetváří v nové, nové ve staré, něco vzniká a něco se rozpadá a teprve potom se projevuje výsledek. Použitý materiál se kvůli nepotřebě odváží na místo pro něj určené: na skládku, do žumpy, na kompost.

Mnozí lidé, kteří s osvobozením stresů teprve začínají, trpí žaludečními obtížemi. Přání co nejrychleji se zbavit svých stresů může vyvolat tak intenzivní průjem, že člověku připadá, jako by v sobě měl vakuum. V takovém stavu se nedá pracovat, je těžké i stát. Zcela opačný stav je pozorován u těch lidí, kteří, když uslyšeli o svých stresech, odmítají je ze všech sil.

Člověku trpícímu zácpou, kategoricky odmítajícímu existenci jakýchkoli svých stresů, nepomůže žádná síla. Nezbyvá mu než užívat projímadlo a dál se trmácet kupředu. **Toho, kdo si přizná své stresy a činy, které je doprovázejí, zácpa přejde.** Zdůraznila jsem slovo „si“.

Znamená to, že není třeba běžet a zpovídat se ze svých stresů před jinými lidmi. Ti mají dost starostí se svými vlastními stresy.

Lidem, kteří nemohou nebo za žádnou cenu nechtějí přiznat své stresy, je vlastní zvláštní vytrvalost ve vyhledávání prostředků k úpravě činnosti trávicího traktu. Vymýšlejí všemožné diety a zkoušejí je na sobě. Nevyhýbají se ani cizím dietám a opět je samozřejmě zkoušejí na sobě. Do jejich výzbroje rovněž patří jakákoli projímadla a vůbec všechno, co lidský rozum k očistě těla vynalezl.

Jediné, co člověk trpící zácpami odmítá, je přiznat si své chyby. Což znamená, že člověk se zácpou se více než smrti bojí přiznat si, že něco udělal nesprávně. Ztotožňuje se se svými skutky, hodnotí své blízké podle jejich činů a bojí se, že oni budou ve vztahu k jeho osobě dělat přesně totéž.

Pocituje komplex méněcennosti a chová se tak, jako by byl zločincem, jenž musí své nekalé záležitosti skrývat před cizíma očima. Má co skrývat? Vždyť nic zvláštního neprovedl. Musí skrývat své myšlenky. V myšlenkách lidem zlo přál nebo působil, a cítí se kvůli tomu velice vinen. Aby ze sebe část viny sejmul, potřebuje najít viníky, proti nimž by mohl vznést obvinění a žádat pro ně trest.

Člověk se zácpami má v životě jeden cíl – neustále dokazovat, že on dělá všechno správně. Čím více se člověk při hodnocení cizích věcí *zlobí*, tím větší jsou zácpy a tím silněji ho *bolí* břicho. Čím *bojovnější* náladu přitom má, tím víc odcházejí jeho *plyny*. Čím je ve svých hodnoceních *nelítostnější*, tím silněji se *rozleptává* sliznice trávicího traktu, až do vředové choroby. Čím pevnější je jeho *přesvědčení o vlastní nadřazenosti*, neboť jedine on dělá všechno správně, tím vyšší je pravděpodobnost *vzniku rakoviny* v jeho trávicím traktu. V případě rakoviny dochází k žaludečním obtížím jakoby samo o sobě.

Člověku, kterého popohání chtivost, musí potrava trávicím traktem proletět. A proletí. Tělo není schopno v letu vstřebávat potřebné živiny, minerální soli a vitamíny, a proto onemocní. Pokud v tekuté stolici pozorujeme absolutně nestrávené kousky potravy, znamená to, že člověk zbytečně ztrácí duchovní i fyzické síly a odsuzuje se k duchovním i fyzickým těžkostem.

Chtivost přebývá v příčném tračníku. Jeho stav můžeme určit podle lopatkového pletence. To, jak charakterizujete horní část zad a ramena, bezchybně charakterizuje stav Vašeho příčného tračníku. Stresem lopatkového pletence je přílišná náročnost. Čím je větší, tím větší je chtivost a naopak. Z jednoho stresu se rodí druhý a z toho, až přijde čas, třetí. Což znamená následující: čím silnější je chtivost, tím silnější je přílišná náročnost, a tím víc to člověka nutí, aby se snažil dosáhnout svého. To je možné pouze v tom případě, když člověk zvyšuje obrátky a popohání sebe i ostatní.

Čím vyšší je rychlost, to jest čím silnější je strach, který člověka pronásleduje, tím víc se *žene* jako ztřeštěný a tím víc ho to *prohání*. Takový člověk nemá kdy, aby se podíval, *co* z něj vychází, natož aby se zamyslel, *proč* je jeho stolice právě taková. Běhá na záchod možná každou půlhodinku a cítí se do hloubi duše uražen, že musí sedět na špinavém záchodě. Nepřizná si, že minule dokonce zapomněl spláchnout, o dalších drobnostech už nemluvě. Nepochybuji o tom, že slovo „*vyprazdňování*“ vymysleli lidé, kteří věčně spěchají. Kdo příliš spěchá se začínáním nových věcí, nemá trpělivost oprostít se od starých věcí, předčasně se jich zbavuje a *vyprazdňuje* tak místo, jako by už byly nepotřebné.

Zvykli jsme si vyčítat svým blízkým, tedy obviňovat je. Cizího hodnocení se zvlášť bojí ti, kteří sami kritizují druhé. Je jim známo, že člověka posuzují podle jeho práce, proto se výsledky své práce neodvažují ukázat. Čím větší je strach udělat si ostudu, tím větší je zácpa. Aby člověk druhým svou pracovitost alespoň nějak dokázal, musí nahromadit co nejvíc bohatství. Vždyť není tajemstvím, že snaživý člověk je majetný. Abychom rozmnožili majetek, je nutné být šetrný.

Šetrnost pod působením strachu rychle přerůstá v lakomost, a čím je větší, tím větší jsou zácpy. Když takový člověk začne vytrubovat, že lidé jsou špatní a není důvod je mít rád, žádný lék mu nepomůže.

Nejhorší formou lakomosti je lakomost v lásce. Kdo je lakomý na věci, přizná hned svůj nedostatek. Proto se mnozí čtenáři mé druhé knihy zácpy zbavili. Kdo je lakomý v lásce, svou

chybu nepřizná. Pokládá lidi za špatné a basta. Zácpa myšlení a zácpa řítního otvoru je jedno a totéž.

Představte si v duchu svůj trávicí trakt. Projděte si ho v myšlenkách kousek po kousku a pusťte na svobodu své stresy. V opačném případě to jednou dojde až do krajnosti a všechno vypluje na povrch – sliznice si vezme na pomoc kůži. Žádnou patologii kůže nelze odstranit, dokud nebude zlikvidována příčina.

To znamená, že **nemá žádný smysl léčit onemocnění kůže, dokud není v pořádku trávicí trakt. Když je trávicí trakt uveden do pořádku, léčit kůži už není třeba, vyléčí se sama.**

ZÁVĚREM

*Ovládnutí jazyka stresů
a jeho každodenní používání
rozjasňuje hlavu,
ulehčuje duši
a léčí tělo.*

*Díky jazyku stresů dostáváte možnost
seznámit se s přítelem Vám dosud neznámým – s Vaším tělem,
které hovoří mlčenlivým jazykem stresů.
Komunikujete-li s tělem,
zabýváte se prohloubeným studiem jazyka.
Je to činnost neobyčejně poutavá a nikdy neobtěžuje.
Poznáváte sami sebe a učíte se vidět svět jinýma očima.
Stáváte se prozíravými.*

Děkuji Vám
Luule Viilma