



Rozhovory se životem

OBSAH

1. Dopis-----	4
2. Příroda-----	8
3. Přátelství-----	12
4. Prosby a uctívání-----	14
5. Sliby a přísahy-----	19
6. Cvičení pro zvládnutí strachu, deprese a stresových situací-----	21

Texty mohou být šířeny za podmínky, že toto se bude dít v nezměněné
a nezkrácené verzi zdarma a bude uveden zdroj
www.rozhovorysezivotem.cz

*Proč jsou všichni šťastni a já ne ?
Protože ti šťastní vidí jen krásu a dobro.
A proč je nevidím i já ?
Nemůžeš vidět venku to, co nevidíš ve svém nitru.*

Anthony de Mello

Milí přátelé !

Při našich rozhovorech o důležitosti uzavírání aury jsem poznala, že ne všichni mají o auru dostatečné vědomosti. V Rozhovorech č. 2, str. 11 najdete podrobné vysvětlení, ale vrátím se několika slovy znovu k významu aury, aby těm, kteří četli jen povrchně nebo sešit č. 2 nedostali, byla její existence, stavba a činnost objasněna.

Lidská aura je vyzařování těla éterického, astrálního, vyššího a nižšího těla mentálního.

Fyzické tělo umožňuje lidskému duchu existenci na hmotné planetě. Substance ducha je však tak jemná, že není schopná přímého spojení s hmotným tělem. To obstarává obal ducha, duše, která přenáší přes éterické tělo impulzy ducha na tělesné orgány.

Fyzické tělo se projevuje nejen na hmotné úrovni. Každý orgán a žláza, celá tělesná struktura mají obdobu v dimenzi nadzemské a tím je tvořeno tělo éterické.

Stejně jako fyzické tělo mají svoje vyzařování i těla astrální a mentální, která jsou těly nadzemskými.

Těla a jejich auru lze přirovnat k žárovce a jejímu světlu. Žárovka je pramenem světla, ale není světlo samo.

Vibrace energetického vyzařování těl aury zrcadlí barevně charakter, citový stav člověka, jeho vnitřní prožitky a momentální duševní a tělesný stav. Proto je aura často nazývána zrcadlem duše.

Při silném pozitivním nebo negativním vzrušení, ale i tělesnou a duševní únavou se aura roztahuje. Tím v ní vznikají otvory, a ty umožňují přístup nepříznivým nadzemským bytostem, které odtahují člověku životní sílu, týrají ho strachem a inspirují k nedobrym myšlenkám, činům a pocitům. Aura emocionálně vyrovnaného, duševně i tělesně zdravého člověka zůstává uzavřena, vyzařování všech těl je v harmonické rovnováze, což se projevuje harmonií duševní a tělesnou.

Intenzita vyzařování těl je ovlivňována výškou vnitřního vývoje člověka.

Éterické tělo transformuje sílu kosmické energie na stupeň, který je hmotné tělo člověka schopno snést. Sílu kosmické energie bez potřebné transformace éterickým tělem by fyzické tělo nepřežilo. Na vnější straně éterického těla jsou čakry, které jsou ve stálém spojení s nervovým systémem člověka, ovlivňují jeho duševní stav, zdraví a funkci jednotlivých orgánů. Zajišťují příjem potřebné životní síly a zároveň odvádějí negativní nepotřebnou energii do kosmu zpět. Negativní myšlenky, představy, pocity, strach a všechny nedobré vlastnosti éterické tělo poškozují. To reaguje nemocemi, náladovostí, podrážděností, depresemi, strachem, životní nejistotou, nechutí k životu a duševní letargií člověka.

Po smrti se éterické tělo rozplyne v kosmu.

Astrální tělo se ve stavu denního vědomí od těla fyzického neodděluje. K oddělení dochází jen při výjimečných situacích jako například při hypnóze, klinické smrti, ve stavu šoku, v nemoci, při úrazech nebo u sensitivních jedinců a médií. Pravidelně se odděluje astrální tělo od těla fyzického ve spánku a stoupá v doprovodu duchovního průvodce do příslušné astrální sféry, kde je pročišťováno a posilováno. Při oddělení astrálního těla od těla hmotného padá člověk do bezvědomí, ale je schopen vnímat vnější události, protože vyšší vědomí není závislé na činnosti mozku a rozumu.

S hmotným tělem zůstává astrální tělo spojeno tak zvanou „stříbrnou šňůrou“, která přivádí člověku přes vyšší mentální tělo Božskou životní energii. Příjem jejího množství je podmíněn výškou vývoje a aktivitou energetických center těla, čaker, které ji ze „stříbrné šňůry“ přenášejí na tělo éterické a odtud přechází do těla fyzického. Přetržení „stříbrné šňůry“ znamená smrt. Po smrti fyzického těla žije astrální tělo dále v dimenzích, které odpovídají vývojovému stupni duše.

Vyšší tělo mentální, nositel ducha, je nejjemnějším tělem lidské aury. Síla jeho vyzařování je podmíněna čistotou myšlenek, láskou k Bohu a etickými hodnotami člověka.

Astrální a mentální tělo se spojují na temeni hlavy. U výše duchovně vyvinutých jedinců vyzařují ve formě korony - svatozáře. *Nižší mentální tělo* ovlivňuje oblast rozumovou a nižší já, ego.

Aura, nebo-li vyzařování těl, je poškozována negativním myšlením, mluvením, emocionálními nekontrolovanými výbuchy, strachem, nedobrymi pocity, které ji zabarvují tmavými odstíny a blokuji činnost čaker. Nadměrná fyzická a duševní únava, energie negativních myšlenek, mediální činnost, nekontrolovaná vyššími nadzemskými bytostmi, emocionální vzrušení všeho druhu, stavy vzbuzující vnitřní napětí, strach, zlost, závist, nedobré návyky otevírají auru působení negativních sil, které člověku odebírají, jak již bylo řečeno, životní sílu a vnucují mu nedobré pocity, myšlenky, činy, deprese a strach. Často dohánějí člověka až k dobrovolné smrti.

Snažte se stále zůstávat v duševní rovnováze bez velkých citových výkyvů. Při každém vzrušení prostě o pomoc svého duchovního průvodce, který vás proti nepříznivým astrálním silám uzavře. Silnou ochranou aury je kontrola myšlení a citění. Mluvte a dobře zvažujte to, co mluvíte nebo mluvit musíte.

Uvědomte si v každé životní situaci vlastní zodpovědnost za všechno, co myslíte, cítíte, mluvíte a činíte. Nepředhazujte Bohu to, co je ve vás samotných, učte se vidět sebe sama ve správném světle.

Nenapodobujte ostatní, nekritizujte je. Jděte vlastní cestou, která je pro každého člověka jiná. Cestou, která je v souladu s vašimi vnitřními pocity. Jak to dělá druhý, to je jeho cesta a jeho pravda, přiměřená jeho vývojovému stavu.

Ti, kteří dospěli dále než vy vám mohou být vzorem toho, co lze dosáhnout, ale ne forma a cesta, kterou toho dosáhli. Každý z nás musí získat *vlastní* poznání, ačkoliv cíl naší cesty je stejný. Nejsilnější ochranou pozemského člověka je láska k Tvůrci a ke všemu Jeho stvoření.

„Každý z vás visí na laně, které vás stále znovu vyšvihuje vzhůru k Bohu, kde se můžete zachytit, máte-li k tomu dostatek vůle, lásky a síly.“ (Emanuel)

Pravidelně před spaním a ráno po probuzení se osvědčuje dělat následující cvičení, které pomáhá chránit čakry a tělo před nepříznivými vibracemi.

Spojené ruce držíme v oblasti žaludku tak, aby se nedotýkaly těla. Pomalu je zvedáme nahoru přes temeno hlavy až do zátylku. Zde je uvolníme a vrátíme do základní polohy. Toto hlazení éterického těla opakujeme 10 - 15×. Během dne stiskneme tak často, jak je nám možné, palec a ukazováček obou rukou. Tím zvyšujeme příliv životních sil duši i tělu.

Tolerance a porozumění

Žák vysokého zasvěcení se dopustil chyby. Všichni ostatní čekali na Mistrovo pokárání, ale Mistr mlčel.

Po měsíci marného čekání zeptali se Mistra přímo: „Proč nepokáráš provinilého? Chybu, kterou vidíme, nemůžeme přejít aniž bychom o ni nehovořili. K čemu nám dal Bůh oči?“

„Ano, moji milí ! Bůh vám dal oči, ale i oční víčka !“

Příroda

Řecké slovo *kosmos*, šperk, je současně i výrazem pro přírodu. Staří Řekové, jejichž vysokou kulturu dodnes obdivujeme, považovali přírodu za vzácné umělecké dílo, v němž jeden život doplňuje život druhý a i ty nejmenší detaily harmonují v logické souvislosti s vývojovým během životů ostatních. „Všechno působí na všechno.“ (Taurus)

Člověk, zvířata, rostliny, minerály, ale i galaxie a planety jsou dílem jednoho a téhož Stvořitele. Jejich životním úkolem je se navzájem doplňovat a pomáhat si na společné vývojové cestě. Příroda plní tento úkol oddaně a věrně, s láskou ke svému Stvořiteli. Člověk se projevuje, přiměřeně svému vnitřnímu cítění, jako vládce všeho a všech a jeho vztah k přírodě je obrazem vývojové úrovně jeho duše.

Vibrace země je tvořena základními elementy voda, vzduch oheň a země, ale i vibracemi přírody a jejích forem. Pod pojem životní forma je nutné zařadit i minerály, které považujeme vzhledem k jejich hmotné struktuře za hmotu. Hmota a duch, vibrace minerálu a živého organismu mají sice rozdílnou frekvenční výšku, ale obojí vycházejí od stejného Tvůrce. I minerál uvolňuje energie a látky, pomáhající člověku a ostatním životům k harmonickému vývoji.

Životní rytmus přírody je součástí životního rytmu člověka a naopak. Nepříznivé vibrace člověka se snaží příroda vyrovnávat vyzařováním posilujících energií tónů, barev, vůní a hojivých substancí, ačkoliv trpí lidským vykořisťováním a porušováním jejího vývojového cyklu.

Čím vyšší jsou frekvence tónů provázejících přírodní dění, tím méně je člověk schopen je vnímat. Ale kdo se ponořuje stále znovu s láskou a obdivem do ticha přírody, je schopen vnímat její jemné chvění, které lze nazvat řečí.

Existují i tóny, které vnímáme všichni bez rozdílu. Šumění stromů, zpěv ptáků, radostné vyprávění bublajícího potůčku, cvrčení hmyzu... Ale kolik z nás je schopno poznat ve větru,

vánku, v jemném šumění vod nebo lesa zpěvy přírodních bytostí, které zajišťují harmonický chod všeho přírodního dění?

Vůně, barvy a životní energie květin působí na éterické tělo člověka a zvyšují vibraci v něm uložených energetických center, čakr, což se projevuje na harmonickém stavu těla a duše. Vůně konvalinek například sílí srdce a zesiluje životní elán, vůně a barva růží posilují tělesný a duševní stav člověka. Nejsilněji působí na člověka energie zelené barvy listů a trav.

Možné, že se někteří z vás ptali při přemýšlení o barvách přírody, proč má většina jarních květů žlutou barvu. Ale i podzimní a letní kvítka září často v této barvě. Žlutá barva vychází z bílého slunečního světla a je schopná přijmout a akumulovat nejvíce záření modrých světelných paprsků, které jsou energeticky nejbohatší. Vezmu jako příklad slunečnici., která se celý den otáčí ke slunci, aby zachytila co nejvíce jeho světla a tepla. Přeměňuje je v nádherný květ, který slouží člověku a ostatním životům nejen svou krásou, ale i svými semeny a tělem. Tersteegen (1697-1769) radí lidem učit se žít tak jako ona:

„Hledejte světlo a obračejte se k Bohu, nechcete-li bloudit a trpět tmou!“

Světlo je nejen pro člověka, ale i pro přírodu nezbytným životním faktorem. Ve Francii vystavil v roce 1940 zahradník jednu třetinu pučících čajových růží normálnímu dennímu světlu. Další třetinu ponechal v tmavém sklepe a poslední třetinu vystavil měsíčnímu světlu. Během čtyř týdnů všechny růže rozkvetly. Ty, které byly vystaveny dennímu světlu, podržely svoji přirozenou barvu. Růže pěstované ve tmavém sklepe zůstaly bezbarvé a růže vyrůstající pod vlivem měsíčního světla vykazovaly nádherné, jemné, u růží doposud neznámé barvy.

Sterneder, spisovatel, milovník a znalec ne všemi lidmi vnímatelných tajemství přírody poznal, že i aura rostlin má svou barvu. Aura léčivých rostlin je krásně modrá. Aura rostlin, které nazýváme jedovaté, ale i ony mají pro život člověka a přírody velký význam, je špinavě šedá.

Rostliny, stromy a zvířata jsou schopny přejímat energii našich myšlenek a pocitů beze slov. Jestliže stále při sobě nosíme květinu, kterou máme zvláště rádi, posilujeme-li ji láskou a děkujeme-li ji za radost, kterou v nás probouzí, posiluje nás, přemáhá naši tělesnou únavu a nepříznivé duševní stavy. Dalo by se říci, že se stává naším amuletem.

Lidé dávají přednost amuletům z kovu nebo drahých kamenů, ale rostlina vyzařuje stejnou sílu. Jestliže zavěsíme člověku trpícímu zádechou kolem krku šňůrku s plátkem zinku, mohou být zhojeny jeho bronchiální potíže. Stejně však působí rostliny bohaté na zinek, například přeslička.

Zahrada, ve které nejčastěji a nejraději pobýváme, zrcadlí stav naší duše a těla. Reaguje na osobní vyzařování člověka a odpovídá tím, co je pro něho potřebné. Jestliže je trávník posetý sedmikráskami, pýrem plazivým a šťovíkem, svědčí to o kyselé půdě v zahradě a současně o překyselení krve toho, kdo se v ní nejčastěji zdržuje. Jmenované rostliny vyrovnávají překyselení půdy tím, že do ní uvolňují vápno. Jestliže člověk pije čaj z kořenů pýru plazivého, zlepší nejen stav své krve, ale zároveň získává ochranu před revmatismem, ischiasem a bederním ústřelem (hexenšus).

Ať se ponoříte s láskou do pozorování rostliny, sevřete v ruce jednoduchý oblézek nebo zasadíte strom, při každém spojení s přírodou proudí do vašich center množství hojivé a uklidňující energie tónů, barev, vůní a životní síly. Božský princip se odráží ve všech jeho životních formách, které se podílí jako pomocné elementy na životě člověka. Jsou mu lékařem, učitelem, pomocníkem, pramenem umělecké inspirace a krásy, plní lidskou duši harmonií, láskou a bohatstvím pocitů, je-li člověk schopen se otevřít jejich proudění.

Právě procházející podzim je jedním z nejkrásnějších přírodních cyklů. Mnozí ho právem přirovnávají k lidskému stáří. Setba, růst a zrání dosáhlo nejvyššího bodu a nastává doba uzavření se a přípravy na další život. Stromy a rostliny stahují do svého nitra životní substance listů a uvadlých květů, aby je na jaře vrátily

novým výhonkům a podpořily jejich růst a vývoj. Uzavírají se do svého nitra, aby získaly moudrost z prošlého životního období pro život příští.

Využijte této doby ticha, barevné krásy a naplnění k přiblížení se srdci přírody. Vnímejte ji nejen jako rádce a pomocníka, ale i jako příklad nezištného, čistého života, sloužícího všem a všemu.

Stále znovu se vracím v duchu k jihočeským rybníkům, zahaleným jemnou mlhou, vůní puškvorce a jen jim vlastní tichou mluvou, která hladí a naplňuje láskou duši. Tajemné ticho přerušené jen křikem divokých kachen a loučících se divokých hus nebo kapry zčeřujícími vodní hladinu, mě provázelo celý život tichým steskem po poznání, jehož krásu jsem tušila, ale nebyla schopna definovat. Tato příroda byla a zůstává nejkrásnější částí mého života, mé duše, která naplněna hlubokým povděkem došla na sklonku života ke vzácnému poznání:

„Člověk mě učil Boha se bát, ale příroda mě naučila Boha milovat.“

L. N. Tolstoj:

„Celý svět by byl šťastný, kdyby každý z nás miloval nejen sebe, ale i ostatní.“

Přátelství

Většina lidí používá slovo přítel bez dlouhého přemýšlení a úvah a stejně tak mělký je i jejich vztah, který přátelstvím nazývají. Přítelem je jim každý, kdo je jim sympatický a splňuje bez odporu jejich přání a nároky. Toto přátelství je velmi rychle nahrazeno nepřátelstvím, jestliže jim nepomůžeme v situacích a životních nárocích, které nemůžeme před svým svědomím zodpovědět nebo projevíme-li názory a vůli vlastní.

Vpravdě je význam přátelství zcela jiný. Můžeme žít s lidmi, ke kterým máme sympatii a důvěru, které ceníme a vážíme si jich, protože s nimi máme nejlepší zkušenosti a přesto nemusí být našimi přáteli. Zeptáte-li se toho, kdo si je vědom hodnoty opravdového přátelství, zda má přátele, odpoví vám upřímně: „Mám dobré známé. Přátelství od nich neočekávám.“

Podstatu přátelství tvoří vzájemnost pocitů, životních názorů, shodnost charakterového zaměření, vykazuje vysoký stupeň vzájemné tolerance a harmonie, duševního souznění. V dobrých i těžkých dobách nestaví na slovech a předstíraném cítění, ale na skutecích viditelných i skrytých. Nemůže být nikým a ničím rušeno, nepodléhá náladám a času a není zaměřeno na hmotné výhody.

Pravé přátelství je velmi vzácné. Dochází k němu jen mezi vyžralými jedinci, schopnými morální čistoty a kontroly sebe sama. Pravé přátelství se neprojevuje slovy, protože vychází z nitra. Vyžaduje osobnost bez egoistického pozadí, která dovede říci příteli nejen zaslouženou chválu, ale upozorní i na jeho chyby a slabosti slovy, která ho posilují k práci na sobě samém. K tomu je třeba jemného vcítění se do jeho duše, tolerance, porozumění a poznání, že můžeme vyžadovat od druhých jen to, co jsme schopni plnit a dělat sami.

Všechno, co nesplňuje požadavky pravého přátelství, je jen zdánlivým, pomíjivým vztahem, který končí tam, kde začíná prospěch a společenský zisk. Ale neměl by vést ke vzniku anti-

patie a k nepřátelským vztahům, jak tomu ve skutečnosti často dochází.

Důvody vzájemného oddálení se a rozporů vycházejí často ze skutečnosti, že očekáváme od svých „přátel“ víc, než jsou nám schopni dát, že rádi posuzujeme podle vlastních zkušeností, náhledů, přesvědčení a vlastní etické zralosti, aniž bychom znali vnitřní život a vztahy posuzovaného. Naše myšlenky a představy se začínají formovat hned v okamžiku, jakmile někdo začne hovořit. Většinou pozdě poznáváme, že situace a problémy, které jsme nepromyšleně řešili, byly jiné, než jak jsme je v prvním okamžiku viděli. Před každým slovem je nutné nechat si čas a vcítit se do myšlenek a pocitů cizích, chceme-li se vyhnout omylům, které zatěžují obě strany mnohdy na celý život.

Jedním z nejtěžších požadavků pravého přátelství je podřízení vlastní vůle vůli partnera, pokud má pravdu a je v právu. Ale i zde musíme dobře uvažovat a rozeznávat podřízení a podléhání. Jestliže plně pomíjíme vlastní vůli, nepodřizujeme se, ale podléháme vůli druhého. Tím se stáváme dobrovolně bezmocným nástrojem.

Opravdovým přátelům je pojem dominance, převaha, zisk, násilí a podléhání cizí. Nic není pro člověka těžší než závislost a zotročování vlastní vůle. Všichni chceme být volní, ale nikdo z nás volný není. Zotročení vlastními nesprávnými návyky, předsudky, chybami, strachem klademe svému duchu stále znovu pouta a zabraňujeme mu v rozletu tam, kde jsou láska, pravé přátelství, tolerance a porozumění trvalým stavem.

Učme se vnímat své přátele zevnitř a ne zvenčí. U většiny z nich vnímáme hlavně jejich oblek a spokojujeme se s povrchními slovy. Dopřejeme-li si dostatek času zadívat se nejprve do jejich očí, otevírá se nám pohled do jejich duše a charakteru a nepotřebujeme slova. Tam začíná cesta pravého přátelství.

Prosby a uctívání

Život na zemi se všemi jeho zákonitostmi a nároky není lehký, ale vyžaduje od nás jen tolik, kolik jsme schopni unést, abychom alespoň částečně vyrovnali svoje dluhy životů minulých i života současného. Tento úkol spolu s vnitřním duchovním růstem je úkolem inkarnace člověka na zemi, ale i na jiných planetách. Při jeho splnění mu pomáhají síly, jejichž existenci si většina lidí neuvědomuje, protože nevěří na Boha, od něhož pomoc a podpora vycházejí. Nevíra, negativní myšlení, cítění a nedobré vlastnosti postiženého vnitřně blokují, takže není schopen vysílanou pomoc přijmout.

Pevně zakořeněnou lidskou vlastností zůstává ne snaha o poznání a napravení chyb a provinění vlastních, ale snaha hledat vinu u ostatních spolužijících nebo u Boha. Boha obviňujeme z nespravedlnosti a nedostatečné pomoci a většina našich stížností končí rezultátem: „Kdyby Bůh opravdu existoval, nepustil by nespravedlnost a bolesti, které se dějí na zemi.“

Stejně nelogické a nepravdivé je i konfesemi udržované tvrzení: „Koho Bůh miluje, toho křížkem navštěvuje.“ Bůh si nepřeje pro svoje stvoření utrpení a bolest a nemá s lidskou karmou absolutně nic společného. Její začátek a konec vychází jen z působení člověka samotného. Kdybychom si byli vědomi obrovského potenciálu Boží síly v nás, kterou nejsme schopni v důsledku vnitřních negativních bloků přijmout, hovořili a hlavně reagovali bychom ve svém životě zcela jinak. Pokorou, důvěrou, láskou a plným odevzdáním do vůle Toho, kdo nás stvořil.

Jsme zvyklí dostávat a brát, ale nesnažíme se ve stejné míře dávat a děkovat. Denně jsme svědky vyšší pomoci, kterou lze nazvat zázrakem, ale pro nás je jen šťastnou náhodou a samozřejmostí. Život na zemi probíhá přesně v rámci Božských zákonitostí, v nichž neexistují zázraky. Každý čin a událost mají svůj smysl a za každý takzvaný zázrak bychom měli děkovat Bohu a Jeho pomocníkům.

Čím více pracujeme na svém vnitřním poznání a růstu pozitivních vlastností, na pozitivním vztahu k ostatním životům kolem nás, tím více prostoru otevíráme vyšší pomoci a splnění vysíla-

ných proseb. Hádky, žárlivost, pomstychtivost, závist, pomlouvačnost, egoismus a podobné vlastnosti vytvářejí v nitru postiženého bariéru negativních sil, kterou nemůže světlo vyšší pomoci prorazit. Boží pomocníci plně respektují svobodnou vůli člověka. Ten, kdo si stěžuje, že mu Bůh nepomáhá, musí hledat vinu u sebe sama, ve své vůli, kterou podřizuje negativním sugescím, ne Bohu.

Linda Georgian: „Duchovní průvodci.“

Starší muž, který se po celý život horlivě modlil a pilně navštěvoval kostely, hovoří k Bohu: „Bože, potřebuji pomoc pro svoji rodinu a to hned. Matka musí být operována, syn potřebuje opravit zuby, dcera chce započít studium a před zimou musíme koupit nová kamna. Musím vyhrát v loterii peníze, abych všechno zaplatil. Udělej zázrak, nech mě vyhrát pár tisíc a já budu plně a oddaně na Tebe věřit dál.“

Na konci týdne byla oznámena výherní čísla. Nevyhrál nic. Znovu volá Boha: „Bože, říkal jsem Ti, že musím vyhrát v loterii peníze, proč mně nepomůžeš? Nechci nic pro sebe. Peníze potřebuji pro rodinu. Prosím Tě, nech mě vyhrát !“

Příští týden opět žádná výhra.

„Jsem přece dobrý člověk, který se modlí a chodí do kostela. Bože, proč mně nepomůžeš ? Vždyť vidíš, že Tvou pomoc potřebuji !“

Z otevřeného nebe přichází náhle oslňující světlo a hlas: „Nejdříve musíš pomoci ty mně. Kup si, chceš-li vyhrát, alespoň los !“

Přemýšlejte o těchto slovech, je v nich skryto mnoho pravdy. Vyžadujeme, obviňujeme, jsme nespokojeni, ale kolik jsme sami udělali pro splnění vysílaných proseb ? Mnohdy ani to nejzákladnější, co je zapotřebí. Musíme se učit plnit svůj podíl na vyžadovaném, „nejdříve koupit los“, který nám dává naději „na výhru“ a otevírá nás pro vyžadovanou pomoc. Los pokory, lásky a důvěry k Tomu, k Němuž voláme.

Ne všechna přání a prosby mohou být splněny. I Bůh musí dodržovat Jím dané zákony. Průběh karmy nemůže odstranit, ale poskytne nám tolik síly, že svůj úděl uneseme a splníme.

Budte také opatrní s tím, o co prosíte a co si přejete. Často se stává, že se splnění prosby a přání stanou prosícím velkou životní zátěží. Nedovedeme dobře rozpoznat, co chceme a co potřebujeme, protože nemáme vědomý přehled o úkolech a cílech probíhajícího současného života. Je lépe prosit slovy „Tvá vůle se staň“ než slovy „chci a potřebuji“.

Neobviňujte Boha, že nevyslyší vaše prosby o pomoc. Přemýšlejte, nakolik jste schopni tuto pomoc přijmout! Kontrolujte a pročišťujte svoje myšlení, citění a vztah k spolužijícím! Jste schopni odpouštět a pomáhat i tomu, kdo vám činí bezpráví? Milovat nepřítel neznamena padnout mu každý den kolem krku, ale myslet na něho bez obviňování a výčitek, odpustit mu, pomáhat jestliže potřebuje podporu a potkávat ho s porozuměním a tolerancí všude tam, kde ještě zůstává slepý. Jestliže se snažíte o splnění Kristovy nauky o lásce v denním životě, zůstáváte plně otevření nejen vyšší pomoci, ale i nesmírnému bohatství a moci vlastního ducha, o jehož síle nemáte ponětí.

Uctívání toho, co se nám líbí, po čem toužíme, od čeho očekáváme pomoc a ochranu, ale i toho, čeho se bojíme, bylo a zůstává od samého počátku životní zvyklostí člověka všech dob. Pozemský život je podřízen polaritě a proto má i uctívání rozličné cíle a formy.

Zvláště silně se projevuje v náboženské oblasti. Buď čistou láskou a oddaností Bohu nebo bigotností, vycházející ze strachu a zištného pokrytectví.

Nejsilnější formou uctívání je láska, služba bližnímu, odpuštění, porozumění a tolerance. Tolerance i vůči těm, kteří mají odlišné mínění a volí jinou cestu k Bohu než je ta, kterou jdeme sami.

Boha nelze procítit ve svém nitru podlézavostí, pokrytectvím, strachem, předstíráním víry, protože se bojíme Jeho trestů. Vztah k Bohu si duše přináší z jednoho života do druhého a jeho intenzita odpovídá dosaženému vývojovému stupni každé jednotlivé duše.

Projevuje se i trpělivostí a tolerancí vůči doposud duchovně neprocitlým duším. Každý má svůj čas a svou cestu návratu k Bohu. Co je nám do toho, jak to dělá náš bližní? Zodpovědnost za

jeho myšlenky, pocity a činy nese jen on sám. Naší povinností je mu pomáhat, ale ne vnucovat mu vlastní názory a domněnky.

Čisté, upřímné uctívání vychází ze srdce a není nošeno na jar-mark denního života a nečeká na pozemskou odměnu. Vnitřní uctívání Boha, Krista, Matky Marie a takzvaných svatých (svatý je pouze Bůh sám) vyzařuje navenek a zrcadlí se v charismatickém zaměření člověka, provázeného ve všech životních situacích láskou k bližnímu, dobrými skutky, pozitivními myšlenkami a pocity, nezištností, obětavostí a duševní vyrovnaností.

Vnější nápadné uctívání je prázdným odleskem falešné zbožnosti a nevědomosti. Kdo vnitřně cítí a uctívá, stáhne se do „tiché komůrky“ svého nitra, mluví méně, ale „podle skutků poznáte ho“.

Láska a volnost ve formě uctívání je potlačována konfesionálním dogmatismem, předepsanými rituály, stále znovu vzbuzovaným strachem z Božích trestů a z Boha samotného. Jeho uctívání formou monotónního odříkávání modliteb, na nichž se podílejí pouze rty, ale ne srdce, jsou prázdná slova, neschopná odpoutat se jen pár metrů vzhůru od země. Lidé nejsou schopni v dlouhých modlitbách správné koncentrace, a zatím co rty odříkávají naučená slova, bloudí jejich myšlenky a srdce v dimenzích denního života, jeho starostí a požitků. Jejich modlitby jsou v tomto případě zneužívány negativními silami.

Krátká, vroucí modlitba je výkřikem nebo zpěvem srdce. Stoupá rychle vzhůru a zachycena vyššími silami dosahuje až do Božských sfér.

Nejvzácnější modlitbou a uctíváním Boha je čistý život, láska a služba bližním. Kdo jednou prožije blízkost Boha ve svém srdci, pomíjí slova. Jeho uctívání je nepřetržitým proudem nejvroucnější oddanosti a lásky k Němu a všem Jeho stvořením.

Kdo tvrdí, že uctívá a věří v Boha a Krista, že miluje Matku Marii a přitom je v neustálém rozporu se svými spolužijícími, kterým škodí sobectvím, pomluvami, bezohledností, uctívá jen sebe sama a svoje zisky.

Nejhlubším uctíváním a prosbou o pomoc je mluva srdce, při níž rty mlčí. Mluva lásky, pokory, důvěry a odevzdanosti do vůle Toho, který nás nejen stvořil, ale který zůstává po všechny

věky naší existence milujícím, pomáhajícím Otcem všem, kteří se k němu jako k milovanému Otci s důvěrou a láskou vrací.

Člověk je nespokojen, když nedostane to, co si přeje a jásá, když získá to, po čem toužil. Je to vždy k jeho prospěchu ?

Návštěvník ústavu pro duševně choré pozoroval, jak jeden pacient neustále něžně vyslovoval jméno: „Lili, Lili !“

„Jaký psychický problém má tento muž ?“

Lékař provázející hosta odpověděl: „Lili je jméno ženy, která ho opustila.“

O několik dveří dále tloukl jiný muž zoufale hlavou o stěnu místnosti a volal zoufale: „Lili, Lili !“

„Opustila Lili i tohoto muže ?“

„Ne“, odpověděl lékař, „to je muž, za kterého se provdala.“

Sliby a přísahy

Kristus učil: „Nepřísahajte a neslibujte! Vaše řeč budiž ano, ne! Všechno ostatní je nedobré!“

Na zemi byly přísahy a sliby zavedeny pro posílení pravdy a stavu určitých problémů a věcí. Většina lidí však není vždy ochotna mluvit pravdu a přísahy nebo sliby je nedělají spolehlivějšími a pravdivějšími. Ztrácejí u svých spolužijících důvěru a úctu, protože nedodržení slibu nebo přísahy je důkazem charakterové slabosti, lži a nečestnosti. Neuvědomují si, že jejich nespolehlivost má následky nejen před pozemským soudem a tribunálem veřejného mínění, ale i po smrti před Bohem.

Čestný člověk hovoří pravdu a dodržuje sliby bez přísahy. Neníli mu to možné, omluví se a snaží se případná provinění nahradit a vyrovnat.

Dnes je přísaha a plané slibování běžnou společenskou formou. Zamyslete se jednou nad tím, na co vše přísaháte, co slibujete a co probíhá současně ve vašem myšlení. Křivá přísaha je důkazem charakterové slabosti a hazardu s etickými hodnotami, což se projevuje negativně v průběhu života a v soužití s ostatními lidmi. Neslibujte a nepřísahajte to, co nejste schopni splnit a dodržet. Kdo se zavázal slavnostním slibem například k celibátu, k dodržení věrnosti nebo k tělesnému odříkání, je povinen tento slib dodržovat. Výmluvy, že příroda a žádostivost těla jsou silnější než vůle člověka nejsou pravdivé. Impuls k jejich zvládnutí vychází vždy z člověka samotného, který musí být pánem sebe sama a včas si rozmyslet, co přísahá a slibuje a co je schopen dodržet.

Jste-li svědky křivé přísahy nebo planých slibů, neodsuzujte u ostatních to, co sami děláte. Pro chyby a nedostatky ostatních bychom měli mít více trpělivosti než pro sebe sama. Nevidíme do nitra svých spolužijících a nevíme, co je k jejich chybě přivedlo. Neznáme karmické zatížení našich minulých životů a nevíme, zda jsme sami nebyli ještě horší.

Nedobré působení nesprávných rozhodnutí a činů postihuje v životě současném a příštím hlavně toho, kdo je učinil, ale i toho, kdo je odsuzuje a sám není lepší.

Síla zvyklostí

Medvěd chodil po léta v uzavřené kleci sem a tam. Když byly konečně mříže klece odstraněny, chodil dále sem a tam, aniž by využil příležitost získat volnost. Pro něho byly mříže stále na stejném místě.

Cvičení pro zvládnutí strachu, deprese a stresových situací

Strach, deprese a stres jsou následkem otevřené aury, do níž mají přístup negativní síly. Ovlivňují člověka, vnucují mu myšlenky, představy, slova a činy postiženému mnohdy cizí a berou mu životní sílu. To se projevuje duševní a tělesnou únavou, nemocmi, zesíleným strachem, ztrátou optimismu a životní energie, potřebné k plnění denních povinností a životních nároků.

Následujícím cvičením uvolněná energie je účinná i tam, kde na ni člověk plně nevěří.

Obraťte se ke slunci a tak často, jak jen je vám to možné, zvedněte mu dlaně rukou vstříc. Dýchejte pravidelně, hluboce a vědomě sluneční energii a teplo. Při nadechnutí nechte vyznívat ve svém nitru slovo Bůh. Tak ponoříte svoje tělo a duši do proudu Božské energie a pocítíte její příjem tělesným a duševním posílením.

Obraťte se k západu, položte ruce křížem na prsa a dýchejte krční čakrou vědomě, pravidelně a hluboce slovo Ježíš. Zadržte dech a skloňte se při výdechu vodorovně k zemi. Opakujte několikrát toto cvičení, které uvolňuje vnitřní napětí a zásobuje tělo přílivem Božské energie.

Pozorujte zářící měsíc. Představte si, že z vašeho třetího, duchovního oka (mezi obočím) vycházejí stříbrná vlákna, kterými vysíláte při nádechu i výdechu k měsíci světlo, prostupující celým tělem.

Toto cvičení zadržuje působení negativních sil. Příjem a vysílání světelné energie můžete zesílit tím, že se zároveň snažíte vysílaná vlákna proniknout očima bez pohybu zřítelnice.

Pro ty, kteří žijí ve stálém boji s časem a ve stresu, je vhodné následující cvičení, které trvá jen několik vteřin a je možné je provádět i na pracovišti. Opakujeme je tak často, jak je nám to jen možné. Nejméně třikrát denně.

Hluboký nádech srdečním centrem a koncentrace do Třetího oka se soustředěním na vnitřně vyslovená slova: *síla*, *harmonie*, *klid*. Energie těchto slov proudí s výdechem do pupeční čakry, otevírá čakry nohou, kudy odchází nashromážděná nepříznivá energie. Tyto zůstávají až do večera otevřeny a je nutné je před spaním uzavřít tím, že položíme levou nohu přes pravé stehno a hladíme asi desetkrát pravou rukou chodidlo nohy od paty k prstům. Totéž opakujeme s nohou pravou, kterou uzavíráme levou rukou.

Cílem popsaného cvičení je posílení a uzavření se proti vyčerpání ve stresových situacích. Čím častěji je cvičení prováděno, tím je účinnější. Během doby se stane nepostradatelným návykem a převezme je a automaticky provádí vegetativní nervový systém.

Velmi těžkým stavem jsou duševní deprese. Deprese je nápor v podvědomí nashromážděných energií nepříznivých životních zážitků, zesilovaných působením negativních sil. Ty využívají nedostatečné citové a myšlenkové kontroly nemocného, usazují se v jeho otevřené auře a ovládají ho strachem a nepříznivými inspiracemi. Depresí trpícím je doporučováno třikrát denně následující cvičení:

V oblasti srdečního centra existuje bod, nazývaný bodem strachu. Těm, kteří trpí strachem, způsobuje při stisknutí velkou bolest. Hledejte a stiskejte několikrát denně tento bod ukazovákem pravé ruky. Cvičení má být prováděno ve stoje, s obličejem obráceným k východu. Spojte se myšlenkově v důvěře a s láskou s vaším duchovním průvodcem a prostě ho, aby vás zahlalil ve formě spirály do ochranné *modré* energie. Vdechnete zhluboka srdečním centrem harmonii, mír a přesvědčení o brzké pomoci, vydechnete strach, životní letargii, vše, co vás tíží. Po několika dechových cvičeních nechte dech proudit do bolavého bodu a prostě duchovního průvodce o odstranění frekvencí strachu. Tlačte silně na bod strachu, i když vám jeho bolest vhná slzy do očí, tři až sedm vteřin. Pak dýchejte dále klidně, zhluboka a vydechnete vědomě všechno zatěžující a veškerý strach.

Na konci cvičení prostě duchovního průvodce o uzavření aury a nezapomeňte před spaním uzavřít čakry nohou, kudy byla nepříznivá energie odváděna k zemi.

Nejvhodnější dobou pro toto cvičení je ráno po probuzení a večer před spaním. Snažte se však celý den o kontrolu myšlenek a pocitů, abyste udrželi uzavřenou auru.

Pro mnohé z vás je velkou pomocí během dne stále znovu vnitřně myslet a vyslovovat podle potřeby a dané situace slova *klid, mír, harmonie...* Těmito slovy aktivovaná energie působí hlavně v situacích, kdy v důsledku otevřené aury ztrácíme kontrolu pocitů a představ a poléháme negativním sugescím.

Uvolňovaná energie těchto slov vychází z čelní čakry a je aspektem nesmírné síly duchovní vůle. Zformována ve Třetím oku přechází do malého mozku, odkud je uvolňována ve formě pocitů harmonie a uklidnění.

Albert Einstein:

„Proč nestvořil Bůh svět beze zla a špatností ? Nejlepší malíř není schopen malovat bez stínu, který je nutný, aby zářily barvy světla.“