

„Dozrál čas prožít zázrak v nás,“ říká Clemens Kuby a dodává, „ten, kdo se vyléčí, má pravdu.“
Ve svém bestselleru *Na cestě do sousední dimenze* přiblížil svoje cesty za léčiteli a šamany celého světa a dokumentoval různé formy duchovního léčení. Sám se vyléčil z ochrnutí způsobeného přerušením míchy a nyní využívá toho, co se během let dozvěděl o procesech samoléčení a o svém vlastním uzdravení. To, co po dvě desetiletí považoval za zázrak, nyní rozšířoval a rozvinul v metodu, která ukazuje i ostatním lidem cestu k jejich samoléčebným silám.

Každá doba bez ohledu na situaci je příležitostí k tomu, aby každý člověk převzal odpovědnost za své léčení a zdraví. Osud Clemense Kubyho a mnoha dalších lidí dokazuje, že zdraví je především otázkou rozšíření vědomí. Autor dnes praktikuje tento poznatek se stovkami účastníků svých seminářů a má přitom vynikající výsledky.

Tato kniha vás krok za krokem dovede k vaší vnitřní samoléčebné síle. Během její četby a prožívání jejího obsahu odhalíte netušený léčebný potenciál. Pochopíte, že vyléčení leží v nitru každého člověka – a tedy i ve vašem. Všechny zkušenosti, které v procesu samoléčení získáte, budou vaše vlastní. Dodají vám odvalu a důvěru, propůjčí vám sílu a svobodu. Můžete začít, třeba hned teď.

CLEMENS KUBY

LÉČENÍ

ZÁZRAK V NÁS

LÉČENÍ

CLEMENS KUBY

ZÁZRAK V NÁS

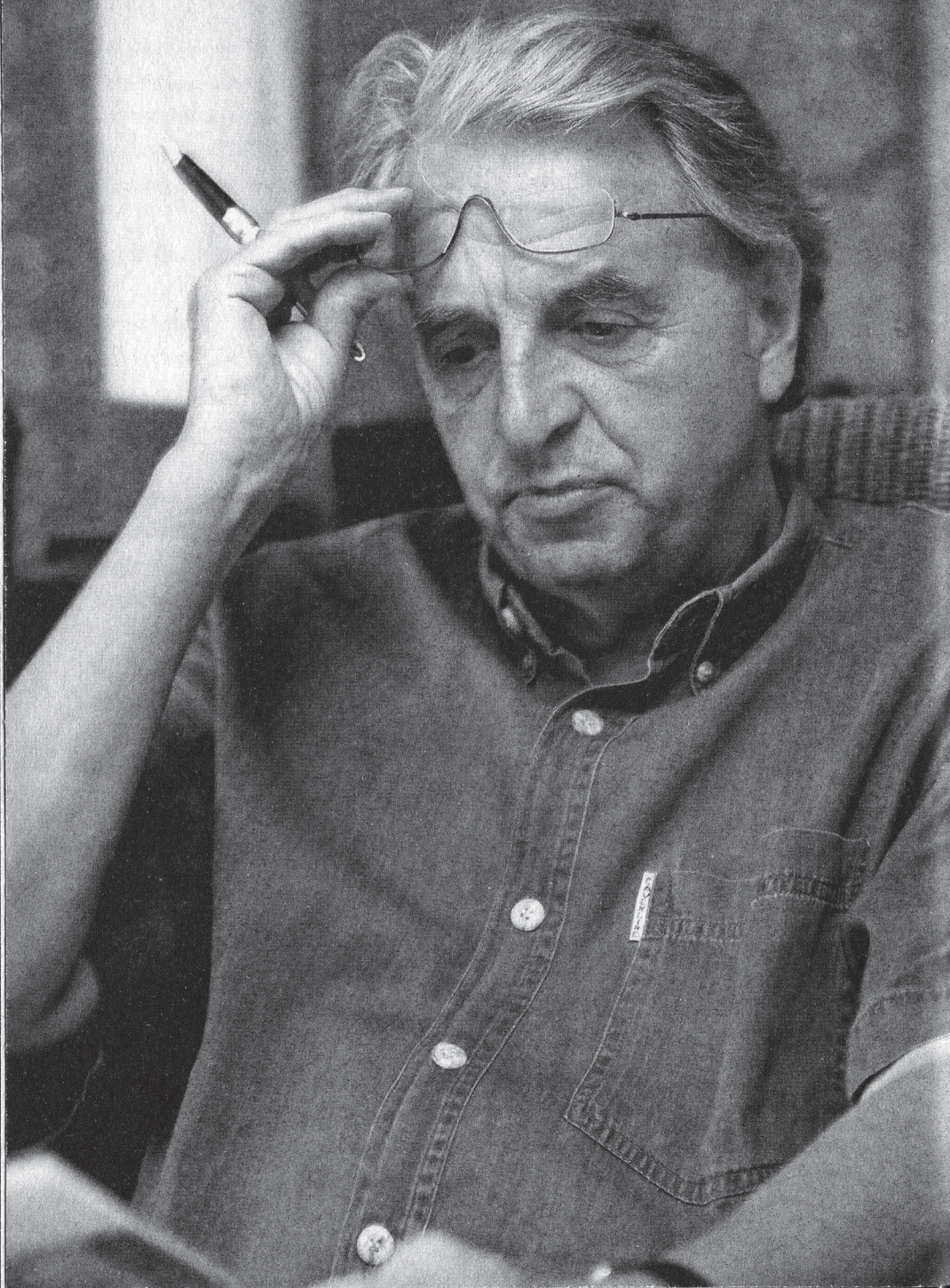
ĚMIN

Úvod

Velký ohlas na mou předchozí knihu *Na cestě do sousední dimenze* pro mě byl výzvou. Mnoho čtenářů vyjádřilo přání dozvědět se, jak je možné aktivovat své samoléčitelenské síly. Léčení vědomím fungovalo nejen v mém případě, ale i v jiných kulturách a u jiných nemocí, s nimiž jsem se setkal na svých pracovních cestách po pěti kontinentech. Rozhodl jsem se přání čtenářů vyhovět a nabídnout jim sebezpoznávací seminář s názvem „Člověk, duchovní bytost“. Nezůstalo u jednoho semináře. Bylo jich více, protože se rozkřiklo, že je skutečně možné se za víkend naučit aktivovat svoje samoléčitelenské schopnosti a že člověk zdaleka není odsouzen k tomu, aby pasivně čekal na zázrak. Práce na těchto seminářích a mé vlastní zkušenosti mě stále více a více utvrzovaly v tom, že nejsem ojedinělý případ, nýbrž že se zázrak uzdravení duchovní cestou může odehrát u každé bytosti.

Zkušenosti s mnohými příběhy onemocnění a vyléčení mi dodaly jistotu a odvalu napsat druhou knihu o duchovním léčení. Čím více se tímto tématem zabývám, tím poznávám více metod, kterými můžeme aktivovat své samoléčitelenské síly. Bez ohledu na to, kterou z těchto metod zvolíme, jde v jádru vždy o proces vědomí.

Neexistují žádné, vůbec žádné hranice rozvoje, tyto hranice stanovuje jediné naše vědomí. Vše, co se v jakékoli formě materializuje, je duchovní proces, proces vědomí, při němž se nápad, myšlenka nebo obecně řečeno duchovní impuls zhušťuje, komprimuje. Když si necháme od fyziků vysvětlit, jaké složení má hmota, ať je jakéhokoliv druhu, musíme připustit, že hmota, přestože ji tak nazýváme, se skládá z 99,9 % z vakua. To, co se z myšlenky zkomprimovalo, představuje pouze 0,1 % – a už můžeme tuto myšlenku uchopit, změřit, zvážit a zacházet s ní tak, jak to přírodní vědy umožňují. I většina každého atomu, tedy přesně 99,9 %, byla dosud označována jako vakuum a od objevu *Global Scalingu* zjevně nosí své jméno neprávem, protože toto vakuum není zdaleka prázdný prostor, ale je plné kmitání, energie a inteligence – zkrátka plné ducha, který se ještě nezkomprimoval natolik, abychom ho mohli nazývat hmotou.



Dr. Hartmut Müller, objevitel *Global Scalingu* (1982), to nazývá „vlastním kmitáním hmoty na nejnižší energetické úrovni“. V tomto smyslu již nerozlišuje mezi duchem a hmotou, neboť mezi nimi z fyzikálního hlediska neexistuje rozdíl – v obou případech jde o frekvence na různé úrovni.

Tento poznatek je základem toho, že esoterika a fyzika zkoumají stejné jevy. Jen je ještě třeba uplatňovat tento poznatek v každodenním životě. Dosud tomu brání naše fixace na zmíněnou jednu desetinu procenta našeho bytí, na jejímž základě se považujeme za materiální, tělesné bytosti, které reagují primárně na tělesné, materiální podněty. Tato kniha pojednává o tom, že takzvané tělesné potíže nemají tělesné, nýbrž duchovní příčiny.

Dopomůže čtenáři k vědomí, kterého je zapotřebí k samoléčení na základě duchovních podnětů. Nejde přitom o to, abychom zvyšovali vlastní inteligenci, nýbrž o to, abychom ji spojili s inteligencí univerza. Neodtrhujeme se od vesmíru, nýbrž pracujeme s ním, s přírodou – což je jen jiný výraz pro kosmos, univerzum, vesmír, Alláha, Boha atd. – říkejme tomu, jak chceme. Jde o jedno a totéž, protože kdyby byl Bůh něčím nadpřirozeným, byl by odtržen od nás, od přírody, a nebylo by možné s ním pracovat.

Pokud zásadně nerozlišujeme mezi sebou a všemi ostatními bytostmi, můžeme komunikovat se všemi bytostmi bez rozdílu. Bytost je charakterizována tím, že žije, pulzuje, komprimuje, dekomprimuje, kmitá, tedy vytváří frekvenci. Dosavadní fyzika považovala tuto frekvenci za chaos.

S pomocí nejnovějšího základního kosmického výzkumu a s přihlédnutím k dosud opomíjeným poznatkům geniálního matematika Leonarda Eulera (1707–1783), objevitele přírodní konstanty e , Dr. H. Müller již v roce 1982 objevil „melodii vesmíru“, která vyjadřuje harmonický souzvuk všech měřítek obsažených v univerzu, od galaxií až po nejmenší elementární částice. Nalezne-li si cestu do našeho obecného vědomí, přinese lidstvu netušená zlepšení ve všech oblastech života. Tento objev dokazuje, že všechny jevy mají tytéž charakteristické vlastnosti, které z nás lidí činí inteligentní a duchovní bytosti. Naše pýcha nebo egocentrismus, že jsme pány tvorstva, je stejně absurdní jako teorie velkého třesku. Hubbleovým teleskopem je možné pohlížet 14 miliard světelných let do minulosti, a nenacházíme tam méně vesmírných těles než dnes.

Tento a mnoho dalších nově objevených jevů nám naznačuje, že tradiční fyzika už není schopna logicky vysvětlit naši existenci. Fyzika, která nebere v potaz faktor ducha, stejně jako medicína, která nezná duši, zanedbává 99,9%

našeho života. Důsledky toho pocítujeme velmi silně: nemoci, katastrofy, války – život na této planetě degeneruje.

Je jen a jen naší individuální odpovědností to změnit. Je na nás, abychom se opět spojili se svou duší, abychom s ní navázali kontakt. Můžeme začít vědomě komunikovat se svými buňkami, se zvířaty, s rostlinami, s prvky, se zemí, s hvězdami, s Bohem, s kosmem, s univerzem, s elementárními částicemi, se všemi bytostmi, a uvést se s nimi do souladu. Nikdo se za to nemusí stydět, protože každý z nás je – vědomě či nevědomě – vystaven neustálému vzájemnému působení se všemi těmito silami. Pokud si to uvědomíme, vede to k nastolení příznivého stavu rychleji, než kdybychom probírali otázku, zda je to vůbec možné nebo zda je to v souladu s panujícím světovým názorem a s uznávanou filozofií. Znovu slyšíme svoji duši hovořit, buňky odpovídají, zvířata komunikují a stavy bytí lze pocítit bez omezení časem a prostorem. Všechny zkušenosti, kterých nabýváme během procesu uvědomování, jsou naše vlastní zkušenosti, které nám dodávají odvalu a důvěru, sílu a svobodu. Můžeme s tím začít hned teď.

Clemens Kuby, léto 2005



I

Zázrak
ve mně

1 / Katastrofa se stává štěstím

Spontánní vyléčení

Když při přípravách mé knihy *Na cestě do sousední dimenze* došlo na poslední redigování, zatelefonovala mi moje lektorka a zeptala se mě: „Popisujete, jak se vám po vašem úrazu s diagnózou přerušení míchy za několik týdnů vrátil cit do pravé nohy. Nejde náhodou o překlep? Nemělo by tam stát ‚vrátil se mi cit do nohou‘? Pokud ne, co bylo s vaší levou nohou?“ Ta otázka mě šokovala, protože jsem o tom od svého úrazu v roce 1981 ještě nepřemýšlel, a velmi mě to udivilo. Odpověď byla skryta ještě stejně hluboko jako to, co jsem věděl o léčení své pravé nohy, když jsem začal knihu psát. „Musím to zjistit,“ odpověděl jsem a poděkoval za pozorné čtení.

Vysvětlení přišlo bohužel pro onu knihu příliš pozdě, protože jsem nedokázal tuto záhadu vyřešit rychle. Musel jsem nejprve rekapitulovat celý proces léčení od okamžiku, kdy jsem si zlomil páteř, a to vyžadovalo čas a znovu vyplavilo na povrch bolestné vzpomínky. V té době jsem se ale už nebál usilovat o objasnění duševní příčiny, protože jsem se stále znovu přesvědčoval o tom, že každá bolest v sobě skrývá poklad, který se vyplatí hledat a nalézt, chce-li se člověk vyvíjet. Někde mezi mým pádem ze střechy a propuštěním z kliniky leželo ukryté tajemství vyléčení...

Diagnóza přerušení míchy

Dva sanitáři, kteří mě několik hodin po pádu naložili na nosítka, konstatovali, že mám obě nohy necitlivé. Vysílačkou požádali o povolení dopravit mě do 87 km vzdálené nemocnice v Bad Mergentheimu u Würzburgu, protože dvě

bližší kliniky nepřijímaly případy úrazu míchy. Pro posádku záchranky jsem jasný případ ochrnutí následkem přerušení míchy. Později to lékaři potvrzují na základě testu citlivosti a rentgenových snímků. Můj druhý bederní obratel (L2) je roztržštěný, a proto se všechny funkce vegetativního nervového systému od pasu dolů přerušily. Možná by mohla fungovat kontrola močového měchýře, ale kontrola střeva pravděpodobně ne.

O této diagnóze byl vyrozuměn můj bratr v Mnichově, který ihned začíná jednat a dotazuje se na renomované evropské klinice pro úrazy páteře v Heidelbergu-Schlierbachu, zda mě přijmou. Dostává se mu kladné odpovědi za předpokladu, že klinika v Bad Mergentheimu s tím souhlasí a že mě na vzdálenost 120 kilometrů přepraví vrtulník. Primář ve Schlierbachu totiž striktně odmítá léčit kromě pourazového poškození ještě případná další, k nimž by mohlo snadno dojít při přepravě sanitkou po okresních silnicích.

Můj bratr vynakládá velké úsilí, aby telefonicky přemluvil jednak lékaře v Bad Mergentheimu, aby mě propustili, jednak abych dostal vrtulník. Ani Červený kříž, ani ADAC a další organizace nemají volné kapacity. Nakonec se bratr obrací na armádu. Ta má naštěstí nedaleko leteckou základnu, kde se právě dokončuje sanitární heliport pro cvičné účely, aby bylo možné zachraňovat kamarády zraněné za frontou na nepřátelském území. „Pokud souhlasíte s tím, že budeme vašeho bratra brát jako cvičný případ, můžeme startovat za několik minut.“ A tak začíná další drama...

Apokalypsa

Najednou slyším nad klinikou vrčet helikoptéru. Pilot si musí sám najít místo na přistání. Klinika nemá heliport a navíc se pilot nachází „na nepřátelském území“. O několik minut později se rozletí dveře mého pokoje a dovnitř vrazí nejdřív dva a pak tři vojáci v maskáčích, kanadách a v plné polní s ručními granáty na opascích, na hlavách ocelové přilby, jeden má na zádech tornistru, ze které vykukuje anténa vysílačky. Dva z nich drží v rukou samopaly, připravené k palbě. „Tady leží! Naložte ho!“ Sestřičky instinktivně zvednou ruce vzhůru. Velitel s lékařem přistupují k mému lůžku. „Jste pan Kuby?“ „Ano.“ „Máme vás převézt do Heidelbergu. Jste připraven?“ „Ano.“ „Nebojte se, je to jen cvičení.“ Ve třech mě opatrně překládají na vakuová nosítka, která si přinesli s sebou.

Velitel trvá na tom, že mi nosem zavedou do žaludku sondu. „Nahore to může házet.“ A jde se! Dva zvednou nosítka, vpředu i vzadu jdou ozbrojení vojáci a jistí transport ze všech stran. Velitel běží vedle nosítek a drží nahore baňku s infuzí, kterou mám zavedenou do žíly. Venku prší. Nezakryjí mi obličej.

Vrtulník, do kterého mě nakládají, stojí na hřišti. Sotva jsem uvnitř, naskočí vedle mě pekelně hlasitý motor a už se odlepujeme od země. Pilot prudce otáčí stroj, prolétá mezi domy a stoupá kolmo vzhůru. Vojáci mají pod přilbami sluchátka a mikrofony, kterými spolu komunikují. Nalevo ode mě, vtěsnaný mezi okénkem a nosítky, sedí velitel a drží mě za ruku. Na druhé straně řve motor. Dva vojáci sedí v kokpitu, další dva za granátometry a tváří se zaujatě.

Moje myšlenky běží jako splašené. Kam jsem to v životě dotáhl? Něco se tady strašlivě zvtřlo. Prohrál jsem svůj život. Velitel se snaží přehlušit pekelný řev motorů a křičí na mě: „Před námi je povětrnostní fronta, ale nemáme dostatek paliva, abychom se jí mohli vyhnout. Musíme jí proletět.

KONTRAHENTI Možná to bude trochu nepohodlné.“ Za tři minuty se kolem
EGO A DUŠE nás rozpoutá peklo. Déšť nebo kroupy buší do okenních ta-
MILUJÍ DRAMA. bulek. Vrtulníkem to hází sem a tam. Dostávám strach. Něco takového jsem ještě nezažil. Počítám, že se každým okamžikem zřítíme. Motor zavyje, sníží otáčky, zdá se, že se zastaví. Jsem skoro bez sebe. Jako by nestačilo, že jsem ochrnutý, za okamžik můj život skončí při strašlivé katastrofě. A uprostřed této paniky a největší hrůzy se strach rozplyne. Najednou se ve mně rozhostí naprostý klid a citové prázdno. Jako při zpomaleném záběru výbuchu se ve mně rodí jasná, vše prostupující myšlenka: Odpoutávám se. Je tak silná, že mi hlasitě splyne ze rtů: „Odpoutávám se.“ Velitel křičí do burácení hromu a oslepujících blesků: „Cože?“ Zůstávám mu dlužen odpověď. V duchu dělám čáru za vším, co bylo. Neexistují kompromisy ani oportunismus. Už nikdy se nevrátím domů. Moje manželka už není ani o sekundu déle mou manželkou. Naše společná existence včetně pohostinství, které jsme ve svém domě zřídili, je minulostí. Stavba přístavku skončila. Moje matka si musí svůj domov na stáří, který jsem jí slíbil, hledat někde jinde.

Uznávám, že jsem ztroskotal. Je to pro mě velká hanba. Porušuji všechny svoje sliby. Na to ale už neberu žádné ohledy. Ať se stane, co se má stát, já už nemůžu dál. Je konec. Po tváři mi stékají slzy. Velitel si myslí, že mám bolesti, já ale nic necítím. Moje tělo se vznáší. Peklo, které běsní kolem, se mě nedotýká.

Pro mě za mě se můžeme zřítit. Už s ničím nepočítám. Nestojím o soucit, nikdo mě nemusí utěšovat. Omlouvám se všem, které hanebně zklamám, a vyvozuji z toho důsledky. Odpoutal jsem se od svého dosavadního života.

Velitel mě bere za ruku: „Hned z toho budeme venku.“ Kontroluje mou nosní hadičku, kterou do plastové láhve na háčku vedle nosítek odtéká bělavě zelený hlen, a říká: „Vám je špatně, vidíte?“ Na souhlas pomalu zavírám oči. Krátce poté přistáváme u kliniky pro úrazy míchy v Heidelbergu-Schlierbachu. Ujímá se mě skupinka bíle oblečených zdravotních sester, ošetřovatel a lékař. Velitel salutuje a předává jim hnědou obálku z kliniky v Bad Mergentheimu s lékařskou zprávou a rentgenovými snímky. Pak se se mnou rozloučí letmým, ale srdečným dotykem.

Důslednost

Po mé první noci na klinice v Heidelbergu-Schlierbachu za mnou přichází sestřička se zprávou: „Pane Kuby, volala vaše paní, teď vyjíždí z domu a asi za tři a půl hodiny bude tady.“ Byla pryč s jedním přítelem a teprve po svém návratu se dozvěděla, co se mi stalo. „Řekla jsem jí,“ pokračuje sestra, „že za vámi může přijít i mimo návštěvní hodiny.“ „Sestro, prosím vás, já nechci, aby za mnou chodila.“ „Ale proč?“ „Nechci.“ „Ve svém stavu byste si to měl dobře rozmyslet.“ „Sestro, prosím...“ „Jak myslíte.“ „Až přijde, řekněte jí něco o mém zdravotním stavu a že by pro mě teď byla návštěva příliš vyčerpávající.“ „Když si to přejete, vyřídím jí to.“ „Děkuji.“ Nemohu po zdravotní sestře vzkazovat své ženě – nazývám ji tak, přestože nejsme manželé – že náš vztah skončil, ale nemůžu jí to ani povědět sám. Na to se ještě necítím dost silný. Mám strach, že by mi mohla moje rozhodnutí rozejít se s ní začít rozmlouvat, nebo je dokonce ignorovat. Musím si své rozhodnutí chránit. Jakmile budu schopen psát, sdělím jí je písemně.

Sestra jen s nejvyšším úsilím dokáže zabránit mé ženě vstoupit do mého pokoje. Přináší mi od ní kyticí květů, kterou přijímám, protože ji stále ještě miluji, ale tahle láska mě ničí. I když nemám nejmenší tušení, jak budu žít dál, nemůžu dělat kompromisy. Taková katastrofa má své důsledky. Vzhledem k mé bídné situaci by možná bylo „chytřejší“ naši lásku obnovit. Řekla by: „Miluji tě a budu ti pomáhat. Život jde dál. Na 150 000 dalších vozičkářů se s tím také vyrovná,

proč by se to nemělo podařit nám? Budeme dostávat příspěvky, postavíme si dům nebo najdeme jiné řešení.“ Nechci to poslouchat, to není řešení, byl by to odporný oportunismus. Styděl bych se před svou duší. Musím se zaměřit úplně jiným směrem. Nevím sice, co a jak bude, ale vím, že tak jako dosud to dál nejde. Odpoutání je (z mé strany) dokonáno. Dostávám zprávu, že moje žena rozzlobená a s pláčem opustila kliniku.

Záblesk světla

Pak mě vezou na mém speciálním lůžku na vstupní vyšetření. Hlavní slovo má primář prof. Paeslack. Přistoupí ke mně s otázkou: „Copak jsme to prováděli?“ „Spadl jsem ze střechy.“ „A co jste dělal na střeše?“ „Můj dům stojí ve svahu. Když chci jít na zahradu, můžu se tam dostat oknem přes střechu, protože střecha končí jen metr nad zemí.“ „Touhle cestou jste ale asi nešel.“ „Ne. Pršelo, střešní tašky byly kluzké a já jsem se smekl. Přepadl jsem přes hřeben na stranu, kde je štít, letěl jsem o čtyři patra níž a dopadl jsem na asfalt.“ „Tak se podíváme, kde vám zůstal nějaký cit. Kolegové v Bad Mergentheimu vás včera už důkladně vyšetřili, jak vidím.“

Hlasitě předčítá z lékařské zprávy: „Fraktura druhého bederního obratle. Ochrnutí. – Kam až něco cítíte?“ Vytahuje z kapsy svého pláště jehlu a píchá mě do ruky. Od pasu dolů nevykazují žádné reakce, ani na genitáliích, pak se ale dotkne vnitřní strany mého stehna.

„Tady...!“ říkám, „tady na levé noze jsem myslím něco cítil.“ „Tady?“ ptá se Paeslack a píchá mě do vnitřní strany stehna a do vnější strany lýtky. „Bylo to tam nahoře!“ Udělá to znovu: „Co cítíte?“ „Píchnutí, ale hodně vzdáleně.“ „Tupě?“ „Ano.“ „Výborně, a teď vás znovu zrentgenujeme. Je to mnohem lepší, než říká zpráva.“

Znovu si prohlíží rentgenové snímky z Bad Mergentheimu. „Kolegové to udělali výborně, ale já bych přece jen rád viděl CT. Jestli tam vlevo něco je, musíme to najít.“ „No ano,“ mýnil tehdy vrchní lékař, „v tak krátké době po úrazu se ještě může něco změnit, ale na diagnóze (ochrnutí a vozík) se nic nemění, protože po jedné noze se nedá chodit.“

Měl pravdu, vždycky se může něco změnit, zejména v prvních hodinách a dnech po úrazu. Mohou to být změny k lepšímu i k horšímu. Otázkou ale je,

kdy se něco změní k lepšímu a kdy k horšímu. Obvyklá odpověď zní: „To se nedá odhadnout.“ „Ale dá“, jak dnes vím. Duše ví, co dělá, a vyjadřuje to fyzicky. Mezi včerejší a dnešní diagnózou se stalo něco rozhodujícího – odpoutal jsem se. Tato souvislost mi ovšem zůstala celých 22 let skryta. Teprve díky otázce mé lektorky: „Co bylo s vaší levou nohou?“ jsem si uvědomil, že moje duše odměnila mé rozhodnutí odpoutat se od dosavadního života vytvořením synapse, která zahájila spontánní léčebný proces.

O rok později, když mě propouštěl z kliniky, mluvil vrchní lékař o spontánním vyléčení. Souvislost mezi léčením a mou radikální změnou života neexistovala a ani se o ní nikdy neuvažovalo. Není na tom nic divného, protože kdybych byl neměl možnost později mnoho let studovat po celém světě duchovní léčení, neviděl bych tuto souvislost ani dnes, ačkoliv jsem ji sám zažil. Spokojil bych se také s pojmem „spontánní vyléčení“. Dnes mám zcela jiný světový názor a dívám se na nás lidi především jako na duchovní bytosti s duchovními příčinami tělesných symptomů. Mé tehdejší rozhodnutí ve vrtulníku odpoutat se bylo příčinou toho, že se do mé levé nohy znovu tak rychle vrátil život. Tímto radikálním rozhodnutím jsem své duši naznačil, že jsem ji pochopil, a moje duše pochopila, že to myslím vážně. Tím byla část jejího poslání splněna a ona mohla znovu odstranit symptom, který přivolala, aby učinila přítrž mému konání. Byl jsem ovšem poněkud nechápavý, proto se musela situace patřičně dramaticky vyhrotit, abych konečně udělal to, co jsem měl udělat už o mnoho let dříve, respektive co jsem vůbec neměl začínat. Pozdě, ale přece...

**VYPLATÍ SE HLEDAT
SOUVISLOSTI.
NĚKDY JE POZNAME
TEPRVE PO LETECH.**

Ulehčení duši – záchrana těla

Dnes existuje vyzrálejší posouzení mého osudu, odpovídající stanovisku: Bude to k něčemu dobré. Bráno z vyššího hlediska je každá zkušenost nutná pro vývoj člověka. V mém případě nelze říci, co jsem měl udělat jinak. To, co se tehdy stalo, bylo zřejmě nezbytné pro dnešek, a proto je správné a dobré i to, jak se to stalo. Když se ohlídím zpátky, v žádném případě nezatrácuji sedm let svého života strávených na venkově. Stojím si i za svou tehdejší láskou, za svým rozhodnutím založit Stranu zelených a za svými řemeslnými výkony, jimiž jsem

dokázal vlastnoručně zvýšit cenu své nemovitosti na čtyřnásobek. A v důsledku toho si stojím i za koncem této epochy, za svým pádem ze střechy.

K této příznivé bilanci ovšem dospívám teprve nyní, když prožívám, čemu mě naučila zkušenost být ochrnutý a znovu moci chodit. V mém starém pojetí nebyl příběh mého ochrnutí včetně ztroskotaného vztahu ničím jiným než katastrofou a byl jsem dalek pozitivního hodnocení. Dnes, o dvě desetiletí později, mohu tuto zkušenost uvítat.

Ten, kdo už v okamžiku, kdy je zasažen osudovou ránou, dokáže vše vidět pozitivně, je osvěcený a je schopen v každé zkušenosti, byť sebebolestnější, nalézt bezprostřední přínos pro svůj vlastní vývoj. Pokud ale někdo je tak daleko, konflikt jeho života se pravděpodobně ani nevyhročí natolik, že by se dal vyřešit jediné ranou osudu.

Dnes je mi jasné, že nastavení výhybek pro vyléčení mé levé nohy proběhlo ve vrtulníku, zatímco jsme byli zmitáni bouří a můj strach a zoufalství dosáhly vrcholu. Problém byl vyřešen. Moje rozhodnutí odpoutat se bylo počátkem mého vyléčení.

Co bude?

Proč zůstala moje pravá noha ochrnutá? Proč se zpočátku zdálo, že další léčba není možná? Přerušené nervy jsou přerušené nervy a už nikdy znovu nesrostou, tento názor byl tehdy – počátkem 80. let – všeobecně rozšířen a sdílela ho většina lékařů i pacientů. I když bylo od té doby mnoha pokusy na zvířatech dokázáno, že přerušené nervy je možné opět spojit, stanovisko, že máme co do činění s hmotnými procesy, se nezměnilo. Zvykli jsme si posuzovat tělesné pochody z tělesného, materiálního hlediska. Neuvědomujeme si, že tímto způsobem přistupujeme k problémům z opačného konce. Považujeme-li se za duchovní bytosti, jsou všechny tělesné příznaky projevem duchovních pochodů a emocionálního stavu.

Medicína málo využívá skutečnost, že „víra hory přenáší“. Onou „vírou“ přítom není míněna slepá nebo fanatická víra, nýbrž perspektiva dávající životu smysl. Přesvědčení, že je možné dosáhnout velkého a důležitého cíle, přenést horu, může dát životu nový smysl a novou sílu. U mě, poté co se mi zjevila nová perspektiva budoucnosti, totiž že mohu nabýt nového sebevědomí v Ladaku, to

netrvalo ani den, a vrátil se mi cit do palce pravé nohy. V knize *Na cestě do sousední dimenze* jsem podrobně popsal, jak se objevila moje nová životní perspektiva. Teprve nyní ale poznávám, respektive uvědomuji si názor sdílený mnoha kulturami, že minulost leží vlevo a budoucnost vpravo. Toto rozdělení je v naší kultuře patrné dokonce i na mnoha technických přístrojích (například na magnetofonech). Když jsem se vypořádal se svou minulostí, vrátil se život do levé strany mého těla, a když jsem našel perspektivu pro svou budoucnost, vrátil se život do pravé strany mého těla. Takto klasicky může probíhat léčení ochrnutí po úrazu míchy.

Běžně používaný pojem „spontánní vyléčení“ je pro tento léčebný proces spíš kontraproduktivní; říká jen to, že o procesu léčení nic nevíme, že nás překvapuje a udivuje, protože pro něj nemáme vysvětlení na materiální úrovni. Jen proto, že na materiální úrovni chybí logická souvislost příčiny a důsledku, nepozbývá ale zákon příčiny a důsledku platnosti. Každý jev má jak materiální, tak i duchovní stránku a na obou úrovních je třeba hledat princip kauzality. Dokonce i tam, kde je příčina materiálního jevu jasná, bychom měli posuzovat a zkoumat i duchovní stránku, neboť duchovní rovina vždy předchází rovině materiální. Když lze něco fyzicky dokázat, muselo se předtím odehrát něco duchovního, neboť jinak by k materiálnímu jevu nemohlo dojít. Pokud naše rozlišovací schopnosti začínají teprve tam, kde určité procesy zašly tak daleko, že se projevují materiálně, chybí v mnoha případech jejich hodnověrná příčina. Člověku pak nezbyvá nic jiného než hovořit o „spontánním vyléčení“ nebo o „zázraku“, podle toho, jakého je vyznání.

Pokud ale zahrnu duchovní a jemnomotné procesy na principu kauzality do svého světového názoru, ukazuje se, že zásadní choroba má zásadní příčinu, a že je proto zapotřebí stejné zásadního řešení, má-li být toto řešení (léčení) účinné. Tento proces nemá nic společného se spontánností, nýbrž se soustředěnou prací vědomí. Čím dramatičtější nemoc probíhá, tím dramatičtější změnu života její léčení vyžaduje. Nejde přitom jen o změnu vnějškovou, ale především o změnu, což se přirozeně projevuje většinou i vnějškovými změnami. Rozhodující je vnitřní, duchovní a emocionální proměna.

**VÍRA HORY PŘENÁŠÍ
A ROZŠÍŘUJE OBZORY.**

**ČÍM DRAMATIČTĚJŠÍ
JE PRŮBĚH CHOROBY,
TÍM DRAMATIČTĚJŠÍ
JE LÉČENÍ.**



Odraz ode dna

Prání zásadně změnit svůj život pro mě nebylo ničím novým. Už celá léta jsem se snažil sejít z nesprávně vytčené cesty. Chyběla mi k tomu ale odvaha uvědomit si chybný vývoj, do něhož jsem zabředl. To vedlo k vytvoření emocionální blokády. Čím déle jsem v tomto stavu setrval, tím mohutnější byl proces osvobození. Takový důsledek si člověk v odpovídající situaci odmítá uvědomit, přestože ho tuší. Místo toho doufá v zázrak nebo v něco podobného, co mu umožní vyjít z tohoto dilematu bez obětí. Když je tato blokáda konečně prolomena, říkáme tomu úraz.

Při pohledu zvenčí se úraz často jeví záhadný nebo náhodný, protože jeho průběh v sobě skrývá mnoho otazníků a iracionalit, takže vysvětlení podle lidského, racionálního úsudku není přesvědčivé. Hovoří se o souhrě nešťastných okolností. Vždy to však zahrnuje pouze fyzickou a nikoliv duševní rovinu. Na duševní úrovni není úraz náhodou, nýbrž tvrdým, logickým důsledkem potlačovaných konfliktů. Vycítit, kdy je dosaženo bodu, v němž duševní pohár přeteče, vyžaduje vysokou citlivost vůči duševním pochodům, kterou postižený často nemá, protože jinak by nebyl postižen. Kdyby dovedl přesně vycítit potřeby své duše, nedošlo by u něho k emocionální blokáde, která se nakonec musí vybit úrazem.

Vypěstovat si vysokou citlivost vůči duševním pochodům vyžaduje včas si uvědomit potřeby duše a jednat podle nich. Bez tohoto uvědomění jednáme proti potřebám duše a nevědomky tak navozujeme situace, kterými si vynucujeme změnu svých životních poměrů. Neuvědomělé jednání lze v racionální rovině diagnostikovat jako chybné jednání, které v intuitivní rovině vytváří přesně takový stav, jaký odpovídá duševnímu rozpoložení. V mém případě to znamenalo, že jsem si roztříštil druhý bederní obratel, tedy podle tradiční čínské medicíny právě ten bod, který měl být potlačen. Podle čínského pojetí lidského těla totiž ve druhém bederním obratli leží brána života.

Tim, že jsem celá léta přistavoval dům, jsem nedělal to, co si pro tento život představovala moje duše. Cihlu za cihlou jsem se zazdíval. Z pohledu duševního vědomí jsem si zazdil bránu života. Svým pádem ze střechy jsem tuto bránu znovu otevřel. Pro toho, kdo si neuvědomuje duševně-duchovní příčiny fyzických jevů, je zlomenina druhého bederního obratle pádem z patnáctimetrové výšky na asfalt čirá náhoda. „Náhoda“ je jen jiný výraz pro nevědomost.

Nutným fyzickým úkonem pro tento přesný osvobozující úder bylo mimovolné uklouznutí na zmoklých, kluzkých starých střešních taškách mého domu. Chtěl jsem použít obvyklou zkratku z okna svého ateliéru přes střechu do zahrady. Tim, že jsem uklouzl, byl zvrát osudu dokonán. Moje duše řídila dění tak přesně, že se „zazděná brána života“ roztříštila a byla znovu otevřená, to znamená, že jsem dostal šanci získat nový pohled na svůj život, ale ještě zbývalo udělat rozhodnutí, které by můj život změnilo. Diagnóza „ochrnutí následkem přerušení míchy“ zřejmě nebyla dostatečně dramatická. Moje psýcha potřebovala ještě bezprostřední strach ze smrti. Tento okamžik nastal, když se vrtulník zmítal v bouři.

Když se dnes sám sebe ptám, jak se mohlo stát, že jsem se vzdálil tak daleko od potřeb své duše a následkem toho došlo k takové katastrofě, nesmím za tím vidět jen přestavbu domu, nýbrž musím rekapitulovat svoji celkovou situaci. V okamžiku úrazu jsem prožíval nejen nešťastnou lásku, ale i citovou krizi, aniž bych si to ve skutečnosti přiznal. Osm let předtím, v roce 1973, jsem odešel z Berlína na venkov, do Hohenlohe, protože jsem slyšel, že tam existuje škola, ve které se zoufalí lidé během deseti dnů naučí být šťastní. Znělo to tak neuvěřitelně, že jsem za tou informací šel a chtěl jsem tam filmovat. Zjistil jsem, že jde o antroposofickou lidovou univerzitu, která rolníky během deseti dnů naučí, jak převést své hospodářství z chemicko-technického na biologicko-dynamický způsob hospodaření. Jde přitom o rolníky, kteří byli natolik postiženi ničivými důsledky chemických zásahů do přirozeného života rostlin a zvířat, že už nevěděli kudy kam, a někteří z nich dokonce působením vedlejších účinků těchto pesticidů, hormonů a umělých hnojiv onemocněli.

Deset dnů jsem tam točil a rozhodl jsem se, že budu žít s přírodou, ne proti ní. Na venkově jsem se dal dohromady s milovanou ženou a s jejími třemi dětmi, koupil jsem pro nás statek s pohostinstvím a slíbil jsem své matce, že jí v něm vybuduji bydlení na stáří, abychom se o ni mohli starat. Tim jsem ale nastoupil cestu, která mě odváděla stále dál od mé profese neboli od mého povolání filmového tvůrce. Jako náhradu za to jsem našel smysluplnou náplň své existence v tom, že jsem dostal nápad (a také jsem ho realizoval!) založit novou politickou stranu, která by měla žít s přírodou, a nikoliv proti ní, ve svém programu. Vzhledem k tomu, že už existovaly rudé, černé i žluté strany, byl název nové strany nasnadě: Zelení. Tento záměr mě zaměstnával sedm let,

a už první pokus o zvolení do zemského sněmu v Bádensku-Württembersku přinesl senzační úspěch. Moji stranickou ideu velmi rychle přijímalo stále více lidí v celém Německu a dokonce i v mnoha dalších zemích. Po našich prvních vyhraných volbách do zemského sněmu počet členů strany prudce stoupl z pěti tisíc na desetinásobek. O sedm měsíců později jsme založili celoněmeckou Stranu zelených.

V tomto okamžiku jsem vlastně mohl být se svým životem spokojen, ale úspěch vyvolal síly, na které jsem nestačil. Náhle bylo mezi zelenými mnoho těch, kterým už nešlo o obsah, ale jen o to, uspokojit svou touhu po moci, bez ohledu na to, jakými metodami a s jakými cíli. Nebyl jsem naprosto připraven dát ihned opět kormidlo z ruky. Do rozjetého vlaku naskočili lidé, kteří se všemožnými prostředky propracovali až k lokomotivě a tam se snažili prosadit nejrůznější triky a holým cynismem. Nedokázal jsem je zvládnout. Stranické cíle a programy, s nimiž jsem začínal a jimiž se mi podařilo nadchnout tolik lidí, byly zastupovány už jen z mocenskopolitického oportunistu. Pro svoji osobní ctižádost byli tito úspěšní taktikové připraveni hodit přes palubu všechno, o čem se domnívali, že by mohlo ohrozit jejich kariéru.

V lednu 1981 jsem z rozjetého vlaku vyskočil a mladé straně, které jsem pomohl na svět, jsem ukázal záda. V daném okamžiku jsem odmítal uvěřit tomu, jakou krizi to u mě vyvolá. Hledal jsem nový směr, a jako základnu jsem měl jen malé pohostinství ve vlastním domě. Tento hostinec, ve kterém jsem promítal videozáznamy své pokračující filmařské práce, nám sice dočasně přinášel radost a byli bychom z něho mohli žít, ale hrát si na hostinského naprosto neodpovídalo mým představám o životě.

Úraz v květnu následujícího roku to všechno ukončil, a o několik hodin později v helikoptéře jsem prodělal změnu, které bych bez této dramatické situace zřejmě nebyl býval schopen. Rozhodnutí, která jsem během své cesty učinil, a sliby, které jsem dal, měly takovou moc, že mi změna kursu připadala stejně dramatická jako situace, která se pak skutečně stala. Odchod od zelených vedl přes pád ze střechy k opuštění ženy, domu, matky a celé koncepce života na venkově.

Moje ego sice mínilo: „Je to všechno pěkné, tahle změna jen přichází o pár hodin později. Jako vozičkář nebudeš moci točit filmy a budeš potřebovat svoji ženu, aby tě vozila a pečovala o tebe,“ jeho hlas ale zanikl v řevu motoru helikoptéry a v dunění hromu. Zůstal mi jen pocit osvobození. Rozhodnutí bez

výhrad se ode všeho odpoutat vyvolalo v mé duši radost. Když člověk prožívá takovou transformaci, neuvědomuje si, že je to duchovní impuls k takzvané- mu spontánnímu vyléčení.

Bolesti

Je trochu nadnesené mluvit o vyléčení, protože skutečnost, že existuje jemná vazba mezi mou vůlí a mezi nervy mého palce u nohy, ještě zdaleka neznamena, že jsem zcela vyléčen a můžu opět chodit. I s touto znovunabytou schopností stále ležím zcela bezmocně na zádech jako převrácený brouk, a když mě na mém speciálním lůžku každé tři hodiny obrací jako sendvič, jsem degradován na úroveň kojence. Lehátko, na kterém mě polohují, je v hlavách pevně spojeno s druhým podobným lehátkem sestávajícím pouze z plachty upevněné v hliníkovém rámu, a v oblasti pánve ho dva ošetřovatelé tak pevně stisknou pomocí kulaté svorky o průměru jednoho metru, že se chvíli nemohu nadechnout, a pak mě bleskurychle obrátí. Obrat je tak přesný, že při něm nesklouznu ani o milimetr stranou. Podle polohovacího plánu přesně stanoveného lékařem, se spoustou malých polštářků a opěrek, mě pokládají tak, že jsou moje bederní obratle jak v poloze na břiše, tak v poloze na zádech stále v dekompresi.

Ani tato metoda, ani to, že opět existuje nervové spojení mezi horní a dolní částí mého těla, ani skutečnost, že se mnou zahájili cvičení v posteli, ale nezmiňuje moje bolesti – naopak. Chce to zatnout zuby a pokračovat, dolů ze speciálního lůžka, do vzpřímené polohy s pomocí vertikalizačního stolu, pak na vozíku do tělocvičny a tam nacvičovat pomalé pohyby nohama a první opatrné otáčení těla. Bolesti ale přibývá, místo aby jich ubývalo. Vysvětlení se nenajde.

Za čtvrt roku po úrazu lékaři nechtějí věřit počítačové tomografii. Dopraví mě vleže na vyšetření na neurologii do Heidelbergu. Tam mi provedou myelografii. Při ní se do páteřního kanálu vstříkují kontrastní látka s hořčíkem, zjednodušeně řečeno jedovaté olovo. V kanálu silném jako palec je zřejmě tolik místa, že hořík klesá dolů obratel po obratli a souběžně se pohybující rentgenová kamera na základě obsahu kontrastního prostředku může sledovat jeho tok. Sedím na stoličce, dvě sestřičky mě drží, z krku mi trčí kanyla zavedená do páteřního kanálu, kterou je dovnitř průběžně vstříkována kontrastní látka. Na všechny nervy v těle přitom působí takový tlak, že mám pocit, že se rozletím

na kousky. Ze všech pórů se mi řine pot, jsem na pokraji kolapsu, srdce bije jako splašené, téměř mi vypovídají smysly. Na monitoru je vidět, jak se páteřní kanál plní, ale u obratle L2 se proces zastavuje. Kontrastní látka už dál neklesá. Není možné další vstříkování. Vytahují mi kanylu z krku. Tlak zůstává. Nyní mě na speciální židli v závěsném zařízení obrací hlavou dolů a začíná stejná procedura, tentokrát od posledního kostrčního obratle.

**BOLESTI JSOU
ROZCESTNÍKY
DUŠE.**

Znovu mi zavádějí do páteřního kanálu kanylu. To je nejnáročnější okamžik celého testu, protože lékař musí poměrně velkou silou prorazit stěnu páteřního kanálu a pak jehlu okamžitě zastavit, protože by jinak poškodila míšní nervy a došlo by k ochrnutí. Lékař kontroluje svoje počínání na obrazovce rentgenu, na níž je kanyla velmi dobře vidět, zatímco nervy se skoro nedají rozeznat, a pak začne plynule vstříkovat kontrastní látku. Když se tlak na všechny nervy i v této části mé páteře zvýší, ztrácím vědomí. Proces se ale nemůže a ani nemusí přerušit, protože jsem upevněn v závěsu, který mě přidrží v potřebné pozici i bez mého přičinění, a proceduru je tedy možné dokončit.

Kontrastní látka poměrně rychle dosahuje k obratli L2 a ukazuje se, že blokáda v páteřním kanálu je přibližně šestimilimetrová. Probouzím se z bezvědomí, smím si lehnout a tři dny trávím hořčik, protože se kontrastní látka nedá znovu odsát a vylučuje se z těla jen pozvolna krevní difuzí. Během této doby mi je stále na zvracení, ale to je normální, když jde o takový jed.

Vyšetření bylo provedeno perfektně, nedošlo k žádnému poškození nervů. Všichni jsou spokojeni, protože teď je jasné, co je potřeba udělat. Je nutné páteřní kanál přesně v místě blokády otevřít, zjistit důvod blokády a pokud možno ho odstranit. Jinak hrozí nebezpečí, že při další mobilizaci mé páteře zablokovaná část (znovu) přeruší nervy, neboť lze předpokládat, že jde o kostní úlomek pocházející z roztržitého bederního obratle, který uvízl napříč v páteřním kanálu.

Plánovaná operace je mimořádně riskantní, ale nemám na vybranou a musím slepě důvěřovat milému chirurgovi s citlivýma rukama. Když o několik dní později otevře můj páteřní kanál a udělá do něho okénko cca 1,5 cm² velké, vidí svými brýlemi, které umožňují 130násobné zvětšení, páteřní kanál silný jako palec, kterým na dvou místech prosvítá cizí předmět. Jeho úkolem nyní je roztáhnout od sebe mikroskopicky malá nervová vlákna natolik, aby nejjemnějším

vrtáčkem, který existuje, mohl cizí těleso zpracovat, to znamená, že mezi nervovými vlákny úlomek kosti navrtá a tím ho rozmělní, aby ho pak bylo možné odsát. Je to choulostivá záležitost, při níž chirurg pracuje v řádu mikrometrů. Svě počínání může kontrolovat zvětšovacími brýlemi. Klidnou ruku mu nemůže zaručit nic. Riziko nesu jen já sám. Zda operace proběhla beze škod, to se ukáže teprve potom, co se probudím z celkové narkózy.

Ještě než znovu otevřu oči, cítím v zádech a v nohou nevýslovnou bolest, kterou nelze ničím zmírnit. Mou první myšlenkou je, že se operace nezdařila. Trvá to jen pár minut, a pak do mého pokoje vejde chirurg, stáhne mi pokrývku z nohou a zavelí: „Pohnout!“ Přitom mě štípe do prstů. „Dobře! A co druhá noha? Pohnout! Výborně!“ Stěžuji si na strašlivé bolesti. „To je OK. Museli jsme nervy hodně odklánět stranou, proto jsou ještě podrážděné. Hlavní je, že žádný nerv není přerušeno. Je to skvělé. Dokázal jste to.“ „Vy jste to dokázal.“ Usměje se a poplácá mě po nohou. Nedokážu se ani o milimetr pohnout a ani nic dalšího říct. Ležím na boku, protože rána na zádech je dalším zdrojem bolesti. Odchází, je spokojený, protože odvedl naprosto špičkový výkon. I jemu budu vděčný po zbytek svého života.

Zpátky na klinice pro úrazy míchy začíná dva týdny po operaci program nácviku chůze. Potřebuji pomoc všeho druhu: vertikalizační stůl, vozík, korzet, berle a dočasně dvě fyzioterapeutky, které mě podpírají. Denně absolvuji dvakrát hodinu a půl namáhavého tréninku, při kterém se ze mě řine pot. Bude trvat osm měsíců, než se ze mě stane do určité míry normálně chodící člověk, který odnese 10 kg na vzdálenost 100 metrů. Citlivost v pravé noze se ovšem už nikdy zcela neobnoví.

Kdo nebo co léčí?

V čem tedy spočíval vlastní proces vyléčení? V operaci, ve fyzioterapii, v mé změně způsobu života? Bez operace bych se byl patrně nikdy nezbavil bolesti. Byla špičkovým výkonem medicíny. Fyzioterapeuti říkají, že cit v prstech u nohy zdaleka ještě nebyl zárukou toho, že budu znovu chodit. Kdybych byl rok mimořádně tvrdě netrénoval, nebyl bych dnes vyléčený. Obě tato opatření byla zásadní. Kdyby to,

**SPONTÁNNÍ VYLÉČENÍ
JE ŽOLÍKEM PRO TO,
CO NEZNÁME.**

že dnes opět chodím, záleželo jen na usilovném cvičení, mohlo by chodit i mnoho dalších ochrnutých. Existují mnozí, kteří mají přinejmenším stejně silnou vůli jako já, kteří se několik hodin denně trápí až na hranici únosnosti, a přesto nemohou chodit. Podaří se jim sice získat zpět některé tělesné funkce, které byly dříve považovány za navždy ochromené, ale chodit se jich znovu naučí jen velmi málo, pokud jednou došlo k přerušení nervů.

Spouštěcím impulzem toho, že u mě jak operace, tak i tělesné cvičení mělo takový úspěch, bylo něco víc než jen vůle a dřina. Aby se nervy vůbec znovu spojily, k tomu byla zapotřebí celková změna života z hlediska fundamentálního rozšíření sebeuvědomění. Bez první jiskry, kterou bylo vyjasnění mé minulosti a získání nové perspektivy pro budoucnost, které jsem již popsal ve své předchozí knize, by nebyl žádný program nácviku chůze.

Propuštění

Při svém propuštění jsem zašel do kanceláře vedoucího lékaře, abych se s ním rozloučil. „Jsem vám velmi vděčný,“ říkám na úvod.

Poklepe mi na rameno. „Buďte rád, měl jste štěstí. K tomu není co dodat.“

„Jak to, že jsem měl takové štěstí? Můžete mi to vysvětlit?“

„Ptáte se, proč jste měl takové štěstí?“

„Jak to, že můžu zase chodit? To přece není normální.“

„Máte pravdu, čistě statisticky připadá zhruba na 30 000 případů ochrnutí jedno spontánní vyléčení, a tentokrát jste to byl vy. Buďte rád.“

„Co je to spontánní vyléčení?“

„Vyléčení, které proběhne spontánně, jak už to slovo samo naznačuje.“

„Jak je to možné? Co se stalo?“

„Podívejte se, to jsem vám přece už vysvětloval několikrát,“ říká a přistupuje ke schématu míchy, které visí na stěně. „Vaše míšní nervy byly přerušeny na úrovni obratle L2, a zřejmě se znovu spojily. Pokusy na zvířatech dokazují, že to teoreticky může být za určitých okolností možné i u člověka, ale my jsme na tento proces neměli žádný vliv.“

Nemám slov. Nevím, jestli mám plakat, radovat se nebo vrtět hlavou.

Lékař mi ještě jednou poklepe na rameno. „Na něco takového člověk prostě musí mít štěstí... Mějte se dobře. Na shledanou. Doufám ovšem, že vás tu už

neuvídíme jako pacienta. Udělali jsme, co jsme mohli. Provedli jsme přesně v místě přechodu mezi obratli L1 a L2 tak silnou dekompresi vaší páteře, jak to šlo, abychom vytvořili co největší prostor pro spontánní remisi, ale neexistují žádné léky, žádné masáže, žádné metody, které by dokázaly přimět nervy, aby se znovu spojily.“

Loučím se s ním, s nemocničním personálem, který jsem si velmi zamiloval, a s pacienty, s nimiž jsem sdílel pokoj a s nimiž jsem se sblížil. Někteří z nich ještě leží na lůžku, jiní se už dokázali posadit na vozík. Zavazadlo mám na vozíčku, který můžu sám tlačit. Kráčím opatrně a ztuha, protože zatím nemohu chodit bez korzetu. Všichni mi říkají, jaké jsem měl štěstí, a já jim všem přeji všechno nejlepší. Je mi jaksi trapně, že nesdílím jejich osud.

Na zázraky je možné čekat dlouho, když je člověk nevykoná sám. Nemohu spontánní vyléčení mystifikovat, ponechat je jednoduše na Bohu nebo na statistice, kterou se vysvětlují i výhry v loterii. Jako racionálně vychovaný člověk 20. století hledám vysvětlení, které mi dává smysl, které dokážu pochopit. Musí existovat odpověď na otázku, proč se u někoho stav po úrazu zlepší a u jiného zhorší. „Náhoda?“, „Smůla?“, „Štěstí?“ nebo „Těžko říct?“ „Boží vůle?“ Všechny tyto odpovědi jsou stejně nepřesné jako výraz „spontánní vyléčení“. Přístup se změní teprve tehdy, když se změní naše chápání sebe sama a když sami na sebe pohlížíme jako na duchovní bytosti a jednáme podle toho.

2/ Cesty – učednická léta

Filmové cesty, jež jsem podnikl v letech následujících po spontánním vyléčení, byly ve zpětném pohledu milníky ve vývoji mého vědomí, které mi poskytly šanci dospět k hlubšímu pochopení léčebných procesů. Země a setkání, jež jsem podrobně popsal v knize *Na cestě do sousední dimenze*, zde shrnu pouze s ohledem na své nynější vědomí a v souvislosti s pochopením procesů samoléčení.

Ladak

Ladak byl mým prvním setkáním se spirituálním vědomím, které se do mého vnímání vplížilo prostřednictvím mnoha osob a věcí. Přispěla k tomu osobnost dalajlamy, duchovní vůdce z Temisgamu, můj ladacký produkční a představitel hlavní role Wangchuck, obyvatelé Stupy, místa našeho natáčení v ladackém údolí, krajina, řídký vzduch, větry, vůně a především tóny, které jsme po dva měsíce slyšeli. K tomu se přidružila vysoká horečka, kterou jsem dostal, když jsem onemocněl tyfem, a můj úkol to všechno zachytit a na plátně to přiblížit své kultuře. Vědomí, které mi Ladak umožnil získat, spočívalo v tom, cítit, žít a chápat život z jeho duchovní, energetické, a nikoliv fyzické, materiální stránky. V Ladaku se mi zjevila radost a hluboká láska k tomuto vědomí.

Psal se křesťanský rok 1985. Obyvatelé Ladaku psali rok 2064. Čas je relativní a počítá se na této planetě různými způsoby. Už jen tato zkušenost pro mě byla velkým osvobozením. Nehledal jsem osvětlení. Chtěl jsem se vypořádat se situací, s níž jsem se setkal, aniž bych byl odborník nebo nějaký znalec. Chtěl jsem ji přijmout, procítit, ukázat ji všem doma, kteří sem nemohli přijet, aby i oni viděli, že existuje něco víc než jen náš model života. Uvědomil jsem si, že náš svět, naše myšlení a naše hodnoty jsou relativní produkty, krásné na pohled, nám důvěrně známé. Tvoří náš domov. Všeobecně platná pravda ale neexistuje, každý člověk, každá kultura má svou vlastní pravdu. Už jen toto

vědomí bylo dostatečným důvodem této daleké a strastiplné cesty, během níž jsem onemocněl tyfem a pohlížel jsem smrti do tváře, ale pak mi bylo umožněno zažít svoji záchranu.

Když jsem už týden ležel v horečkách vysokých 41 stupňů, dvě Němky z mého štábu, Judith Kaufmannová (kamera) a Gabriele Wenglerová (foto), se chopily iniciativy. Wangchuck pak po dobrodružné cestě autobusem do hlavního města Ladaku našel lékaře, kterému jsem sice nerozuměl a on nerozuměl mně, ale zachránil mě tabletami chlóru. Ovšem jen na tak dlouhou dobu, kterou jsem potřeboval, abych dotočil film do konce. Sotva jsem byl tři dny doma, tyfus se ohlásil znovu, a ještě silněji než tyfus A. Okamžitě jsem musel do karantény a vyměnili mi krev, přičemž jsem znovu pohlédl tváří v tvář smrti. Duchovní nutnost tohoto procesu spočívala v tom, že jsem během své třítydenní izolace mohl důkladně prostudovat *Poločas evoluce* Kena Wilbera, a potom jsem věděl, co mám dělat s filmovým materiálem z Ladaku. Byl tak položen základní kámen všech mých dalších filmů rozšiřujících vědomí. Bez této nucené přestávky bych byl odevzdal docela normální cestopisný film. Takto se z něho stal první skutečně divácky úspěšný dokumentární film, který dokonce získal spolkovou filmovou cenu.

Tibet

Během mé druhé cesty do Himálaje o dva roky později, v roce 1987, kdy jsem se poprvé dostal do Tibetu, tam vál zcela jiný vítr než v Ladaku, ačkoliv obě země mají stejnou kulturu. V Tibetu ponechává mezinárodní společenství národů čínské komunistické diktatuře volnou ruku a dovoluje jí utlačovat zemi velkou jako západní Evropa, využívat její strategicky významnou polohu na střeše světa a rabovat její nerostné bohatství. Západ se úmyslně dívá stranou, když Čína trýzní a vyhlazuje tamní mírumilovné a duchovně vysoce vyspělé obyvatele.

Za živoucí spiritualitu se nezasazuje jediná vláda na světě. Všichni sice shledávají, že dalajlama je milý člověk, ale nikdo mu nepomáhá. Materialismus smí nerušeně řídit na úkor lidskosti, v tom je dokonce i naše vláda, ať už jakékoli barvy, zajedno s čínskou diktaturou. Tamní režim produkuje brutální, sobecký typ lidí, které pohání jen chtivost. Byl jsem zděšen, když jsem viděl, jak agresivní dovedou lidé být, když hájí ustrnulý materialistický světový názor, který připouští pouze jednu jedinou pravdu. Mnichovi, který v mém filmu *Tibet* –



ducha řídí obřad powa*, šestadvacetkrát za 26 let usekli kousek levé paže jen proto, že je přesvědčen o svém znovuzrození stejně pevně jako jeho mučitelé o tom, že ráno znovu vyjde slunce. Podobné metody mučení jsou u čínských úřadů dodnes na denním pořádku, a žádný politik proti tomu neřekne ani slovo.

Moje cesta do Tibetu mě naučila, jak rozhodující úlohu hraje to, co si člověk myslí a čemu věří. Křiklavější důsledky materialistického světového názoru nelze patrně zažít nikde jinde než právě tam. Brutalita v našem světě a v jiných zemích třetího světa se často odehrává mezi navzájem si konkurujícími materialisty, zatímco v Tibetu stojí moc násilí proti moci ducha. To je zvláště tragická stránka naší lidské existence a ukazuje mi, jak naléhavě je zapotřebí rozvoje vědomí, aby se mohl šířit mír a blaho. Je to dlouhá cesta. Hinduismus hovoří o tom, že je zapotřebí nejméně 500 znovuzrození (životů), aby člověk dosáhl osvícení, což není nic jiného než chápat se jako duchovní kontinuum. Je mi stále jasnější, že jde jen o vědomí, a to je jiný výraz pro *poznání*. Po poznání jistě následuje i čin, ale rozhodujícím krokem je poznání.

Indie

Má následující cesta mě zavedla do Indie, kde jsem se setkal se slavným léčitelem a guru jménem Sáí Bába. I od této „hvězdy“ mezi vůdčími duchovními osobnostmi jsem se naučil mnoho zásadních věcí. Sáí Bába popisuje sebe a ostatní slovy: „Uznávám tě jako boha, už jsem to učinil.“ Tehdy to bylo považováno za provokaci, ale ten, kdo se považuje za boha, překonal rozdělení mezi sebou a vyšší silou a opět v sobě objevil ducha, kterého naši předkové vytěsnili s vynalezením BOHA. Podle tohoto poznatku je každý svým vlastním guru, jak popisuje slovní hříčka „God You Are You“ – v překladu něco jako „Bůh jsi ty“ (GURU). Pojem guru postuluje, že každý je božskou bytostí. Bůh jako všeobjímající, vesmír či univerzum se proto označuje také jako Alláh. Ten, kdo pochopil, že mezi ním a vesmírem neexistuje žádný rozdíl, je osvícený. Osvícený nemusí hájit svoji materiální existenci loupežemi, vraždami a mučením. To musí dělat jedině ten, kdo lpí na odrazu svého boha, kdo zaměňuje příčinu a následek, kdo si neuvědomuje, že jeho tělo je výrazem jeho vlastního ducha.

* Buddhistický obřad, který se praktikuje v Tibetu. Jde při něm o to, naučit se opustit se svou duší mrtvé tělo, než se stane kořistí supů

Ve zvláště mírumilovné formě jsem toto vědomí zažil u jednoho malého kmene v jižní Indii v horách Nilgiri. *Todové* nemají náboženství v našem slova smyslu. Přirozeně i v jejich pojetí existuje systém víry, do něhož ale nepatří žádný bůh ani bohové, žádní démoni nebo čerti, žádná svatá rodina – u nich je posvátné všechno. Komunikují se vším a s každým. V podstatě svého bytí nečiní rozdílu mezi jsoucнем jezera, kamene, hory, tygra, stromu či kočky – všechno je podle nich živé a rovnocenné, tak jako jsou jejich bratry a sestrami divocí buvoli. Mají přirozeně zálibu v té či oné bytosti, ale zásadně nerozlišují mezi sebou a světem nebo mezi člověkem a zvířetem. Mají sice i spory se světem, zejména s jistými sousedními kmeny, které vyznávají jiné systémy víry, například zabíjejí a pojídají zvířata, což *Todové* zásadně nečiní. Nikdy ale žádný jejich spor nepřerostl v násilí nebo ve válku jako v našich kulturách. To, co jsem prožil u *Todů* (pobýval jsem u tohoto kmene během čtyř let celkem 13 týdnů), pro mě bylo velmi důležité s ohledem na zmírnění tlaku vžitých náboženských představ.

Německo

Dosud jsem se ale vnitřního tlaku zcela nezbavil. Zřejmě ve mně působily starší síly. A tak se stalo, že jsem se zapojil do rodinných konstelací, které dnes patří k velmi rozšířeným metodám terapie. Klient si při rodinné konstelaci spontánně vybere pro svou konfliktní situaci ze skupiny účastníků své „zástupce“, kteří intuitivně hrají přidělené role. Při této terapii se ukazuje, že „zástupci“, jakmile převzou svou úlohu, se dostávají do „vědoucího pole“ a vyjadřují a přehrávají pravdy, které v sobě klient dosud ukrýval.

Terapeutka se mě zeptala: „Jak se vám daří?“ Řekl jsem: „Docela dobře, ale pociťuji určitý tlak.“ „Dobrá, tak si vyberte z této skupiny svého zástupce a kromě něho ještě jednu osobu, která bude představovat váš vnitřní tlak.“ Není zde dost místa na to, podrobně popisovat drama, které se postupně rozvinulo a v jehož průběhu se nakonec ocitlo ve „vědoucím poli“ dvanáct osob, ale jeho účinky byly mimořádné. Pomohlo mi uvědomit si, že mi náboženství působilo problémy už v mnoha životech a že jsem se jím nechal utlačovat. Uvolnit tento tlak se mi podařilo teprve tehdy, když jsem Boha, kterého jsem také obsadil, vyměnil za univerzum – pak zavládl mír, tlak byl pryč. (Bůh se ostatně této výměně nijak nebránil.)

Tato forma terapie mi našimi západními metodami ukázala, že jsme všichni duchovními bytostmi. Všechno, co si myslíme, nabývá tím, že si to myslíme, pravdivosti ve smyslu účinnosti. Výzkumy mozku všemožnými způsoby dokazují, že nejdůležitější funkcí našeho mozku je, že v každé sekundě vytváří pro svého nositele vlastní skutečnost (vlastní pravdu). V tom spočívá vlastní funkce a úkol našeho myšlení. Mozek je mozkem jen proto, že jím myslíme. Myšlení je měřitelnou frekvencí, respektive má mnoho frekvencí, kterými vytváříme svou skutečnost. Na všech jutových taškách mého obchodu stojí: „*Jak myslím, takový jsem.*“ Není to lepší poselství než „*Jaké je moje tělo, takový jsem*“? Tento zásadní rozdíl mezi oběma hesly mi během mé první cesty do Indie ještě nebyl jasný. K tomuto vědomí jsem dospěl teprve po návratu domů.

USA

Moje poučné putování mě pak zavedlo na západ, do Ameriky, do Lareda u mexických hranic na řece Rio Grande v Texasu. Chtěl jsem poznat spirituálně nejsilnějšího pragmatika, jehož metodu jsem znal – *José Silvu*. Jeho příběh jsem vyprávěl už v knize *Na cestě do sousední dimenze*, a proto ho na tomto místě pouze shrnu, přestože mi připadá tak strhující, že bych ho mohl vyprávět stále znovu a znovu. Silva jako malý chlapec, v pouhých čtyřech a půl letech, začal vydělávat na školné pro své starší sourozence čištěním bot a roznášením novin, a nakonec je i doučoval, aby byli dobří ve škole, na kterou on sám nikdy neměl čas. Musel se totiž vždy starat o to, aby se vzdělávali ostatní. I když sám v důsledku toho nikdy do školy nechodil, poznal, jak obrovský potenciál může každý člověk rozvinout, pokud sám na sebe pohlíží jako na duchovní bytost, která sama řídí svůj život.

Svým učebním systémem, kurzy *Silvovy metody*, které dnes existují ve více než 100 zemích a ve 28 jazycích, dokázal tento Mexičan za 86 let fyzické existence něco neuvěřitelného. Geniální na *Silvově metodě* je, že funguje ve spojení s každým náboženským vyznáním. S americkou pragmatičností, s níž byly koncipovány, zahrnovaly kurzy *Silvovy metody* ve své době i záruku vrácení peněz, pokud se člověk během víkendu nenaučil jasnozřivosti, i když neměl vůbec žádné předchozí znalosti ani zkušenosti. Ještě jsem neslyšel o nikom, kdo by chtěl své peníze zpátky.

V současné době existuje přibližně 15 milionů lidí, kteří během jednoho víkendového kurzu *Silvovy metody* rozvinuli své jasnovidecké schopnosti. Nikdy jsem nevěřil, že by to mohlo být tak jednoduché. Absolvoval jsem však tento kurz třikrát a mé jasnovidecké schopnosti se neustále zlepšovaly. Pak jsem uvěřil.

Rusko

Další cesta, která mě ovlivnila, mě zavedla opačným směrem – do Ruska, a sice k člověku nadanému mediálními schopnostmi jménem *Jevgenij Bondarenko*. Využívali ho už největší materialisté, generálové sovětské armády a vojenského námořnictva, aby se duchovní cestou dostali k informacím, které nebylo možné získat materiální cestou.

Musel například lokalizovat ponorky, zejména ty nepřátelské, které byly vybrojeny jadernými raketami středního doletu a demonstrovaly svůj vražedný potenciál na dostřel od sovětské říše. *Jevgenij* k tomu potřeboval jen fotografii ponorky a možná ještě jméno nebo číslo, alespoň tolik informací, aby v duchu dokázal jednoznačně určit „adresu“, totožnost hledaného předmětu.

Jevgenij věděl, že každý atom je jedinečné, individuální jsoučno, stejně jako lze připisovat jednoznačnou, individuální identitu určitému nakupení atomů. Ať člověk, cihla nebo dům – pro něho jsou to všechno jen různá měřítka bytí, mezi nimiž je možné volit, s kterým z nich chceme vstoupit do rezonance. Každá věc nebo – lépe řečeno – každé jsoučno, od toho nejmenšího po to největší, má jedinečnou identitu a s touto jedinečnou frekvenční strukturou je možné vstoupit do rezonance a navázat kontakt. *Jevgenij* k tomu potřebuje přesně vědět, s kým nebo s čím má vstoupit do rezonance. Nejsnazší to pro něho je, když drží v ruce fotografii daného jsoučna nebo vzorek materiálu, který má hledat, například trochu ropy v lahvičce.

Když měl hledat nerostné suroviny, posadili ho do letadla a systematicky, jako na šachovnici, s ním křížem krážem přelétávali nad Sibiří. Pokaždé, když zakřičel „*Tady*“, byly jeho údaje zaznamenány. Většinou ovšem neřikal jen „*Tady*“, ale dodával ještě dvě čísla, hloubku naleziště a množství objevené ropy. Při hledání vždy držel v ruce vzorek hledané látky a nacházel se v jakémisi meditativním stavu. Pro *Jevgenije* byly tyto lety vlastně zbytečné, protože by

byl mohl sedět hezky doma v Petrohradu a dotýkat se mapy Sibíře, aby přesně vycítil, kde se ropa vyskytuje a v jakém množství a kde žádná není. Zpočátku mu ale nevěřili.

Vzdálenost, čas, rychlost světla a všechno to, na čem lpí stará fyzika, pro něho neplatí, nemá to pro něho žádný význam, protože rezonanční procesy souvisejí s vlastním kmitáním hmoty a toto vlastní kmitání je vlnění, jehož frekvenci můžeme cítit, pokud ji duch zná.

Pro Jevgenije je to velmi jednoduchý proces. Vnímá vzorek – fotografii, adresu nebo jakýkoli symbol, který přesně vystihuje hledané jsoucno – svými pěti smysly, aniž by přitom myslel na něco určitého. Vyprázdní svoji mysl a nepřipouští si žádné pochybnosti o svém záměru. Nechá na sebe působit frekvenci symbolu nebo vyobrazení a vycítí pak na mapě frekvenci originálu. Mapa na jeho stole představuje stejné vlnové pole jako to, nad kterým prolétá. V letadle nehraje roli, zda má otevřené oči, zda se dívá z okénka nebo zda oči zavře, a podobné to je, když zkoumá mapu. Dává pozor jedině na to, zda ucítí v prstech brnění.

Časem si sestrojil spolehlivý seismograf, který tyto reakce přesně zaznamenává, a nechal si ho patentovat. Jde o malý technický přístroj, senzor, který průběžně měří frekvence jeho bezprostředního okolí a jeho mozku a na kterém se ukáže, jakmile jeho mozek s pomocí symbolu identifikuje originál. Díky tomuto senzoru má spolehlivou pomůcku, protože když je hledání úspěšné, mozkové frekvence vyskočí na dvojnásobnou i trojnásobnou hodnotu.

Vidíme, že je velice zapotřebí výzkumu, neboť to není jen Jevgenij, kdo v sobě tuto senzibilitu objevil, ale jen on sám už pomohl dalším dvaadvaceti lidem rozvinout v sobě tuto schopnost, a současně existují na mnoha a mnoha místech celého světa lidé s podobnými schopnostmi. Věda je dnes tak daleko, že se může těmito jevy zabývat. Čím racionálnější a čím méně tajemně bude možné tyto schopnosti vysvětlit, tím rychleji se budou šířit.

Náš mozek ještě zdaleka nevyčerpal své možnosti a pravděpodobně je nikdy nevyčerpá. Způsob, jakým tento úžasný nástroj dosud používáme, je člověka nedůstojný. Tolik hloupostí, kolik jich tropí člověk, nedělá žádná jiná bytost. A přitom je mozek naším největším zdrojem. Jestliže nerozvíjíme a nepodporujeme možnosti své senzibility, kde chceme brát zkušenosti a poznatky, na jejichž základě bychom utvářeli svou existenci v nejširším smyslu pokorněji, tedy i pokorně vůči životnímu prostředí?

Filipíny

Na Filipínách mi bylo umožněno poznat novou dimenzi našeho vnímání – operace bez skalpelu a bez narkózy. Tento jev není znám jen na Filipínách, ale i v jiných spirituálních kulturách, mimo jiné v Íránu, na Sibíři, v Brazílii, v Indii a také u severoamerických indiánů. I tam se ukazuje, že je možné za plného vědomí zcela eliminovat bolest a nebezpečí infekce a vniknout do těla nějakým předmětem nebo rukou, aniž by bylo trvale poškozeno nebo nadměrně krvácelo; nezůstanou dokonce ani žádné jizvy.

Když jsem měl operaci na Filipínách, zjistil jsem, že nejde o to provést zá- krok fyzicky, aby bylo dosaženo zamýšleného výsledku. Zásadní je duchovní proces, připustit něco nemožného. Skutečnost je tím, co účinkuje. Jsem-li ochoten připustit novou skutečnost, vzniknou nové účinné síly, které, ať už jsou jakéhokoliv druhu, při dobrém úmyslu vždy způsobují vyléčení. Filipínští léčitelé, kteří mě léčili, ode mě kvůli své čestné morální motivaci a ochotě pomáhali, ne-li kvůli své altruistické lásce, vyžadovali značnou dávku úcty. Tento dobrý úmysl zřejmě také vyvolává energie, které iniciují léčení – a to je velká zásluha. Duchovní operace je něco, čemu je možné se naučit. Člověk se přitom neučí žádným vědomostem, možná obratnosti, ale především důvěře.

Pro toho, kdo si nepřipouští žádné pochyby o svém božství, není tělo pevnou hranicí. Tato hranice se dá posouvat úměrně k vědomí. To je to nejdůležitější ponaučení, kterého se mi na Filipínách dostalo. V kapitole Léčení pro všechny popisují své zkušenosti s brazilským léčitelem jménem João de Deus, které provokovaly mé materialistické vědomí ještě silněji než na Filipínách.

Nepál

Když jsme pozorovali a filmovali léčitelku *Lhamo Dolkar* při práci, naučil jsem se, že tělo a duši lze zjevně posuzovat i nezávisle na sobě. Byla ochotna každý den dát své tělo vždy na hodinu k dispozici jiné duši, aby jí tak umožnila jednat. Uctívala tuto jinou duši jako bytost s vyšším vědomím, než bylo dáno jí samé. Ta druhá duše jménem Yudroma byla mnohem odvážnější, silnější a jasnozřivější než ona sama. Jakmile se Yudroma zmocnila jejího těla, byl hlas *Lhamo Dolkar* silnější, hlubší a podstatně autoritativnější, a obdobným způsobem se změnila

také její tvář. Bylo ohromující tomu přihlížet a bylo vidět, že ji velmi vysiluje jednat za vyšší bytost. Proto se po tomto „zastupování“ vždy cítila velmi unavená. Možná to bylo důvodem toho, že už v 60 letech ve zdraví opustila své tělo.

V případě Lhamo Dolkar by se dalo hovořit o chtěné „posedlosti“. Následně jsem v Barmě poznal případy nechtěné a rušivé posedlosti těla jinou duší. Lhamo Dolkar dávala Yudromě své tělo k dispozici dobrovolně, aby její silou léčila. José Silva své žáky učil, jak se spojit s bytostmi, které vyřeší školní úlohu lépe než oni sami. Existuje mnoho cest, jak duchovně působit nezávisle na svém těle. Z toho je zřejmé, že tělo je pouhá nádoba nebo příbytek, nebo – ještě uctivěji – chrám duše.

Toto poslední obrazné vyjádření ozřejmuje prioritu: Vážít si chrámu, pečovat o něj a zdobit ho je samozřejmostí, ale není to nikdy samoúčelné – vždy jde o to, uctívat bytost, které je chrám zasvěcen. Chrám zbavený duše ztrácí svou funkci. Zaměření na tělo je tak i zaměřením na duši, která v těle přebývá. Bez tohoto pojetí našeho bytí není duchovní léčení možné.

Barma

V Myanmaru (dříve Barma), vzdáleném pouhé dvě hodiny letu, jsem se setkal s alchymistou U Šeinem. U Šein, zcela obecně viděno, tematizuje význam „prostředků“ v léčebném procesu. Vyrábí totiž „záračný prostředek“, který nazývá *Gold Ash Powder* (zlatý popel). Svádí tím k víře, že existuje prostředek k vyléčení. Jeho přípravek skutečně v obdivuhodné míře podporuje léčení, dokonce i léčení AIDS, rakoviny a všech ostatních nemocí. U Šein mísí vzácný substrát obohacený o cenné přísady se stopovými prvky deseti různých kovů, které nepřecházejí do fáze těžkých kovů, přestože je zahřívá na více než 1000 °C a při tom je slévá dohromady.

Pro chemiky je tento postup hádankou. U Šein říká, že postupuje podle alchymického receptu *dévů*, kteří mu své tajemství zjevovali 14 let kousek po kousku v jeho snech. Už tento příběh dodává zlatému popelu sílu, kvůli níž jsou lidé ochotni připustit zázrak. Mohou-li se synapse v našem mozku tvořit jen na základě informací, lze si vysvětlit vysoký stupeň účinnosti zlatého popela.

Zažil jsem ale, že se U Šein nespolehá pouze na účinnost svého léčebného prostředku, nýbrž že velmi přísně kontroluje své klienty, zda odložili své špatné

návyky a osvojili si nové, pozitivní jednání. Pokroky tohoto druhu jsou v týdenním rytmu odměňovány dávkou zlatého popela. U Šein tak našel uspořádání, při němž se mu daří dosahovat u svých klientů maximální motivace ke zlepšení života. Nic neléčí rychleji než odpovídající změna života, k níž jsou lidé, kterým je přislíben záračný lék *Gold Ash Powder*, ochotni daleko dříve, než kdyby se řídili radami leckterých psychologů.

Pokud se někdo nedokáže vzdát starých zvyků, diagnostikuje U Šein často posedlost. Uvede pak svého klienta do transu, a tak pozná, která duše ho ovládá. Vypadá to často jako velké trýznění, protože se klient svíjí na podlaze a křičí, někdy ho dokonce trhavé pohyby doslova vymrští do vzduchu. Teprve když U Šein dvěma třemi uklidňujícími slovy a gesty opět uvede klienta do bdělého stavu, cizí duše, která ho ovládala, se stáhne. Přimět ji ale opustit tělo klienta navždy vyžaduje obchod. U Šein musí nejdříve zjistit, proč tato duše nenechává klienta na pokoji. Přitom často vyplouvají na povrch nevyřízené účty z předchozích životů, jako zklamání, urážky, ponížení a nenaplněné lásky. Pak je třeba nalézt řešení, které by přineslo štěstí oběma stranám. Když se dojedná, jak bude toto řešení konkrétně vypadat, dostavuje se často okamžité zmírnění chorobných příznaků nebo symptomů šilenství. I v těchto případech U Šein jednou týdně kontroluje, zda klient dodržuje, co slíbil, aby byl zajištěn úspěch jeho „terapie“.

Byl jsem ovlivněn naší kulturou a posedlost jsem dříve nepovažoval za možnou. Mé zkušenosti v Barmě mě ale poučily. Od té doby, co jsem se na tyto jevy zaměřil, se velmi často setkávám s posedlostí nedobrovolného charakteru. Vzhledem k tomu, že v naší kultuře není rozšířeno vědomí kontinuity ducha, nelze tyto konflikty řešit přímo, protože klient si nedokáže tyto jevy zařadit. Duchovní léčení je na základě toho možné označit za zásadní změnu vědomí, která musí překonávat především kulturní hranice.

Burkina Faso

Na cestě do střední Afriky k šamanovi v Burkině Faso jsem potkal svého syna Olivera. Společně jsme zažili, jaké jsou noci v africké vesnici v savaně v 46stupňovém horku, jaké to je, sedět na zpola ochočeném krokodýlovi za doprovodu bubnů. Syn a otec prožívali společné zkušenosti, které byly pro oba nové a nezvyklé, a to posílilo jejich vzájemnou vazbu, vnímání vlastní hodnoty, pocit

bezpečí a lásky. Když dva lidé společně pociťují nejistotu, mizí nejistota z jejich vztahu. Jemu bylo čtrnáct, mně padesát.

Přestože moje setkání se šamanem *Papa Elie* nepatřilo k mým nejpřesvědčivějším zážitkům, byla lekce, kterou jsem tu dostal, jasná: Naučil jsem se, že nezáleží na pravdivém obsahu šamanova představení, nýbrž na jeho účinku. Pokud někomu pomůže iluze, propůjčuje jí to oprávnění.

Peru

Půl roku předtím jsem se zúčastnil obřadu jednoho peruánského léčitele. *Don Augustin*, který žije čtyři hodiny cesty od Iquitos, přivezl s sebou do Německa na seminář šťávu obsahující halucinogenní drogu z rostliny ayahuasca, která roste v amazonské džungli. Tento kouzelný nápoj, směsice nejrůznějších pralesních rostlin, měl kromě silné nevolnosti vést také k tomu, abychom dostali mírné halucinace a získali základní zkušenosti s duchem rostlin. Jedni viděli na pokrývce, na které leželi, moře úžasných barev, jeden účastník semináře poznal jiného člověka, staršího o několik desetiletí, v konkrétní situaci. Tímto nápojem jsme mohli pohlížet přes hranice prostoru a času a potkávat své duše.

Každé dítě má schopnost rozlišovat mezi virtuálním světem hry a prvoplánovým, zažitým světem. Emocionálně v tom není žádný rozdíl. Mnoho mladých lidí si hledá podobné zkušenosti, aby se přiblížili své duši. Většinou je nalézají jen v drogách všeho druhu, protože v naší společnosti se stále provádí příliš málo rituálů, při nichž bychom využili svou schopnost vytvářet libovolné skutečnosti a našli tak uznání. Přitom existují nejrůznější možnosti, jak takové zkušenosti získat, od chůze po rozžhaveném uhlí až po *Visions Quest* (čtyři dny a noci strávené v díře v zemi), Jakubovu cestu a podobně. Bez těchto nebo podobných zkušeností nás společenské normy kousek po kousku vzdalují od naší duše. A za 40 let se to za určitých okolností projevuje jako nemoc. Pak není snadné dostat se zpátky tam, kde jsme začali ztrácet svoji duši ze zřetele. Ať chceme, nebo ne, každý z nás se musí ke své duši navrátit, nejpozději tehdy, když opouští své tělo. Zdravější je udělat to dřív nebo vůbec neztratit kontakt.

Několik obřadů s ayahuascou, které jsem s Donem Augustinem zažil v Rakousku a v Německu, mě inspirovalo k tomu, že jsem chtěl zdokumentovat i jeho léčitelskou činnost v jeho táboře v tropickém deštném pralese. Silné dojmy

z jeho láskyplné, působivé práce byly počátkem mého filmu *Na cestě do sousední dimenze*. Léčebné rituály a úspěchy Dona Augustina mi umožnily poznat, že na množství lidí z celého světa, kteří sem přijíždějí hledat pomoc, nemají rozhodující účinky různé rostlinné šťávy, obřadné zpěvy a tance, ale neotřesitelná víra ve vlastní sílu, kterou jim Don Augustin dokáže tak přesvědčivě dodat.

Moje ponaučení zní: Dík patří těm, kteří posilují mou víru v sebe sama.

Súdán

V naší společnosti je spiritualita spíše výsadou jednotlivců nebo jednotlivých skupin. Naproti tomu v Súdánu je spiritualita vědomím celé vrstvy společnosti. Zde jsem měl možnost zažít oduševnělý život jako kolektivní, hromadné vědomí a celý týden slavit spolu s ostatními výročí úmrtí jejich Mistra. Mistr, který již nepřebývá ve svém těle, je od tohoto okamžiku přítomen pro všechny stejně – dokonce více než předtím. Jeho stoupenci s ním hovoří, dostávají jeho odpovědi, a to tisíckrát v téže chvíli. Uprostřed těchto nočních oslav mě oslovil jeden neznámý Súdánec a zeptal se mě, zda jsem už zemřelému Mistrovi položil své otázky. Odpověděl jsem: „Ne,“ ale na jeho doporučení jsem to okamžitě napravil. U sarkofágu jsem Mistrovi položil své dotazy.

Bylo to mnohem jednodušší, než jsem si myslel, a zafungovalo to okamžitě. Praktikovat toto vědomí znamenalo být srdečný, laskavý, přátelský a veselý – a pak přišla intuice, neboť to není nic jiného než první myšlenka, která se člověku objeví v hlavě po položení otázky. Zachytit tuto myšlenku není snadné; podaří se to jedině tehdy, jsme-li uvolnění, otevření a radostně naladěni.

Dostal jsem odpověď nejen na to, jak se vede mým milovaným doma, ale i mnoho vizí, potom co jsem se přidružil k poutníkům posedávajícím kolem hrobu a meditujícím. V těchto vizích jsem si představoval, jak bych upravil toto naprosto zchátralé místo v hlavním městě Chartúmu, kdyby nehrály žádnou roli peníze. Ohromující bylo, že tyto obrazy, když jsem je na žádost úřadujícího Mistra ve svém projevu k súdánskému lidu prostřednictvím televizního přenosu v nejsledovanějším čase předal dál, dokázaly zmobilizovat dary na realizaci této „vize“ v řádu desítek milionů dolarů.

Pro člověka ze Západu se takováto neuvěřitelná událost stala. Arabští muslimové zřejmě disponují spiritualitou, která oficiálně považuje za



společensky samozřejmé, že člověk (v tomto případě já) může být a je hlásnou troubou zemřelého. Jak vysoké musí toto spirituální vědomí být, když jsou na tuto vizi věnovány miliony amerických dolarů? Naučilo mě to mnohému, co bych byl v křesťanské západní zemi zřejmě nikdy neprožil.

U nás v Německu existuje něco srovnatelného s Beckenbauerovou vizí nové fotbalové arény v Mnichově, která je nyní připravena pro příští mistrovství světa v kopané. Na uskutečnění této vize se také shromáždily milionové částky. Byly ale věnovány za účelem zisku. Naproti tomu moje obrazy představovaly bohatě zdobenou mešitu se zlacenými kupolemi a s krytou galerií jako z pohádek Tisíce a jedné noci, určenou pro náboženské, spirituální účely. Kromě toho jsem byl nic netušícím, právě dorazivším cizincem, a jako takový jsem na tom neměl žádný vlastní zájem. Kdo by tady u nás na vize (obrazy) někoho takového věnoval takové obnosy? Zásadní rozdíl oproti naší společnosti tkví v tom, že Sufiové považují za naprosto samozřejmé, že mým prostřednictvím zapůsobil jejich zemřelý Mistr, i když já sám jsem si toho nebyl ani v nejmenším vědom – a proto této vizi uvěřili. Z toho je patrné, jak rozdílnému chování přispívá jiný světový názor, který vychází z kontinuity ducha.

3 / Reflexe probouzí vědomí

Všechny moje cesty přispěly k tomu, že jsem získal nové pochopení pro léčebné procesy, ale to, proč jsem byl vyléčen já sám, mi stále ještě nebylo jasné. Abych to pochopil, muselo se stát ještě něco rozhodujícího, s čím nikdo nepočítal. Já ze všech nejméně. Nejprve jsem byl zaměstnán zpracováváním všech zkušeností, které jsem na svých cestách nafilmoval – bylo to celkem 350 hodin léčení, rituálů, rozhovorů a momentek z cest. Než se z toho stalo úhledných 20 hodin, uplynulo půldruhého roku. Bohužel jsem pro těchto 20 hodin nenalezl žádné uplatnění, pouze v celovečerním filmu o délce 80 až 90 minut. Tak vznikl film *Na cestě do sousední dimenze*, který v roce 2002 úspěšně běžel v kinech několik měsíců. V té době přišel telefonát lektorky z jednoho nakladatelství, která si přála k tomuto filmu knihu. Myslel jsem si, že to bude snadná záležitost, a podepsal jsem na tuto knihu smlouvu.

Moje žena k tomu poznamenala: „Teď se asi nevyhneš tomu, popsat příběh svého vyléčení.“ Odpověděl jsem: „Ale kdepak, nakladatelství má zájem jen o šamanské příběhy, které jsem zažil ve 14 zemích (chyba lávky!). Se mnou nemá ta kniha vůbec nic společného.“ A ona na to: „Myslím, že má.“

Musel jsem na to myslet. Potají jsem se v pět hodin ráno vyplížil z postele, posadil se k počítači a pokusil jsem se napsat příběh svého vyléčení. Neuběhlo ani čtvrt hodiny a přepadly mě takové bolesti v zádech, že jsem nemohl sedět. Moje žena mě kolem sedmé našla ležet na podlaze. Připisoval jsem odpovědnost za bolesti, které pak opět odezněly, židli u psacího stolu a také přepravce s láhvemi vody, kterou jsem předchozího večera odnesl do sklepa. Ale hned příští ráno, když jsem chtěl pokračovat v psaní svého příběhu, se bolesti vrátily s takovou silou, jako bych prodělal úraz právě v tom okamžiku, kdy jsem o něm psal. Kvůli bolestem jsem pokaždé byl schopen napsat jen pár odstavců.

Trvalo tři týdny, než byl příběh mého vyléčení na papíře. A teprve pak mi bylo jasné, proč jsem se znovu naučil chodit. K mému velkému údivu mi tento náhled zůstal dvě desetiletí skryt, a nestačilo ani intenzivní studium duchovní-

ho léčení s mnoha cestami, abych se dopídl vlastní pravdy. Vyjevila mi ji teprve reflexe psaním. Při každém slově, které jsem napsal, jsem fyzicky cítil její účinky. Bolesti měly při mém hledání pravdy funkci detektoru lži. Když jsem si konečně uvědomil, v čem spočívá spontánní léčení, byly bolesti náhle pryč. Dříve jsem nemohl o svém ochrnutí následkem přerušení míchy s nikým mluvit. Stačilo, abych na to jen pomyslel, a bolesti se objevily, takže jsem si striktně zakázal o tomto tématu hovořit.

Dnes o tom mohu přemýšlet, hovořit i psát bez bolesti, protože jsem to zpracoval a pochopil. Moje žena měla pravdu, že se nakonec nevyhnu tomu, abych zpracoval svůj vlastní příběh a pochopil ho. Jsem jí za tento podnět velice vděčný. Od té doby mohu každému vysvětlit princip duchovního léčení a vidím, že nefunguje pouze v mém případě, nýbrž i u mnohých jiných lidí s nejrůznějšími problémy.

Zdraví je v první řadě otázkou uvědomění, a to se děje reflexí, která se může odehrát nejrůznějšími způsoby. Mně se to daří nejúčinněji psaním (u dětí to bývá kreslení). Duše přitom může hovořit, a to mě přivádí hlouběji a hlouběji k jádru problému. Když jsem se vypořádával s minulostí a když jsem našel perspektivu pro svou budoucnost, byl úkol mé duše splněn a já jsem byl opět zdrav.

Děje se to mnohým lidem: změni svůj život a uzdraví se, ale nakonec nevědí proč. Člověk to prostě udělá, tak jako jsem to tehdy udělal já, aniž by věděl, že právě *tato ochota a tato odvaha* ke změně životní cesty předznamenávají okamžik vyléčení. Jak těžké je dopracovat se k tomuto vědomí, jsem si uvědomil, když se mě moje lektorka zeptala na uzdravení mé levé nohy. Nepřemýšlel jsem o tom 22 let. V tom příběhu bylo zřejmě ještě tolik bolesti, že jsem se jej snažil vytěsnit, jak to jen šlo. Je ohromující, jak cílevědomě se člověk snaží chránit své ego, aby nemuselo čelit pravdě.

Vědomí léčí

Akceptovat vědomí jako pramen zdraví je pro mnoho lidí něčím tak zásadně novým, že to často berou jako provokaci. Zdraví podle nich závisí v první řadě na dobré lékařské péči. Poukazují na skutečnost, že nemocnost a úmrtnost v chu-

dinských čtvrtích třetího světa, kde neexistuje dobrá zdravotní péče, je mnohem vyšší než u nás. Neberou ovšem v úvahu, že v těch nejméně narušených společenských poměrech třetího světa, kde také neexistuje dobrá zdravotní péče, je procentuálně mnohem méně nemocných než u nás.

To spolu se skutečností, že i u nás existuje spontánní léčení, jehož vysvětlením nemůže být naše výkonné zdravotnictví, svědčí o tom, že zřejmě musí existovat ještě jiný přístup ke zdraví. Hledat tuto jinou cestu v žádném případě neznamena potlačovat nebo zpochybňovat školskou medicínu. Naopak, je jí naléhavě třeba, protože většina lidí se nenaučí vědomě využívat svoje samoléčitelécké síly. Jedna reforma zdravotnictví za druhou se snaží nalézt schůdnou cestu.

Mým přáním je exemplárně využít aspekt mého vyléčení, k němuž nedošlo díky lékařské péči. Pro cestu lékařské péče existuje dostatek informací, i v mém případě, ale pro tu druhou, duchovní cestu by měla existovat podstatně rozsáhlejší osvěta, neboť zatím se jen málo lidí odvažuje se touto cestou vydat. Potřebuji k tomu odvalu ne proto, že by duchovní cesta byla příliš riskantní, ale proto, že ti, kteří vydělávají na materiální, známé a společensky uznávané cestě, často z čirého strachu varují před alternativními léčebnými metodami a toto varování občas přerůstá v zatracování. Fanatičtí stoupenci materiální cesty se nerozpakují využít veškerou svou moc proti duchovní cestě a bojovat proti ní pomlouváním, lhaním, zastrašováním, hrozbami a pronásledováním.

Někdo, kdo ještě nikdy nezažil proces vyléčení, který se neodehrál na základě opatření školské medicíny, není kompetentní k tomu, aby zatracoval nemedicínské metody samoléčení. Není možné chtít pochopit duchovní cestu z hlediska materiální cesty. Něco, čemu nerozumíme, logicky nemůžeme kritizovat. Můžeme se ptát, snažit se porozumět a projevit ochotu se učit, ale pomlouvat nesmíme. Stejně jako nikdo nesmí být nucen používat metody duchovního léčení, nesmí být nikomu ani bráněno se těmito metodám otevřít. Pokud někdo šíří strach ze spirituálních podnětů léčení tím, že vymyslí nebezpečí, která mají nováčky zadržet, staví se proti lidství, omezuje svobodu lidí a podle mě je hloupý. Nenechat se ovlivnit těmito strachy stoupců materiální cesty vyžaduje odvalu a neústupnost.

Materiální vědomí a medicína, jež na něm staví, si činí nárok na celou pravdu. Až jim svitne, že v budově jejich pravdy chybí něco rozhodujícího, totiž duše, dostanou strach. Je obvyklé pře-

**ZDRAVÍ JE
OTÁZKOU VĚDOMÍ.**

nášet vlastní strach na ostatní. Když vyšší autority šíří strach, laik se tím nesmí nechat zastrašit. Pokud tyto strachy přerostou v negativní prognózy a výhrůžky, je dobré nenechat na sebe tyto emoce působit, ale ujasnit si, z jakých strachů podobná vyjádření vycházejí. Už jsme měli na semináři až deset lidí, kteří dlouho přežili dobu své smrti, kterou jim předpověděla školská medicína.

Vypořádání mezi materiální a duchovní cestou je plodné a přátelské, jakmile na obou stranách existují vlastní zkušenosti. Protože každý léčebný proces je konec konců samoléčebným procesem, není důvodu napadat nebo diskreditovat duchovní cestu k aktivizaci samoléčebných sil. Jakmile člověk sám zažije léčení vlastními silami s citelným fyzickým zlepšením, nemůže mu tuto zkušenost už nikdo vzít. To, co zažijeme na vlastní kůži a co je případně možné doložit nálezy „předtím“ a „potom“, přesvědčí víc než tisíc slov.

Slib

Po zveřejnění knihy a filmu *Na cestě do sousední dimenze* mi volá mnoho čtenářů a diváků, kteří doufají, že ode mě dostanou radu, jak se zbavit své choroby – AIDS, rakoviny nebo něčeho podobně závažného. Většinou se mi snaží hned od prvního okamžiku vyprávět celý příběh nemoci s naprostou otevřeností, kterou lze přičítat jedině filmu, respektive knize. Když mi někdo během několika minut projeví takovou důvěru, nemůže mi být osud toho člověka už dál lhostejný, tím spíše, že jsem především ve filmu zřejmě vzbudil naději, že je možné „instant-healing“ (okamžité vyléčení).

Knihou *Na cestě do sousední dimenze* toto očekávání diferencuji, protože tam mám místo 84 minut 340 stránek, abych vysvětlil pozadí uvedených příkladů duchovního vyléčení. Přesto pociťuji za své čtenáře a diváky odpovědnost, které musím dostát. Mohl bych si to usnadnit a mít vedle telefonu připravený seznam adres léčitelů, kteří lidem pomáhají k tomu, aby si dokázali pomoci sami. Nehledě na to, že není mým záměrem nabízet duchovní léčení jako rychlé občerstvení, bych pak ale nebyl schopen pracovat, protože bych musel neustále vysvětlovat, proč volajícím nemohu a nechci doporučit žádné „dobré a seriózní“ léčitele (viz str. 204 ad.). Takovéto hodnocení léčitelů totiž odpovídá pasivnímu chápání lidí hledajících pomoc, kteří se nechají léčit a nepřebírají žádnou vlastní odpovědnost za své zdraví.

Mou snahou je, aby lidé byli kompetentní k tomu, léčit se sami; aby si uvědomili, že jsou duchovními bytostmi schopnými samy se léčit a že nemusí být na nikom závislí, pokud jde o jejich tělesné a duševní zdraví; že na nemoc lze pohlížet ne jako na prokletí, nýbrž jako na dar, který nás motivuje k tomu, vyvíjet se v opravdového člověka.

Jak chci tento požadavek splnit, jestliže mi mezitím už více než 16 000 lidí prostřednictvím mých webových stránek, telefonem, poštou a e-mailem zaslalo své volání o pomoc?

Abych byl vůbec schopen pracovat, vytvořil jsem prostřednictvím servisní firmy bariéru proti přílišnému množství telefonátů tím, že požaduji dvě eura za minutu, z čehož jedno euro dostane servisní firma, která tuto službu provozuje, a druhé euro připadne akademii SHP*. Tímto způsobem jsem dosáhl toho, že se volající, kteří se nenechali odradit, vyjadřují stručně. Nevychází to ovšem ve všech případech, protože někteří mi i navzdory této minutové sazbě vyprávějí celý svůj příběh. V poměru k tomu, o co prosí, je hodinový rozhovor stále velmi výhodný. Mnozí totiž zavolají a chtějí, abych je zavedl například k šamanovi Donu Augustinovi do Amazonie nebo k alchymistovi U Šeinovi do Barmy, a většinou chtějí „zázračný prostředek“ – *Gold Ash Powder*. Když jim pak jsem nucen říci, že (už) žádný nemám a že ho z legislativních důvodů ani nemohu dovézt, jsou velice zoufalí.

Spustila se tedy lavina lidí hledajících pomoc. V té chvíli přišla právě vhod nabídka uspořádat seminář o duchovním léčení. Tento třídní seminář nabízel možnost poradit mnoha lidem najednou, jak mohou aktivovat své samoléčebné síly. První seminář se uskutečnil počátkem listopadu 2003 a vyvinulo se z něho pravidelně se konající fórum samoléčení.

Nouze panující v této zemi je ale tak velká, že i toto fórum pomoci k sebebomoci je jen kapkou na rozpálený kámen. Mohl bych pořádat semináře denně, a všechny by byly plně obsazené. Mým hlavním úkolem ale je pomocí filmů

* SHP, Evropskou akademii pro procesy samoléčení, jsem založil spolu se svou ženou. Slouží nejen jako vzdělávací zařízení, ale také jako platforma pro výměnu nejrůznějších poznatků a metod samoléčení. Chceme s její pomocí ukazovat cestu k vlastní odpovědnosti a kompetenci v otázkách vlastního zdraví. SHP má vytvořit most mezi vědou, spiritualitou a těmi, kteří hledají radu, a využívat vědecké poznatky, které podporují pochopení procesů samoléčení. (Viz též str. 177 ad.)

a knih přiblížit tvorbu vědomí většímu okruhu lidí. Pracuji na třídičném televizním filmu se stejným názvem, jako má tato kniha. Bude se tedy ozývat ještě více těch, kdo hledají pomoc. Z tohoto důvodu jsme moje žena a já založili zmíněnou nadaci SHP, vzdělávací zařízení pro výzkum a výuku metod samoléčení. Tímto zařízením, na němž se podílí mnoho lidí, bych chtěl vyjádřit svůj dík za svoje vyléčení. Akademie SHP dokáže pomáhat všem, kteří hledají uzdravení, ve zcela jiném rozsahu, než by kdy mohl jednotlivec.

II

Objevování procesů samoléčení

1 / Experiment pokračuje

Miluji sebe sama

Tuto důležitou větu můžeme vztáhnout na svoji tělesnou existenci, ale i na toho, kdo toto tělo stvořil. Pouhá láska k tělu nám může velmi brzy způsobit zklamání. Každá nemoc je předzvěstí tělesného konce. Pokud svou představu bytí vztahujeme primárně na tělesnost, žijeme v neustálém strachu, že své milované tělo ztratíme. Je velký rozdíl, zda milujeme stvořitele, nebo jeho výtvar. Jestliže nemůžeme vidět, a tudíž ani milovat stvořitele, ale pouze to, co stvořil, začne nám být úzko. Naše láska k sobě je neustále nahlodávána a nahrazuje ji strach: Co bude, až naše lidská existence skončí? Podobné obavy se s přibývajícím věkem ozývají stále hlasitěji, žijeme-li ve stavu takovéto sebelásky. Dostáváme se do nálady blížícího se konce a nevíme, jak bychom nakonec měli reagovat.

Předtím, když je naše tělo ještě krásné a celý život leží před námi jako nalinkovaný podle pravítka, můžeme sami sobě napsat milostný dopis nebo čas od času směle pohlédnout do zrcadla a přitom si říct: Miluji sebe sama! Ale když

**REFLEXE
PROBOUZÍ
VĚDOMÍ.**

se pak objeví první tělesné obtíže, neustále a neúprosně se vrací skličující otázka: Jsme to my, kdo bude muset odejít, nebo je to jen naše tělo, které přichází a odchází?

Nejsme-li tělo, proč nám to nikdo neřekl už dřív? Pak bychom si o ně nemuseli tak často dělat takové starosti a všechny ty strachy, především existenční, by nebyly nutné. Věděli bychom, že tělesná lidská existence je velmi krátká a vyznačuje se nedostatky. Nebyli bychom se do své tělesné existence vůbec zamilovali, poznali bychom sami sebe jako stvořitele.

Rozlišovat mezi stvořitelem a stvořením pomáhá, hovoříme-li místo o stvořiteli o „experimentátorovi“, i když tento pojem je poněkud širší. Mnozí z nás mají

potíže ztotožnit se se stvořitelem, neboť v našem vědomí je touto silou Bůh sídlící mimo člověka, a tato představa nám brání v tom, abychom uznali, že stvořitelem jsme my sami. *Experimentátor* je dosud neopotřebovaný pojem, díky němuž je snazší tuto změnu vědomí uskutečnit. Vidíme každý sám na sobě i na lidstvu, že stvoření nemůže být hotový produkt. Máme všechny možné chyby, které je naléhavě třeba odstranit. Dokud ovšem věříme, že pán stvořitel půjde kolem a přetvoří nás nebo vylepší podle své představy lidství, budeme čekat ještě dlouho a experiment lidství se zatím zcela vymkne kontrole. Považují nás proto raději za experiment experimentátora.

Vznik a zánik

Z pohledu evoluce je tomu teprve 120 000 let, co tento experiment započal. Vlastní verzi člověka, *Homo sapiens*, jsme odstartovali dokonce teprve před pouhými 40 000 lety. Z kosmického pohledu je to skutečně krátkodobý vývoj, v jehož průběhu se samozřejmě leccos nemuselo povést, a připustíme, že skutečně nepovedlo. Z hlediska „experimentu“ jsou ale pro nás otevřené všechny možnosti, a na tom záleží – a to právě nyní, v tomto okamžiku, neboť se nacházíme ve velmi žhavé fázi experimentu. Mnoho tisíc let se s experimentem lidství téměř nic nedělo. Opičí verze byla svlečena z kožichu a pak se nám podařilo osvojit si v souvislosti se zvětšováním mozku tu či onu dovednost, ale celkem jsme na modelu člověka udělali jen velmi málo úprav.

Zhruba před 3000 lety, když jsme začali každému modelu zabudovávat ego, v zásadě začaly těžkosti, s nimiž se často nedokážeme vypořádat dodnes. Toto ego sice přineslo i některé použitelné vlastnosti a výsledky, ale já jsem toho názoru, že bychom se dnes měli častěji scházet a posilovat svou pospolitost, abychom ego trochu potlačili. Ego se jaksí osamostatnilo. Je tak virulentní, že se občas domnívá, že je samo experimentátorem, podobně jako v té pohádce o loutce, která byla tak opovázlivá, že se domnívala, že může zaujmout místo loutkáře. Stejně jako v pohádce je to samozřejmě směšné a tato opovázlivá snaha žalostně ztroskotá, protože i loutka zapomněla, že podléhá zákonu vzniku a zániku a že v poměrně krátké době zemře přirozenou smrtí.

Je pravda, že experiment by nebyl experimentem, kdyby se občas neměnila stát chyba. S egem jsme zřejmě vytvořili podnět, který je, jak se stá



ukazuje, kontraproduktivní. A to nyní můžeme napravit tím, že znovu nastolíme hierarchii svého bytí.

Naše štěstí závisí na zdroji, z něhož čerpáme sílu k provádění experimentu. My sami jsme tím, kdo uskutečňuje experiment lidství, tedy experimentátorem, duchovní bytostí překypující energií, která je vždy spojena s všemohoucností ducha. Duch je nevyčerpatelným zdrojem, z něhož čerpáme ideu lidství. V tom spočívá náš původ. Náš biologický rod a naše rodina nejsou našimi stvořiteli. Obě tyto roviny našeho původu bývají často zaměňovány. Biologický původ je součástí experimentu a nemůže být proto současně zdrojem, z něhož se čerpá. Zdroj nikdy nemůže být součástí experimentu, neboť jinak by i experimentátor podléhal zákonu vzniku a zániku a hned po prvním experimentu by vše skončilo. Rozlišování mezi experimentem a experimentátorem je proto základem našeho bytí.

Problém spočívá pouze v tom, že se nesmíme s tímto bytím ztotožňovat, jinak bychom měli pocit, že po skončení pokusu už nebudeme existovat. S tímto vědomím se ale nemůže podařit lidství zlepšit. Ani v průběhu lidského života se nám nedaří být spokojeni a šťastní, jsme-li neustále konfrontováni se svým poměrně brzkým koncem. Má-li být lidství zlepšeno, potřebuje jinou perspektivu, než je délka jednotlivého pokusu.

Tento experiment je stále se opakující úplný cyklus: nejprve se zhutní myšlenka nás samých, zhmotní se v oplozené vajíčko, v embryo, v kojence, batole, školáka, teenagera a mladého člověka a v průměru ve 22–23 letech kulminuje v nejvyšším bodě, a pak se pozvolna opět dekomprimuje, až se tvar začne pomalu rozplývat, člověk stárne a nakonec jeho tělo umírá. Z každého experimentu si duše odnáší určité poznatky a v následujících experimentech na nich staví. Zní to docela logicky a snášeli bychom to dobře, pokud bychom se s experimentem neztotožňovali a nedomnívali se, že musí trvat. Záleží to z valné části na již zmíněném ego, které jsme zabudovali do experimentu lidství. Ego přirozeně ví, že je konec konců tělesnou ideou a že s tělem také opět zmizí, ale to se mu nechce, a proto máme tak velké potíže se odpoutat.

Všechno vzniká a zaniká podle myšlenky, která zavdala počáteční impulz vzniku. Existují přitom myšlenky, které se uskuteční v poměrně krátkém čase. Všechny myšlenky jsou kmity (frekvence). Žádná myšlenka netrvá věčně. Každé kmitání nebo frekvence má fázi komprese a dekomprese, která odráží zákon o vzniku a zániku.

Lidská těla

Převládající filozofie faktického nás mimoděk doběhla. Když si díky putovní výstavě *Bodies... The Exhibition*, na níž jsou vystavována plastinovaná lidská těla a orgány, uvědomíme, z čeho se skládáme a jak jsme zkonstruováni, zjistíme, že to, co se dosud mísilo do našeho tělesně zajištěného ega, postrádá pocit identity a vlastní hodnoty. Duchovní prázdno, které pocítujeme při pohledu na tato otevřená, skutečná těla, je nepříjemné. Dokud jde o obraz člověka s neporušenou kůží, lze ego mystifikovat mnohem snadněji než po odhalení faktického. Je to podobně rozechvívající jako okamžik, kdy se v dubnu 1961 Jurij Gagarin, první člověk ve vesmíru, ohlásil z kosmu větou: „Žádný bůh tady nahoře není.“

Nejpozději po zhlédnutí výstavy *Bodies... The Exhibition* vytane otázka: Co je člověk? Günther von Hagens, vynálezce plastinace, na ni nechce odpovídat, ale ukazuje, co je tělo. A činí to tak jasně a nezaobaleně, jak to dosud bylo možné pouze v anatomii pro začínající mediky. Plastinovaná lidská těla se vyznačují nelitostnou otevřeností a úplností, která nikomu nedovoluje nadále spatřovat smysl života v tělesnu a materiálu. Strach z toho, že v otevřeném těle nenaleznou jeho duši, dokonce mnohé odradil od návštěvy této výstavy. Se slovy „Tohle nemám zapotřebí“ si chrání svůj materialistický světový názor.

Vidět se bez kůže znamená například pro mnoho žen, které ani nevyjdou z domu nenalícené, ještě větší ztrátu pocitu vlastní hodnoty, kterou nechtějí zažít. A muži, kteří nemohou vidět své nahé tělo v zrcadle, se této výstavě také vyhýbají. Všichni, kteří zastávají stanovisko: „Hlavně že tělo funguje,“ ale nechtějí vědět jak, považují výstavu za ohavnost. Pro ty, kteří blaho své duše nehledají v materiálu, je výstava zjevením. V mých očích patří tento pohled do našeho těla k základnímu vzdělání každého člověka. Kdo nechce vědět, co a jaké jeho tělo skutečně je, se těžko dokáže nezávisle na něm ztotožnit se svou duší.

Strach

Protože pro experiment lidství, respektive inkarnace je přirozené, že pomíjí, je strach zvláště silný u těch, kteří v inkarnaci vidí veškerý smysl svého života. Strach je, jak známo, nejsilnějším motorem agrese. Když se cítíme ohroženi ve své materiální existenci, máme

**STRACH JE
MOTOREM
AGRESE.**

strach a snažíme se ho převést v agresi. Konkrétně to znamená, že vedeme války a oddáváme se žádostivosti po materiálním uspokojení.

Žádostivost vedená strachem z pomíjivosti je uznávanou vlastností materialisticky založené společnosti, kterou náš systém podporuje. Ti, kteří se nejsilněji ztotožňují s inkarnací, se stávají nejžádostivějšími. Jdou bezohledně proti dalším experimentům lidské, zvířecí a rostlinné existence, nechtějí ani slyšet o kontinuitě ducha a jsou ochotni s koncem svého experimentu do základu zničit ostatní základ pro jejich experimenty na Zemi.

Nacisté byli u moci jen dvanáct let a během této krátké doby svévolně zničili 54 milionů experimentů. Mezi těmito oběťmi byly i miliony pachatelů, z čehož je patrné, že zdivočelá ega s sebou strhávají nejen ostatní, ale i sama sebe. I dnes zpravodajství denně informuje o tisících ztroskotaných a osamostatňujících se experimentů. Neznamenají snad války, zloba, utrpení a zoufalství v každém případě, že se experiment nevydařil? Lze jednoduše říci: „Proč by mi měla vadit hloupost ostatních? Já se nepodílím na chtivosti a agresi, nevedu válku, nikoho nevykořisťuji a snažím se jen udržet si svůj poklad, svůj malý ostrůvek, kde jsem šťastný.“ Tak to ale ve skutečnosti nefunguje, i když se to dočasně může tomu či onomu podařit, přesto kolem nás zuří válka – a vůči tomu nemůžeme zůstat lhostejní. Existuje povinnost angažovat se, snažit se přispět k úspěchu experimentu lidství. Nesmíme si říkat: „Jestliže se lidstvo samo zničí, příroda se z toho jednoho dne zase vzpamatuje. Přežila už jiné katastrofy. A druhová rozmanitost se také obnoví, až lidstvo nebude dostatečně dlouho existovat.“

Jako lidé bychom se měli ptát sami sebe, zda to chceme nechat zajít tak daleko. Jen proto, že nejsme schopni rozpoznat svůj zdroj, si zvolíme takový osud? Pro experimentátora není neúspěšný experiment ztrátou v pravém smyslu slova, protože se poučí z každé inkarnace. Navíc podstatou experimentu je, že občas mine cíl. Pokud se ovšem odchýlí natolik, jako jsme toho dosáhli po 3000 letech se svou sérií se zabudovaným egem, je načase něco změnit.

I když mnoho despotů a lidí bažících po moci občas dělá, jako by společnost ovládali, může tento svět nabídnout i jiné síly než diktaturu, terorismus a státní terorismus. Na ty se musíme zaměřit, má-li se experiment lidství zdařit. Nemá smysl napadat klamnou představu dosažitelnosti štěstí materiální cestou, neboť to by pomýlené uvrhlo do ještě většího strachu. Místo toho musíme pracovat na světovém názoru, v němž není strachu zapotřebí nebo se v něm vůbec nevysky-

tuje. Možná namítnete, že strach se vyskytuje vždycky, že život bez něj neexistuje. Je to pravda, stejně jako neexistuje život bez bolesti. V této knize se ale učíme bolest vítat, protože díky ní máme šanci rozšířit svoje vědomí a zlepšit jednání, a totéž platí i o strachu. Tím, že ho budeme zkoumat, místo abychom reagovali reflexivně, také máme šanci rozvíjet svoje vědomí a zlepšovat své jednání.

Lidé, kteří nemají kontakt se svým strachem a vybíjejí ho agresi, nechápou strach a bolest jako cenné připomenutí, že by měli změnit život, nýbrž prožívají strach jako trvalý stav, s nímž musejí neustále bojovat, aby přežili. Lidé, kteří mají strach, neuvažují o tom, proč vůbec mají strach a bolesti. Mají strach, co pamatují, a hledají viníka. Podle Hitlera to byli Židé a další „havěť“, jak jim říkal, podle Bushe Arabové a přidružené „státy darebáků“. Strach je nesmí opustit, protože je hnací silou jejich života. Beze strachu by ztratili oprávnění své existence, protože by pak neměli žádného protivníka a žádný důvod dál bojovat. Zmizela by jejich prvořadá funkce. Ztělesňují boj proti strachu a získávají podporu ode všech, kteří sami žijí ve strachu a jsou v něm udržováni.

A nejsou to jen psychicky labilní a nemajetní lidé, které je snadné udržovat ve strachu, nýbrž – a především – ti zvláště chtiví, kteří neustále hromadí bohatství, aby tím kompenzovali svůj strach z pomíjivosti. Tento komplex strachu se může z fixace na hmotné statky rychle změnit v agresivitu. Nejen individuálně, ale prostřednictvím médií i celospolečensky. Stačí jen ukázat bojácným, že jsou napadnutelní, a už se motor, tedy obchod se strachem, rozbíhá na plné obrátky. V krajním případě je to obchod s válkou. Hitler, aby ji rozpoutal, využil zinscenovaného útoku na rozhlasovou stanici Gleisewitz a Bushův klan zřícení věží WTC. Obě tyto události byly využity k tomu, přimět bojácné, aby se ze strachu oddali žádostivosti, která byla nakonec uspokojena válkou.

Chceme-li uniknout z této pastí strachu, musíme se strachu zříci při všech výchovných opatřeních. Musíme ho eliminovat všude tam, kde se s ním operuje. Když pozorně nasloucháme, zjistíme, jak rodiče, vychovatelé, učitelé, zaměstnavatelé, lékaři i politici pracují se strachem, aby u těch, kdo jsou na nich závislí, prosadili své cíle. Tyto strachy se počítají v jeden velký, hluboko zakořeněný životní strach. Zbavit se ho vyžaduje změnu identity. Přirozeně chceme udržovat své tělo v pořádku, kráse a harmonii, neboť je chrámem, v němž přebývá naše duše, chrám ale není to hlavní. Naše bytí nespočívá v těle, nýbrž v duši, která toho času obývá toto tělo. S touto změnou identity zmizí velmi, velmi mnoho strachu – a zavládne pokoj.

Nesmrtelnost

Při každé materializaci (inkarnaci) je opona zapomnění velmi silná, nebo je alespoň v prvních letech života utkána tak pevně, že se člověku po zbytek života nedostává vědomí k tomu, aby mohl myslet nad rámec své materializace. Věřím, že tato překážka bude odstraněna, protože člověk stále přesnější materializací odhaluje ducha, který je jeho zdrojem. Jestliže si člověk dosud myslel, že vesmír je prázdný, nyní mu jeho materialistická věda, fyzika, dokazuje, že tam, kde jsme dosud předpokládali vakuum, je něco, co lze změřit, a ukazuje se, že toto něco je inteligentní energie. Vychází najevo, že neexistuje žádné „nic“ – a tudíž neexistuje ani žádný konec. Nemusíme se tedy psychologicky upínat na uvedený experiment, protože tento experiment nikdy nekončí. Nachází se jen dočasně v různých skupenstvích: Jednou je to vakuum, které není vakuem, a jindy tělo, které je pouze koncentrací neboli zhutněním ducha.

Rozpor mezi duchem a hmotou tedy ve skutečnosti vůbec neexistuje, a proto už dál nemusíme tak zoufale lpět na materiální stránce života, kde jsme nejvíce konfrontováni s pomíjivostí, nýbrž můžeme se zcela uvolnit a myslet si: Je to přece stále totéž – ať jsem teď mrtvý, nebo se nacházím v těle, je to jen rozdíl ve skupenství mého bytí. Moje bytí je nesmrtelné. Nese mě kosmické vědomí, jehož jsem součástí, a díky tomu mizí strach z odtělesnění neboli exkarnace.

Hodnoty

Člověk je ovšem při každé inkarnaci znovu vystaven nebezpečí, že pro své bytí převezme převládající hodnotový systém dané společnosti, a že bude tudíž i on dělat všechny chyby a okliky, které takový momentálně platný systém zahrnuje. Ztotožněním s tělesným bytím přijímá hodnotový žebříček své tělesné existence, jehož součástí jsou i obrazy nepřítelů. Nejpozději ve své příští inkarnaci se pak možná bude podívat pocítům viny, které mu pravděpodobně žádný psycholog nebude schopen vysvětlit. Tyto pocity viny vznikají proto, že duševně nelze vysledovat hodnotovou proměnu, která se mezitím odehrála.

Duše sleduje jiné hodnoty než ty, které jsou uznávány v dané společnosti. V každém okamžiku ví, co je správné a co špatné. Spojit se s ní a naslouchat jejímu hlasu pomáhá vyřešit konflikt mezi rozdílnými hodnotovými systémy.

Když se pokusíme nahradit pocit identity na tělesném základě jinou, můžeme sice chorobné příznaky krátkodobě kompenzovat, ale životní strach, který vzniká ztotožněním s experimentem lidství, nezmizí. Trvalé blaho vyžaduje, jak již bylo řečeno, změnu identity z těla na ducha – jinak jsme vydáni napospas právě převládajícímu hodnotovému systému.

Když jsme ale spojeni se svým zdrojem, aktuální hodnotové systémy slábnou a nevrvávají se do našeho vědomí jako základ pro blaho naší duše. I když velká většina mé společnosti pronásleduje Židy, jako ve třetí říši, nebo hromadně poráží dobytek, jako je to běžné v naší kultuře konzumující maso, nemusí se na tom moje duše podílet, aby si připadala velká a silná. Duše, která je zaměřena na kontinuitu ducha, nečerpá svůj pocit vlastní hodnoty z těchto klamných nabídek, nablýskaných uniforem pro vrahy nebo exkluzivních jídelních lístků módních restaurací. Tato duše dokáže prohlédnout vzory a nezažívá pocit ztráty, když se odlišuje a když nenaplnuje převládající hodnotový systém, nýbrž posiluje svůj životní pocit z hlubších, kosmických hodnot.

I když naše vědomí prohlédlo tělesné svody, může se přesto stát, že se mnohdy nedokážeme vymanit právě platnému hodnotovému systému. Nevytváříme si tím ale špatnou karmu, protože se s tímto systémem neztotožňujeme. Děláme všechno pro to, abychom zůstali duševně čistí.

Kosmické spojení

Experiment lidství by se nemusel společensky ani individuálně ubírat tolika strašlivými oklikami, kdyby pocit vlastní hodnoty nebyl nesen nadšením pro nějakou právě vhodnou myšlenku, nýbrž vědomím, že jsme součástí univerza, s nímž se můžeme časově sladit. Nesháněli bychom pak stále novou módu, pro niž bychom se nadchli, abychom mohli kráčet životem s dobrým pocitem vlastní hodnoty, nýbrž bychom měli ještě mnohem lepší životní pocit z toho, že se cítíme jako výraz kosmického vývoje a síl. Kosmos existuje nezávisle na tom, jaký hodnotový systém právě panuje na zeměkouli nebo v naší zemi, je to prostě život. Vědomě se s ním sladit je zkušenost, která může vyvolat skutečnou bouři nadšení, nebo může naprosto střízlivě vést k poznání: Tak to je. Moci se cítit nejen jako světoobčan, ale jako kosmopolita ve vlastním, univerzálním smyslu tohoto slova, činí člověka psychicky nezávislým, silným a svobodným. To, zda se

pak přesto nadchneme pro nějakou společensky účinnou ideu, není záležitostí pocitu vlastní hodnoty, nýbrž strategií, s níž se začleňujeme do společnosti.

Můžeme si uvědomit myšlenky, které stojí za každým hodnotovým systémem, analyzovat je a zjistit, jak dalece jsou v souladu s kosmickými životními podmínkami. V ideálním případě budeme nezávislí na hodnotách, o něž takzvaně stojí za to usilovat, nadchneme se pro život, aniž bychom byli zneužíváni pro myšlenky, které se posléze ukážou jako zavrženíhodné. Osvobodíme se od věcí, kterých bychom jednou museli litovat, buď v tomto, nebo v některém z pozdějších životů. Skutečnou svobodu je možné zažít jedině jako duchovní, kosmická bytost, pro niž neexistuje smrt.

S tímto postojem můžeme milovat každý experiment, i když neprobíhá úplně bezchybně. Nemáme ani nic proti tomu, že v dohledné době skončí. Víme,

že budeme moci provést ještě mnoho dalších experimentů a experimentování nás baví, aniž bychom s každým experimentem uzavírali sňatek. Necháme tomu volný průběh; budeme dělat to nejlepší a nebudeme smutní, když to nevyjde. Čas od času to vylepšíme, vyzkoušíme něco nového – a někdy střelíme vedle. Teď, když jsme se dozvěděli, že každý z nás je

experimentátor, tvůrce, může existenční strach ustoupit. Uznáváme své vyšší já jako čistého, ryzího, velkého ducha, z něhož čerpáme bez začátku a bez konce. Láska k němu je báječná, ničím nezatížená a krásná. Když se věta zmíněná v úvodu „Miluji sebe sama“ vztáhne na tvůrce, a ne na stvoření, dostane zcela jiný dosah a mnohem hlubší věrohodnost.

My, tvůrci a experimentátoři, si chceme být vědomi svých tvůrčích schopností, proto takové experimenty provádíme, jinými slovy, proto se inkarnujeme. Pokud se toto sebevědomí zakládá na lásce k sobě samému, tento proces se zesiluje, protože může v klidu plynout a rozvíjet se – i v samoléčení! Experimenty lidství nejsou samoúčelné, pokaždé si z nich bereme ponaučení. V tom spočívá jejich smysl. Každý experiment zvyšuje naše vědomí. Pokaždé se stáváme lepšími experimentátory, a to se projevuje na experimentu samém podle hesla: „Jak myslím, takový jsem.“

**DUŠE JE
SKLENICE VODY
Z OCEÁNU DUCHA.**

2/ Kontrola duše

Co je třeba udělat?

Chceme-li pochopit duchovní léčení, potřebujeme k tomu vlastní zkušenost. Touto zkušeností by mělo být znatelné fyzické zlepšení.

Jakmile zažijeme duchovní léčení na vlastní kůži, je konec pochyb a diskusí. Takovou zkušenost nám už nikdo nemůže vymluvit nebo ji zpochybnit. Měli bychom o ní ovšem mluvit teprve tehdy, jsme-li dotázáni. Ten, kdo dokáže vyčkat na situaci, kdy se ostatní zajímají o duchovní léčení, se nemusí ospravedlňovat, vyhne se ideologickým sporům všeho druhu a snadno nachází argumenty, protože mu stačí čerpat z toho, co sám zažil. Prostě vypráví, co se stalo, a tím podporuje jiné myšlení.

Pokud i vy chcete učinit takovouto vlastní zkušenost, potřebujete k tomu svůj osobní problém, který chcete vyřešit. Protože každý člověk zpravidla mívá několik nebo mnoho problémů, je dobré se na začátku rozhodnout pro jeden z nich a striktně se na něj omezit. Kdo by chtěl od začátku řešit duchovní cestou několik problémů současně, ztroskotá.

Pomáhá vytvořit si seznam problémů – nejlépe písemně, protože to umožňuje dobrou, uvážlivou volbu. Pokud je problémů příliš mnoho, je možné je rozdělit do jednotlivých kategorií, například na zdravotní problémy, vztahové problémy, hospodářské problémy a ostatní problémy, jako je nepořádek, nedochvilnost, zapomnětlivost, ztrácení věcí – všechno to, co vám hodně vadí. Nemusíte tomuto seznamu věnovat mnoho času, protože slouží jen k tomu, abychom si uměli vybrat.

Už při nadepisování seznamu lze provést první změnu vědomí tím, že nebudete dále používat označení „Moje problémy“, ale „Moje projekty“. Bolesti v rameni nebo migréna pak už nejsou méně či více závažné problémy, nýbrž výzvy, které čekají na to, až je zvládnete. Projekty jsou záměry, jejichž usku-

tečněním chcete dosáhnout zlepšení situace. Finanční situace tedy již není považována za problém, nýbrž za projekt – a už tím se mění vaše vědomí ve vztahu k této situaci.

Nezávisle na tom, kolik zkušeností s duchovním léčením už máte, si nyní vyberte jeden aktuální problém, který zatěžuje vaši duši a který chcete vyřešit. Nejlepší je zvolit si vlastní problém, nebo pokud je to naléhavé, problém osoby, na níž vám velmi záleží. Uvědomte si velikost tohoto problému. Pokud by vám připadal pro začátek příliš velký, omezte se na jeden jeho dílčí aspekt. Problém, respektive projekt by měl představovat výzvu, neměl by tedy být řešitelný okamžitě, protože pak byste jeho vyřešení nezaznamenali jako velký úspěch. K tomu, abyste získali důvěru v duchovní dimenzi, potřebujete skutečný úspěch. Projděte si tedy ještě jednou seznam svých projektů a položte si otázku, který problém je takového charakteru, že by si jeho vyřešení vyžadovalo vaše uznání nebo by na vás tak zapůsobilo, že byste si výsledku trvale vážili.

Tímto cvičením prověříte svoji důvěru v duchovní dimenzi. Na začátku je třeba provést realistické sebehodnocení, což není jednoduché, protože každé sebehodnocení se zakládá na světovém názoru, který vám byl vštipen. Nejprve nás, jak známo, ovlivňují rodiče, později partner a někdy i přátelé, známí a kolegové – ty osoby, které hrají v našem životě důležitou úlohu. Zastávají-li osoby směřodratné pro vaši socializaci vyhraněný materialistický světový názor, nebude vaše důvěra v duchovní dimenzi nijak velká, ledaže byste se od těchto osob už odpoutali.

I pro ty, kteří se považují za nábožensky založené nebo silně věřící, znamená prověřování důvěry v duchovní dimenzi podporu vědomí. Jak totiž jde o zdraví, mnoho nábožensky založených věří víc lékařům než Bohu. Mnozí stoupenci náboženství radí svým bližním, aby se v nemoci drželi především materialistické školské medicíny, místo aby posilovali jejich důvěru ve vševědoucího Boha.

Test vědomí

Aby se duchovní léčení mohlo rozvíjet, musíme nejprve zjistit, jak na tom se svým vědomím skutečně jsme. Nejzřetelněji se to ukáže při vaší reakci na akutní bolest. Přemýšlíte o tom, jaké materiální důvody tuto bolest vyvolaly, nebo o tom, jaké mohla mít duchovní příčiny? Otázka zní: Hledáte materiální

prostředky, nebo analyzujete svoji duševní situaci? Čím poctivěji si tuto otázku zodpovíte, tím úspěšnější bude následující proces.

Bez ohledu na to, zda jste materialista nebo křesťan – pomůže vám, když se podíváte na svou zásobu léků a vypracujete druhý seznam, v němž přesně uvedete, které přípravky užíváte a jak často a o kterých si myslíte, že je vaše tělo nutně potřebuje. Na tento seznam patří i doplňky stravy, jako vitaminy, mořské řasy atd. Tento seznam nemá probouzet špatné svědomí, nýbrž vytvořit realistickou výchozí pozici pro váš „projekt“. Protože jde o významný úspěch, musí tento úspěch spočívat v přechodu ze stavu, jak to je, do stavu, jak to má být. Čím přesněji poznáte svůj stav, tím přesněji budete moci později posoudit dosažený úspěch. Úspěchy, které se projeví tělesně, materiálně, posílí vaši důvěru v duchovní dimenzi vašeho bytí.

Seznam je výrazem vašeho materiálního chápání. Stejně silně, jako vás ovládá vědomí, že jste materiální bytost, věříte tomu, že jste odkázáni na materiální prostředky, jinými slovy chemii, záření nebo něco jiného, máte-li se uzdravit. Protože jsme všichni dětmi své doby a žijeme v materiálním věku, je pro každého z nás obtížné pohlížet na sebe jako na duchovní bytost.

**PROBLÉM SE
STÁVA PROJEKTEM.
PROJEKT NENÍ
PROBLÉM.**

Stanovení etapy

Touhou každého člověka je nalézt dokonalé štěstí a moci se cítit božsky. Když se vám to podaří, zdolali jste Mount Everest neboli Čomolungmu, jak nazývají nejvyšší horu Země lidí, kteří žijí na jejím úpatí. Výraz Čomolungma tibetsky znamená Matka hor. Symbolizuje všechny naše projekty, které chceme uskutečnit na cestě k vrcholu štěstí. Pokud si ale zvolíme pro první cvičení hned nejvyšší vrchol, pravděpodobně to vzdáme už v základním táboře a zaznamenáme neúspěch. Strategicky je pro většinu lidí moudřejší vyhlédnout si nejdříve nějakou nižší horu – zvládat celek po etapách. Ten, kdo ještě nikdy nezlezl žádný alpský vrchol, by se neměl pouštět do horolezecké výpravy v Himálaji. Nejdůležitější je úspěch našeho záměru a nemůžeme ho ohrožovat už předem. Realisticky neposoudíme svůj stav, jaký je. K seznamu léků proto patří jen ten seznam, který zřetelně vyjadřuje váš stav, jaký je, a sice seznam rágoú.

**PROCES LÉČENÍ
VYŽADUJE
STANOVIT SI
ETAPOVÉ CÍLE.**



Naši rádci

Jste-li přesvědčeni, že je něco pro vás, respektive pro vaše tělo nezbytné, vyžaduje to zdůvodnění; mnozí se s ním ztotožnili už natolik, že si vůbec neuvědomují, od koho vlastně pochází. Jako první nás samozřejmě napadne lékař, pak se ale náhle začnou objevovat i další rádci: otec, případně matka, vždycky říkali, že při té a té nemoci je dobré učinit takové a takové opatření, atd. Pozorně si projděte následující neúplný seznam možných rádců a zaškrtněte, co vás osloví.

K lékaři chodím:

týdně měsíčně ročně

K terapeutovi chodím:

týdně měsíčně ročně

K léčitelům chodím:

týdně měsíčně ročně

Řídím se zdravotními radami:

otce matky partnera/partnerky
 přítele/přítelkyně faráře

Řídím se zdravotními radami:

z odborné literatury z časopisů z lékárny

Hluboce se zamyslete nad tím, koho a co jste zaškrtili a s jakými pocity dáváte tomuto rádcovi kompetenci k tomu, aby vás ovlivňoval. Zamyslete se nad radami, které dostáváte:

- Jak se touto radou vyvíjíte?
- Má nežádoucí vedlejší účinky? (Lék je také rada.)
- Vzbuzuje ve vás strach? (Co se stane, když se jí nebudete řídit?)
- Rozumíte této radě, nebo jí slepě důvěřujete?
- Cítíte se na základě této rady závislí, nebo posiluje vaši nezávislost?
- Je spíše duchovního rázu, nebo má v zásadě materiální charakter?
- Posiluje vaši odpovědnost za vaše zdraví, nebo ji oslabuje?
- V čem spočívá kompetence, kterou podle vás rádce má?

S těmito úvahami se můžete vrátit ke svému seznamu projektů a prověřit vámi zvolený „projekt“ z hlediska toho, jaký emocionální význam pro vás má. Zatím se ještě nezamýšlejte nad možnými řešeními tohoto projektu, jde nejprve o to, abyste se pro svůj projekt *rozhodli*. Zcela otevřeně si vyjasněte svůj stav, jaký je. Uvědomte si, čím a kým jsou nebo byla zdůvodňována všechna materiální podpůrná opatření, která přitom jednorázově nebo pravidelně přijímáte.

Často se stává, že se člověku v tomto okamžiku zachce od projektu upustit a zaměřit se na jiný. Nepodlehnete tomuto nutkání. Ukázněte se a řekněte si: „Nehraje roli, který projekt je pro mě nejdůležitější, důležité je jediné to, že se pro jeden rozhodnu a věnuji mu veškeré své soustředění, dokud nebude vyřešen – nejspíše tehdy, až odložím tuto knihu.“

To je nyní vašim záměrem. Jste připraveni na něm pracovat dvě nebo tři noci. Tento projekt stojí za to vyřešit nyní, na základě této knihy, duchovní cestou.

Vzhledem k přelétavosti mysli, která je nám vlastní, je třeba provádět celý proces léčení kromě četby také písemně. Založte si na to sešit nebo blok. Na začátku byste měli alespoň ve třech řádcích popsat svůj projekt. Můžete si také poznamenat, kdy tento projekt vznikl a jaká opatření, jež se ho týkají, jste dosud přijali. V případě dlouhodobé nemoci stačí zapsat velké zákroky (například operace, ozařování atd.) a to, na čem jste v současné době závislí, případně jaká omezení dodržujete. Pomůže také, když zapíšete hlavní osoby s projektem spojené. Nestyďte se také zapsat, co je pro vás každodenní samozřejmostí. Právě to jsou při zpětném pohledu ta nejzajímavější a nejdůležitější zjištění pro úspěšné rozšiřování vědomí.

Jako dítě a často i jako dospělý se člověk u některých projektů nemůže rozhodnout, která opatření přijme a která ne, protože mu určité autority naprosto upírají jakoukoliv kompetenci. Zapište si, jakými argumenty tyto autority ovládají vaše vědomí. Velmi často se přitom vyskytují předpovědi smrti. Možná ale stačí už to, že jsou to „konec konců studovaní odborníci“, kteří vám radí, a ne jen tak „ledaskdo“. Často je stav, jaký je, zakotven ve vašem vědomí tím, že si myslíte, že byste si – kdybyste vy sami byli svým rádcem (lékařem, léčitelem, otcem, matkou atd. – viz seznam na str. 62) – dali stejnou nebo alespoň podobnou radu. Proto ji s povděkem přijmete a naučíte se s ní žít, nebo zemřít.

Zřejmě ale s touto radou nežijete dobře, protože jinak by tento projekt nebyl na vašem seznamu. Otázkou nyní je, zda vůbec připisujete duchovnímu léčení dostatečnou účinnost k vyřešení tohoto projektu. Bude vaše důvěra v duchovní dimenzi trvale posílena, jestliže do konce této knihy dokážete vyřešit tento velký projekt, který jste si vybrali, tedy jestliže zažijete vyléčení? Pokud ano, máte obrovskou šanci, pokud ne, máte také obrovskou šanci, budete jen potřebovat trochu více času k tomu, abyste ji využili. V každém případě musí být projekt, jak už bylo řečeno, tak velký, aby jeho vyřešení zasluhovalo vaše uznání. Jen pak budete považovat duchovní léčení za úspěšné.

Jsem stoprocentně přesvědčen o tom, že v případě, že nejpozději do konce této knihy zažijete úspěch, budete moci slavit úspěchy duchovního léčení i dlouho potom, co bude tato kniha stát v knihovně nebo najde nové čtenáře.

Setkání s bolestí

Váš projekt je utrpení, bolest, zátěž, která vám vadí a které se chcete zbavit. V našich zeměpisných šířkách jsme dnes dostatečně vybaveni klinikami pro léčbu bolesti. Zbavovat bolesti je největší počín medicíny. Ten, kdo trpí silnými bolestmi, nabízí tomu, kdo ho jich dokáže zbavit, celé království. Stovky webových stránek vyhlašují boj rakovině, atopickému ekzému, migréně či jiné nemoci. Všude se bojuje s cílem zvítězit nad bolestí a nemocí. Boj je považován za vyhraný, když je člověk bez obtíží, tedy když už nepocituje bolest.

Představme si nyní, že by se medicíně podařilo zcela nás zbavit bolestí. Buď by něco změnila v našich genech, nebo by nám podávala takové léky, že bychom byli po celý den imunní vůči jakékoliv bolesti či trápení. Kdyby to bylo možné, rovnalo by se to geniálním vynálezům jako umělá hnojiva nebo jaderné štěpení. V běžném životě by se nám pak mohlo stát, že bychom krájeli chleba a přitom si s někým povídali, ne-soustředili se na to, co děláme, a řízli bychom se do prstu nebo – protože neznáme bolest – si ho z nepozornosti dokonce uřízli. Nic moc by se ale nestalo, jen by byl krajíc chleba trochu zakrvácený a náš prst o kousek kratší. Takhle nešikovně bychom možná byli podruhé, ale pokud nezbytně nepotřebujeme celé prsty, ta ztráta by nás „přebolela“. Jestliže by ale byla medicína tak daleko, dokázala by nám zcela

**UVĚDOMIT SI
BOLESTI ZNAMENÁ
ZBAVIT SE JICH.**

jistě uříznuté prsty zase přišít nebo nahradit nějak jinak, důležité pro naši civilizaci je jen to, že jsme zvítězili nad bolestí.

Je tohle naším cílem? Nikoli, naopak bychom měli být rádi za každou bolest, kterou zažijeme. Když se jen maličko dotknu nožem prstů, okamžitě to zabolí. Jsme tak citliví vůči bolesti, že okamžitě zpozorníme. Máme tedy ten nejlepší důvod být bolesti vděční, protože nás varuje před chybným jednáním.

Kdybych necítil bolest, nic by mě nepřimělo své chování změnit. Takto ale mám cenný vnitřní hlas, který mi říká: „Clemensi, změň své jednání – nuž trochu víc doprava.“ A já neřeknu: „Au, ty hloupá bolesti, bolíš mě,“ ale: „Děkuji ti, milá bolesti, že mě učíš, jak mám správně jednat pro své vlastní blaho.“

Zaujmout takovýto postoj je něco docela jiného než s bolestí, s utrpením nebo s nemocí *bojovat*. Když bojuji, nenaučím se nic, jen bojovat ještě lépe. Když ale každému poděkuji a budu si každého vážit, můžu se od něho poučit a díky němu i růst. Jestliže tedy pohlížím na bolest jako na něco negativního, zbavuji se možnosti vnímání, které umožňuje zlepšit jednání. Bez bolesti bych se nemohl a nechtěl zlepšovat, protože bych k tomu nedostal signál. Kdybych bolest odstranil, nezadržitelně, víc a víc bych se mrzačil – abychom zůstali u příkladu s krájením chleba.

Každá bolest, každá nemoc a každý úraz má za úkol chránit mě před mým vlastním nesprávným jednáním. Všechno, co bolí, mi říká: Změň své jednání. Bolest slouží jako seismograf procesu uvědomování. Vědomí se rozvíjí úměrně s tím, jak dokážeme rozluštit příběh, který se ukrývá v každé bolesti.

Teď možná namítnete, že při krájení chleba přijde poselství bolesti okamžitě, ale co při rakovině? Jak mám poznat a pochopit její signály? Rozdíl mezi rakovinou a říznutím do prstu je jen v čase. Když se řízneme do prstu, bolest se objeví okamžitě, zatímco při rakovině přichází pozvolna, ale oba tyto druhy bolesti mě chtějí přimět ke změně jednání. Za tento pokyn musím být vděčný, jinak by moje mrzačení, ať už jakéhokoliv druhu, dále pokračovalo.

Mnoho pacientů, lékařů a klinik se dopouští té chyby, že chtějí odstranit pokyn místo nesprávného chování. Nesprávné chování se ale nepodaří objevit, když to, co na ně upozorňuje, potlačujeme, bojujeme s tím, nenávidíme to, vyřezáváme, ničíme chemií a podobně. Bez opravdové vděčnosti za toto upozornění

k nám vůbec nepronikne poselství bolesti. Většina lidí se k němu nechce probouvat, a proto raději děkují lékařům a klinikám, když toto upozornění odstraní. Přijmout takový pokyn a ptát se, na co upozorňuje, se totiž rovná otázce viny.

Jak to? Tento postoj je možná odůvodněn tím, že se mimoděk domníváme nebo se nám vsugerovává, že jsme dokonalí lidé, kteří se nepotřebují dál rozvíjet. My ale víme, že se každý člověk, každá bytost nejen musí, ale dokonce *chce* rozvíjet. Upozornění na nesprávné chování znamená, že máme šanci se rozvíjet, ne že jsme vinni.

Kdo by vás chtěl obviňovat za to, že se chcete rozvíjet? Jaké učení, věda, světový názor nebo náboženství má zájem na tom, abyste se nedozvěděli, jak můžete zlepšit svoje jednání, abyste byli šťastní? Pokud má rakovina nebo jiná nemoc úkol vytrýbit naše vědomí pro láskyplnější, harmoničtější, lidštější – nebo jednoduše řečeno pro lepší jednání, nelze tento úkol deklasovat jako potvrzení viny. Označujeme-li šanci na rozvoj jako potvrzení viny, zbavujeme chorobu její funkce upozornění. Důsledkem je, že se nerozvíjíme. Místo učení nás čeká mučení.

Je samozřejmě snadné oslovit pacienta v materiální, tělesné rovině a ujistit ho, že bolest bude vyříznuta nebo zničena smrtícím zářením a pak bude svět zase v pořádku. Popírání funkce bolesti pro lidský rozvoj je fatální. Právě v oblasti medicíny to stále zřetelněji svědčí o tom, že nechápeme podstatu nemoci a raději obchodujeme s pacientovým utrpením. Naštěstí dnes existuje stále více a více lékařů s jiným názorem na věc, kteří vědí, že pouhým potíráním příznaků se nemoc nebo nemocnost pacientů jen prodlužuje, protože člověk, respektive jeho duše se nikdy nepřestane chtít rozvíjet, neboli dosáhnout harmonické rovnováhy.

To není názor autora, to je princip vesmíru. Všechny procesy v univerzu směřují k vyrovnání, to znamená, že usilují o nastolení souladu. Ten, kdo brání člověku v jeho vlastním procesu, jedná proti vesmíru, proti univerzu nebo i proti Bohu – podle vyznání víry. I Bůh chce to, co chce kosmos, respektive univerzum: vyhybat se stresu, dosáhnout souladu, milovat – toto vše má stejnou tendenci. Jestliže duše nemůže tuto tendenci sledovat, nebo jestliže její upozornění a pokyny nenalézají odezvu a jsou ignorovány nebo eliminovány, aniž bychom se jimi řídili, nezbyvá duši nic jiného než upozorňovat a varovat ještě důrazněji: vytváří symptomy nemocí, úrazy a podobně, aby se kosmický rozvoj nositele kosmické energie, v tomto případě nás samých, konečně uskutečnil.

Je-li otázka viny jednou provždy smetena ze stolu, můžeme se konečně věnovat vlastní otázce: „Co mi chce nemoc, která u mě byla diagnostikována, říci?“ Stejně dramatické jako diagnóza je i zanedbávání vaší duše. Pokud by se duše nevyjádřila touto formou, přehlíželi byste ji pravděpodobně i nadále, jako jsem to dělal já, dokud jsem neochrnul. Jakmile člověk jednou získá duchovní pohled, pozná, že dramatické vyjádření duše není prvním upozorněním na to, že ve způsobu života něco neladí.

Můžete si přirozeně stěžovat, že jiní, kteří vedou zcela lhostejný život, nikdy nenaslouchají své duši, a přesto jsou mnohem zdravější než vy. Takovéto bédování vychází většinou z povrchního pozorování skutečných poměrů osoby, s níž byste se chtěli srovnávat, ale i kdyby tomu tak nebylo, svědčí to jen o tom, že vaše duše by s vámi chtěla v tomto životě prodělat větší, dalekosáhlejší vývoj a že jste podle ní schopnější než dotyčná osoba. Srovnávání s ostatními vám beztak nepomůže k uzdravení. Jde o to převzít odpovědnost za vlastní zdraví.

Dramatický příznak nemoci vyžaduje stejně dramatickou změnu života. Pokud nad vámi lékař vyřkne ortel smrti, když vám předpoví, že vám zbývá už jen několik týdnů nebo měsíců života, přijměte tuto neomalenost a řekněte si: Teď, nebo nikdy! Už víte, že nemoc je jen upozornění, začněte se tímto upozorněním řídit. Můžete se vyladit na vysoké obrátky, které emocionálně odpovídají tomu, co vám předpovídá váš lékař, ale místo na smrt se zaměřte na život, na změnu života, na nový vývoj, na něco, na co se můžete těšit. Musíte počítat s tím, že vaše rodina, příbuzní a přátelé vás možná budou považovat za blázna, ale ti, kteří už prožili něco podobného, s vámi budou souhlasit. Při vážné diagnóze nemáte už co ztratit. Poděkujte za tuto takzvanou nemoc, přesněji řečeno, za obrovskou informační tabuli ukazující směr k životu.

Teď ale budete chtít vědět: „Co musím změnit? K čemu tento pokyn mé duše směřuje?“ Než se tomu budu blíže věnovat, chtěl bych vám vyprávět malý příběh.

Sádhu

Vědci zabývající se výzkumem mozku na univerzitě v Princetonu ve státě New Jersey v USA si v roce 1968 položili otázku, jak vlastně funguje jasnovidecťví.

Chtěli vědět, co je na mozku jasnovidce jiného než na mozcích jiných lidí. Aby mohli tuto otázku studovat, pozvali do své laboratoře v USA jednoho uznávaného jasnovidce z Indie. Tento „sádh“, jak se jasnovidcům v Indii říká, se měl posadit na židli, na které byl napojen na měřicí přístroje, aby bylo možné sledovat nejen jeho tepovou frekvenci, ale především jednotlivé segmenty jeho mozku, a zaznamenat jeho elektroencefalogram. Když byly všechny technické přípravy dokončeny a všechny měřicí a zapisovací přístroje běžely, byl sádh požádán, aby předpovídal budoucnost.

Sádhu zavírá oči a zhluboka se nadechuje, aby se uvolnil. Vědci nespouštějí oči ze svých přístrojů. A najednou zjišťují, že jasnovidce spí. To nikdo neočekával, nikdo ho ale ani nechce probudit. Naměřená mozková frekvence klesá dokonce pod 4 Hz, což odpovídá fázi hlubokého spánku, v níž si nepamatujeme své sny.

Mozek může pulzovat frekvencí až 50–52 Hz. Těto nejvyšší úrovně ale dosahujeme jediné tehdy, když jsme naprosto bez sebe, pláčeme, šílíme vzteky, křičíme nebo vrískáme, dokud nezkolabujeme – a pak frekvence znovu klesá do oblasti spánku, která leží pod hranicí 7 Hz. Skutečně vzhůru jsme teprve tehdy, když mozek pracuje na frekvenci 14 Hz. V normálním bdělém stavu přemýšlíme při frekvenci 18 až 25 Hz. Vyšší mozkové frekvence jsou usídleny především v levé mozkové hemisféře. Frekvence 14 Hz a nižší naproti tomu bývají naměřeny hlavně v pravé hemisféře. V pravé polovině mozku primárně sídlí intuitivní schopnosti, zatímco v levé primárně racionální schopnosti.

Ale vraťme se zpátky k pokusu. Sádhu spí. V jednom okamžiku je naměřena mozková frekvence 3,8 Hz. Co se to tu děje? Zdá se, že pokus ztroskotal, vlastně by bylo možné odpojit přístroje a poslat jasnovidce domů.

Vtom sádh otevře oči a ptá se: „Stačí?“ Vědci míní, že teď, když se pán vyspal, by se možná přece jen mohlo začít s experimentem. Sádh nechápe a říká, že přece viděl „obrazy“ – možná by vědce zajímaly. „Obrazy,“ soudí vědci, „mohou být jediné sny, které měl sádhu krátce předtím, než upadl do fáze hlubokého spánku.“ Nechtěli přece, aby vážil tak dalekou cestu jen proto, aby jim vyprávěl, co se mu zdálo. Ale budiž, ať vypráví.

Jeden vědec se strašlivě vyděsí, když sádhu popisuje dům, který přesně odpovídá tomu jeho. Ostatní to považují za náhodu, podobné domy přece existují víceméně všude na světě. Dotyčný vědec chce odprovat, ale nedostane k tomu

příležitost. Když pak sádhu popisuje vlakové neštěstí se 137 oběťmi na životech vědci míní, že by museli vědět, kdyby se bylo něco takového odehrálo. Sádhu nedovede říct, kdy se stalo – možná právě teď? Celé je to jen výplod mozku, z něhož nelze vyvodit žádné vědecké závěry. Experiment se nezdařil. Zklamání vědci posílají jasnovidce domů.

O dva týdny později došlo ne v USA, ale v Anglii k vlakovému neštěstí, při němž zahynulo přesně 137 lidí. Vědci z Princetonu prožřeli a znovu prošli výsledky svých měření. Zjistili pouze, že předvídaní budoucnosti se pravděpodobně odehrává na nejnižší frekvenci, při níž lidé obvykle spí, nebo těsně nad ní, tedy v takzvaném mráкотném stavu – maximálně do 14 Hz.

Je zapotřebí hodně cvičit, aby člověk dokázal získávat použitelné informace ve frekvenčním pásmu pod 7 Hz, tedy ve spánku a v hlubokém spánku. Samozřejmě i ve spánku je možné se dostat k důležitým informacím, jak potvrzují podobné experimenty s jasnovidci. Tak hluboko ale nemusíme jít, abychom dosáhli pokroku ve svém „projektu samoléčení“. Je přirozeně lákavé ponořit se do pásma tetra (pod 7 Hz), pohodlně se natáhnout a nechat mozek volně bloumat, většinou si pak ale vůbec nic nepamatujeme. Dokonce i ti, kteří si své sny pamatují, mají často potíže s jejich výkladem, a tudíž se jim informace, které jsou v nich samozřejmě také obsaženy, skutečně neodhalí. Dokud se nedostane tak daleko, abychom dokázali naprosto soustředěně a vědomě prodlévat v pásmu tetra, je třeba věnovat tomu neustálou pozornost a cvičit se ve snění.

Výklad snů

Znám jednu ženu, která si koupila prázdnou knihu se záměrem: „Teď konečně udělám to, co jsem chtěla udělat už dávno. Budu do této knihy zapisovat své sny tak dlouho, až bude plná, a teprve pak si ji celou znovu přečtu.“ Trvalo tři a půl roku, než k tomu došlo. Poslední sen se jí zdál den po narození jejího druhého dítěte. Když pak četla sny znovu, s rozechvěním si uvědomila, jak hluboká pravda byla v jejích snech obsažena. Dokonce i o porodu, který právě prožila, se jí ještě před začátkem těhotenství dopodrobna zdálo. Osmdesát procent jejích snů se uskutečnilo, aniž by se jí v časovém předstihu vyjevila jakákoliv systematická. Některé sny se týkaly minulosti, jiné budoucnosti a další předcházely událostem dokonce i o několik let.

Účinnější než spekulativní výklad snů je využívání mráкотného stavu, mezi 7 a 14 Hz. Při této frekvenci už mozek přepne z levé na pravou hemisféru, z rozumu na intuici. (Toto je pouze hrubé rozdělení, které se může v jednotlivých případech lišit, aniž by však byl zpochybněn zásadní průběh.) Pásmo od 7 do 14 Hz vědci nazývají *frekvenčním pásmem alfa* nebo *hladinou alfa*, a právě toto frekvenční pásmo chceme využít, abychom se dostali k moudrosti své duše.

Práce ve stavu alfa

Každý, kdo uskutečňuje nějaký větší *projekt* (místo aby měl „problém“), už mnohokrát uvažoval o tom, co ho mohlo způsobit, a slyšel možná už tisíc vysvětlení pro svůj stav. Někteří už byli u terapeuta, který jim k jejich projektu něco řekl, intenzivně pátrali v paměti a možná vyzkoušeli tu či onu praktickou metodu. Podnikli už ledacos, aby se ze svého nepříjemného stavu dostali. Co ale s případy, kdy se nedá dělat nic nebo jen málo?

Náš mozek pracuje často způsobem křečka v kole. Každých pár minut myslí na totéž, někdy celá léta, a nehne se se svým projektem z místa, ať jde o tělesnou nemoc, spor nebo jiné tíživé okolnosti. Kolo se otáčí a otáčí, naše úvahy se opakují, ale nikam nevedou. Vede se nám jako chudáčkovi křečkovi, který běží a běží, ale zůstává na místě. Podobně funguje i náš mozek při *bdělém vědomí*. Tento běh na místě se vztahuje především na věci, které se týkají nás samých. Naštěstí ale existují fáze, kdy křeček spí. V tomto stavu klesá aktivita mozku pod 14 Hz, bdělé vědomí ustupuje a my se nacházíme v hladině alfa.

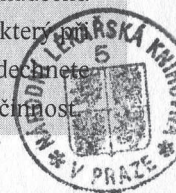
Abychom jí dosáhli, nepotřebujeme se nic učit; příroda to zařídila tak, že každý z nás nejméně dvakrát za den vystupuje z bdělého vědomí. Každý člověk minimálně jednou denně spí, a aby mohl spát, musí jak upadnout do spánku, tak z něho procitnout a při tom se dvakrát dostává do zmíněného frekvenčního pásma. V praxi to většinou vypadá následovně: Člověk je tak vyčerpaný po pracovním dni, že uléhá za bdělého vědomí, po několika minutách tvrdě spí a ráno ho budík katapultuje přímo ze spánku do bdělého vědomí. Ani jednou nebyla využita fáze alfa – jednak proto, že byla v obou případech přeskočena, a zadruhé proto, že jí nebyla věnována žádná pozornost, protože mnoho lidí neví, jaká kapacita se v ní ukrývá. Mimo jiné proto, abyste fázi alfa objevili, čtete tuto knihu, přičemž čtení poskytuje jen orientaci – teprve cvičení přináší zkušenost.

Nad pásmem alfa hovoříme o frekvencích beta, pod ním o frekvencích tetra. Je to, jak už bylo řečeno, pouze velmi zhruba pojatá kategorizace, která slouží k přibližné orientaci. Nezáleží na tom, při jaké frekvenci přesně mozek přechází z racionální do intuitivní oblasti. Při našem experimentu nikdo nic neměří, máme ale hrubý rastr, kterého se můžeme držet. Abychom si to ozřejмили, uděláme si malé cvičení.

Aktivní meditace

Zpřítma se posadte, páteř musí být rovná, paže a nohy nesmějí být překřížené. Pokud sedíte na zemi, můžete provádět toto cvičení v krečovském nebo lotosovém sedu. Dbejte prosím na to, aby bylo vaše oblečení pohodlné, všechno, co vás škrtí, odložte. Nyní si položte ruku (nebo obě ruce) jemně na břicho tak, aby palec ležel přesně ve výšce pupku a dlaň se lehce dotýkala břicha. Nyní pomalu a vědomě, bez jakéhokoliv úsilí, se nadechnete nosem (pokud je nos průchodný) a přitom se snažte dýchat do ruky tak, aby se břicho plnilo vzduchem odspodu. Ramena by se přitom neměla pohnout ani o milimetr a ani hrudník by se neměl při dýchání pokud možno vůbec pohybovat. S prvním vědomým nádechem se břicho nafoukne, pak krátce zadržte dech a stejně klidně a zvolna vydechnete maličko pootevřenými rty, tak, aby byl výdech slyšet. Zvuky, které přitom vznikají, usnadňují vědomí spojit se s výdechem. Soustřeďte se na výdech, dokud není břicho zcela prázdné. Pokud by se to hned nepodařilo, můžete tomu trochu pomoci rukou, případně i opakovaným stlačováním, abyste cítili procházející sloupec vzduchu od podbřišku až ke rtům.

Když je všečen vzduch venku, zavřete ústa, udělejte si třeba maličkou přestávku, a pak se znovu pomalu nadechnete do své ruky položené pod pupkem. V žádném případě se nenadechnete do hrudníku. Hrudník se nesmí zvedat. Při tomto klidném, hlubokém dýchání pocítíte, jak se mozková frekvence snižuje. Na podporu tohoto procesu nezavírejte oči úplně, ale nechte je pootevřené na úzkou škvírku, tak, aby váš pohled nesměřoval ani dovnitř, ani ven a aby vaše rozostřené vidění spočinulo na nějakém bodě asi ve třicetistupňovém úhlu před vámi (případně na plameni svíčky). V této pozici při každém nádechu a výdechu soustřeďte své myšlenky na výdech, umocněný zvukem, který při něm vzniká. Nádech pak tělo provede automaticky. Když se takto nadechnete a vydechnete třikrát až pětkrát, zřetelně pocítíte sníženou mozkovou činnost



Tento proces můžete ještě zintenzivnit tím, že mozku nabídnete jednu z nejjednodušších, dalo by se říci téměř „nejbezkulturnějších“ manter, jaké existují: Při výdechu slyšitelně opakujte třikrát po sobě číslo tři: tři, tři, tři. Při následujícím výdechu počítejte: dva, dva, dva. Potřetí opakujte číslo jedna: jedna, jedna, jedna. Nyní jste v hladině alfa a potvrdíte to tím, že po dalším dokončeném výdechu řeknete: nula. Kdyby byl váš mozek v této chvíli napojen na elektroencefalograf, naměřil by hodnotu pod 14 Hz.

Upozornění: Jsou-li oči zavřené, hrozí, že se myšlenky zaměří příliš do nitra a že meditující osoba upadne do meditativního stavu nebo usne. Zcela otevřené oči naopak brání zklidnění smyslů. Proto je ideální mít oči pootevřené.

Existují i jiné metody, jak se dostat do stavu alfa, o těch se zmíním později. Nejprve je ale rozhodující, aby popsane břišní dýchání fungovalo zcela automaticky. Stav alfa pak můžeme ještě stabilizovat mentálním cvičením:

Při klidném dýchání se pokuste od sebe odsunout své myšlenky, které více či méně volně tkávají, jako byste je chtěli promítnout na velké plátno, od něhož chcete získat odstup. Veźmte si přitom na pomoc své ruce a odpovídajícími gesty odsouvejte plátno s myšlenkami pryč od své tváře – se zvednutými pažemi oběma dlaněmi odtlačujte plátno od sebe i s obsahem, který se na něm promítá. Pokud se vaše myšlenky opět uvolní a nebudou chtít na plátně zůstat, soustředte se na výdechy, to pomůže myšlenky opět posbírat.

Pokud se myšlenkové plátno ustálilo v určité vzdálenosti před vámi, jako v kině, kde sedíte v prostřední nebo zadní řadě, dívejte se, jak se myšlenky zleva objevují a vpravo zase mizí. Nesledujte je dál, když vpravo opustí okraj plátna, ale pozorujte, jak se vlevo objevují nové. Když už budete mít dost biografu, zaměřte své myšlenky znovu na vydechování. V žádném případě nesetřávejte u obsahu myšlenek, které se míhají na plátně. Nezáleží na tom, jak jsou důležité, závažné nebo jinak významné – teď si udělejte pauzu. Nezapomínejte se ničím. Ať přijde, co přijde. A poznáte, že stejně rychle, jak se myšlenky objeví, opět zmizí, když jim nevěnujete pozornost.

Geniální je, když plátno zůstane prázdné. Každá sekunda, kdy se nám podaří nemyslet na nic, je dobrodiním. Mozek ale chce mít stále něco na práci, ve dne

v noci. Nedělá přestávky, ani když umírá. Aby mozek nehloubal, musíme ho něčím zaměstnat. Jakmile se tedy vytvoří řetěz asociací k některé vynořivší se myšlence a spustí další úvahy, je třeba úmyslně zasáhnout, to znamená prudce tuto myšlenku přerušit, zaměřit ji znovu na dýchání a sledovat ji. Když vědomě dýcháme, získáváme odstup od všeho, co se odehrává v hlavě, respektive na plátně. Necháváme myšlenky pouze procházet kolem, nesoustředíme se na ně. Naše soustředění spočívá v neulpívání. A přesně to zaručuje snový stav alfa.

Nestresujte se kvůli stavu alfa! Jinak se vám nepodaří zklidnit dýchání a myšlenky. Mnozí už stav alfa znají, protože mají zkušenosti s meditací. Zásadní rozdíl ale spočívá v tom, že v tomto meditativním stavu jsme *aktivní*. Chceme nechat promlouvat svou duši. Ve stavu beta, při bdělém vědomí, hovoří většinou jen naše ego. Když se duše odváží komentovat dění, ego většinou shledá tento komentář nevhodným a z nejrůznějších důvodů, kterým duše beztak nerozumí, na něj nebere ohled. Duše se proto už téměř neozývá, když je v akci ego.

I když si myslíme, že svoji duši známe, ještě zdaleka to neznamená, že se podle ní řídíme – zkušenosti ukazují, že spíše nikoliv. Nakonec se ale v životě přihodí něco, co člověku způsobí takové problémy, že už prostě nemůže dál pokračovat jako dosud. Tyto problémy jsou pak prohlášeními naší duše – jsou jen o něco hlasitější než jindy, když se duše hlásí jen v rovině vědomí nebo divného pocitu v břiše. Nemoc, bolesti všeho druhu, selhání orgánů – cokoli z toho je tělesným vyjádřením naší duše. Tělo je jejím zrcadlovým odrazem v celé své kráse i slabosti.

Abychom nesetřvárali v rovině, v níž se projevuje tělesná slabost, potřebujeme příběh, který se za tím skrývá. Při bdělém vědomí svého já (ega) víme o této slabosti velmi mnoho, ale všechno se to týká většinou fyzické, tělesné stránky jevu.

Ve stavu alfa se ale naše duše může vyjádřit, protože ego spí a nemůže jí v tom zabránit. V intuitivní pravé mozkové hemisféře je překonán čas i prostor, platí tu jen energetická měřítká a duše smí podat zprávu o tom, kde byla tato měřítká vychýlena z rovnováhy a uvedena do nepořádku. Pro duši nehraje roli, jak daleko zpátky v lineárním chápání času leží příběh, kvůli němuž konflikt vznikl. Hovoří o tom, co ji pálí.

Podívejte se ještě jednou na svůj projekt: Co se tu projevuje? Zkoumejte tuto otázku svým citem, když se díky uvedenému cvičení nacházíte ve stavu alfa. Vy-

žaduje to soustředění bez jakéhokoliv rozptylování. Nejde přitom o přemýšlení, ale o procítění, o emocionální hledání pravdy.

Protože není jednoduché zaznamenávat nejrůznější informace, měli byste toto hledání pravdy provádět písemně. Aktivní stav alfa znamená získávání informací reflexí. Při reflexi se musí něco vrátit zpět. Je to stejné jako při tenisu: člověk není dobrým hráčem, pokud míček odpálí jen tak ledaskam a on se nevrátí. Je potřeba mít buď partnera nebo stěnu. Rozhodneme se nejprve pro stěnu, protože partner by při analýze projektu přidával svoje stanovisko a tím by byla reflexe vašeho „podání“ nepřesná. Hladká stěna ale odráží vaše úsilí jedna ku jedné. Tak získáte vědomí o svých „úderech“. V našem případě to znamená učit se reflektovat.

V hladině alfa je touto cvičnou stěnou zápisník. Zapisujte si slova, která váš mozek na této energeticky nízké úrovni produkuje. Každé slovo je odpálený míček, a teprve papír ukáže, jaká v něm tkví síla. Existují míčky, které se cestou zpět (při reflexi) „vyčerpají“, a jiné, které člověku doslova zasviští kolem uší. Bez stěny, bez zápisníku by se nic nestalo. Míčky (slova) by odletěly, aniž byste se z nich mohli něco dozvědět. Bez reflexe neexistuje poznání.

Všichni máme sklon k pohodlnosti, a proto věříme, že si určité myšlenky ze stavu alfa budeme schopni zapamatovat a zapíšeme si je ráno, to přece musí stačit. Nestačí to ze dvou důvodů: zaprvé zapomeneme většinu z toho, na co jsme mysleli (stejně jako zapomínáme sny, po kterých znovu usneme hlubokým spánkem a na které si pak už nedokážeme vzpomenout), a zadruhé, a to je ještě důležitější, se tímto způsobem neprohloubí naše poznatky. To, co reflektujeme písemně, případně na několika stránkách, bychom si nikdy nemohli vymyslet, natož zapamatovat. Teprve když se míček vrátí, vycítíte, jaký význam v něm tkví a jaký význam pro vás má. Před příštím úderem proto už nemusíte napřahovat raketu, ale jen ji nastavit – a tentýž míček se odrazí na zeď podruhé a bude se vracet znovu a znovu, podle toho, jak jste dobří, čili jak jste soustředění. Soustředění ve fázi alfa znamená, že slova, která zapisujete na papír, znovu pocítíte v okamžiku psaní i pozdějšího čtení. Necháte je na sebe působit a tento pocit vás dovede k dalšímu slovu nebo k další myšlence, která se zapsáním odrazí na papíře. Touto cestou se můžete ponořovat hlouběji a hlouběji do své duše. Vaším kritériem pravdivosti je přitom vaše citové pohnutí: Ten, komu vytrysknou slzy, se setkává s pravdou – se svojí pravdou. Bez citového pohnutí člověk nepláče.

Při zaznamenávání nejde o to, podávat literární výkony nebo formulovat „správně“ podle pravidel bdělého vědomí a podle slovníku. Jde jen o to, vyjádřit bez jakékoli cenzury to, co vyjde na povrch. To je to *nejdůležitější*: zapisujte jen to, co vyjde na povrch, a když se nic nestane, poproste písemně svoji duši, aby se vám otevřela. I při této prosbě procítujte každé slovo, které napíšete, a na základě tohoto pocitu napište další slovo, další myšlenku.

Tímto způsobem vzniká vnitřní dialog, který ovšem nezůstává uvnitř, ale krok za krokem se s každým napsaným slovem projevuje navenek. Jinými slovy: Nenecháváme tuto vnitřní argumentaci nejprve dospět k výsledku, o němž se domníváme, že stojí za to jej zapsat, nýbrž reflektujeme slova a myšlenky tak, jak vznikají. Zjistíte, že tímto způsobem velice často napíšete něco jiného, než si myslíte. Mnohé, co se jen mihne myslí, rozvine svůj plný význam, svou sílu teprve tehdy, když je to napsáno. Řiďte se při psaní jen svými pocity – budete překvapeni upřímností a pravdivostí svých textů. Nejste při bdělém vědomí, nepřemýšlíte, cítíte to, co píšete. Bez kontroly. Reflexe proudí. Vy píšete. Váš cit, vaše intuice píše. To je toto cvičení.

Zda to, co píše, nazýváme duší nebo duchem, nehraje roli. Zapisujeme to, co vychází na povrch. Aby mělo dítě jméno, nazývejme to, co napsaný text vyjadřuje, svou duši. Nemá to být definice duše, nýbrž pouze označení kvality informací, k nimž se v hladině alfa dostáváme.

Abyste dali tomuto hledání informací směr, potřebujete, když jste v hladině alfa, usměrnění. Proto jste si ze svého seznamu projektů vybrali jeden, který jste si několika slovy zapsali na lístek papíru. Tento lístek teď budete potřebovat. Než půjdete spát, položte si ho pod polštář. Měli byste mít možnost po něm intuitivně sáhnout.

- Postarejte se o to, abyste kdykoli v polospánku bez námahy mohli rozsvítit světlo, při kterém vám je příjemné psát.
- Připravte si k posteli na dosah zápisník a fungující (vyzkoušené) psací náčiní s náhradními propisovačkami.
- Pokud na psaní potřebujete brýle, nezapomeňte si je také připravit k posteli.
- Na dosah byste měli mít také další polštář, abyste mohli zaujmout pozici vsedě, ve které budete moci psát, aniž byste znovu usnuli.

- Připravte si k posteli ponožky a župan, abyste případně mohli vstát a pokračovat v práci u stolu.
- Postarejte se, abyste se mohli chovat naprosto volně: rozsvěcet a zhasět světlo, nechat rozsvíceno, vstát, lehnout si a znovu vstát, psát, plakat, naříkat, mluvit – to všechno musí být možné. Tato situace nesmí podléhat žádné cenzuře, není možné brát na nikoho ohledy. Není přípustná zvědavost a komentáře ostatních ohledně toho, jak se chováte a co píšete. Pro práci v pásmu alfa potřebujete naprostou toleranci svého partnera, dětí a spolubydlících. Upozorněte je předem, že možná budete „strašit“ po bytě, rozsvěcet a zhasět světlo, abyste se vyhnuli vypsání.

Udržet se ve stavu alfa je jako balancovat na laně. Experimentujte s tím, jak se udržet na hranici spánku, aniž byste usnuli. Pokud už píšete, to znamená, že se vaše duše svěřuje, můžete se do určité míry probudit, aby se vám dobře psalo. Dejte si ale načas a mezitím stále znovu zaměřujte svoji koncentraci na hluboké dýchání. Je třeba nějaký čas cvičit, než naleznete optimální pozici. Čím více zkušeností se stavem alfa člověk má, tím častěji nalézá situace, v nichž může tyto zkušenosti uplatnit. Funguje to pak dokonce i při jízdě vlakem nebo při joggingu.

Dokud se pro vás práce v hladině alfa nestane rutinou, je nutná disciplína. Je třeba chodit brzy spát a kromě výše uvedených příprav se naprogramovat tak, abyste se po první fázi hlubokého spánku opět probudili a mohli začít s prací ve fázi alfa. Nejvhodnější je poslední hluboká temnota před svítáním, ale u jednotlivců to může být různé. Ten, kdo se v noci jen těžko probouzí, se třeba může před ulehnutím ke spánku víc napít, aby musel během noci vstát a jít na toaletu. Obvykle ale stačí naprogramování, abyste se napůl probudili hodinu nebo déle před zazvoněním budíku.

Co se pak bude dít, jestliže rozsvítíte lampu a posadíte se v posteli; chce se vám vlastně spát, ale jste natolik ukázněni, že si vezmete k ruce blok a tužku?

Vědomě se dvakrát třikrát nadechněte a opět vydechněte a instinktivně vytáhnete zpod polštáře lístek se svým projektem. Držte ho v levé ruce a pro sebe si ho přečtěte, alespoň tak nahlas, abyste přitom pohybovali rty. Pravou rukou

(u leváků naopak) jste připraveni, jakmile jste schopni znovu dýchat klidně a soustředěně, poznamenat první myšlenky. Není důležité, abyste těmto myšlenkám rozuměli, důležité je jen je zapsat a medítovat nad nimi s přivřenými očima, aniž byste se od nich odchýlili. Cítem zkoumáte: Týká se mě to, co jsem napsal (napsala), nebo přijde ještě něco dalšího? Děláte to, co chce vaše duše. Lze říct, že jí půjčujete svou ruku, propisovačku, světlo a papír, aby se mohla vyjádřit, aniž by byla kritizována, přehlušována nebo jinak umlčována. Je to podobné jako zacházet s vyděšeným zvířetem, jehož důvěru si chcete získat; se zvířetem, které bylo předtím silně zanedbáváno a nemohlo dělat nic, jen poslouchat. Taková duše potřebuje hodně lásky.

Je zapotřebí určitých opatření, která vzbudí důvěru, než se duše náhle svěří. Za těchto okolností je třeba tolerovat, že se zpočátku možná vyjadřuje nesrozumitelně. Možná je vhodné nejprve se jí písemně omluvit za to, že jste ji ve svém životě tak málo pouštěli ke slovu. Poproste ji na papíře o odpuštění, že jste to nechali zajít tak daleko, že se musela připomenout tak nepříjemným, možná dokonce chorobným symptomem, abyste ji konečně vzali na vědomí. Neexistuje tedy nic nepsat. Jestliže se zdá, že se vaše duše vůbec nehlásí, napište jí výzvu. Možná jí také budete muset svůj „projekt“ přechíst několikrát. Když vám potom vytanou jména, která zapišete, má to svůj důvod. Můžete a smíte se své duše na tento důvod zeptat.

Nejsilnějším motorem vašeho emocionálního hledání pravdy je, když cítíte okamžitou bolest a hledáte slova, která jsou s touto bolestí spojena – ať zesilující, nebo zmírňující. Obě tyto informace jsou užitečné. Dovedou vás k příběhu, který je za vaší bolestí. Bolest je bezprostředním výrazem tohoto příběhu, tohoto konfliktu.

V psychosomatické literatuře dnes existují autoři a teze (například Louise Hay – *Uzdrav své tělo* nebo Rüdiger Dahlke – *Nemoc jako symbol* a jiné zdroje) přiřazující k psychickému symptomu odpovídající fyzický/duševní jev. Příslušný výklad je přirozeně třeba posuzovat diferencovaně a může se individuálně lišit, v každém případě ale může přinést další objasnění toho, do jakých emocí se můžete ponořit. Podobné analogie najdeme i v lidových rčeních. Otázka při bolesti hlavy zní: *Čeho máš plnou hlavu?*, při bolestech v kolenou: *Kdo nebo co tě dostává na kolena?*, a tak dále. Vaše duše všechny tyto analogie zná a využívá

je, aby vás upozornila na stav, jednání či konflikt, na něco, co se musí změnit, má-li energie znovu proudit v míru a pokoji. Ke všemu, co se dostane na papír, musíte přiřadit rozsáhlé asociace.

Často jsou to i metafory, které člověk nechápe. Objeví se například slovo *poušť* nebo *modrý* nebo... Neptejte se po výkladu, nýbrž přidrže se metafory a citem pátrejte v tomto obraze, kde leží vaše emocionální pravda: „Jak se cítím na poušti?“ „Osamělý!“ nebo „Žíznlivý!“ – poznamenejte si, co se vám vybaví. Pak pokračujte ve své rešerši v hladině alfa a ptejte se: „Co můžu udělat pro uhašení žízně?“ „Kam se musím obrátit, abych nezůstal sám?“ Co mě drží v poušti?“ Nikdo vám nemusí vysvětlovat, co může „poušť“ znamenat v psychologickém ohledu. Jednoduše přijmete obraz „poušť“ a hledejte v něm a skrze něj své řešení – s pomocí svého citu, svého srdce, své duše.

Budete-li takto postupovat, vyjeví se vám hluboko uložené poznatky, úžasná vstupní data a vysvětlení, a ta si opět všechna zapíšete. Ujistěte se ale, že své písmo budete schopni následující den přečíst, neboť si nedokážete vzpomenout na všechno, co se vám vyjevilo ve vašem nitru.

Sám jsem proto brzy přešel k tomu, že když mě čeká práce v hladině alfa, večer nevypínám počítač, takže mi stačí jen natáhnout si ponožky a župan a pohnout myši a můžu psát. Používám světlo monitoru jen k tomu, abych viděl na klávesnici, ale na monitor se nedívám. Umožňuje mi to setrvalost hlouběji ve stavu alfa. Když vychrlím, zachytím slovy všechno, co je třeba vyřešit, vypnu počítač a s ulehčením se opět uložím ke spánku. Nevím, jak dlouho zapisování trvalo a v kolik hodin to bylo. Ráno se probouzím s dobrým pocitem, že mám za sebou velký kus cesty a že jsem dosáhl cíle své etapy. Na jednotlivé kroky se sice nedovedu upamatovat, jsou ale v počítači a můžu s nimi pracovat, když mám volnou, nerušenou chvíli – tak dlouho, dokud neznám své další kroky. Hořké překvapení zažiju jedině tehdy, když v noci zapomenu napsané uložit... Ale i to

MNOZÍ DOSTÁVAJÍ SDĚLENÍ VE SPANKU.

se člověk ve stavu alfa jednou naučí zvládnout. Počítač nebo malý komunikátor je pro mě dnes cenným nástrojem reflexe při mé duševní práci.

Při psaní rukou je tato práce samozřejmě stejně účinná. Záleží jen na tom, v čem je člověk zběhlý. Z nouze je možné namluvit své poznatky získané ve stavu alfa i na magnetofon nebo na diktafon, je to ale méně

silná reflexe než psaní, kterému se beztak nevyhneme. Zvukový záznam je třeba hned následujícího dne neprodleně přepsat, abychom se dopátrali pravdy slov. Všechno to jsou druhotné faktory, které je třeba zvládnout.

Rozhodující pro práci v hladině alfa je vnitřní svoboda, s níž jednáme se svou duší. *Ještě jednou zdůrazňuji:* Musíme být ochotni napsat na papír bez cenzury všechno, co se nám vyjeví – i když to vzbudí hněv. Odvaha ke hněvu je rozhodující pro odpuštění. Musím cítit, co je třeba odpustit. Nemohu odpustit něco, co se mě citově nedotýká – proč také? Pokud během své práce v hladině alfa poznáte dokonce konkrétní osobu, která je spjata s vaším konfliktem, můžete se obrátit přímo na ni. Napište jí dopis, ale ne proto, abyste jí ho skutečně dali, pokud ještě žije, nýbrž proto, abyste vyslovili to, co možná nikdy nebylo řečeno a co zatěžuje vaši duši. Bolest a utrpení lze zmírnit jedině tehdy, když vycítíme jejich zdroj a uvědomíme si ho.

Tradiční škola práce v hladině alfa

Práce v hladině alfa je vyzkoušená metoda hledání pravdy; stará, kam až lidská paměť sahá. Každá kultura a každé náboženství má k dispozici metodu získávání intuitivních poznatků v polospánku. Například kmen Yakuí v Jižní Americe a Tibeťané používají velmi drastickou metodu. Když se někdo chce stát lamou, nepoužívá tři roky, tři měsíce a tři dny postel, nýbrž dřímá a spí vsedě, aby mohl v tomto nízkofrekvenčním pásmu mozku kdykoliv pokračovat ve svých studiích, protože tehdy je moudrosti, které se má naučit, blíže než při bdělém vědomí nebo v hlubokém spánku. Yaukiové zase drží děti do patnáctého roku života ve tmě a používají je jako orákula, která věští v transu.

Pochybnosti

Od účastníků seminářů se stále znovu dozvídám, že největší překážkou na jejich cestě k samoléčení jsou pochybnosti, a ptají se mě, jak je já překonávám. Moje odpověď zní: „Jednoduše je utnu.“ Totéž dělám i se zlými sny nebo se zlými myšlenkami. Člověk často ani nepozoruje, jak se ho zlé sny či myšlenky zmocní, stává se – stejně jako v případě pochybností – téměř jejich součástí.

Cvičení, při němž od sebe odsouváme myšlenky a pozorujeme je jako v kině na plátně, pomáhá uvědomit si vlastní myšlení. Jakmile se to člověku podaří, jakmile tedy pozná, že má pochybnosti, negativní myšlenky nebo noční můry, může sám sebe povolat k pořádku a říci: „Konec! Nechci! Stříh!“ Silné sny se mnohdy tímto příkazem neřídí a dál žijí svým vlastním životem, to patrně zná každý z nás. Pak se musím doopravdy probudit, abych se ze snu vymanil. Pochyby bývají často jiné, sice zmizí snadněji než noční můry, když jim to ostře přikážeme, ale znovu se vracejí – většinou tehdy, když se nám to nejméně hodí.

Mně samému se vedlo stejně se silnými bolestmi kolena. Tyto bolesti mi léčila tibetská léčitelka Lhamo Dolkar v Nepálu, jak je možné vidět v mém filmu *Na cestě do sousední dimenze*. Přitom mi tak brutálně tlačila do menisku měděnou trubičku, že jsem měl větší bolesti než předtím. Přesto jsem jí to neměl za zlé, protože léčila s takovým nasazením a s tak čestným přístupem, že jsem jí za to rád poděkoval.

Vlastní efekt tohoto léčení se ale dostavil teprve poté, když ošetřila všechny ostatní pacienty a zeptala se mě: „Je to v pořádku, nebo to musíme ještě jednou zopakovat?“ Okamžitě jsem odpověděl: „Všechno je v pořádku. Je to vážně skvělé.“ Byla to lež, protože jsem právě v tom okamžiku měl stále ještě dost velké bolesti a ona to na mně zřejmě poznala. „Pojď, ještě se posad. Tempa...“, obrátila se na svého muže, „... Kuby půjde ještě jednou.“ Řekl jsem: „Ne, ne, je to dobré. Už mě to vůbec nebolí.“ A zatímco jsem to říkal, okamžitě jsem cítil, že mě bolesti přešly. Už jsem nemusel lhát. „Je to dobré, mnohokrát děkuji. Je to dobré.“ Lhamo Dolkar ukončila seanci. Cítil jsem se volný a kupodivu jsem neměl žádné bolesti. Co se stalo?

Nejen já, ale dokonce i buňky mého kolena měly takovou panickou hrůzu z bolesti, které nám šamanka způsobila, že jsme je v žádném případě nechtěli znovu zažít. Jedinou možností, jak jim uniknout, bylo nezavdat žádný důvod k dalšímu léčení. Proto jsme řekli – moje buňky a já: „Jsme zdraví.“ Veškeré pochybnosti, zda taková šamanská léčba mohla něco zlepšit na mém menisku, se rázem rozplynuly, neboť šamanka by se nenechala obelhat podruhé. Veškeré buňky mého kolena pochopily, že budou atakovány podruhé a možná dokonce i potřetí, pokud se budou chtít být jen o sekundu déle utápět ve své bolesti a zpochybňovat umění léčitelky. Pro buňky nebylo úniku. Musely okamžitě prohlásit, že jsou zdravé, a nelhat při tom. Tento program u mě zřejmě zapůsobil. Od toho okamžiku jsem neměl – až dodnes! – s kolenem žádné problémy.

Pochybnosti je třeba vykázat do patřičných mezí. Nemá smysl s nimi vyjednávat: „Jsi skutečná pochybnost, nebo ne? Mám uvést ještě pár dalších argumentů, abys méně pochybovala? Řekni mi, jak tě mám utišit,“ apod. Jsme-li na své pochybnosti hodní, usadí se natrvalo. Musíme se jim věnovat, živit je, dopřávat jim sluchu, a pak se divíme, že se jich nemůžeme zbavit.

- **Cožpak není dobré a důležité o něčem pochybovat? Může nás to přece zachránit před omyly.**

Pochybnosti samozřejmě mají velmi důležitou a pozitivní funkci. Pokud například nesčetné množství televizních diváků spontánně začne pochybovat o tom, zda se události 11. září 2001 skutečně odehrávaly tak, jak byly propagovány, je to dobré a je to projevem zdravé intuice. Stejně tak existuje velké množství lidí, kteří pochybují o tom, zda princezna Diana skutečně přišla o život při dopravní nehodě, nebo zda je za tím ještě něco jiného, co se svět nemá dozvědět. Jestliže instinktivně zkoumáme informace, které sice rozumově nepřesvědčí, ale přesto naznačují, že by na příběhu mohlo být „něco shnilého“, jsou to pochybnosti, které je třeba brát vážně. Je to známka senzibility, kterou bychom si neměli nechat vzít. Při takových pochybnostech jde o to, rozšířit své vědomí, vidět víc, než je povoleno. Pokud ale pochybnosti slouží k tomu, omezovat pohled a věřit jen tomu, co je obvyklé, brání rozšiřování vědomí, a pak je, jak už bylo řečeno, rázně utnu. Jinak by bránily rozvoji mých intuitivních schopností.

- **Abychom mohli tyto schopnosti rozvíjet, musíme mít pevnou důvěru ve svou intuici, která nám umožní přenést se přes tradiční, omezující pochybnosti. Kde ji vzít?**

V zásadě je jen třeba zbavit se jedné, zásadní pochybnosti o tom, že jsme duchovní bytosti. Je to změna paradigmatu, při níž učiníme hierarchii bytí svou pravdou.

- **Potřebuji k tomu základní důvěru, kterou jste možná získal na svých cestách, ale chybí mi k tomu zkušenosti, a proto stále pochybuji.**

Ano, jde o to, abychom získali *vlastní* zkušenost jako duchovní bytosti. Tohoto předpokladu lze nežádoucí pochyby odstranit. Přináší-li s sebou malou základní důvěru, je pravděpodobně velmi ukázněně



ale může být velkou pomocí pro získání zkušenosti, že jsme duchovní bytostí. Při nejbližší příležitosti, když vás začne škrábat v krku, budete mít ucpaný nos nebo se projeví nějaký jiný neduh, můžete kázní čelit myšlence: „Na to určitě existuje nějaký lék.“ Než s touto otázkou poběžíte do lékárny nebo začnete probírat domácí lékárníčku, zkuste se zastavit, zamyslet se nad svým materialistickým světovým názorem a nad tím, jak se s ním vypořádat. Přiznáte si: „Potřebuji nějaký materiální vstup, nějakou takzvaně prokazatelnou účinnou látku, která mě zbaví mého neduhu.“ Zároveň zjistíte, že pochybujete o tom, zda se můžete svého neduhu zbavit v čistě duchovní rovině.

Co tedy uděláte? Vezmete své přání a svoje pochybnosti tak vážně, že si jednoduše neodpustíte materiální intervenci, nýbrž sami si vybudujete odrazový můstek nebo mezistupeň pro svou změnu paradigmat. Vyhledáte si nějaký přípravek, třeba bonbon bez cukru nebo něco podobně neškodného, co vám může posloužit jako placebo nahrazující materiální intervenci. Budete toto placebo užívat přinejmenším stejně obřadně a dlouhodobě, jako to děláte (či jako byste to dělali) s každým ve vašich očích vysoce účinným lékem. Přitom si hlasitě říkáte: „Tenhle bonbon (nebo tenhle domácí lék, který znala už moje babička) mě teď zbaví bolesti v krku.“ Jestliže se v tomto okamžiku znovu objeví pochybnosti, zda se to podaří, jednoduše tyto pochybnosti jednoduše utnete, nebo – když to nedovedete – prostě dělejte, jako že jste to udělali. Toto jako může být velice účinné (jako děti jsme všichni tuto zkušenost učinili, když jsme si hráli, že je něco „jako“, a prožívali jsme to jako opravdové). Řekněte si tedy v tomto duchu hlasitě a zřetelně: „Tenhle ... prostředek je vynikající lék, který mě hned uzdraví.“

Důležité pro takovéto zkušenosti je, abychom uvedenými metodami (viz str. 145) kontrolovali stav svého vědomí a dále se rozvíjeli. Ten, kdo přeskakuje kroky, může škokbrtnout. Jestliže je pro někoho součástí koncepce víry například to, že rakovinu je možné zvládnout jedině chemoterapií, je pro něho chemoterapie prostředkem (nástrojem) volby (viz též str. 70). Má-li tento nástroj pro nás nejvyšší prioritu mezi všemi ostatními možnými nástroji, vybereme si jej. Bylo by scestné postupovat jinak jen proto, že někdo jiný se domnívá, že rakovinu je možné léčit i jinak, řekněme například zvonením na tibetské bronzové mísy. Jestliže bronzové mísy nejsou nástrojem, v něž věříte, pak budete v případě, že se s jejich pomocí neuzdravíte, chtít

hledat viníka. Deprimováni se tedy vrátíte k chemoterapii, nebo bude vaše vůle žít velmi malá. Pokud má váš systém víry tak velké pochybnosti o účinnosti – zůstaňme u našeho příkladu – tibetských mís, protože se domníváte, že vaše tělo potřebuje proti rakovinným buňkám něco masivního, například agresivní chemický „kyj“, nemá zvuk tibetských mís ve vaší rovině vědomí šanci zapůsobit. Tibetské mísy, které žijí z jemného rezonančního vědomí, mohou působit jen na ty, kteří vnímají v téže rovině.

- **Pochybnosti jsou tedy důležité, protože zrcadlí můj systém víry, a podle něho se musím řídit, abych pro sebe našel v dané chvíli nejúčinnější metodu nebo nejúčinnější prostředek. Je tomu tak?**

Objevující se pochybnosti nabízejí vynikající příležitost uvědomit si vlastní systém víry, to znamená, že pozorujete své myšlení a vyvozujete z toho závěry. U většiny lidí tomu ale bohužel tak není. Jsou obětmi svých pochybností, a proto se nemohou rozhodnout pro žádnou metodu a žádný prostředek a posílit se rozhodností. Jim doporučuji pochybnosti jednoduše utnout, aby získali zkušenost. Pozná-li, že jejich pochybnosti jsou výrazem jejich systému víry, a budou si je chtít ponechat a ne je radikálně vykázat za dveře, získali také zkušenost, neboť pokud víte, jak materialistický musí být (ještě) váš prostředek, abyste mu přisuzovali (mohli přisuzovat) účinnost, budete jednat a nezůstanete na pochybách.

- **Mám pochybnosti, které vůbec nepozoruji. Co s tím mám dělat?**

To si nedovedu představit, protože si přece všímáte, zda jednáte, nebo váháte, zda máte jednat. A toto váhání je výrazem pochybností.

- **Rozhodnu se jednat, ale teprve poté si uvědomím, že jsem nebyl o svém vlastním jednání přesvědčen, a dodatečně pochybuji, zda bylo správné.** Poznáte pochybnosti alespoň dodatečně, a to má také určitou hodnotu. I dodatečně můžete svému jednání dodat sílu tím, že pochybnosti zaměřené do minulosti utnete, jako ty, které jsou zaměřeny do budoucnosti.

Možná pomůže uvědomit si, že každá zkušenost je původně neutrální. Její vyhodnocení proběhne teprve v příštím kroku. Zprvu je každá zkušenost *faktem*. Jak tento fakt posoudím, to, zda ho zatížím nebo nezatížím, je moje osobní hodnocení.

Jsou dokonce lidé, kteří jsou šťastní ve válce, protože ji subjektivně vidí jinak. Existuje italský oscarový film Roberta Benigniho *Život je krásný*, který se odehrává v koncentračním táboře – je to neuvěřitelné, ale je to tak. Benignimu se tímto filmem podařilo prohlédnout fundamentální architekturu našeho mozku. Děj spočívá v tom, že otec slíbil synovi dobrý svět, ale potom je i s ním internován v koncentračním táboře. Přesto chce otec svému milovanému synovi splnit daný slib a všechny zkušenosti v koncentračním táboře mu vykládá tak, aby se z nich syn mohl radovat. Je obdivuhodné, strašné a zároveň fantasticky krásné, k pláči i k smíchu, že se to otcí v koncentračním táboře s jeho nepředstavitelnou hrůzností podaří.

Tento film si zasloužil Oscara už z filozofického důvodu. Je důkazem toho, že si každou sekundu vytváříme svoji vlastní, subjektivní skutečnost. Děláme to ale i tehdy, když se kloníme k víře, že existuje objektivní skutečnost, kterou dokážeme vnímat svými smysly, protože náš mozek je ovlivněn články víry. A k těm patří i články víry, že existuje objektivní svět. Kdybychom si přiznali, že naše zkušenosti jsou relativní, mohli bychom za relativní považovat i své pochybnosti a věděli bychom, že vyplývají z našeho pojetí světa.

Já například nemohu dělat filmy o mučení, které zažívají Tibeťané od Číňanů. Dokonce ani Tibeťan, který byl 26 let mučen, by mi o tom nechtěl vyprávět, protože by řekl, že už samotným vyprávěním – i když by věc kritizoval – by dodal tomu mučení energii. Už jedno jediné slovo, a především živé zpravodajství s podrobnostmi, vytváří faktor účinnosti.

Tento faktor účinnosti musíme brát velmi důsledně v úvahu při afirmaci. Prání, modlitba, mantra, afirmace, která má vyslat správný signál okolí a univerzu, nesmí obsahovat zápor, protože zápory neplatí. Slovo „ne“ zůstává pro náš mozek v intuitivní rovině neúčinné. Tento zákon myšlení se velmi působivě projeví, když uvážíme, že u nás na Západě máme už 2000 let přikázání „Nezabiješ“, ale stále zabíjíme. V intuitivní rovině totiž toto přikázání říká: „Zabiješ.“ Slovo „zabiješ“ má vysoký faktor účinnosti, který mu zápor „ne“ nemůžeme vzít. Když se z tohoto hlediska podíváme na Mojžíšovo desatero přikázání, pochopíme, proč svět vypadá tak, jak vypadá.

Tento stav ale nenalézáme jen ve velkém světě, nýbrž i v malém, mezilidském, osobním. I tady vytváříme své vlastní vztahy, a jsou-li dány tak, že mezi sebou nemáme jasno a tento stav se dlouho neřeší, často pak pomůže jediné nedodávat další energii, jak v pozitivně míněných snahách, tak v ne-

gativním boji. Nedodávat žádnou energii znamená vymanit se co nejjemněji a co nejdůsledněji z energetického pole dané osoby. Každý rozhovor, každá komunikace, každá myšlenka – všechno je účinné, nezávisle na tom, jak to bylo míněno. Nejsme-li schopni tuto energii transformovat, nastolí méně energie a posléze žádná mír rychleji, než kdybychom za něj bojovali s velkým vynaložením energie.

- **Jen tím, že se od něčeho odvrátím, to přece nemůžu změnit. Máme přece povinnost zastávat se dobře. Jak by jinak vůbec vznikalo?**

Chceme-li dobro, nesmíme potírat zlo, nýbrž konat dobro. Děláme-li zlu tu laskavost, že proti němu bojujeme, dodáváme mu energii. Pokud svou energii posílíme dobro a zlo takřikajíc necháme vyhladovět, udělali jsme pro dobro na světě mnohem víc, než kdybychom se zapojili do boje proti zlu. Jde opět o otázku, na co se zaměříme. Existuje mučení, existuje láska, existuje všechno. Co z toho si vyhlédneme? Na co zaměříme svou energii? Nesmíme se přiklánět k negativnímu. Jsme sami měřítkem všech věcí a sami se rozhodujeme pro to či ono.

Já jsem například léta vyučoval na mnichovské vysoké škole dokumentární film. Stávalo se, že mi studenti ukazovali svá díla a já se jich ptal: „Pročpak tohle líčíte ve svém filmu?“ Odpověď zněla: „Tak to bylo.“ „Pravda jako zdůvodnění obsahu postrádá logiku.“ „Jak to? Děláme přece dokumentární film,“ říkali pak. Má-li být pravda oprávněním určité scény, zbavuje se tvůrce odpovědnosti za účinek svého filmu. Nezodpovědné filmové tvůrce ale nechci podporovat. Pokud se postupuje podle takzvaného distancovaného, neutrálního principu dokumentace, není chápána podstata obrazů. Každý obraz působí tím, co ukazuje, nezávisle na tom, co k tomu říká komentář.

Proto také nefungují všechny ty dobře míněné válečné filmy, jejichž tvůrce se domnívají, že svými válečnými obrazy mohou vytvořit protiválečnou náladu. Opak je pravdou. Stačí pozorovat publikum, když po zhlédnutí takového filmu vychází z kina. Právě ti lidé připravení k válce, které chce film převychovat nebo je alespoň přimět k zamyšlení, vycházejí na ulici bojovně, s nabitým potenciálem agrese. Ti klidní, mírumilovní, kteří na takový film nedopatřením zabloudili, vycházejí z kina jako zpráskaní psi a jsou zbaveni veškeré své dobré energie. Nemůžeme se zbavit odpovědnosti za to, na co se zaměříme, nezávisle na tom, co si o tom myslíme.

- **Abych vyřešil nevyřešený problém, musím se jím zabývat, jinak se přece toho problému nezbavím.**

Řešení konfliktu tkví vždy v nás samých, a ne v konfrontaci s konfliktním partnerem. Jestliže se konfliktního partnera nedokážete zbavit a nosíte konflikt stále v sobě, přirozeně se jím musíte zabývat. Získat vědomí o konfliktu znamená konfliktního partnera propustit, oddlužit, odpustit jemu i sobě. To vše se může a dokonce by se mělo odehrát bez jeho přítomnosti. Jestliže skutečně usilujete o vědomé řešení, změní se něco ve vašem vlastním energetickém poli, a toho si později nebo většinou dříve všimne i konfliktní partner. Jakmile se s konfliktem sami v sobě vypořádáte, přestane to být konflikt, jinými slovy nedostává už žádnou energii a rozplyne se. Dokud ve vás ale hloďá, dostává energii, ať chcete, nebo ne, a nemůže zavládnout klid. Podobně se to má s pochybnostmi: Vy rozhodujete o tom, kolik energie jim dodáte.

Ptáme se moudrých

Představte si, že se setkáte s mudrcem, s avatárem, s guru, s Buddhou, se synem nebo s dcerou svého Boha. Můžete jim položit jednu otázku a máte zaručenou odpověď. Na co se zeptáte? Položíte pouze jednu jedinou otázku, takovou, která se týká vás samých. Očekáváte odpověď, která vám pomůže zlepšit svůj život, žít smysluplněji a zdravěji. Co je nezbytné k tomu, aby odpověď splnila vaše očekávání? Musí vás ona moudrá osoba znát? Může odpověď splnit vaše očekávání, jestliže vás ona moudrá osoba vůbec nezná? Moudrost, kterou očekáváme, by měla mít něco společného se schopností jasnovidectví, jíž jsem se zabýval výše (viz str. 67). Jasnovidectví se odehrává, jak jsme viděli, v nízkofrekvenčním pásmu mozku. Jakmile se nám toto pásmo otevře, setkáme se se svou vnitřní moudrostí, potkáme tu osobu nebo bytost, která nás zná nejlépe, lépe než kdokoliv jiný – totiž svoji duši.

Naše duše ví nejlépe, co je pro nás dobré. Je naším avatárem, naším guru, Buddhou, synem nebo dcerou našeho Boha, je Bohem, je jedno s kosmem, se vším, s všehomírem, s Alláhem. Můžeme jí položit tolik otázek, kolik chceme, odpovědi máme jisté. Je naším rozhodnutím, jak si své duše považujeme. Chybí-li nám respekt, pokora a láska k naší duši, doplňujeme odpovídajícím způsobem své vědomí tím, že se dostáváme do stavu alfa. Tam se učíme respektu,

pokoře a lásce ke své duši. Uctívejme ji napsanými slovy. Věnujme jí celé své bytí. Nechme ji rozkvést a důvěřujme jí. Naše božství nám zodpoví naše otázky i víc...

Pokud někdo ponechává odpovědnost za své blaho a za své zdraví výhradně na jiných, potlačuje něco ze svého božství. Tato část božství se pak promítá do jiné osoby a tím ji povyšuje. Na obou stranách tak vzniká kosmická nerovnováha. Obě osoby musejí snášet dysfunkci a zpracovávat ji – a to je pro ně obě nelehký úkol. Je proto třeba nepřenášet své božství na druhé, nýbrž vytvářet své vlastní. Díky tomu můžeme i všechny ostatní bytosti považovat za božské.

**TEN, KDO PŘENECHÁVÁ
ODPOVĚDNOST ZA SVÉ
ZDRAVÍ VÝHRADNĚ
DRUHÝM, ZTRACÍ NĚCO
ZE SVÉHO BOŽSTVÍ.**

Nač ještě čekat? Na to, až budeme nemocní a až se možnosti léčby vyčerpají? *Teď* nadešla chvíle hodit všechny pochybnosti přes palubu! Je proto výhodné pustit se do vybraného projektu. I když se vám zvolená etapa už nejeví jako nejdůležitější, pokračujte v ní. Hledáte zkušenost slyšet svoji duši hovořit. To je vaším přáním. Ať už jde o otázku všech otázek, nebo o to, proč jste si koupili malé boty – nechte svoji duši odpovědět, neexistuje žádná cenzura. Je dovolena i otázka: „Proč si nedokážu uklidit svůj psací stůl?“ Jedinou podmínkou vaší otázky je, že se *musí* týkat vás. Čím hlouběji se vás tato otázka dotýká, tím větší význam má odpověď. Proto je komunikace písemná. Vaše duše je individuálním vyjádřením vašeho všemocného ducha. Věnujte jí svou lásku. Pak už se nebudete ptát: Kdo zná nějakého seriózního, dobrého šamana, kdo má kontakt na nějakého léčitele nebo svatého, kdo má nejlepší spojení s Bohem? *Budete vědět, že veškerá moudrost je ve vás.* Nechte svoji duši psát a budete šťastní. Proč hledat v dálavách, když tu cestu musíte urazit sami?

Neexistuje žádná oklika. Naš mozek je většinou přelétavý a rychlý, je třeba naučit ho ukázněné práci, aby se poněkud ztuhlil. Ať se nám to líbí, nebo ne: Bez práce a kázně se nebudeme rozvíjet. Platí to i pro intuici. V naší společnosti se ale bohužel *intuitivní schopnosti* nevyučují. Nebo snad někdo z vás měl ve škole hodiny výkladu snů nebo meditace? Od malička jsme trénováni k tomu, abychom se stali racionálními, vypočitatelnými bytostmi. Začíná to často už v mateřské škole. Když pak dítě začne chodit do školy, je definitivní konec s vymyšlením si, s vyprávěním snů, s projevováním citů. To, co se vyučuje ve škole, přispívá k rozvoji levé poloviny mozku, a pravá zůstává ležet ladem. Tak

to pokračuje dál i v profesním životě, a také na univerzitě se posiluje výhradně racionalita. Naše *intuitivní schopnosti* zakrňují, jsou čistě soukromou záležitostí, přičemž ženy jich směji mít o něco víc a muži co nejméně. Ne, ve společenské rovině není intuice podporována. Je proto na nás převzít iniciativu. Tady a teď k tomu máme příležitost.

Díky svým racionálním schopnostem jsme schopni velkých výkonů, ale to je jen jedna stránka naší existence, a pokud žijeme jednostranně, vede to ke vzniku problémů. Jestliže hledáme řešení pouze v racionální rovině, nemůžeme se divit, že ani po x-té reformě zdravotnictví není v dohledu řešení (viz též str. 44 a 168). Není možné pojímat Zemi jen čistě racionálním způsobem. S tím nelze vystačit. Naopak ji tím zruinujeme. Ačkoliv jednotlivá opatření mohou být z racionálního hlediska velmi moudrá a ekonomicky rozumná, nefungují, pokud nezapojíme také svoje intuitivní schopnosti.

Strom a ty

Využijme tedy konečně svých intuitivních schopností a zeptejme se někoho z jiného druhu, jak řeší problém odtržení od naší vnitřní moudrosti. Například stromu. Najděte si strom. Podívejte se na něj. On i vy stojíte na téže Zemi a na vás oba svítí stejné Slunce. Oslovte ho.

Člověk: Ty i já jsme se zhmotnili z téže energie. Ani jeden z nás se neobejde bez Slunce a bez Země, z nichž žijeme. Pocházíme oba z téhož, můžeme si tedy rozumět a mít se rádi. Máme stejného otce, Slunce, a stejnou matku, Zemi, proč bychom spolu tedy neměli vycházet, komunikovat spolu a navzájem se respektovat? Víím, že ty si mě vážíš, ale já s tebou často zacházím bez respektu, protože jsem se stal hloupým. Chci odložit aroganci a slepotu a znovu urovnat naše vzájemné vztahy, aby z nás naši rodiče mohli mít radost. Moje ignorantství jde tak daleko, že si vůči tobě stále osobuji výsadní práva. Když zatoužím po louce, po poli nebo po cestě, na které stojíš, jednoduše tě porázím. Ptám se tě, jak to snášíš.

Strom: Jsem ve shodě s našimi rodiči, proto tě nesoudím. Nezlobím se na tebe kvůli tomu, jak se chováš, protože moji duši nemůže nikdo zničit, ani ty ne. Ty sám neseš důsledky svého jednání, okrádáš se o požitky z mých funkcí,

z mé krásy, z mého stínu, z mé síly a ze všeho, co ti nabízím. Musíš dokonce počítat s tím, že ty sám jednou zničíš svůj nynější život, budeš-li mě dál ničit.

Člověk: Chtěl bych tě dnes poprosit za prominutí svého ignorantství a zeptat se tě, jak myslíš, že bychom spolu mohli před očima svých rodičů vycházet.

Strom: Vážím si tě jako všeho. Nejsem závislý na svém těle, přestože může mít někdy mnohem delší trvání než to tvoje. Svým tělem uskutečňuji některé aspekty svého bytí. Přináším jím radost sobě a mnoha dalším bytostem, mimo jiné i tobě. Když pro realizaci svých plánů potřebuješ moje místo, můžeš si se mnou o tom kdykoliv promluvit. Prosím tě, abys mi vždy sdělil svůj záměr a abys mi vysvětlil, jaký pozitivní vliv to bude mít na harmonickou souhru všech. Rád se nechám přesvědčit a budu šťastný, když se budu smět podílet na krásné, smysluplné změně. Rád dám k dispozici své tělo, pokud to prospěje tomu důležitému a báječnému záměru, který budeš chtít uskutečnit.

Když například potřebuješ mé tělo, aby sis opatřil střechu nad hlavou, rád ti je daruji. Vidím v tom dokonce jeden ze svých důležitých úkolů, dopomoci ti svou existencí ke střeše nad hlavou. Rád také přispěji k tomu, abych ti připravil příjemnou podlahu pro tvé jemné nohy. Dokud si mě budeš vážit, budeš se o mě starat a respektovat mě, udělám pro tebe všechno. Jak už jsem řekl, nelpím na svém těle. Jsem duše jako ty, a když ti může být moje materializace k užítku, rád ti ji daruji. Hlavní je, abychom zůstali přáteli, to by si přáli i naši rodiče.

Musím tě ale varovat: Budeš-li uvažovat sobecky a zabíjet mě z neutuchající žádostivosti, budeš-li uskutečňovat projekty, které nemají žádný smysl a nepřinášejí žádný užitek kromě mrzkých peněz, které bys chtěl hromadit nebo které by měly sloužit tvé pohodlnosti a hlouposti, budou z toho smutní nejen moji rodiče, ale i ostatní jedinci mého druhu. Budeme mít pocit, že si nás nevážíš, a onemocníme. Zahyneme dřív, než se nás ve své žádostivosti stihneš zmocnit. Jeden náš druh po druhém zahyne a už se nebudeme v této podobě reinkarnovat. Zaměříme se jiným směrem, do dimenzí, o nichž nemáš ani tušení. Tak tedy, milý člověče, nezapírej svoji duši, dovol, ať se setkáváme jako bytosti jedněch rodičů a ať žijeme společný, radostný život.

Člověk: Nesmím tě tedy kácet, kdybych chtěl postavit vedení vysokého napětí nebo vybudovat dálnici?

Strom: Smiš dělat, co chceš, když se ke mně budeš chovat tak, jak by ses choval i sám k sobě, pokud se máš rád.

Člověk: Pravda, svými záměry sleduji v zásadě jen nezbytnosti našeho lidství, zbývá málo místa pro lásku. Existují životní normy, které jsem si stanovil se svými bratry a které chci naplňovat, když tě porážím.

Strom: Zdá se, že je to skutečně problém. V tomto životě je pro lásku dost málo místa. Není to ale nezbytné, je to tvoje osobní rozhodnutí. Jestliže sám nepřijmeš odpovědnost za svůj život a skutky, tak kdo? Kdo? Kdo? ... Dovolil sis vytvořit vedle našich rodičů a nad nimi pojem, s jehož pomocí se chceš vyvléci z odpovědnosti. Domníváš se, že se s tímto pojmem můžeš prohlásit za hloupého a nevědomého, abys pak mohl jednat nezodpovědně.

Člověk: Nevím, o čem mluvíš. Jaký pojem máš na mysli?

Strom: Používáš tento pojem velmi často, hlavně vždy, když se ocitneš v nouzi. V nouzi nejrůznějšího druhu, nejen materiální, ale i duchovní, když ti chybějí argumenty, když jsi v morální nouzi; v zásadě pokaždé, když nechceš nést následky svého jednání, použiješ tento pojem.

Člověk: Nemyslíš snad Boha, našeho milého Pánaboha?

Strom: Přesně tento pojem mám na mysli.

Člověk: Takhle jsem Boha ještě nikdy neviděl.

Strom: My stromy tento pojem nepotřebujeme. Jsme tím, čím ty myslíš, že nejsi, a čeho se dovoláváš vždy, když tě tvoje ignorance omezuje. My jsme odpovědní za všechno, co děláme, i za to, co neděláme. Každou minutu své existence usilujeme o to, nikdy nepřenášet svou odpovědnost na nic a na nikoho. Jsme tím, čím jsme. Kdybys ty byl tím, čím jsi, žil bys v míru s námi, s našimi rodiči a s celým univerzem. Můžeš sám sebe nazývat bohem. Ale tímto pojmem, tak jak jsi jej vytvořil, se zbavuješ odpovědnosti za svoje bytí. Už to samo vytváří nouzi, kvůli níž se dovoláváš svého Boha.

Mám s tebou soucit a rád bych ti pomohl, ale nemůžu tě nutit, abys mou pomoc přijal. Mnoho z vás lidí mě bude chtít milovat, vážit si mě a přijmout moji pomoc, kterou tobě a vám všem v každém okamžiku nabízím, teprve tehdy, až už na naší matce Zemi nebudu. Pak, až zničíte materiální formu

mé existence, si uvědomíte sami sebe a budete prosit naše rodiče o pomoc. Podle naší hierarchie jste je zbavili svéprávnosti. Vy, kteří z nich žijete, si jich nevážíte, dokonce se ve jménu své hierarchie snažíte si je podrobit, přinejmenším naši matku. U otce se vám to nedaří. U matky jste to už skoro dokázali. Když ovládáte a utlačujete naši matku, nepřináší vám to štěstí. Mnoho bytostí – dětí našich rodičů – čeká na okamžik, až vás vaše pýcha a ignorantství přemůže a až se opět začleníte do naší velké rodiny.

Člověk: Smím se zeptat, proč nás naši rodiče vůbec nechali inkarnovat do rodiny svých bytostí, když vedeme tak ignorantskou existenci bez lásky?

Strom: Naši rodiče jsou také jen dvěma z mnohých a respektují každou bytost jako sebe sama. Nesoudí, stejně jako to neděláme my, snaží se o vyrovnání, aniž by byli soudci. Soudce jste vynalezli vy ve své pýše; univerzum ale žádné soudce nepotřebuje. Každý nese odpovědnost sám za sebe a všichni společně za všechny, proto tu není co soudit, je to dokonalé tak, jak to je. Každá bytost, bez ohledu na to, zda se nazývá atomem nebo galaxií, se snaží vyhýbat stresu a na energeticky nejnižší úrovni se uvést se vším do rovnováhy. Toto pokračující úsilí přináší potěšení a zábavu; a toto potěšení a zábavu sdílíme se všemi spolubytostmi, stejně jako i s vámi. Jestliže se na tom nechcete podílet a dostanete se proto do stresu, univerzum to, mimo jiné s naší pomocí, vyrovná.

Ale to, zda vy sami žijete v radosti a v blaženosti, ovlivnit nemůžeme, to je a zůstává úkolem každé bytosti. Tento úkol můžeš nyní za sebe splnit – nebo ho splníš někdy později, evoluce nemá konce. Šanci odbourat stres a dostat se do rovnováhy máš kdykoliv, i nyní, v tomto okamžiku. Rád ti při tom pomůžu. Pojď, obejmi mě, přitiskni se srdcem k mé kůře a ucítíš má slova. Těš se na to.

Člověk (objímá strom, má v očích slzy, jeho pláč se mění v smích. S úsměvem uvolní objetí, v pokoře, kráčeje pozpátku, vystoupí ze stínu stromu, uvědomuje si přítomnost společných rodičů, sklání se před svou rodinou a děkuje jí z celého srdce za to, že do ní patří): Miluji tebe, naše rodiče a celou naši rodinu. Od nynějška se budu snažit žít v této lásce.

Strom, matka Země, otec Slunce, celé univerzum dává tomuto člověku...
To je jeden z vhodných okamžiků odložit knihu a zahájit dialog se svou dušou.



Láska k sobě samým

Vlastní zkušenost je důležitější než všechno vědění nebo víra. Věta „U mě to nefunguje,“ kterou mnozí odmítají vlastní zkušenosti s duchovním léčením, tady neplatí. Všichni jsme božské bytosti, pokud nevnímáme Boha jako jakési od nás oddělené, nedosažitelné a od nás odtržené Cosi, nýbrž cítíme se – chceme se cítit – zajedno s univerzem. To není konstatování, nýbrž rozhodnutí. Musíme to *chtít*, abychom to cítili.

JEN TEN, KDO

rozhodnutí. Musíme to *chtít*, abychom to cítili.

MILUJE SÁM

Nezávisle na tom, kolikrát jste už ve stavu alfa písemně (!)

SEBE, MILUJE

komunikovali se svou duší nebo kterým dalším adresátům

I OSTATNÍ.

jste z duše napsali – po první zkušenosti s tímto intuitivním způsobem psaní je dobré již nyní v několika řádcích napsat,

do jaké míry se projekt formulovaný na počátku od té doby pro vás změnil. Můžete znovu odložit knihu a napsat z hlavy shrnutí. Ve zpětném pohledu to bude zajímavé. Podle toho totiž poznáte, jakého rozvoje vědomí jste postupem doby dosáhli. Bez ohledu na to, jak často jste už komunikovali se svou duší, má v každém případě cenu čas od času si ujasnit, zda je tento kontakt dostačující. Odpovězte si za tím účelem na následující otázky:

Co a jak často dělám pro sebe?

- Sportuji.
- Pečuji o své tělo.
- Čtu knihy.
- Poslouchám hudbu.
- Dopřávám si čas na přemýšlení.
- Hovořím s milým člověkem o svém duševním stavu.
- Cestuji na nějaké místo podle své volby.
- Chodím na procházky.
- Starám se o zvířata.
- Starám se o rostliny.
- Hovořím se zvířaty.
- Hovořím s rostlinami.

Jednoduše pokračujte v seznamu:

Dělám to a to

Vyplatí se projít si tyto otázky a získat cit pro to, jak sami sebe milujeme: Kdy jsem tady pro svou duši?

Je samozřejmě záslužné lopotit se pro ostatní, sloužit jim, ale smysl našeho života spočívá v našem vlastním rozvoji. K tomu bezesporu patří i kvalita služby ostatním, ale určitě ne výhradně.

Nejde přitom o to, abychom byli sobečtí. Jde o to, abychom měli rádi sama sebe, protože sloužit lze i bez lásky, z pouhého plnění povinnosti – a z toho jsme nemocní. Proto je předchozí seznam vašich odpovědí na to, co dobrého pro sebe děláte, mimořádně důležitý. Jsou to přece radostné odpovědi, a tak si můžete být jisti, že vás vaše okolí za ně nebude odsuzovat. Naopak, uznání zasluhuje ten, kdo věnuje takové uznání sám sobě. Obléci si něco krásného, vyzdobit chrám své duše a vědomě se radovat ze svého božství – potom je služba lehčí; hlavní je, abychom tomu přišli na chuť a abychom uskutečňovali rituál péče o sebe stále častěji, stále odvázněji, až se z nás stane jiný člověk, někdo, kdo miluje život, miluje sám sebe a dává tolik lásky, kolik se mu zachce. Kdo dává, ten má.

Milovat, nebo vlastnit

Jak báječný je život, když nám láska přináší štěstí, když můžeme s partnerem snášet dobré i zlé a chováme k sobě navzájem naprostou důvěru. Co když je ale tato důvěra náhle (nebo také poznenáhlu) otřesena a drobným pícháním nebo palčivým bodáním se ohlásí žárlivost?

Žárlivost je nepěkný cit, jak pro toho, kdo tento cit chová, tak pro toho, koho se týká. Žárlivost vyvolává nemoc.

Mnoho lidí chce žárlivost překonat tím, že se snaží zaujmout vůči chováni milovaného člověka lhostejný, flegmatický postoj. Musí se k tomu obrnit určitým chladem a vnitřně se od partnera odvrátit. Nebo žárlivost projevují a dostávají se s ním do sporu. Ani jeden z těchto způsobů chování není řešením a oba velmi zatěžují vzájemný vztah. Většina takových vztahů pak ztroskotá nebo vede ke stagnaci a smutku. Nemá smysl tento problém ignorovat a žít se nadějí: Mně se to nestane. Pro šťastný a trvalý vztah má větší smysl uvědomit si, kdy, respektive čím žárlivost vzniká, abychom vůči ní nebyli bezmocní, pokud se objeví.

Ať už k žárlivosti vedou jakékoli pohnutky, ten, kdo žárlí, se cítí především opuštěný a trpí obavou ze ztráty. Pocit ztráty vzniká, jestliže se domníváme, že vlastníme něco, co nám někdo bere. V případě žárlivosti jde tedy o vlastnictví, jde o to, mít či nemít. Každý člověk ví, že milovat nerovná se vlastnit, protože pravá láska vyžaduje naprostou dobrovolnost. Přesto se lidé snaží jiné lidi k lásce zavazovat. Proč se nemohou naprosto spolehnout na dobrovolnost? Důvod pro to vychází většinou z pocitu deficitu lásky. Zdánlivě je ale tento deficit na straně partnera, ne člověka samého. Tento úhel pohledu staví postiženého do role oběti a činí ho bezmocným. A tak se roztáčí spirála a on se již žárlivosti nezbaví – za určitých okolností se u něho dokonce objeví tělesné symptomy a on onemocní.

Lásku si ale není možné vynucovat. Láska je vždy dar. Pokud má někdo pocit, že dostává málo lásky, měl by se jednoduše zeptat: Kolik lásky jsem sám rozdal? Ten, kdo chápe lásku jako „něco za něco“ a dává jí jen tolik, kolik jí sám dostává, není šťastný. Vystávají otázky: Co můžu darovat? Jak hodně miluji sám sebe? Jak jsem sám se sebou vyrovnaný a můžu se mít rád, mít ze sebe radost?

Jak se pro nás může jiný člověk nadchnout, vážít si nás a milovat nás, jestliže sami o sobě smýšlíme negativně a máme pocit, že nás život, Bůh, osud nebo jakkoliv to nazveme, zklamal? Jestliže si ale s vděčností uvědomujeme, že jsme nesmrtelnou duší, která jako součást univerza není nikdy bez energie a bez lásky, můžeme energii a lásku rozdávat, tolik, kolik si budeme přát. Čím víc rozdáme, tím víc dostaneme. K této darované lásce se nevážou žádné podmínky, očekávání ani povinnosti. Šíří se sama od sebe, je to ryzí sebedůvěra a působí díky tomu nesmírně přitažlivě.

Člověk, který sám sebe miluje jen málo nebo se nemá rád vůbec, může rozdávat také jen málo lásky – anebo žádnou. Je trvale odkázán na to, aby lásku vyžadoval, protože, jak bylo řečeno, pocituje její deficit. Tento odporný pocit je živnou půdou žárlivosti. Partner má vyrovnat náš vlastní nedostatek lásky, ale je to jako chtít naplnit prasklou nádrž nebo bezedný sud. Východisko z tohoto dilematu spočívá v zesíleném akceptování sama sebe. A na to existuje „recept“, podle něhož můžeme trénovat své vědomí.

Jednoduchá mantra, kterou můžeme zpívat, pokud možno nahlas, nebo alespoň vyslovovat s pohybuujícími se rty, a důrazně opakovat: „Miluji sám sebe. Miluji sám sebe. Miluji sám sebe takového, jaký jsem.“ Tím ucpeme

prasklinu ve své nádrži lásky. Pokud na tuto mantru velmi soustředěně myslíme a hluboce ji prociťujeme – „Miluji sám sebe!“ – způsobí, že jsme okamžitě schopni lásku rozdávat. Vyzkoušejte to! Chronický nedostatek lásky, kvůli němuž chceme nutit svého partnera, aby nám dokazoval lásku, se může okamžitě změnit. Mantrou „Miluji sám sebe!“ se okamžitě obnoví základna každého naplněného milostného vztahu, který spočívá na naprosté dobrovolnosti. Pak už nezaměňujeme „někoho milovat“ s „někoho vlastnit“. Jestliže nevlastním, nemohu ani ztratit.

Pokud má člověk pocit, že miluje toho druhého mnohem víc než sebe, je také silně ohrožen žárlivostí. I v tomto případě ale s mantrou „Miluji sám sebe. Miluji sám sebe. Miluji sám sebe takového, jaký jsem“ pocit, že můžeme být zraněni nebo opuštěni, zmizí rychleji, než se objevil. Je důležité tuto mantru často vyslovovat i potom, když už nejsme žárliví, protože to posiluje lásku k sobě samému, a ta zase rozmnožuje lásku, kterou můžeme rozdávat. Chceme:

- si uvědomit, že každé bytosti – člověku, zvířeti nebo rostlině – můžeme a chceme svým pohledem darovat lásku, bez podmínek, bez očekávání, jednoduše proto, že máme rádi sami sebe i ostatní;
- jednat laskavě i s těmi, kteří s námi nemají nic společného;
- nebojovat o výhody na úkor ostatních;
- být spokojeni ve své lásce a sami se sebou;
- nepočítat s tím, co dostaneme nebo co očekáváme, že dostaneme;
- být šťastní s tím, co dáváme sami sobě.

Jestliže dáváme mnoho lásky a neznáme proto žárlivost, jsme si přesto vědomí, že můžeme vzbudit závist, pokud nám chybí pokora. Závist je rovněž živnou půdou žárlivosti, a nemáme-li sami pocity žárlivosti, neměli bychom je ani vyvolávat u druhých, protože by škodily i nám samým a zatěžovaly by nás. S pokorou tomuto nebezpečí nepodlehne, neboť s ní rozšíříme svoje city, svůj soucit na všechny a na všechno, co nás obklopuje. Aby bylo partnerství a manželství stálé, šťastné a láskyplné, měli by se oba partneři nacházet na stejné úrovni lásky k sobě samým. Týká se to zejména sexuality, neboť jí se partneři obdarovávají současně a rovnocenně, v dokonalém odevzdání spočívajícím ve vzájemnosti.

Pokud někdo sdílí tento stav s někým třetím, musí si být jist, že přitom nikdo není duševně zraňován ani klamán. Jestliže tři nebo více lidí je schopno duševně přestát promiskuitu jen s mantrou „Miluji sám sebe. Miluji sám sebe. Miluji sám sebe...“, nabízí se otázka, zda není lepší tuto výměnu lásky, která místo naplnění vede k frustraci, raději okamžitě ukončit. Sexualita přináší všem partnerům naplnění jedině tehdy, pokud si lásku dávají současně, společně.

Jak může při naší „civilizované“ výchově vztah ve třech naplňovat všechny zúčastněné, jsem dosud nezažil. V jiných kulturách jsem harmonické polyandrické vztahy viděl: Jedna žena měla dva muže, ale ti nikdy se svou ženou neměli sex současně. Jeden manžel přitom nežárnil na druhého, který s ní právě sdílel lože, což bylo, jak se zdálo, pouze její rozhodnutí. Pokud existovala žárlivost, pak jedině na muže zvenčí. Soucit v lásce znamená nikoho láskou nezraňovat.

V případech polyandrické společnosti, v níž děti vyrůstají s několika otci, zřejmě toto nebezpečí nehrozí vzhledem k tomu, že se takováto rodinná struktura praktikuje po generace. Tam, kde lidé nezažijí takovou strukturu v dětství, je obrovské nebezpečí, že někdo bude zraněn, a je zapotřebí velkého lidského úsilí, aby při změně milostných struktur daných výchovou nebyl nikdo zraněn. Dosud mi nejsou známy žádné fungující přístupy. Přesto západní párová struktura nijak nebrání tomu, abychom z přebytku lásky k sobě samým vyzařovali lásku a dávali ji každému muži a každé ženě, pokud je nezištná. A to se vždy projevuje tím, že nechceme vlastnit nikoho, koho obdarujeme.

Rozdávat lásku bez majetnických nároků je přirozená, duchovní kvalita, prostá všeho tělesného. Jsou-li ale pohledy a doteky spojeny se sexuální touhou, to znamená s majetnickými nároky, pak nejsou darem z nezištné lásky k sobě samému, a proto podněcují žárlivost. Kde je hranice mezi láskou a snahou vlastnit, to je otázkou pocitu vlastní ceny. Silný pocit vlastní ceny předpokládá lásku k sobě samému. S ní je možné naprosté odevzdání, brání a dávání je v rovnováze, veškeré majetnické nároky jsou zbytečné. Ponoření v sobě můžeme zažít nevyčerpatelné naplnění.

Alfa jogging

Pečovat o sebe je součástí našeho léčebného procesu. K této péči patří také běh neboli jogging, jak se mu říká v současném jazyce. Patří rovněž k mým meto-

dám, pokud se někdy nedostanu do stavu alfa, protože jsem příliš líný nebo příliš točí ono, ale trápí mě nějaký projekt, například existenční starosti, vztahové otázky nebo něco jiného, s čím jsem se dosud nevypořádal při bdělém vědomí. Trápím se v polospánku až do svítání a konstatuji, že jsem se nedostal do stavu alfa, ale dál už nemohu projekt odkládat. Objevil jsem, že práci v hladině alfa je možné praktikovat i aktivním způsobem. Vyskočím z postele. Může být tak o dvě hodiny dřív, než pravidelně vstávám. Obléknu si teplákovou soupravu a vyběhnu ven.

Když uběhnu svou obvyklou půlhodinovou trasu, pokaždé se znovu dostaví bolesti v kolenou, v nohou nebo jinde, i když jsem byl před startem tělesně naprosto fit. Mám pak na vybranou: buď projevím soucit se svými bolestmi a zbavím postiženou část těla zátěže tím, že skončím s během a půjdu dál krokem, nebo vezmu bolest jako výzvu teď a tady vyřešit konflikt, který se touto bolestí projevuje.

Nemluvím o konfliktech, které se už před joggingem tu a tam projevovaly jako větší či menší bolest a kterým teď musím „utéct“. Používám jogging k duševní hygieně. Tělesná zátěž při běhu, pravidelné, hluboké dýchání, neutichající dupot kroků, pocení, zvýšený krevní tlak, monotónní, bezcílná samoučelnost běhu – to vše přispívá k tomu, že se duše může přihlásit ke slovu mnohem svobodněji než v obvyklém tělesném stavu. Jazyk duše spočívá v tom, že nás píchá a bolí v koleni, v lýtku nebo někde jinde – to jsou její slova.

Nechci-li tuto komunikaci s duší přerušit tím, že zůstanu stát nebo půjdu dál líným a pomalým krokem, dokud bolest nepoleví, беру jogging jako „celotělovou kineziologii“. Znamená to ustavičně testovat psychu na základě svalového napětí, respektive výkonnosti.

Sebemenší svalové napětí je podnětem k tomu, uvědomit si myšlenky, které se právě honí hlavou. Vzniknuvší tělesný symptom má příčinu v negativní myšlence, která se musela vynořit posledních pár metrů před tím, než se symptom objevil. Často ale raději takovému symptomu ustoupíme, místo abychom se snažili tuto prchavou ideu si uvědomit; jde totiž zřejmě o nepříjemnou myšlenku, jinak by nebyla vyvolala bolest. Duše tělesnou bolestí pomáhá na tuto myšlenku upozornit, protože je jí zatěžována. Většinou je to negativní hodnocení týkající se nějaké blízké osoby. Může to být také pesimismus a existenční starosti – v zásadě vše, co činí náš život neradostným, vše, co vyvolává spory nebo v čem je znát agrese.

Zajímavé při alfa joggingu je, že při tělesném vypětí musí být takovéto myšlenky zatěžující naši mysl eliminovány okamžitě, nechceme-li běh kvůli bolesti přerušit. Mezi zatěžující myšlenkou a objevivším se tělesným symptomem existuje jednoznačná příčinná souvislost. Při normálním provozu těla bychom si tyto zatěžující myšlenky tak snadno neuvědomili, protože by (ještě) nevedly ke vzniku žádného tělesného symptomu, respektive konflikt, který je základem těchto negativních myšlenek, by se musel ještě více vyhrotit – až by vyprodukoval nějaký tělesný symptom, který by se projevil i v běžných situacích.

Alfa jogging nabízí možnost provádět očistu duše od mírných, teprve vznikajících konfliktů. Je tělesným motorem nebo kineziologickým efektem umožňujícím rychleji nalézt duševního „kazimira“, nahradit ho příznivým nebo alespoň neutrálním hodnocením, a okamžitě se dostaví výsledek – poběžíme dál bez bolesti.

Seismograf špatných myšlenek nebo špatného postoje vůči bližním je při joggingu nastaven mnohem citlivěji než jindy – proto je toto cvičení tak cenné. Mají-li bolesti okamžitě zase zmizet, je třeba zatěžující myšlenku bleskurychle najít a odstranit, abychom nemuseli zůstat stát. Ego nám chce přitom často udělat čáru přes rozpočet a říká: „Nebyla žádná taková myšlenka, které by bylo možné připisovat odpovědnost za bolest,“ jednoduše se snaží o to, abychom už po 50 metrech běhu zapomněli, co jsme si právě mysleli. Od ega to ale není nic jiného než opatření na vlastní ochranu. S trochou soustředění, upřímnosti a otevřenosti je tato výmluva rychle odhalena a překonána a my velmi dobře víme, jaká negativní myšlenka to byla, která ještě nebyla odstraněna nebo přehodnocena. Konflikty a negativní myšlenky většinou nechtějí být odhaleny, protože na nich má naše ego svůj podíl. Ego tento podíl skrývá, a tak konflikty tropí své neplechy z úkrytu, to znamená z našeho podvědomí, a je pro ně zadostiučiněním, když sedneme na lep svým tělesným příznakům.

Naše duše by ale chtěla konflikt urovnat. Pomáhá nám při vyšší tělesné zátěži, jakou je jogging, ego odhalit. Naši duši neujde žádné hodnocení, žádná diskreditace, pomluva, zášť ani nenávisť. Naše ego ale dělá, jako by za všechny tyto negativní pocity neneslo odpovědnost. Proto popírá jakoukoliv souvislost s bolestmi a sugeruje tělu cosi jako fyziologický vlastní život. Na tento nesmysl po troše cviku už nenaletíme. Pochopíme, že naše duše nemá vzhledem k tomu,

jak málo pozornosti jí věnujeme, jiný prostředek než nás bolesti upozornit na podobné rušivé emoce, které oklešťují naše štěstí. Po troše tréninku alfa joggingu tělo pochopí svůj úkol a neprezentuje už své bolesti jako něco nepříjemného, co nás má donutit k zastavení, nýbrž jako něco cenného, co nám pomáhá k rozšiřování vědomí. Dostáváme šanci rozvíjet kvalitu svého charakteru, který hned v zárodku potlačí takovéto negativní emoce, myšlenky jako: „Ten, ta, nebo to je tak hloupý (hloupá, hloupé), ten nebo ta lže, to nemám rád, to mě zlobí, a tenhle to a tamta ono...“ Bolesti při joggingu to všechno během několika kroků vymetou ven z naší mysli. Jestliže pak můžeme běžet dál bez bolesti, můžeme to celé provozovat jako báječné uvolňovací cvičení.

Berme krátký okamžik, v němž se celé naše chodidlo postupně odlepuje od země, jako celkové uvolnění, jako při reflexní masáži chodidel. Masérem je matka Země. Při každém kroku se regenerujeme tím, že se celou svou vahou, rozloženou na celé chodidlo od paty až po prsty, postupně odlepujeme od matky Země a přitom vydechujeme. Odraz potom následuje zcela samozřejmě jako nádech.

Tím, že se zaměříme na výdech, na uvolnění, a nikoliv na napětí, se celé naše tělo při běhu dokonale uvolní přesně v okamžiku, kdy se zbavuje své tíhy prostřednictvím chodidla odlepujícího se od Země a vděčně přijímá příjemný pocit masáže chodidel. Vyzkoušejte to.

Z hlediska primárně tělesného vědomí můžeme přirozeně namítnout: „To je nesmysl, tělesné bolesti jsou logickým důsledkem nedostatečného tréninku nebo jiné tělesné slabosti a nemají nic společného s nějakými myšlenkami nebo konflikty.“ Ten, kdo takto uvažuje, se nevěnuje alfa joggingu, nýbrž normálnímu joggingu; běhá jen proto, aby byl tělesně fit. Probíhá to asi takto: Stanovíme si cíle v podobě zvyšujících se dávek běhu. Tyto cíle působí jako mrkvička, kterou nechá vozka při dlouhé cestě kývat oslovi před nosem, aby byl rychleji u cíle. Pokud nevěnujeme pozornost svým chybám a slabostem, tedy pokud jim nedodáváme žádnou energii, a myslíme jen na vítězství, tedy na mrkvičku, můžeme také získat. Touto metodou lze dokonce potlačit konflikty a nedostatky a upsat se výhradně vítězství a ctižádosti. Při alfa joggingu ale provozujeme jogging jako duševní hygienu. Konflikty

**MEDITATIVNÍ JOGGING
NEMÁ CÍL,
PŘESTO K NĚMU VEDE!**

a nedostatky přitom musíme zpracovat, dostat je do svého vědomí. Přirozeně přitom hrozí nebezpečí, že svalové napětí rychleji ochabne a my se unavíme. To nás ale nemusí nijak zvlášť znepokojovat, pokud nespojujeme jogging s vrcholovým sportem, nýbrž je pro nás jen prvním krokem k vyléčení.

Musíme tedy být vděční, pokud nás při běhu někde píchá a bolí, protože tím charakterově rosteme. Alfa jogging pouze neutužuje tělo, nýbrž přináší i myšlenkové, respektive duševní osvěžení – má tedy dvojitý smysl. Není to šoková terapie, nýbrž „jogová“ terapie (anglicky *jog* = běhat pro zdraví – pozn. překl.).

Zemřít zdravý

Pokud někdo není nemocný, byl by nesmrtelný. Protože nesmrtelnost neexistuje, musí i ten nejzdravější člověk jednoho dne onemocnět, aby zemřel. Je tomu tak? Byl nemocný někdo, v jehož úmrtním listu stojí „selhání srdce“? Bylo by přece možné napsat „zástava srdce“. Je to nemoc? Jaký obrázek máme o životě, jestliže ho můžeme ukončit jedině nemocí? Zákon o vzniku a zániku není zákonem o nemoci. Uvadlá květina není nemocná. Jen uplynul její čas. Vývoj dospěl do konce. Vývoj se vyznačuje tím, že se idea stále více zhutňuje, až je jednoho dne dosaženo stupně rozpoznatelného tvaru. Tato komprimace pokračuje ve stále se měnících formách, až idea dosáhne nejvyššího stupně zhutnění a začíná se opět uvolňovat. Tentýž vývoj proděláváme při každém nádechu a výdechu, a přitom nelze výdech, dekomprimaci, v žádném případě považovat za nemoc.

**JAKÝ OBRÁZEK MÁME
O ŽIVOTĚ, MŮZEME-LI HO
UKONČIT JEN NEMOCÍ?**

Za představou, že zemřít můžeme jedině nemocní, stojí obraz člověka, který nám znesnadňuje přístup k duchovnímu léčení. Nemoc není nutným zlem, které je našim údělem snášet tak dlouho, dokud pod jeho tíhou nepadneme. Nemoc je spíše formou komunikace naší duše, která na sebe upozorňuje, když jsme příliš hluší k jejím potřebám. Z nemoci se můžeme poučit, jak žít svůj život. Ten, kdo se to naučí, zemře zdravý.

S každým tělem se učíme něčemu novému, proděláváme jiný vývoj, a když je daný vývoj u konce, tělo ztrácí svou funkci a může zaniknout, rozpadnout se. Naše duše nám přirozeně může prostřednictvím nemoci sdělit, kdy je načase tělo opustit, pokud si to neuvědomíme jiným způsobem. Tomu, kdo denně

provádí duševní hygienu a udržuje své myšlenky čisté, ale duše nemusí nic „vtloukat do hlavy“ tím, že vytvoří tělesné symptomy, které učiní přítrž aktivitám motivovaným egem. Ten, kdo se neustále snaží rozšiřovat své vědomí, kdo okamžitě rozpozná duchovní, psychické pozadí svých tělesných příznaků, pro toho není smrt koncem, nýbrž jen změnou formy – duchovní život pokračuje.

Proto je zemřít zdravý mnohem krásnější! Víc to člověku dává. Nemocný umírající není připraven na neslavné opuštění těla: až do konce musí bojovat s bolestmi a chemickými prostředky nejrůznějšího druhu, které mnohdy výrazně ovlivňují ducha. Je pro něho těžší nalézt vnitřní klid a prázdnotu, aby se mohl v klidném očekávání světla těšit na vysvobození z pozemské nádoby své duše a užívat si tento proces z celého srdce. Zůstane-li se svou nemocí zajatcem materiálního vědomí, může posvátný okamžik zmeškat.

Mnozí se domnívají, že svou změnu paradigmat mohou odsouvat na poslední minutu, až se v okamžiku smrti budou muset odloučit od svého těla. Mnohem krásnější a mnohem více ulehčující ale je, když se v duchovní dimenzi cvičíme po celý život, protože v tom nikdy nemůžeme být dost dobří. Dokonalost v duchovní dimenzi jsou nanejvýš okamžiky, v nichž nahlížíme přes okraj duality tělesné fáze svého vývoje. Ty dávají člověku úžasný pocit, že se oprostil od času a prostoru. Ten, kdo si záhy uvědomí sama sebe jako duchovní bytost, vnímá svého ducha bez začátku a bez konce.

**SMRT NENÍ KONEC,
JEN ZMĚNA FORMY.**

Na vozíku

Často mívám na seminářích lidi na vozíku, a přicházejí se stejným motivem jako chodící: Chtěli by se naučit aktivovat své samoléčiteléské síly. Co jim mohu doporučit? Zde je příklad.

Vozíčkářka (V): Chtěla bych se naučit znovu chodit. Co pro to musím udělat?

Clemens Kuby (K): Neznám vás a nikdy vás nebudu znát tak dobře, jako vás zná vaše duše. Zeptejte se své duše, proč jste na vozíku.

V: Byla jsem v bezvědomí. Nepamatuji si poslední dva kilometry před nehodou a asi půl hodiny po ní, jak mám vědět, proč k nehodě došlo?



K: Já nemyslím příčinu nehody.

V: A co tedy?

K: Proč je ta nehoda ve vašem životopise.

V: Co já vím...?

K: Vaše duše to ví. Ta nikdy nebyla v bezvědomí. Je vaší stálou průvodkyní.

V: Na klinice mě vyšetřovali psychologové. Vypytaali se mě celé dny.

K: Co vyšlo najevo?

V: Co asi mělo vyjít najevo? Myslíte si, že jsem udělala něco zlého, za co teď musím pykat?

K: Je škoda, že v naší kultuře vidíme vývoj v kategoriích viny a hříchu.

V: Ale vy mi přece říkáte, že existuje nějaký důvod, proč jsem ochrnutá.

K: Ano, protože v tomto univerzu se vše děje podle zákona příčiny a následku.

V: A co náhoda? Ta přece také existuje.

K: Ve skutečnosti ne. Náhoda je jen jiný výraz pro „nevědomost“. Kdybychom pokaždé věděli, co se stalo předtím, při každém jevu bychom okamžitě viděli, jak k němu došlo. To bychom ale museli nahlížet mimo hranice svého těla. Tělo vidíme jako neustále se měnící výraz duše. Duši si přitom lze představit jako jednu odnož ducha. Vaše duše je bez začátku a bez konce, žila už v nekonečném počtu forem. Momentálně je její forma částečně ochrnutá, a v její nekonečné existenci pro to existuje jeden nebo několik důvodů. Abychom je našli, musíme pracovat v intuitivní rovině. To děláme na semináři.

V: Mým největším přáním je moci znovu chodit. Myslíte si, že to dokážu?

K: Proč chcete moci znovu chodit?

V: Chtěla bych tančit a běhat jako normální člověk.

K: Věříte, že vaše tělo je výrazem vašeho ducha a vaší duše?

V: Ano, jinak bych se vás neptala.

K: Jak podle vás funguje duchovní léčení?

V: Budu si představovat, že budu znovu chodit, a pevně tomu věřit!

K: Tuto myšlenku můžete ještě posílit.

V: Jak?

K: Potřebujete velký, silný motiv, proč chcete znovu chodit.

V: Chtěla bych prostě být šťastná.

K: Pokud dopustíte, aby vaše štěstí záviselo na vašem těle, budete se bát smrti, protože smrt znamená konec vašeho nynějšího těla.

V: Ale ke štěstí přece patří mít zdravé tělo.

K: Existuje mnoho lidí, kteří mají zdravé tělo a nejsou šťastní.

V: Oni si zdravého těla nedovedou vážit, já ano.

K: V čem by to spočívalo?

V: Každý den bych se radovala, že můžu zase chodit, a děkovala bych za to Bohu.

K: Věříte v Boha. Prosila jste ho už, aby vás uzdravil?

V: Ano, mnohokrát, ale nic se neděje.

K: Co budete dělat do té doby?

V: Do které doby?

K: Než vás Bůh uzdraví.

V: Budu na vozíku.

K: Víc nic?

V: Vždyť ani nevím, jestli se to stane.

K: Věříte tomu?

V: Nejsem si tím zcela jistá. Jsem na vozíku už šest let.

K: Co nabízíte Bohu za své uzdravení?

V: Co mu nabízím?

K: Ano, co za to uděláte? Co projevíte? Pokoru? Nezištnost? Co myslíte, čeho je třeba, aby vás Bůh vyléčil?

V: Ctím ho a byla bych mu navěky vděčná.

K: Zřejmě mu to zatím nestačí.

V: Co mám tedy ještě udělat?

K: Splnit svůj úkol v tomto životě.

V: A co je mým úkolem?

K: To přirozeně souvisí s vaším osudem.

V: Chtěla jsem být lékařkou a operovat lidi v chudých zemích, ale to teď nejde.

K: Je zajímavé, že jste chtěla operovat lidi v chudých zemích. Kolik jste vy sama prodělala operací?

V: Šest, a ještě nejméně dvě mě čekají.

K: Pak tedy zažijete své přání na vlastní kůži.

V: Takhle jsem o tom neuvažovala. Chtěla jsem operovat druhé, ne být sama operovaná.

K: Člověk je lepší v tom, co sám zažil.

V: Moje operace mi vlastně nepomohly. Naopak mám po nich další problémy.

K: Kdo ví, zda byste jako chirurg naplnila smysl svého života?

V: Možná. Já nevím. Možná taky ne.

K: To znamená, že vozík vám možná zabránil vydat se nesprávnou cestou.

V: Mám pocit, že na vozíku jsem na nesprávné cestě.

K: Na vozíku můžete nalézt smysl svého života rychleji, než kdybyste zůstala zdravá.

V: Kdybych chodila, měla bych ale určitě lepší vyhlídky.

K: Ale nebyla byste získala zkušenost s pomíjivostí svého těla. A to je nutné k tomu, abyste se vyvíjela jako duchovní bytost. Z donucení máte už nyní, jako mladý člověk, šanci uznat svého ducha za stvořitele vši hmoty. Vyža-

duje to od vás hlubokou důvěru, kterou zřejmě máte, jinak byste nevěřila ve své uzdravení. Na této cestě vás čekají výzvy, které vás naučí velkým věcem. Jako chodícímu člověku a lékařce by vám tato dimenze možná zůstala uzavřená. Jednoho dne budete za svůj osud vděčná.

V: To si nemyslím.

K: To neříkejte. Naprogramujte se pozitivně, to je pro váš rozvoj lepší.

V: Mohla bych říct, že se budu rozvíjet, když budu naslouchat své duši.

K: Ano, to zní dobře. Tak se dostanete dál. Teď se musíte postarat už jen o to, aby se vám duše dovedla svěřovat. Nejlepší je udělat to písemně. Můžete ale i malovat, zpívat, skládat hudbu – duše má mnoho možností vyjádření, které jí můžete i navzdory svému ochrnutí poskytnout. Učiníte tak šťastnou nejen sebe, ale i hodně dalších lidí.

V: (mlčí)

K: Myslíte si, že byste bez té nehody už teď začala se spirituálně zaměřeným životem? Vzhledem ke svému světovému názoru a svému povolání byste byla zůstala zcela fixovaná na tělo. Nyní jde ve vašem životě o duchovní cíle, které přinesou štěstí vám i ostatním a které jsou trvalé. Tak to od vás chce váš osud. Pokud to přijmete, máte před sebou úžasný rozvoj.

V: Uvidíme. Možná moje ochrnutí není úplné.

K: O mně říkali, že jsem úplně ochrnutý. Když jsem začal chodit, řekli, že to asi muselo být částečné ochrnutí. Ten, kdo si nedovede představit duchovní léčení, musí dodatečně změnit diagnózu, a pak se nemusí zabývat duchovními procesy.

V: Já jsem těmto procesům přístupná, ale mám v ně ještě malou důvěru.

K: Když uvážíme, jak je medicína i celá společnost fixovaná na materiální část života, vyžaduje velkou odvahu a sílu zaměřit se na jeho duchovní stránku. Radil bych vám přestat se orientovat na hmotu, jak v negativním, tak v pozitivním smyslu. To znamená nemyslet na to, že lékaři říkají: „Už nikdy nebudete chodit,“ ani se upínat k myšlence: „Musím znovu chodit,“ nýbrž soustředit se na rozvoj své duchovní dimenze. Pokud naleznete úkol nebo smysl svého života, půjde touto cestou i vaše tělo. Váš duch řídí vaše tělo.

V: Tomu je těžké uvěřit.

K: Tak to ale je. Už jen propracovat se k tomuto vědomí je velký úkol, a zvláště když je někdo ochrnutý jako vy, je to mimořádná výzva. Je zapotřebí velké myšlenkové ukázněnosti k tomu, aby člověk zůstal stále soustředěný na duchovno, ale vyplatí se to pro celý život, aniž byste teď na začátku musela vědět, kam vás zavede. Máte před sebou velkou budoucnost, pokud tuto výzvu přijmete a vydáte se cestou duchovního rozvoje. Vede dokonce až k jasnovidectví, a to můžete rozvíjet i jako vozíčkářka.

V: Budu se snažit!

K: Hodně úspěchů! Seminář vás podpoří. Můžete na něm změnit svou orientaci z tělesně-materiální dimenze na duchovně-duševní dimenzi.

V: Dám se do toho.

K: Tak tedy budeme pokračovat.

Láska místo vydírání

Vzpomínám si na jeden případ z doby, kdy jsem byl na klinice. Jeden ochrnutý muž žil před úrazem ve strachu, že ztratí milovanou ženu. Přál si, aby se mu víc věnovala. Jeho touha a strach byly tak velké, že hledal nějakou osvobozující změnu ve svém životě, aniž by si uvědomoval, v čem by tato změna mohla spočívat. Chyběla mu odvaha prosit svou ženu o lásku a dávat jí víc své lásky. Nakonec byl tlak a strach, že duševně vyhladoví, tak silný, že u něho mimoděk došlo ke zkratovému jednání a on utrpěl úraz s diagnózou úplné ochrnutí.

Jeho úraz si vynutil zásadní změnu života. Nyní si ale byl jistý, že ho žena neopustí – musela se o něj starat tak intenzivně, jak by to nikdy nepožadoval, dokud byl zdravý. Jeho úraz by bylo možné v duchovní rovině označit za vydírání s cílem získat víc lásky. Před tím nás ale chrání materiální rovina, v níž jsme zvyklí uvažovat. V ní se nám úraz jeví jen jako nešťastná náhoda. Ten, kdo hledá uzdravení, musí hledat pro lásku dobrovolnou cestu. Vynucovat si lásku tím, že potřebuji pomoc, je sice značně rozšířená metoda, její cena je ale i při méně závažných příznacích nemoci příliš vysoká. Ego ji akceptuje, když se domnívá, že nemůže získat lásku jinou cestou, aby vyrovnalo svůj energetický deficit. Na

muže toto vydírání většinou neplatí, v 60 % případů se dají se svou ženou rozvést, pokud skončí na vozíku. V opačném případě se nechá se svým manželem po úrazu rozvést jen asi 10 % žen. Pro ženy je zřejmě snazší pečovat a sloužit.

Má-li v takovém případě dojít k vyléčení, musí se partneři spolu usmířit. Vydírání je třeba si uvědomit, přiznat je a odpustit. Musí proudit vzájemná láska. Srdce musí zcela vyplnit důvěra, že jsem přijímán a milován dobrovolně. Protože nyní neexistuje žádný důvod pro potřebu pomoci, může zaniknout fyzický příznak, neboť ztratil svoji funkci.

Takové vyléčení se pak často dokládá vysvětleními, která odpovídají našemu vlastnímu současnému vědomí: Buď je vyléčení popíráno tím, že se označí za logický důsledek neúplného ochrnutí, nebo se klamně označuje jako zázrak, případně jako spontánní vyléčení. Vysvětlování příčin nemoci by se mělo řídit výhradně podle toho, zda těmito vysvětleními lze nějak plodně přispět k vyléčení, nebo ne. Lze nabídnout vysvětlení, která posilují proces samoléčení, i taková, která tento proces oslabují nebo mu brání. V prvním případě pomáhají dodat pacientovi odvalu, kázeň a sebedůvěru. Ve druhém případě slouží k tomu, předvést pacientovi lékařovu nadřazenost, učinit ho nesvéprávným a závislým.

Nejde o to, který vzor je pravdivější než jiný, nýbrž o to, k jakému jednání vede. Tolik lidí musí zemřít nebo je odsouzeno k žalostné existenci jen proto, že pro svůj stav mají vysvětlení, které jim nedává šanci na vyléčení. Tolik lidí, kteří byli nemocní, i takových, u nichž to medicína vzdala, se dokázalo duchovním přístupem, uvědoměním a změnou života samo vyléčit. Už z těchto důvodů by mělo být duchovní léčení přinejmenším tolerovanou další možností ve zdravotnictví a nemělo by být samo o sobě vylučováno jen proto, že tento přístup případně neodpovídá našemu současnému vědomí.

Mnoho utrpení

Vidím kolem sebe mnoho utrpení. Každé tělesné utrpení je přesně vzato duševním utrpením. Vezmeme-li duši důvod tohoto utrpení, vyléčíme tělo. K tomu, abychom se dostali ke své duši, existují i cesty přes tělo, například jóga, jogging, Feldenkraisova metoda, tai-či a mnoho dalších metod. Tato tělesná cvičení pomáhají zviditelnit duši. Setkat se s duší znamená dospět k tvůr-

**TELO JE PŘECHODNÁ
ZHUTNĚNÁ FORMA
NAŠEHO DUCHA.**

ci, k Bohu, k sobě samému, spojit se s přírodou, s univerzem a uvést se s nimi do souladu. Mnozí ve svém utrpení rezignovali a myslí si: „Nakonec přece všichni musíme umřít.“

Tato věta je nesmyslná a dělá ze života slzavé údolí. Místo toho by se mělo říkat: „Všichni musíme opustit svá těla.“ To je ale naprosto přirozený, potěšitelný proces. Chtít si navěky ponechat vysloužilé tělo nedává žádný smysl ani potěšení, a navíc jsme v každé tělesné existenci omezováni rámcovými podmínkami, které připouštějí jen zcela určité zkušenosti. My se ale chceme dále rozvíjet, a proto se musí změnit i tyto rámcové podmínky, to znamená, že potřebujeme různé formy tělesné existence, abychom mohli získat nové, jiné zkušenosti.

Tělo je, jak již bylo řečeno, pouze přechodnou, zhutněnou formou našeho ducha, která se nutně musí opět rozplynout. My, kteří se ztotožňujeme se svou duší, opouštíme tělo, a to znamená, že se dekomprimujeme, pak se znovu zkomprimujeme a přitom se zhutníme natolik, že opět nabudeme tělesného výrazu, formy svého duševního stavu – a tak to jde dále donekonečna univerzem. V jakých rytmech se komprimujeme a dekomprimujeme, to závisí na sumě, respektive bilanci našich myšlenek, která se na Východě nazývá také „karma“. Na Západě pro to nemáme žádný určitý výraz, jen opisy, protože nám v naší kultuře je tento způsob pohledu ještě do značné míry cizí.

Každé utrpení je výzvou pro naše vědomí. Čím větší je naše utrpení, tím větší je výzva poznat svoji duševní nesmrtnost, která žije z lásky. Člověk, který trpí, potřebuje odvalu a mnoho citu, aby se mohl rozvíjet, to znamená, aby se uvolnil z ulpívajících vazeb. Výzva nemoci spočívá v tom, „nesednout jí na lep“, to znamená nepodlehnout její symptomatice, nýbrž rozpoznat v ní formu vyjádření, hlásnou troubu, manifestaci duše. I když její řeči mnohdy nerozumíme, zdaleka to neznamená, že naše duše nic neříká. Znamená to jen, že musíme rozšířit svoje jazykové schopnosti. Proto mohu blahopřát každému, kdo se nejpozději tváří v tvář své nemoci pokouší dešifrovat jazyk své duše podle principu pokusu a omylu, hledání a nacházení, zvědavosti a opravdovosti, trpělivosti a výdrže, důvěry a naděje, orientace a odhodlání, odvahy a kázně... Miluji sám sebe. Miluji sám sebe. Miluji sám sebe. V jádře našeho bytí směřuje vše k tomuto poznatku.

3 / Duchovní léčení

Co je to?

„Duchovní léčení“ není žádný nový „ vynález“, nýbrž prastarý jev. Označuje poměrně velkou skupinu nemedicínských forem léčení. Jejich spektrum sahá od modlení, přikládání rukou a léčení na dálku až po asijské formy jako reiki, určité varianty čchi-kong, léčení pránou, léčení podle čaker a mnoho dalších. Jejich společným jmenovatelem je intence, tedy úmysl někomu pomoci. Už sama tato intence mění fyzické symptomy, i navzdory lékařským prognózám. Nepoužívají se přitom žádné pomocné prostředky, které by podle současné úrovně medicínských poznatků mohly být účinné v pozorovatelném rozsahu a rychlosti. *To, co léčí, léčí duchovně.*

Duch není viděn filozoficky jako nepřekonatelný protiklad k fyzickému světu, nýbrž jako nejjemnější, netělesná forma vyjádření myšlenek, představ, záměrů, vzpomínek, vjemů, citů atd. Nemusíme se držet filozofického dualismu, hranice mezi hmotou a duchem je plynulá. Podle průzkumů veřejného mínění by se 65 % všech dospělých „svěřilo medicínskému laikovi se zvláštními léčitelými schopnostmi, kdyby lékaři nevěděli, jak dál.“* Pro přibližně 10 000 léčitelů v německy mluvících zemích, kteří léčí přikládáním rukou, na dálku a podobnými metodami, je to obrovský potenciál klientů. Znamená to, že by si více než 50 milionů lidí dokázalo představit, že by v případě nemoci, u níž by školská medicína narazila na své hranice, využilo jejich pomoci.

Duchovní léčení je práce s duší. Je založeno na jiném světovém názoru, než jaký uznává školská medicína. Ta funguje tak, jak funguje, jen proto, že je hluboce zakořeněna ve všeobecném materialistickém vědomí. Ten, kdo si to neuvědomuje, se může domnívat, že stačí jen získat vědomosti o duchovním

* Harald Wiesendanger: *Geistheiler – Der Ratgeber*, Lea Verlag, Schönbrunn 2000, str. 19

léčení, tedy přidat je k tomuto všeobecnému vědomí a bude to fungovat. Jestliže to nefunguje, člověk si hned pomyslí, že tyto vědomosti patrně neodpovídají lidské přirozenosti, že jsou nesprávné, a tudíž nepoužitelné. Tak mnozí dospívají k odmítavému postoji vůči duchovnímu léčení, nikdy ale nezkoumají svůj světový názor. Proč také? Svět podle nich je založen materialisticky, to přece nelze popřít...

Medicína se přiklonila k materialistickému světovému názoru, tak jak ho razil Descartes. Podle něho se na život nahlíží jako na stroj, nebo v současné době jako na chemickou továrnu. Máme-li takovouto představu, nikdy se nemůžeme smířit s duchovním přístupem. Už proto, že v tomto myšlení duše neexistuje, podobně jako Einstein vypudil ze svého myšlení éter a vzal tak univerzu ducha. Vývoj dokazuje, že s tímto světovým názorem nezachováme zdravou ani planetu Zemi, ani sebe. A není to věc jednotlivých metod, nýbrž pochopení sebe sama.

I když má člověk letité zkušenosti s duchovně řízeným procesem léčení a ví, že a jak to funguje, stále znovu na tuto hranici naráží. A právě to je to jediné omezení, kvůli němuž trpíme. Je to nikdy nekončící proces překonávání materialistického světového názoru. Všeobecné světónázorové úvahy v této knize nám mají pomoci kousek po kousku rozšiřovat hranice svého vědomí. Není možné naroubovat hrušňovou snítku na jablono, z toho nic nevzejde. Abychom mohli sklízet hrušky, k tomu potřebujeme hrušň, která vyrostla od kořenů.

Dva světy

Výňatky z rozhovoru mezi pěti lékaři, psychoterapeutem, lékařkou pro etnomedicínu, bioložkou a peruánským šamanem, který se uskutečnil 12. 5. 2005.

Vysvětlivky: CK – Clemens Kuby, autor, moderátor a iniciátor setkání. DA – Don Augustin Peres Vasces, peruánský šaman, protagonista filmu Na cestě do sousední dimenze. DB – Dr. Dagmar Bergová, chirurg na klinikách v Kolíně n. R. a v zahraničí. SF – Doktorka přírodních věd Susane Flaswinkelová, bioložka, léčitelka, Dortmund. MF – Martin Flieger, lékař pro všeobecné lékařství, psychoterapii a přírodní léčebné postupy, Kolín n. R. AP – Andreas Pols, psychoterapeut a psychoanalytik, Bad Berleburg. GS – Günter Schmale, všeobecný lékař, Bonn. JS – Johanna Schuppová, lékařka pro etnomedicínu, Borken.

AS – Achim Schuppert, přednosta onkologické kliniky, odborný lékař pro všeobecnou medicínu, Bonn. MW – Marek Wojcik, všeobecný lékař, Kolín n. R.

CK: Co je nejdůležitější základnou pro práci lékaře?

MF: Když pracuji s jinými lidmi, spoléhám se na věci, které jsou v určité formě vědecky dokázány. To primárně nabízím svým pacientům – možná existuje něco nad tento rámec, také si to myslím, ale domnívám se, že to je něco, co musím poskytnout pacientům individuálně.

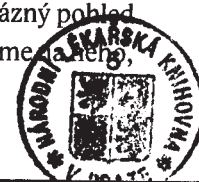
CK: Co je nejdůležitější základnou pro vaši práci šamana?

DA: Nejdůležitější je, aby šaman měl profesionální etiku. Musí mít respekt vůči pacientům a všem ostatním lidem. Respekt a lásku ke světu. Je zapotřebí velkého jemnocitu, aby nedošlo k nesprávné interpretaci. Dobrý šaman vždy dokáže vzbudit u svých klientů důvěru. Jestliže nemá respekt k lidem, okamžitě to zpozorují a odvrátí se od něho.

AP: Podle mého názoru je jak v šamanismu, tak i v psychoterapeutické a psychoanalytické praxi ústředním bodem člověk. Pro mě je to velmi podstatné, protože si myslím, že neléčí techniky nebo metody, ale vztah. To znamená, že velmi důležitý je postoj terapeuta vůči klientům, protože oba postupy pracují s podvědomím.

DA: Šamani i lékaři by měli k lidem přistupovat s pokorou, neměli by se jich dotýkat studenými předměty, nýbrž navazovat s nimi skutečný kontakt rukou, pohledem a duchem – platí to pro obě disciplíny, pro šamany i pro lékaře. Jedni i druhí dávají něco velmi důležitého.

GS: Nejdůležitější otázkou v medicíně je: Proč je někdo nemocný? Ve školské medicíně jsem ale vždycky slyšel jen otázku: Jak nemoc vypadá? Je to téměř chorobný zájem o nemoc, její zkoumání do nejmenších podrobností. O pacienta nejde. A když, tak jen v tělesné rovině. To je podle mě hlavní příčinou, proč mají školská medicína a takzvaná komplementární medicína takové potíže ve vzájemném sblížení – v každém případě to platí ze strany školské medicíny. My lékaři máme zcela svérázný pohled na člověka, lze-li vůbec o pohledu na člověka hovořit, pohlížíme na něj, jako by to bylo auto!



- AP:** Myslím, že podstatný rozdíl spočívá také v tom, že šamanismus zasahuje jiné oblasti podvědomí. Má větší možnost dostat se do metaroviny, tedy do roviny, kterou C. G. Jung popisuje jako kolektivní vědomí – nebo existují modernější pojmy, jako morfogenetické pole – do roviny, v níž máme možnost se na pacienta napojit.
- SF:** Mám dotaz na Dona Augustina: Chceme postavit most mezi jeho a západní medicinou. Jsou jeho schopnosti ve spirituální oblasti něčím, čemu se lze naučit, nebo je to dar od Boha? Může se člověk stát léčitelem?
- DA:** Ano, samozřejmě. Je to výuka podobně jako u lékařů. Neustále učím nové šamany. Na začátku je třeba se očistit, zbavit se veškeré špíny, vnitřní pýchy a té spousty jedů, které v těle máte. Pak postupně začínáte pocítovat v rukou energii. Začínáte pocítovat jiná těla. Cítíte, kde je tělo poraněné, kde jsou v něm blokády. Učíme se to na květinách. Dr. Marek, který u mě právě absoluuje výuku, se už naučil se zavřenýma očima pocítit sílu květiny. Duchovními silami může člověk dokázat mnohem, mnohem víc než vědeckými metodami. Je mnoho případů, v nichž věda prostě už neví, jak dál, a v takových případech necháme pomáhat Boha a duchy.
- MW:** Šel jsem za Donem Augustinem, protože jsem byl hodně nemocný. Trpěl jsem syndromem vyhoření, který je právě mezi lékaři velmi častý. Ve veškeré své odborné literatuře ani u kolegů jsem nenašel žádnou terapii. Pak jsem viděl film pana Kubyho *Na cestě do sousední dimenze* a okamžitě jsem odletěl k Donu Augustinovi do džungle. Po jedenácti dnech jsem se vrátil vyléčený. Na důkaz toho jsem přinesl s sebou tři medaile. V jednom roce jsem třikrát běžel maraton, jednou v New Yorku a dvakrát v Kolíně nad Rýnem. Mezi New Yorkem a Kolínem byla přestávka pouhé tři týdny. Teď se u Dona Augustina učím a zjišťuji, že nemá žádná tajemství. Všechno, co dělá, vám vysvětlí a lze se tomu naučit. Není to žádné čarodějnictví, žádné čáry máry. Tím nejdůležitějším důvodem, proč jsem se naprosto uzdravil, bylo, že jsem se chtěl vyléčit. Převzal jsem veškerou odpovědnost za svou nemoc. Nepřesunul jsem ji na Dona Augustina. Mám k němu velkou důvěru, to ale neznamená, že mě léčí. To nejde. U něho jsem okamžitě pocítil, že musím chtít se uzdravit. Don Augustin to respektoval. Byl velmi milý.

- DB:** Po těch mnoha letech a tisících pacientů, které jsem už léčila a operovala, musím připustit, že školská medicína a to, jak k nemocem přistupujeme, není to pravé a že problém leží někde jinde, ne v medicíně samé. Existuje jiné, spirituální vědění, které my lékaři nemáme, a je velmi důležité, abychom je získali.
- DA:** Lékaři se velmi často stává, že sám o sobě pochybuje, a proto mu chybí jistota. Lékař, který pochybuje, nemůže správně léčit.
- JS:** Na šamanismu mě fascinuje, že pacient je sám svým léčitelem. Šaman jen uvede proces do chodu a pacient nesmí zpochybňovat to, co šaman dělá. Prostě se poddá a nechá věcem volný průběh. Podvolí se dotekům a vypne rozum.
- DA:** Otázkou je, jak můžeme dát duchu moc. Musíme se pro sílu ducha rozhodnout. Je ve světě, jsme jí obklopeni, stačí ji jen přijmout, nechat ji k sobě přijít.
- AP:** Divím se, že se školské medicíně stále ještě daří tyto duchovní prvky odmítat. V Americe existují rozsáhlé studie, které potvrzují, že modlitby pomáhají. Jsou to empirické studie, ale naše medicína je jednoduše popírá! Přitom existují vědecké poznatky z kvantové fyziky a z výzkumu fotonů, kterými lze tyto jevy duchovního léčení logicky zdůvodnit a vysvětlit, ale naše medicína je nechce přijmout.
- DA:** My lidé často vůbec nevíme, kdo jsme, jaké síly máme ve svém nitru! Vědci ještě nevyzkoumali, jak nesmírnou sílu lékař, ale i každý člověk má. V tom je věda ještě na úplném začátku.
- SF:** Tak jako tak si myslím, že většina nemocí vzniká v duševně-duchovní oblasti a že se lidé odnaučili naslouchat svému vnitřnímu hlasu – tedy tomu, co se vlastně máme prostřednictvím nemoci naučit, jak píše pan Kuby. Já vidím svůj úkol v tom, že pacienti, kteří ke mně přijdou, povedu k tomu, aby našli cestu ke své duši nebo aby naslouchali svému vyššímu já.
- AS:** Na naší klinice v Bonnu spolupracujeme s psychoterapeuty, nebo řečněme s lidmi, kteří pracují s psychou a kteří prošli velmi rozdílnými zkušenostmi. Snažíme se této duchovní cestě stále více otevírat. Pro někoho, kdo je ovlivněn školskou medicinou, je přirozeně těžké, když má jako pri-

mář tuto jinou cestu připustit, protože vědecky je to vše stále ještě velmi znevažováno. Na druhé straně musíme jako lékaři sebekriticky přiznat, že tím, co je označováno jako vědecké, spoustu problémů nedokážeme vyřešit. Proto je nutné, abychom se otevřeli jiným věcem a abychom k mnohým z nich začali přistupovat intuitivně.

DB: Myslím, že musíme usilovat o to, aby se školská medicína otevřela šamanským léčebným metodám, aby je přibrala za partnera. Musíme se do toho jako lékaři skutečně pustit, jen tak se něčemu přiučíme. Podle mě je skvělé, že sem pan Kuby pozval tolik lékařů. Je to skutečný začátek a je třeba tak pokračovat dál. Musíme se víc snažit dopátrat toho, proč jsme nemocní. Když to budu vědět, dokážu pomoci, i šamanskou cestou, a moje školní vědomosti k tomu přispějí. Myslím si, že v tom je budoucnost medicíny.

CK: Smíte vůbec do své praxe přijmout šamana nebo někoho, kdo pracuje s energiemi?

AS: Ano, to by mi nikdo neměl zakazovat.

CK: A co by tomu říkali vaši kolegové na klinice?

AS: No ano, ze začátku by určitě byli trochu podráždění.

CK: Ale v zásadě, z právního hlediska a z hlediska lékařské asociace by to možné bylo?

AS: Je pochopitelné, že by kolegové, kteří dosud nemají podobnou zkušenost, zprvu zachovávali odstup. Ale myslím, že s tím se dá žít. Pokud se chceme dále rozvíjet, nemůžeme se ohlížet na to, zda nás ostatní akceptují nebo ne. Je k tomu ale také třeba mít odvalu kráčet svou vlastní cestou a snažit se přitom nalézt další, které by bylo možné přesvědčit.

JS: Musím říct, že mě velmi těší, když lékaři projevují svou otevřenost. Já jako lékařka pro etnomedicínu stále sním o tom, že se tato výměna uskuteční, že přestaneme žít takhle nesmyslně vedle sebe a začneme spolupracovat, tohle setkání je sen.

SF: Možná bychom mohli Dona Augustina znovu pozvat do Evropy a příští rok s ním uskutečnit větší setkání.

DA: Bude mi osmdesát, už nebudu tolik cestovat. Je ale mnoho mladých vynikajících šamanů. I u vás v Německu. Koná se mnoho setkání léčitelů. Kuby jich už celou řadu zprostředkoval. Když se s nimi vy lékaři bratrsky dáte dohromady, vzejde z toho moderní, báječná medicína, která bude člověku pomáhat dříve, než onemocní. Lidé nemusí být nemocní. Každý si může trvale udržet zdraví. Farmaceutické koncerny musí pochopit a akceptovat, že zbankrotují. Jde o člověka, a ne o peníze. Tomu se budou muset přizpůsobit.

AP: Přeji si, aby se podařilo tento most postavit. Věřím, že nejdůležitější je, abychom rozvíjeli jiné vědomí. Aby se něco hnulo, musíme my lékaři přistupovat k lidem, ke všem bytostem a k celé Zemi s láskou a respektem. To je podstatné. Tím, co léčí, je víra a láska.

GS: Doufám, že zintenzivníme své úsilí a že se nám nějakým způsobem podaří dát dohromady skupinu lékařů, kteří budou tento přístup uplatňovat.

DB: Budu se o to snažit a věřím, že ostatní přítomní kolegové také, a když se všichni rozhlédneme kolem sebe, najdou se jistě i další. Pan Kuby nám zprostředkuje kontakty na léčitele, kteří pracují šamanskými metodami, že ano?

CK: Založili jsme s manželkou Akademii pro procesy samoléčení, která chce mimo jiné poskytovat právě tyto služby. Děkuji vám za rozhovor.

Budoucí zdraví

Naštěstí není možné nikoho nutit, aby byl šťastný – i když bychom to mnohdy rádi udělali, když vidíme všechnu tu bídu. Nemůžeme ale nikoho nutit ani k tomu, aby duchovní cestou aktivoval svoje samoléčiteléské síly. I to se děje pouze z vlastního rozhodnutí, jinak to nefunguje, je to neúčinné a za určitých okolností to může natropit víc škody než užitku. Každé opatření, každý krok k většímu osvobození od vázanosti na tělo se může uskutečnit jedině ve shodě s naším současným systémem víry. Vědomí o vlastním systému víry je rozhodující pro to, aby duchovní léčení fungovalo. V našich kulturních a individuálních

vazbách se skrývají duševně-duchovní příčiny bolesti a utrpení. Pokud je tam ale objevíme a uvědomíme si je, lze je poměrně rychle zbavit moci a odbourat.

Problém je v tom, že v současné době máme při tomto hledání jen malou společenskou podporu, zato ale velkou spoustu opatření k boji s tělesnými symptomy. Existuje pojištění, radí nám nejen lékaři, ale i přátelé a příbuzní, dostává se nám soucitu a jsme uvolňováni z práce. Předpokladem této rozsáhlé pomoci v miliardové výši je, že sdílíme převládající systém víry.

Pokud ale důsledně hovoříme o tom, že člověk je duchovní bytost, jsme zbaveni veškeré podpory. Přestože tak šetříme společnosti velmi mnoho peněz a téměř nemáme absence, nejsme na své cestě podporováni finančně ani morálně. Je zřejmě důležitější hájit převládající systém víry než individuálně ulehčovat nám – pacientům – abychom byli zdravější, spokojenější a šťastnější, což by mimo jiné přineslo velký užitek národnímu hospodářství. Změna vědomí, pojmání člověka primárně jako duchovní bytosti, je proces. Nelze ho vynucovat, ačkoliv vede ke štěstí a zdraví. Samozřejmě, můžeme o tom mluvit, číst, psát a točit filmy, ale tato změna nastane jedině tehdy, získáme-li vlastní zkušenost.

SYSTEMY VÍRY ŘÍDÍ LÉČENÍ.

Vnímání

Naděje na změnu vědomí podle mě spočívá v neurologii, respektive v kognitivní vědě. Oba tyto obory zkoumají vnímání na základě svého materialisticko-fyzikálního světového názoru. Jednoduchým měřením bylo zjištěno, že náš mozek je uzpůsoben tak, že všechny naše smysly se na vnímání podílí jen nanejvýš 9 %. Tento poznatek, na němž staví duchovní léčení, využívá také nejstarší medicína lidstva, šamanismus. Tato vědecky podložená znalost by mohla být mostem pro sblížení duchovního a materialistického světového názoru.

Přes 90 % našeho vnímání se tedy neodehrává prostřednictvím našich smyslových orgánů. Vnímání je ale nanejvýš důležité pro naše vědomé i nevědomé sebeovládání. Týká se to samozřejmě i našeho přístupu k bolestem a utrpení. Jestliže bolesti a utrpení jsou našimi smyslovými orgány vnímány také jen z necelých 10 %, co nás tedy vlastně bolí, čím trpíme? Znamená to, že bychom se zbavili bolesti a utrpení, pokud by naše smyslové orgány přestaly fungovat? Jestliže vnímání je z více než 90 % založeno na vnitřních procesech, na čem je

založena bolest a utrpení? Chceme-li se zbavit bolesti a utrpení tím, že si vezmeme lék nebo si necháme něco vyříznout z těla, a pak si uvědomíme, že bolesti jsou pryč, jakou cenu má takové vnímání, jestliže se na něm naše smyslové orgány podílejí pouze necelými 10 %? Jak léky a/nebo operace ovlivnily naše vnímání, jestliže vychází z 90 % z našeho nitra?

Tutéž otázku můžeme položit i při šamanském obřadu nebo při práci v hladině alfa. I po takovýchto intervencích se může stát, že naše smyslové orgány nevnímají žádnou bolest ani utrpení. Co se ale děje s těmi 90 %, s tou částí našeho bytí, která se děje nezávisle na našich smyslových vjemech? Právě o tuto oblast jde, když hovoříme o trvalém zdraví – jak ve školské medicíně, tak i v duchovním léčení. Zkušenost bolesti a utrpení se projevuje pouze na povrchu. Pro jejich překonání se dělá velmi mnoho, vycházíme-li však z poznatků vědy a duchovního léčení, musíme se zaměřovat více na ty oblasti, které naše smyslové orgány nevnímají, abychom poznali, co určuje náš život a co jak působí.

Jestliže se tedy více než 90 % našeho vnímání neuskutečňuje prostřednictvím našich smyslových orgánů, pak tedy prostřednictvím čeho? Náš mozek si už nashromáždil zásobu informací, které využívá. Mají duchovní obsah a skládá se z nich náš systém víry. Pocházejí z nejrůznějších pramenů: z vlastních zkušeností, z cizích zkušeností, z kolektivních zkušeností z tohoto i z předchozích životů, z mimozemských zkušeností, z kosmických vlivů a tak dále. Zpočátku jsou ale všechny tyto dojmy neutrální, teprve když z nich vyvodíme závěry a vyhodnotíme je, přispívají k našemu systému víry. Jeden a tentýž zážitek může předat dvěma mozkům dvě zcela odlišné informace, které mohou mít dokonce úplně protikladný obsah. Smyslové orgány se svým nepatrným podílem na vnímání mají pro tento obsah pouze okrajovou kontrolní funkci. Většinou jen pomáhají při uplatňování našich existujících vzorů pro hodnocení. Protože se všechny tyto informace v našem mozku ukládají ne podle data, nýbrž podle subjektivní důležitosti, nestárnou. V tomto procesu staví jedna selekce na druhé a formuje tak náš systém víry.

Chceme-li léčit bolest a utrpení pod povrchem, musí se o vědomí zajímat jak školská medicína, tak duchovní léčení. Jak vzniká, co způsobuje, jak je možné s ním nakládat? Obě metody chtějí vědět: Jaké informace bolest a utrpení zmírňují, a jaké informace je zesilují? To je vzhledem k vědeckým poznatkům o tom, jak pracuje náš mozek, pro obě disciplíny rozhodující otázka léčení v budoucnosti.

Každé opatření, ať už jde o materiální nebo o duchovní intervenci, má vždy zcela určitý účel. Účinek opatření jakéhokoliv druhu ale nikdy nedosáhne svého účelu přímo, nýbrž musí vždy projít mozkiem. Protože už víme, že mozek zpracovává přes 90 % vjemů prostřednictvím svého systému víry a jen necelých 10 % prostřednictvím smyslových orgánů, lze každé opatření optimalizovat prací vědomí. Školská medicína a *mentální medicína*, jak se také nazývá duchovní léčení, by mohly bádát společně. To by školské medicíně prospělo víc než na základě materialistického světového názoru pohlížet na člověka jako na stroj nebo na chemickou továrnu a získávat laboratorní údaje starou metodou pokusů a omylů. Na základě poznatku, že mezi záměrem a účinkem každého opatření leží vědomí, může školská i mentální medicína začít tím, že budou společně zkoumat vědomí a potáhnou přitom za jeden provaz.

Trénování intuice

Duchovní léčení je vždy individuální proces, protože každý člověk musí vyřešit svůj osobní konflikt, aby zůstal zdravý nebo aby se uzdravil. Existují všeobecné metody, které lze použít, abychom se dostali k vlastnímu příběhu konfliktu, ale příběh sám a jeho pravdivý obsah nemůže nikdo nalézt pro někoho jiného. Rozhovor s jinou osobou nám může pomoci k tomu, abychom se dostali ke své vlastní pravdě, ale to, kdy se nám tuto pravdu podaří postihnout, nám řekne jen naše srdce. Jistě s námi někdo může soucítit a být naším zrcadlem, aby nám poskytl ujištění, potvrzení nebo dokonce útěchu, ale duševní práci, proces poznání, musíme zvládnout sami. Je málo platné, když nám někdo do očí řekne, v čem spočívá náš konflikt, i když ho ten dotyčný poznal dřív, než si ho uvědomíme sami. Převzaté pravdy, které vnitřně nepocítujeme jako pravdivé, léčení nepodní. Ulpí v našem vědomí jako kuriózní historka a spíše nás znejistí. Hlubáme, co by na tom příběhu mohlo být. A čím větší autoritu má v našich očích člověk, který nám sdělil svůj názor, tím déle se jeho tvrzením zaobíráme.

Pomůže nám, když se dopátráme pravdy vlastními silami. Pokud ji vycítí a potvrdí někdo jiný, pomůže to řešení konfliktu mnohem více než převzatý výklad našeho stavu. Je třeba využívat v prvé řadě vlastní kompetence. Ta je v dlouhodobém pohledu tou nejlepší cestou, jak si zachovat trvalé zdraví. Pokud bychom každý příznak konzultovali s autoritou, která nás díky své vyšší senzi-

bilitě prohlédne rychleji než my sami, hrozí nebezpečí, že budeme se svou duší ve styku ještě méně, než jsme byli dosud. Neplatí to pro mou oblíbenou metodu, která se stále znovu praktikuje na seminářích, ale již lze provádět v každé soukromé situaci a která často překvapivým způsobem urovná cestu k duši. Tato metoda spočívá v rozhovoru s (pokud možno) cizí osobou, která se zajímá o svoje vlastní spirituální bytí, již ale nepřipisujeme vyšší senzibilitu nebo autoritu než sami sobě.

Nezáleží na tom, zda je možný dlouhodobější kontakt s touto osobou, slouží nám totiž jen k vyjádření toho, co cítíme, abychom se tak sebezpytováním dostali hlouběji než v rozhovoru sami se sebou. To by totiž nestačilo, protože člověk nedokáže sám sobě naslouchat s dostatečným odstupem na to, aby ve vlastních slovech rozpoznal pravdu. Neutrální, otevřená, spirituálně založená a přirozeně vnímavá osoba slyší a chápe naše slova mnohem zřetelněji než my sami. Tím, že tato slova zrcadlí a upozorňuje na míru jejich věrohodnosti, se zesiluje náš pocit sebezpoznání, který se mnohdy nečekaně vybije pláčem. To potvrzuje, že jsme pravdě na stopě, tedy že jsme našli kontakt k vlastní duši. Tím se začínají uvolňovat krunýře, které dosud omezovaly a zatěžovaly náš život. Takový rozhovor je prvním krokem k rozšíření vědomí.

Když na semináři začínáme s takovýmto rozhovorem ve dvojicích, účastníci se předem dohodnou, že o svém projektu bude hovořit jen jeden z nich a druhý bude pouze reflektovat. Při druhém rozhovoru si pak každý vyhledá jiného partnera a role se obrátí. V průběhu rozhovoru vyjde leccos najevo, a mnozí se domnívají, že musí vyprávět celý svůj život, aby ten druhý pochopil, co je na něm tak strašlivého, případně proč se objevila daná choroba. O to ale nejde, i když to možná zní tvrdě. S takovýmto životním příběhem bychom nebyli nikdy hotovi.

Nejde tedy o to, abychom zasvětili jinou osobu do svého života, nýbrž o to, abychom ji „využili“ jako reflektor, neboť řešení se neskrývá v ní, nýbrž v nás. K tomu, abychom našli řešení, nepotřebujeme nikoho, komu bychom vyprávěli, kolikrát jsme se už marně pokoušeli se rozvíjet nebo jakých dílčích úspěchů jsme už dosáhli – ne, jde jen o skok, o etapu, kterou máme v plánu uskutečnit dnes, teď, v tomto okamžiku. Potřebujeme partnera k rozhovoru jen na to, aby nám přidržel laťku, kterou právě chceme přeskočit.

**VLASTNÍ
KOMPETENCE
NÁM DÁVA ŠANCI
ZŮSTAT TRVALE
ZDRAVÍ.**

Jakmile pochopí, kde teď stojíme, jak vysoko je lafka a jak je připravená rozběhová dráha, můžeme začít. Nepotřebuje, abychom mu vysvětlovali něco dalšího, jen se dívá, jak se rozbíháme. Ze svého stanoviště vidí přesně, kam musí došlápnout naše odrazová noha, abychom měli pro svůj záměr optimální odraz. Jeho úkolem je zbavit nás nervozity, možná poopravit naši startovní pozici, přesně projít kroky až po odraz a pak říci: „Dobrá, skákej!“ Konkrétně to znamená, že zodpovíme jeho otázku: „Jak chceš vyřešit svůj problém?“ Když řešení pojmenujeme, když se odvážíme přeskocit svůj vlastní stín, pak si náš protějšek musí ještě ujasnit, jak chceme své rozhodnutí uskutečnit. Pokud získá dojem, že námi zamýšlená životní změna odpovídá našemu rozhodnutí, má duše pokoj. Může příznak potlačit, protože jsme konečně našli cestu, odvahu, moudrost, sílu a odhodlání provést potřebnou změnu ve svém životě. Víc toho pro nás náš partner k rozhovoru udělat nemusí.

Takový rozhovor by neměl trvat déle než 20 minut. Kdyby zůstal konec otevřený, za určitých okolností bychom vůbec neskočili, jen bychom o tom stále doko-la mluvili. Je to jako na skokanské věži v plavecké hale: Když vylezeme nahoru a máme tam nekonečně mnoho času oddávat se svým obavám, nakonec zase slezeme dolů po schůdkách. Když na nás ale ostatní tlačí a máme k dispozici jen určitý čas, velice rychle si utřídíme myšlenky, rozběhneme se a skočíme. Výšku prkna nebo lafky, abychom zůstali u předchozí metafory, jsme si zvolili sami. Náš protějšek v rozhovoru je tu pouze od toho, aby se postaral o ukázněný, řádný průběh našeho záměru ve vyhrazeném čase. V ideálním případě můžeme předem všechny parametry písemně zaznamenat ve stavu alfa.

Ten, kdo se nás ptá, dokdy chceme uskutečnit příští krok, který jsme si sami zvolili, a jak bude tento krok vypadat, nás nekompromisně vyzývá. Je-li ještě navíc dostatečně tyrdohlavý a donutí nás vyslovit přesné datum tohoto kroku, má to pro naše vyléčení nedocenitelnou hodnotu.

Datum může vykonat zázraky. Mnohdy se to, co se dlouho jevílo jako neřešitelné či nevyléčitelné, náhle dává do pohybu, je-li stanoven pevný termín. Nesmí být příliš blízký ani příliš vzdálený – obojí v sobě skrývá nebezpečí, že termín nebude dodržen. My ale chceme dosáhnout úspěchu. Proto jsme realističtí,

nejsme k sobě ani příliš velkorysí, ani příliš přísní, a určíme si takové datum, abychom mohli plánovaný krok, respektive jeho důsledek s dobrým svědomím zvládnout. Náš protějšek je první osobou, která otestuje naši nově nalezenou rozhodnost a odvahu. Datum, které si sami stanovíme, má velký význam: Naše duše se na ně nesmírně těší. Ono datum jí připadá, jako by měla narozzeniny.

Učíme se úměrně svému jednání. Čím větší je náš konflikt nebo naše utrpení, tím větších a mocnějších důsledků je zapotřebí, aby se nám vrátilo zdraví a spokojenost. Soucitný, ale přísný partner v rozhovoru nám přitom může být velmi nápomocen. Protože je poměrně cizí, smí nám říci podstatně víc než kdokoliv z našich blízkých. Může být naším zrcadlem, aniž bychom si to uvědomovali, a může nás přimět k rozhodnutí, které vzejde z našeho vlastního úsudku. Rozhodnutí založené na pravdě, kterou jsme nepoznali sami, působí nepravdivě a zpravidla nebývá důsledné. K vyléčení dojde tehdy, když sami, z vlastního popudu, změním svůj život a náš konflikt tak ztratí živnou půdu.

Lékaři, terapeuti, duchovní, léčitelé i guru bývají často zneužíváni k tomu, aby z nás sňali zodpovědnost nebo nás zdržovali od důslednosti, která by pro nás znamenala ukončit léčbu, postavit se na vlastní nohy a převzít plnou odpovědnost za své zdraví. Zdravý je ten, kdo tuto odpovědnost sebevědomě přijímá a udržuje ji.

Důležité také je písemně zaznamenat poznatky z takovýchto rozhovorů, aby duše přesně věděla, na čem nyní je. Pokud jste tedy podobný rozhovor vedli, zapište si co nejkonkrétněji, co chcete v jakém časovém horizontu změnit a jak a kdy se uskuteční první, druhý a třetí krok, i kdyby se na tom do konce této knihy ještě mělo něco změnit. Pokud si teď a tady nezaznamenáte, jak vaše řešení v tomto okamžiku vypadá, nebudete moci sledovat, co se změnilo. Jde o změnu vědomí, a tu není možné zpětně rekonstruovat bez záchytných bodů. Momentální stav vědomí se nám často jeví jako samozřejmý. Jak jsme mysleli dříve, to nelze vysledovat bez odkazů, které nám pomohou si vzpomenout.

Nechte řeč plynout

Některé lidi stresuje, když mají zpracovat mnoho nových informací nebo poznatků, které slyšeli nebo četli, jako například v této knize nebo na před



workshopech a podobně. Chtějí toho pochopit, zapamatovat si a odnést s sebou domů co nejvíc, a proto zůstávají zcela soustředění a nedovolí mezitím svým myšlenkám volně proudit. Touto metodou se ale připravují o svou vlastní zkušenost, která je mnohem cennější než nové vědomosti. Proto na svých přednáškách a seminářích i na tomto místě doporučuji používat jinou metodu recepce, při níž člověk nemá pocit, že by něco nemusel pochopit nebo že by něco propásl, kdyby se nechal svými asociacemi unést pryč od aktuálního dění, textů nebo slov. Tato metoda spočívá v tom, že si zapisujeme vlastní poznatky o svém myšlení, o svém životě a o svých starostech. To, že přitom získáme nové stanovisko, podporuje náš rozvoj na základě vlastní zkušenosti víc než všechny „nasycené“ vědomosti. Je to velmi dobře možné i při čtení této knihy: Udělejte si přestávku ve čtení, dovolte svým myšlenkám, aby se zatoulaly, a zapisujte si všechno, co nového o sobě vás přitom napadne. Pak pokračujte ve čtení tam, kde jste přestali.

Podívejme se na to celé jako na plavbu po řece. Tam, kde nás vlny vyhodí na břeh, chvíli zůstaneme a prozkoumáváme okolí, dokud nepřijdeme na to, co nás přimělo právě na tomto místě vylézt z vody. Takový okamžik má vždy něco společného s naším duševním stavem, a ten je třeba důkladně prozkoumat. Tímto způsobem nic nepromeškáme, nýbrž dostaneme to, co potřebujeme. Možná to nemá nic společného s prezentovanými vědomostmi. Můžeme mít dokonce pocit, že nám to nic nedalo, ale na konci plavby učiníme osobní rozhodnutí, které nás posune do další etapy. Toto rozhodnutí pro nás může být něčím zcela novým, nebo může znamenat vyřešení vleklého problému, na něj jsme už dlouho čekali. Důležité je, že toto setkání se spirituálním světovým ná-zorem uvolní energii, která nás rozhýbe.

Nehraje roli, zda tento pohyb sleduje směr vytčený v knize, nebo nemá přímo s ním nic společného. Možná slouží plavba po řece jen k tomu, aby prostřednictvím asociací umožnila v našem mozku vytvoření nových synapsí, které nám dodají energii, abychom o krok postoupili na své cestě k vrcholu štěstí. Já například mluvím a píšu právě tak asociativně, jak moji posluchači a čtenáři myslí. Nebuduji žádné logické, přímočaré systémy, ale reflektuji energie, které jsou v prostoru. Vyjadřuji své myšlenky a poskytují svou podporu tak, jak se na mě vědomě nebo nevědomky přenášejí energie účastníků mých seminářů, mých posluchačů a čtenářů. Nechám se velmi rád ovlivňovat, proto je tok mé řeči jako řeka plná zákrutů, která nikdy není předvídatelná. Plujme tedy dál a se zájmem sledujme, kde nás to zanesou na břeh příště.

Rozhovor s buňkami

Není to tak dlouho, co mě začala bolet pravá ruka. Bolesti vystřelovaly z ruky celou paži až do hrudníku a byly tak silné, že jsem nebyl schopen pracovat. Normálně jde člověk k lékaři, který mu předepíše zábalu fango (s mořským bahnem – pozn. překl.) a doporučí mu, aby ruku nenamáhal. Když namítnete, že nemáte čas ruku šetřit, dostanete injekci. Moje žena mi ale řekla: „Promluv si se svými buňkami, tak jak to doporučuješ účastníkům svých seminářů.“ Dobrá, sedl jsem si tedy k psacímu stolu a začal jsem hovořit s buňkami své pravé paže.

Sedím zpráva, s rovnou páteří, oči mám napůl zavřené, a pro navázání prvního kontaktu vysílám velké množství energie do své pravé paže až ke konečkům prstů. Vtom náhle ucítím *levou* paži. Říkám jí: „O tebe nejde, ty jsi přece zdravá. Teď se musím postarat o pravou paži.“ Levička se ale dál ozývá nepříjemnými pocity a říká: „Pozornost se vždycky věnuje nemocným. O mě zdravou se nikdo nestará. Chtěla bych, abys mi také poslal energii.“ Říkám: „Teď ne, neodváděj mou pozornost od mé pravé paže, která mě bolí.“ Ale nedokážu se na ni znovu plně soustředit, levá paže mě stále ruší. „Tak dobře,“ říkám, „teď se dostane pozornosti vám oběma.“ Ustálím svůj dech, soustředím se na obě paže a chci jim oběma naráz poslat stejné množství energie. K mému překvapení to ale najednou nejde. Můj duch přeskakuje z jedné strany na druhou. Když chci opravdu naráz zadržet stejné množství energie v obou pažích, vyžaduje to velmi vysokou míru soustředění. (Můžete to hned sami vyzkoušet.) Když se to podaří, můžete zažít, že se váš vnitřní pohled rozšíří a nakonec ucítíte uprostřed hrudi úžasný, silný, teplý a světlý pocit.

Přesně v oné sekundě, kdy jsem ucítil tuto energetickou celistvost, bolest z mé pravé paže zmizela! Jsem tak ohromený, že vypadávám z meditace, a pravá paže okamžitě začíná znovu bolet. Soustřeďuji se podruhé a po chvíli se mi znovu podaří dosáhnout naprosté vyváženosti mezi levou a pravou paží, s tím výsledkem, že bolest je znovu pryč. Čím déle udržím koncentraci a láskyplně, vděčně myslím na své buňky, tím déle jsem bez bolesti a cítím dobrý pocit v prsou. Když o tomto jevu zpětně uvažuji, přichází mi na mysl duchovní obsah tohoto cvičení, který mi říká: „Clemensi, zůstaň uprostřed.“ Okamžitě si tuto větu zapisuji a přitom mě napadá spousta věcí, které u mě nejsou uprostřed.

**ROZHOVOR
S BUŇKAMI
MŮŽE VĚST
K OHROMUJÍCÍM
VÝSLEDKŮM.**

Vytisknu svůj poznatek „Zůstaň uprostřed“ velkými písmeny a pověším si ho na stěnu tak, abych si ho musel několikrát denně přečíst, a mám program nového jednání. Bolest v paži zmizela, jako by nikdy neexistovala. Úžasná malá každodenní zkušenost.

Kdybych si býval nechal bolest léčit v materiální rovině, nebyl bych navázal kontakt se svou duší – který lékař by se mnou asi mluvil o mém středu? Nemají na to čas a většinou ani vzdělání. Ničemu bych se byl ze své bolesti naučil a místo toho bych jen zaplatil vysoký účet. Možná mi moje duše už někdy předtím chtěla sdělit poselství, a já jsem ve svém hektickém každodenním životě nevnímal její hlas. Musela si tedy zajistit mou pozornost jinak, aby mě upozornila na mou jednostrannost. Nebylo nic jednoduššího než člověku, který často 12 hodin denně pravým ukazováčkem kliká myši, vyrobit bolest, která ho zastaví. Duše si většinou vybírá nejslabší článek nebo tělesnou metaforu pro to, co se má člověk naučit. Obvykle ale bývá snazší se mučit než se učit. Učení totiž vyžaduje, abychom nevykládali tělesné symptomy tělesně. A to je v materialistickém věku těžké...

Jedna starší účastnice jednoho mého semináře poznamenala, že pro ni je velice jednoduché zacházet se svými nemocemi. Když se objeví bolesti, jen řekne svým buňkám: „Dávám vám osm dní na to, abyste to daly zase do pořádku. Jestli pak budete dál dělat potíže, vezmu vás k lékaři, a ten vás potrápí.“ Často se nic neděje. Uběhne týden, a bolesti přetrvávají. Když pak nadejte sedmý den, paní upozorní své buňky: „Dávejte pozor, jdu vás objednat.“ Než dojde k telefonu, často se odehraje tak velká změna, že ani nemusí vyfukat číslo do konce. Někdy jsou ale její buňky tak zatvrzelé, že se objedná k lékaři a pak velmi podrobně vysvětluje těm malým zatvrzelcům každý jednotlivý krok až do okamžiku, kdy si chce obléknout kabát a odejít z domu. V tomto okamžiku zjišťuje, že jsou bolesti pryč. Jednou se tento pocit dostavil, teprve když už seděla v čekárně, ale v zásadě lékaře nepotřebuje. Její buňky jsou obvykle tak hodné, že s nimi může každý problém vyřešit v komunikativní rovině.

Chtěl jsem přirozeně vědět, jak toto duchovní řešení probíhá. Hrozba sama přece nemůže stačit. „Ale ano,“ povídá paní, „na takové ty menší potíže, když vás dneska píchá tu a zítra onde, pohrůžka stačí.“ U větších věcí, jako byla například záležitost její artrózy, když jí bylo řečeno, že potřebuje umělý kyčelní kloub, musela ve svém životě udělat závažnější změny. Dala výpověď v zaměst-

nání, přestěhovala se a přehodnotila některé názory na sebe a na svého zemřelého muže, a začala v zásadě nový život. Kyčel se znovu dala úplně do pořádku. A dnes by podle názoru té paní dopadlo CT zase na jedničku s hvězdičkou.

Zeptal jsem se jí, proč vůbec přišla na seminář, když to u ní tak dobře funguje. „Stárnu, a jak se život blíží ke konci, rozpomíná se duše znovu na pár starých kostlivců ve sklepech. Viděla jsem toho už spoustu, a při tom všem, co se stalo na konci druhé světové války, když jsem byla dítě, tuším, že existuje ještě pár nepěkných příběhů, a než se nakonec projeví, chtěla bych je duchovní cestou očistit. Řekla jsem si, že to nemusím nechat zajít tak daleko, aby mě tyhle věci, které jsem dokázala tak dlouho a tak dobře skrývat, znovu dostihly a abych nakonec ještě dostala stařeckou demenci nebo Alzheimeru nebo něco takového – to se přece nemusí stát. Proto jsem teď přišla na seminář a věřím, že se mi ještě podaří ty kostlivce objevit.“

Režijní vedení

„Kostlivci ve sklepech“: Často jde o zkušenosti s osobami, které buď už nežijí, nebo o kterých dnes nic nevíme. Přesto možná tušíme, že náš nynější neduh má příčiny, které leží hluboko v minulosti. Jak teď zmobilizovat maximum energie, abychom dokázali tyto staré konflikty vyřešit? Velkou pomoc nám při tom může poskytnout práce v hladině alfa, která nám umožní zachytit stopu. Každý odkaz na určitou osobu – nehraje roli, zda živou, či mrtvou – je cenný. Šamani například zastávají názor, že každá nemoc a dokonce i každý úraz je vyjádřením nějakého vztahového problému. Jsou přesvědčeni o tom, že člověk netrpí ničím jiným než vztahovými problémy. Jeho imunitní systém se oslabuje, protože existuje problém mezi ním a osobou jemu blízkou. Jestliže se chce uzdravit, musí vyřešit své vztahové problémy, a to i tehdy, nemá-li možnost s dotyčnou osobou komunikovat nebo pokud tato osoba už fyzicky neexistuje.

Vyzvednout takového „kostlivce“ ze sklepa je nejjednodušší dopisem. I když neznáme nic jiného než oslovení – a sice oslovení, které jsme používali v době vztahu – milý strýčku tak a tak, milý tatínku, milá tetičko tak a tak, milá maminko, nebo nějakou přezdívku – jde o autentický kontakt. Tímto zadáním se naprogramujeme, abychom se příští vhodnou noc vzbudili a v obvyklém stavu alfa napsali dotyčné osobě dopis.

Měla by v něm být řeč o všem, co vám vůči této osobě stále ještě leží na srdci. Tento dopis je třeba psát naprosto volně. Není určen k tomu, aby byl odeslán. Svou nejdůležitější funkci splní v našem vědomí, ne ve vědomí adresáta (o to se v každém případě nemusíme starat). Chtěl bych znovu zdůraznit, že nejde ani o to, abychom napsali řádný, gramaticky správný dopis. Jde o to, abychom poskytli své duši ventil, abychom vynesli na světlo všechno, s čím jsme se už dávno chtěli vypořádat, ale co jsme se nikdy neodvážili vyslovit, natož o tom přemýšlet. Potřebujeme odvahu ke hněvu, odvahu k pravdě a – když jsme v úzkých – nezpochybnitelnou jistotu, že jsme duchovní bytosti. Náš mozek je tu od toho, aby v každé sekundě vytvářel naši skutečnost.

Tato skutečnost neplatí jen pro budoucnost, nýbrž i pro minulost, neboť obsah každé zkušenosti závisí pouze na tom, jak ji vyhodnotíme. Jen ten, kdo to zakotvil ve svém vědomí, se může spolehnout, že na šťastné dětství není nikdy příliš pozdě (viz str. 136). Stejně jako chceme hodnotit současně i budoucí zkušenosti, můžeme dodatečně přehodnotit již získané zkušenosti. Znásilnění vždycky zůstane znásilněním, ale to, zda jím ještě dnes trpíme, nebo nikoli, závisí na tom, jak je hodnotíme *nyní*, bez ohledu na to, jak dávno se tato událost stala. Hodnocení se přirozeně nemůže změnit, dokud nevyjdou najevo všechna fakta. V tehdejší situaci byla bolest tak velká, že jsme se před ní mohli chránit jedině tím, že jsme tuto událost odklidili do sklepa, do nejspodnější přihrádky svého vědomí.

Jestliže nyní chceme kostlivce vyzvednout na světlo, dostaví se bolest znovu. Z toho mají mnozí lidé strach, a tak se raději uchýlí k nemoci nebo k nějakému jinému „náhradnímu“ programu, protože opětné oživení staré události by pro ně bylo prostě příliš hrozné. Tento strach z opětného vzplanutí bolesti si ale udrží svou sílu jen tak dlouho, dokud bude vědomí vycházet z toho, že jde o materiální univerzum a my že jsme materiální bytosti. Věřme-li ve faktické, nelze fakta znásilnění změnit a ani bolest s ním spojenou popřít nebo ji jakkoliv přikrašlovat, protože byla taková, jaká byla. Rána zůstává a nikdo ji nesmí jítřit.

Dnes přirozeně existuje celá řada psychologických postupů, jako například traumaterapie, při níž je pomoc poskytována mimořádně šetrně, a přesto konfrontačním způsobem. Jsme ale skutečně odkázáni jen na profesionální pomoc? Při všech těch hrůzách, kterými lidstvo prochází, by nebylo možné nabýt duševního zdraví, protože každý má nějakého „kostlivce ve sklepě“ a na světě nikdy nebude tolik profesionálních terapeutů, aby mohlo zpracovávání a řešení

těchto hrůz probíhat individuálně nebo společensky. Musíme a můžeme se tedy dát do díla sami.

Zpracovávání našeho příběhu začíná napsáním dopisu v hladině alfa. Aby i u těch nejstrašlivějších příběhů došlo ke změně hodnocení, musí být pojmenováno to, co má být přehodnoceno. Pokud v dopise nestojí, proč někoho nenávidíme, nemůžeme mu jeho zločin odpustit. Musíme dovolit své duši, aby vše, co se odehrálo, nazvala pravými jmény. Nemusí se za nic stydět, nenese žádnou vinu. Bylo to tak, jak to bylo. To, že se při psaní dopisu znovu vrátí bolest, je léčivé, neboť zaprvé nemusíme ten zločin zažít znovu, i když máme takový pocit, a zadruhé tím bude bolest osvobozena a nebude už dál zatěžovat náš život.

Jestliže si tím, že znovu prožijeme bolest, uvědomíme zločin v celém rozsahu, víme také, co je třeba odpustit. Dopis není hotový a nemůžeme s jeho psáním přestat, dokud není odpuštění úplné. Nezáleží na tom, jak je dopis dlouhý, jestli ho skoro rozmáčely kanoucí slzy nebo jestli psaní trvalo celou noc – teď jste projekt zvládli, je dokončen tehdy, když je odpuštění napsáno na papíře. Nepotřebujete k tomu nic zvnějšku. Nikdo nás nezná lépe než naše duše. Všechno, co se má uvolnit, je v nás samých, nikdo nám nemůže tento proces odejmout a nikdo by nás při něm neměl rušit. Pokud to okolnosti dovolují, můžeme si dopis formulovat nahlas, nahlas si ho přečíst a nechat zaznít svůj hlas, ať plačící nebo jásající. Všechno to udělá dobře naší duši a urychlí proces léčení. Je-li na to ve vašem bytí příliš málo místa, jděte ven, do přírody, a tam dopřejte svému hlasu volnost.

**VŠECHNO
LZE NAPSAT
Z DUŠE.**

Zázrak uzdravení touto metodou napsání dopisu ostatně zažije nejen oběť, ale samozřejmě i pachatel. „Kostlivci ve sklepě“ jsou i vlastní činy. V takových případech také pomáhá, když ve stavu alfa napíšeme dopis, tentokrát oběti. Bez ohledu na to, zda dotyčný žije, nebo už zemřel, zda jsme s ním ve styku, nebo ne – náš čin zatěžuje náš život stejně jako život oběti. Také tento dopis bude dokončen teprve tehdy, až poprosíme svoji oběť za odpuštění – a až odpustíme sami sobě. I zde je třeba, jako ostatně vždy, abychom chápali sami sebe jako duchovní bytosti a přijímali skutečnost jako to, co působí. Omluva i odpuštění sobě samému musí pramenit ze srdce, musíme je procítit, teprve pak jsou skutečností a působí bez ohledu na to, co se kdy kde stalo. Bolest se rozpouští. To je pravda.

Ať už chceme dotyčné osobě po napsání dopisu v hladině alfa napsat ještě jiný dopis, který chceme skutečně odeslat, náš změněný postoj k této osobě, k němuž jsme dospěli při psaní ve stavu alfa, se k dotyčnému dostane tak jako tak. Při nejbližší příležitosti, která se pak možná zcela nečekaně naskytne, už bude tento nový postoj znát. V takzvané morfogenetické rovině se nové vědomí šíří od okamžiku svého vzniku a je přijímáno tím, komu je určeno. Už mnohokrát mi lidé vyprávěli, že se osoba, které se po celá desetiletí vyhýbali, ze zcela nicotného důvodu náhle ohlásila, poté co takto zapracovali na usmíření. Tím podstatným na této práci přitom vůbec není případná reakce dotyčné osoby, nýbrž náš vlastní změněný stav myslí, to, že můžeme být uvolnění a šťastní, protože se tmavá skvrna v našem životopise rozpustila, vybledla a zprůhledněla. Kvůli tomu toto cvičení provádíme. A pokud vede i ke změně postoje dotyčné osoby, berme to jako dárek navíc, ale ne jako podmínku svého zdraví.

Mnozí se na tomto místě zeptají, zda odpuštění a usmíření obsáhne i osoby, které již dávno opustily tělo a teď možná žijí v jiném. V mém pojetí je duše něčím víc, než co se vejde do těla. I naše já je něčím víc než my sami, proto hovoříme o *vyšším já*. Na tento duchovní aspekt svého bytí se můžeme obrátit kdykoliv, tedy i v případě, chceme-li oslovit někoho jiného v duchovní rovině, bez ohledu na to, zda tato osoba – nebo tato bytost – má nyní nějakou formu nebo ne. Takovýto kontakt je možný kdykoliv, pokud se na něj intenzivně soustředíme.

Dopisy napsané v hladině alfa mohou dokonce vyvolat dialog. Slovní projev adresovaný někomu jinému, který prýští z našeho pera, má často tak výrazné individuální rysy dané osobou, že nám připadá nemožné, že jsme ho napsali sami – tím spíše, že se v tomto slovním projevu mnohdy objevují informace, které nám, kteří jsme ho napsali, dříve vůbec nebyly známy. To je vlastností intuitivního psaní. Bez cenzury a bez rozmýšlení, jen tak, jak slova přicházejí. Není třeba si nic nalhávat, stačí jen, když se dostaneme do roviny svého utrpení a otevřeme tam stavidla – vše ostatní už přijde samo.

Nalezení duše

Když jsme si předsevzali, že se duchovní cestou zbavíme nemoci, kterou považujeme za svůj projekt (viz str. 59 ad.), potřebujeme nový přístup. Někdy

se ovšem projekt vyvine ve zdánlivě nepřekonatelnou horu, kterou se zatím navzdory opakovaným pokusům nepodařilo zdolat. Zkoumali jsme zevrubně nejružnější spouštěcí momenty nemoci i možné psychické příčiny jejího vzniku, ale nejsme schopni objevit souvislost mezi touto nemocí a svým životem. Proč nemůžeme najít stopu? Proč se zdá, že se náš dialog s duší vždy zastaví v nějakém bodě, který nelze důkladně prozkoumat? V podobných případech často pomáhá rozšířit pátrání na širší souvislosti, které je možné nalézt například v našem kulturním zakotvení. V naší kultuře je zakotven prvek, který může mít silný vliv a vytvořit blokádu v našem vědomí, a tento prvek se nazývá *vina*.

Kolikrát jsme už slyšeli názor, k němuž se stavíme souhlasně, že nemoci na nás sesílá Bůh jako zkoušky. Chce vyzkoušet, kolik utrpení sneseme, aniž bychom ho zavrhlí. Katechismus nás učí, že Bůh této zkoušce podrobil i Ježíše, svého vlastního syna, když ho nechal ukřižovat, respektive dovolil, aby ho ukřižovali. Lze takovou zkoušku skutečně přestát jen tím, že vytrváme a snášíme své utrpení, dokud Bůh nepřijde a nevykoupí nás? Kdo je příkladem takového jednání? Znamená-li Kristovo vzkříšení, že se sám zbavil utrpení svou pevnou vírou v Boha, je nanejvýš zajímavé, jak lze vzkříšení dosáhnout a jak se po vzkříšení žije. Na žádnou z těchto otázek ale v Bibli nenajdeme odpověď, přestože by tyto odpovědi mohly být nejvyšší motivací pro procesy samoléčení. Místo toho Kristus krátce po svém vzkříšení vystoupil na nebe a od té doby ho nikdo neviděl. To mi odvalu nedodává. Spíše jsem nucen žít s vinou, kterou za mě vzal na sebe Ježíš. Jak to vypadá, když člověk ještě nedokáže složitě myslet, to jsem zažil na svém synovi, když byl ještě malý, asi tak tříletý.

Moje (tehdejší) žena měla v náručí naši malou dcerušku, která byla ještě miminko, a já jsem vedl za ruku našeho bezmála tříletého syna. Prohlíželi jsme si překrásný velký dóm. Uvnitř nebylo mnoho lidí. Člověk se ani neodvažoval nic říct, protože i šepot se v úžasné akustice dómu daleko rozléhal. Kroky návštěvníků byly jedinými zvuky, jinak v obrovité chrámové lodi panovalo hluboké, nábožné ticho. A do tohoto ticha se ozval srdceryvný pláč. Teprve druhou myšlenkou, když pláč s nejvyšší intenzitou pokračoval, jsem dokázal identifikovat, že to pláče můj syn. Nenapadlo mě nic jiného než ho rychle chytit do náruče a vyběhnout s ním ven. Když jsem s ním spěchal k východu, sledovaly nás pohledy všech přítomných, a moje dítě s křikem a vzlykotem ukazovalo nataženou ručičkou na obrovitého Ježíše nad oltářem, který byl zvláště drasticky a realisticky vypodobněn, jak celý zkrvavený visí přibitý na kříži a upírá na mého syna doši-

roka otevřené oči. Pro malého Olivera byla ta scéna tak skutečná, že dokázal jen plakat a přerývaně ze sebe vyrážet: „Tam ... tam ... krev ... uááá ... uááá,“ a pak jsme vyšli na prostranství před dómem a já jsem se ho snažil uklidnit.

Ale jak to udělat? Větou „Nic si z toho nedělej, on není skutečný“ bych nápáchal u budoucího křesťana velké škody, protože křesťanství klade maximální důraz na to, že Ježíš byl skutečně ukřižován, konec konců si tuto událost připomínáme už dva tisíce let. Měl bych tedy vyprávět svému synovi křesťanskou pravdu – „Ježíš zemřel na kříži za tvoje hříchy“ – tak, jak to učili mě? To by asi začal znovu plakat, protože musel udělat něco strašného, jestliže se tolik provinil, že někoho kvůli němu tak hrůzným způsobem připravili (připravují) o život! Věděl jsem, že se naše dítě dříve nebo později s tímto pojetím seznámí a že pro ně bude těžké nést svou vinu, pokud ho vychovám křesťansky. Během celé jeho školní docházky – přinejmenším v Bavorsku – mu bude tento mučednický výjev ve školní třídě denně připomínat jeho vinu. (Alespoň dříve tomu tak bylo.)

Taková hypotéza, zvláště je-li kulturně zakotvena, je závažná a projeví se nejpozději tehdy, když chceme nalézt příčinu své nemoci. Boolestmi, jež jsme si sami zavinili, se zabýváme neradi. Kdopak by sám sebe rád viděl jako viníka? Ani křesťané to nechtějí, přestože podle své víry viníky jsou. Jestliže musím přijímat bolest a utrpení jako trest nebo boží zkoušku, jak bych mohl věřit, že se tohoto utrpení mohu sám zbavit? To by přece znamenalo vzepřít se Bohu! Vyloučeno.

Aby se mohli sami léčit, musí všichni, jichž se to týká, takovou bariéru vědomí překonat. To se snadno řekne, ale hůř udělá; je k tomu nutný zcela odlišný obraz nemoci a utrpení. Nelze na sebe vztahovat Kristovo utrpení. Je to tak těžké, že nechceme zkoumat skutečné příčiny svých nemocí, respektive svých projektů.

U samoléčení musíme změnit myšlení a naučit se nemoc chápat jako komunikační prostředek duše. Jaké výrazové prostředky má duše k dispozici? Mnozí ji poznávají ve svém svědomí; otázkou zůstává, zda mu nasloucháme. Jak často jste už měli pocit, že nežijete správně? Měl bych změnit to a to... Neměl bych být tady, měl bych být s někým úplně jiným nebo dělat něco úplně jinak nebo... V každém případě nebyly okolnosti v těchto okamžicích takové, abyste mohli těmto tichým myšlenkám vyhovět. Utěšovali jste svůj vnitřní hlas a říkali jste mu: „Buď zticha, vidíš přece, že na tebe teď nemám čas. A navíc pro to, co mi tu našeptáváš, právě teď vůbec nejsou vhodné okolnosti.“ A tak jste přistoupili na podmínky, které nemůžete a ani nechcete změnit, protože by to mělo nedozírné následky, které by mohly ohrozit vaši existenci. „Pst, duše, uklidni se!“

Tak nebo podobně se to už možná odehrálo v mnoha případech, kdy se duše ozvala. Má přitom mnoho výrazových možností – v nejjednodušší formě se ohlašuje citem pro situaci. Cítíme, zda je naše jednání správné nebo ne. Nemusíme si toho ale všimnout, a děláme to tak často, až už vůbec nic necítíme a jednáme jako roboti. Prostě jen plníme své povinnosti. Děláme to, co děláme, ať v zaměstnání, v posteli nebo při výchově dětí, nenasloucháme svému citu, prostě to děláme.

Něco takového má důsledek, protože se duše ptá: Jak mu/jí můžu říct, co je to láska, když ne cítím? Duše často proniká do našich myšlenek, proto také víme, co je pro nás správné a co špatné, ale jen málokdy se podle toho řídíme. Duše s námi naprosto jasně hovoří, a my ji přesto neposloucháme.

Duše se nikdy nevzdává. Sice ustoupí, ale nechá se umlčet jen na přechodnou dobu. Čas pro ni nehraje roli. Má všechnen čas světa na to, aby mi naznačila, jak mám, případně jak nemám žít. Když její slabý hlásek hodně dlouho nevnímám a neřídím se jím, donutím ji, aby sáhla po tvrdších komunikačních prostředcích. Jsou to zpočátku bolesti břicha a hlavy, píchání, loupání... – samé nedefinovatelné fyzické příznaky, nic „pořádného“, ale přesto dost nepříjemné. Můžu se řídit radou některého z nabízejících se rádců a koupit si něco v lékárně. Za daných okolností to drasticky řečeno znamená, že si pořídím „chemické kladivo“ a tím „praštím duši po hlavě“.

Duše tedy u mě nic nepořídila svým jemným hláskem, a teď to zkouší drobným pícháním. Ani tomu ale nechci rozumět, a tak si koupím něco, čím můžu její upozornění ještě lépe přehlušit, možná dokonce zcela umlčet. Někdy to funguje, často ale „chemická palice“ vyvolává závislost, a když ji pak vysadíme, duše se ohlásí znovu formou bolestivých symptomů. Musím si zase něco obstarat, abych měl klid, a tak dále a tak dále...

Jak už bylo řečeno, duše se nikdy nevzdává, protože čas pro ni nehraje žádnou roli. Dříve nebo později se domůže svého práva. Při jejím příštím pokusu o komunikaci možná cesta do lékárny už nepomůže, protože to dopadne tak, že člověk leží a potřebuje lékaře. Vyjadřovací možnosti duše jsou velice rozmanité, stejně rozmanité jako choroby a fyzické příznaky. Náš problém tkví v tom, že se chápeme primárně jako materiální bytosti, a proto se domníváme, že fyzické příznaky mají fyzické příčiny, a že je tudíž třeba proti nim bojovat fyzickým nebo nějakým prokazatelným materiálním vstupem. Tento obraz světa, z

**DUŠE NEPŘESTÁVA
VYSÍLAT SIGNÁLY,
BYŤ JE ČASTO
NEHCEME SLYŠET.**



chází obvyklý obraz nemoci, bohužel nesouhlasí s naší přirozeností. Jsme podle své přirozenosti duchovními bytostmi, tak jako všechno, tak jako všehomír, jako Alláh, Bůh, univerzum. (Omlouvám se – důležité věci je třeba opakovat jako násobilku, jinak se tento vzor nezmění.)

Rituál dovnitř a ven

Každý duch považuje za úspěch, když se zhmotní v myšlenku. Velká idea, s níž jsme všichni spojeni, spočívá v tom, zhmotnit nás natolik, aby vzniklo něco materiálního, čeho je možné se dotknout, co ale přitom zůstane pohyblivé a zachová si maximální vědomí: lidství. Někomu se to daří, jinému ne. Všichni pilně experimentujeme a musíme při tom překonávat nekonečně mnoho obtíží. Přesto neustále oslavujeme, že se nám idea v zásadě podařila. I když má úspěch jen poměrně krátké trvání, dokud materiálně existujeme, oslavujeme tento stav.

Vytvořili jsme si k tomu nejrůznější rituály. Nejoblíbenější z nich se nazývá „dovnitř a ven“. Spočívá v tom, že hmotu do hmoty doplňujeme a hmotu z hmoty vytlačujeme. Při tomto rituálu, který provádíme denně, nejsilněji pociťujeme, že se nám zhmotnění podařilo. Tento rituál sám o sobě by nebyl nutný, materializace se daří i bez prožitku „dovnitř a ven“, ale chyběl by nám pak prostředek k tomu, abychom si svou materializaci užívali. Jídlo a trávení je nejsilnější zkušeností naší materializace. Po tomto rituálu následuje další prožitek „dovnitř a ven“, sex. I v tomto případě prožíváme svou tělesnost (rozuměj dosaženou materializaci) nejsilněji. Existuje přirozeně ještě nekonečně mnoho dalších rituálů materializace, ale jídlo a sex jsou mezi nimi jednoznačnými favority.

Měli bychom si uvědomit, kolik energie na tyto rituály vynakládáme, co všechno děláme pro to, abychom je mohli slavit co nejčastěji. Pro většinu lidí to představuje podstatnou část života, a přitom je život poměrně krátký. A tak se nabízí otázka: Proč vlastně žijeme, nebo, vyjádřeno jinak – proč nám naše materializace připadá tak skvělá, že jí neustále otročíme? Zdá se, jako bychom zapomněli, že tato materializace je idea, kterou je možné realizovat jen na určité dobu a pak opět pomine. A co uděláme pak? Většinou naříkáme jako malé děti, kterým velká voda zničila hrad z písku postavený příliš blízko břehu.

Někteří nenaříkají, ale řeknou: „Co naplat, postavíme si nový. Ten se sice taky zničí, ale je to zábava něco stavět, realizovat ideu.“ Podívejme se ale nyní

přesněji, proč vlastně stále znovu stavět hrad z písku. Jaké hry se odehrávají při stavbě hradu a na hradě a uvnitř hradu? Na tyto hry přijdeme při hraní. Bude me stavět sami, ve dvou nebo s mnoha dalšími? A bude to vůbec hrad? Můžeme přece postavit taky vanu a hrát v ní jiné hry než na hradě. Jde o to: Co si myslíme při aktu materializace? Proč se podílíme na lidství?

Když víme, že jsme duchovní bytosti a že materializace, které jsme právě dosáhli, je pouze dočasným jevem, měli bychom se zamyslet nad tím, proč největší částí své životní energie tuto materializaci tak intenzivně oslavujeme. Jakým množstvím energie ale vlastně dáváme najevo, že jsme duchovní bytosti? Vzhledem k tomu, že jsme duchovní bytosti bez začátku a bez konce, tedy že jsme věční, a že materiální bytí ve srovnání s tím trvá jen krátký okamžik, vynakládáme svoji životní energii poněkud neproporcionálně. Jakými rituály oslavujeme své vědomí nebo své duchovní bytí? Nakupujeme na ně stejně dlouho jako pro svoji materiální existenci? Pracujeme pro ně také mnoho hodin a mnohdy i déle, protože nabyté vědomí nám zůstane a my na něm můžeme věčně dál stavět? Tělo, které uctíváme, pomíjí. Musíme si pokaždé opatřit nové, protože se opotřebovává, stává se křehkým a podléhá velkým omezením. Náš duch ale nepodléhá žádným omezením, vědomí může růst nekonečně.

Existují naši současníci, kteří své tělo na celá desetiletí obehnali zdí a zaoptrovali je pouze v nejmenší možné míře, aby veškerou svoji životní energii mohli vynaložit na rozvoj svého vědomí. Dokázali tak pohlédnout za hranice své momentální materializace, jak nazpátek, tak dopředu – to znamená, že získali vědomí o minulých i budoucích formách své materializace. To sice není vlastním účelem jejich cvičení, ale mohou díky tomu alespoň posílit naši důvěru v duchovní dimenzi.

Jde konec konců o to, abychom se bavili a byli šťastní! Jak se chceme celý život bavit a být šťastní, když se zaměřujeme jen na materiální? To nejde! Naopak: bude to strašně nezábavné a smutné, až naše tělo začne chátrat. Po každé kompresi následuje dekomprese, jako při nádechu a výdechu. Duch, to znamená naše vědomí, také provádí tyto dýchací pohyby, stejně jako celé univerzum, jen na energeticky jiné úrovni než tělesná forma; nemá začátek ani konec. Když se ale ztotožníme jen s malým dílčím aspektem tohoto pohybu, totiž s aspektem, že „lidství“ se tak dalece zhmotnilo, že z něho vznikl dospělý jedinec, který

**JAKÝM MNOŽSTVÍM
ENERGIE
DÁVÁME NAJEVO,
ŽE JSME DUCHOVNÍ
BYTOSTI?**

dobře vypadá a hodně toho dovede, pak jsme se nepodíleli na vlastním životě. Ve vlastním životě znamená smrt a početí pouze výměnu skupenství, nic víc. Například výměnou skupenství vody je led a pára – obojí je voda, jen v různých skupenstvích. Je tedy mnohem víc „vzrušující“, mnohem zábavnější a také chytřejší – říkejte tomu, jak chcete – když se ztotožníme s vodou místo s ledem. Led taje, pára kondenzuje, a pokaždé zůstane voda. Voda je jako energie. Ani ona se nemůže ztratit, může se jen proměnit.

**TĚLO JE POUZE
JEDEN OKAMŽIK
ŽIVOTA.**

Nedefinujme tedy svůj život jako tělesný život, nýbrž jako život duševní, neboť pak vypadá úplně jinak! Vytvářejme si automaticky jiné rituály, radujme se z rozvoje vědomí, z duchovního rozvoje, mějme se na pozoru před duchovní prázdnotou a místo toho dbejme na to, co má duchovní trvání.

Balancování na ostří nože

Být inkarnován s sebou přináší radosti i strasti. Ten, kdo věnuje své srdce hmotě, trpí. Ten, kdo materializaci odmítá, trpí také. Cesta ke štěstí vede po ostří nože. Znamená to, že nejsem-li duchovní bytostí, ačkoliv jsem dostal tělo, trpím. Jestliže tělo nezískám, přestože jsem ho hledal, trpím. Šťastný jsem jedině tehdy, pokud je moje tělo pro mě prostředkem k dosažení účelu, a nikoli samoučelem. Samoučel znamená zamilovat se do vlastního těla, zamilovat se do těl ostatních lidí a do hmoty vůbec, přičemž jídlo, sex a moc jsou pro mě ty nejvíce vzrušující věci.

Zamilovat se do duše znamená věnovat jí úctu a pozornost, lásku a náklonnost, a to jak vlastní duši, tak i duši jiných. To nám přináší štěstí a dodává životu lehkost. Provádíme-li duševní hygienu, což znamená, že denně očišťujeme svou duši od nánosů nejrůznějšího druhu, přináší nám to duševní pohodu a radost, svobodu a vědomí. Jak na to? Snažíme se nehodnotit zkušenosti, dojmy, lidi, zvířata, bytosti a vztahy. Necháváme věci, aby k nám přicházely, a nečiníme si na ně žádné nároky. Bereme je tak, jak přijdou, snažíme se pochopit jejich jednání a vlastnosti, ať materiálního nebo duchovního rázu, ale nevěříme v ně, jako by měly něco společného s absolutní pravdou. Neboť všechno to jsou jen stavy subjektivního rázu, zabarvené naším chtěním a konáním, zabarvené chtěním a konáním všech.

V pravdě, chceme-li o ní vůbec hovořit, je všechno ničím, bublinou našeho ducha, možná – jak v této knize neustále zdůrazňuji – okamžitým ztuhnutím, neboli již viditelnou ideou, ale i ona, jako každé jiné ztuhnutí, se opět rozplyne – jak rychle, to je relativní. Co znamená rychle v čí existenci? V životě jepice nebo v životě galaxie? Co znamená rychle v životě člověka? Některé poznatky potřebují několik životů k tomu, aby se dostaly do vědomí, jiné přicházejí nyní, v tom okamžiku, kdy se stanou. Příčina a následek mohou být od sebe vzdáleny celé věky – jaký význam tu potom má pomalu nebo rychle? Jestliže chci být šťastný, platí pouze teď. Ať leží rušivá příčina v sebedávnější minulosti, musím ji poznat *ted*, abych mohl být šťastný.

Pocit neštěstí má příčinu v nesprávném chování, které se odehrálo někdy někde, když jsme sklouzli a jednali jednostranně; důsledky pocítujeme dodnes. Abychom odhalili příčinu utrpení, je třeba získat vědomí o našem jednání i o jednání ostatních zúčastněných. Být si vědom nesprávného jednání je předpokladem zničení pocitu viny, prominutí chyby, pro mě i ostatní. Podaří-li se to, může být příčina utrpení odstraněna a my jsme opět volní; osvobození, a proto šťastní. Aby ale okamžitě nevznikla další příčina neštěstí, k tomu je třeba provádět duševní hygienu – neustále, dennodenně, v duchu trvale, abychom neskouzli z ostří nože, protože na jedné straně nám hrozí lpění na hmotě a na druhé ignorování hmoty.

Mohli bychom se nyní ptát: Proč se tedy vůbec ještě inkarnujeme? My duše bychom přece byly šťastnější, kdyby pokušení hmoty/těla neexistovalo. Ale pozor! Pak by nám chyběly tělesné zkušenosti. Je přece zásadní rozdíl v tom, zda se milujeme pouze duchovně, nebo také tělesně, či snad ne? Jet na kole ve vizualizaci nebo fyzicky sedět v sedle, šlapat do pedálů a vlastní silou se pohybovat kupředu také není to samé. Existuje nekonečné množství příkladů, proč máme potěšení z toho, když opatříme své duši tělesný výraz. Dovedete si představit dítě, které si nehraje? Život je hra. Zhmotnit ideu je skvělá hra, která přináší potěšení každé bytosti. Hra je prapůvodní silou stvoření. Problematické je pro nás většinou jen to, že tato hra není trvalá, že všechno, co my a ostatní duchové vytvoříme a zhmotníme, se jednou opět rozplyne. Máme-li nějaký problém s inkarnací, pak jedině ten, že lpíme na výtvoru a nechceme se s ním rozloučit.

Nevím, zda je vůbec možné se znovu inkarnovat. Zákon, který říká, že „štěstí vzniká z nelpění“, by teoreticky měl platit i pro ideu neinkarnování. Já sám jsem nyní inkarnován, a proto jsem ve svých výrocích o neinkarnování opatrný.

**DEJTE PŘÍBĚHU
ŠŤASTNÝ KONEC.**

Dovedu si ovšem představit, že by bylo skutečně nudné, kdybychom nesledovali žádnou ideu tak dlouho, dokud by se nematerializovala. Balancovat na ostří nože je v každém případě napínavější.

Je zbytečné přemýšlet o tom, jak by asi vypadal život, kdybychom žili bez těla. Není ale zbytečné přemýšlet o tom, proč bychom se vůbec znovu inkarnovali. Tato myšlenka nabízí ideální základ pro to, abychom se naučili pohybovat na ostří nože, aniž bychom sklouzli, spadli a zůstali ležet vedle.

Kdybychom se například inkarnovali s ideou, že chceme tělo jen proto, aby se s námi mohly setkávat ostatní duše, které na svém těle velmi visí, je nebezpečí lpění, jinými slovy pádu, podstatně nižší, než kdybychom se chtěli znovu narodit proto, že chceme být bohatí a mocní nebo chceme zažívat sex jako na běžícím pásu. Tělesná fixace by pak byla velmi silná a je jasné, že bychom kvůli ní zažili mnoho utrpení. Abychom si ušetřili trápení, je prospěšné uvažovat o tom, jaký máme motiv pro svou inkarnaci. I kdyby se tyto myšlenky vztahovaly na příští život, pomohou nám uvědomit si, co od života očekáváme, a podle toho uvidíme, zda se v tomto okamžiku nacházíme na ostří, nebo ležíme vedle.

Pokud tyto poznatky zahrneme do svých procesů samoléčení, o notný kus se přiblížíme k uzdravení a k jádru duchovního léčení.

Změna scénáře

V této knize jsme se dosud setkali s mnoha impulzy k duchovnímu léčení a zjistili jsme při tom, jak významně působí na procesy uzdravování náš světový názor – jak v pozitivním, tak i v negativním smyslu. Jako dospělí můžeme o tomto bodě komunikovat, více si ho uvědomovat, jak je tomu ale u dětí? Jak má dítě zacházet se svými bolestmi a nemocemi? Nemělo by jistě žádný smysl hovořit s ním o jeho světovém názoru. Není to ani nutné. Rozhodující je, jaký světový názor mají jeho rodiče a další osoby, které o dítě pečují.

Znám příběh šestiletého děvčátka s nemocným kolenem. Když děvčátko začalo chodit, ukázalo se, že jeho pravé koleno není v pořádku, a bylo operováno – bez valného úspěchu. Do pěti let věku bylo koleno děvčátka operováno ještě třikrát a konečná diagnóza zněla: nadkolenní amputace. Zoufalí rodiče vyhledali dětskou terapeutku, o níž sice přesně nevěděli, jak pracuje, ale vzhledem k oné diagnóze byli ochotni přijmout všechno, i věci, které se neshodovaly

s jejich světovým názorem ani se světovým názorem lékařů, kteří děvčátko do té doby léčili. Terapeutka byla známa tím, že léčí metodou návratů do minulosti. Uskutecnilo se první sezení.

Terapeutka E. S. s holčičkou nehovořila o jejím světovém názoru nebo o reinkarnaci, ale dala jí papír, barevné pastelky a voskovky a požádala ji, aby nakreslila své koleno. Do konce hodiny holčička nakreslila několik obrázků, na kterých byla ona sama, jak s nemocným pravým kolenem jede na koni. E. S. se zeptala její matky, jestli má holčička něco společného s koňmi. Maminka odpověděla, že ne, že bydlí ve městě, mají byt ve druhém patře a s koňmi nemají vůbec nic společného. Ve světovém názoru E. S. to ve skutečnosti nehrálo roli. Domluvily si další hodinu. Holčička na základě otázek E. S. pokračovala ve vyprávění svého příběhu dvěma obrázky, na kterých proti ní jel na koni zlý muž. Srazili se spolu dřevci, a přitom holčička spadla z koně přímo na kolena. Na obrázku, na kterém ležela na zemi s poraněným kolenem, bylo hodně černé, takže E. S. předpokládá, že tam holčička zemřela.

Při třetí schůzce E. S. poprosila holčičku, aby nakreslila obrázek, na němž by svět byl ještě v pořádku. Holčička na něm vesele jela na koni. Pak E. S. požádá o obrázek, na kterém se děvčátko znovu potká s tím mužem; tentokrát by neměl být zlý, ale hodný, pozdravit ji, říct jí Ahoj nebo tak něco... „Ne, ten muž je zlý,“ trvá na svém holčička. E. S. se pokouší dělat prostředníka. Ten muž to možná tak nemyslel, možná sám vůbec nechtěl být zlý, atd. Nakonec holčička ustoupí a nakreslí obrázek, na kterém rytíř, který jede proti ní, už není zlý, ale pozdraví ji a projede kolem. „A jak se teď cítíš?“, ptá se E. S. Děvčátko jen září. „Namaluj ještě jeden obrázek, jak potom, co ses setkala s tím mužem, který byl najednou tak milý, jedeš dál.“ Na posledním obrázku jede holčička na koni po rozkvetlé louce a koleno má úplně v pořádku. Tenhle obrázek přinesla domů mamince.

Matka druhý den E. S. zavolala a ptala se jí, co s holčičkou udělala, že včera poprvé za ta léta sama vyšla nahoru po schodech! Operace byla zrušena. Děvčátko je dnes skoro 30 a koleno má naprosto zdravé.

Vidíme, že v praxi není nutná ideologická diskuse o tom, které části osobnosti si člověk bere s sebou z jednoho života do toho následujícího a které ne, a zda vůbec existuje reinkarnace, nebo zda je to všechno jen iluze a fantazie. Chceme-li získat přístup k duchovnímu léčení, měla by v našem světovém názoru dostat své pevné místo alespoň možnost kontinuity ducha. K ní přibudou naše

osobní zkušenosti. Ty však nepřijdou, pokud pro ně neexistuje důstojné místo. Důležité ale je, aby se každý krok v řešení konfliktu mohl projevit (v tomto případě kresbou), aby vznikla nová skutečnost.

Získat zkušenost se silou ducha znamená duchem s něčím pohnout, něco změnit, pokud možno k lepšímu. Nejlépe na sobě nebo na někom, u něhož můžeme účinek sledovat z bezprostřední blízkosti. Takovou zkušenost člověku už nikdo nemůže vymluvit. Pak už to není poznatek z druhé ruky, ale něco, co jsme sami zažili. Když se to stane, uskutečnila se opravdu změna našeho vědomí. Začali jsme se zbavovat fixace na materiálně. Pak se k tomu může přidat zkušenost, jak nahradíme léky a operace duchovní prací. To se počítá.

Duchovní pomocníci

Uvědomujeme si, jak velký duševní výkon je podívat se na své utrpení a nakonec odpustit. Může se stát, že se na to necítíme dost silní. Je-li tomu tak, musíme se poohlédnout, zda nás může podpořit někdo, ke komu máme důvěru. Mnohým lidem v naší kultuře nepřijde jako první na mysl Ježíš nebo Marie, ale babička nebo dědeček nebo teta a podobně, v každém případě někdo, kdo reálně existoval nebo ještě existuje v jejich životě. Tento vztah založený na důvěře často vznikl v raném dětství, takže dotyčná osoba většinou už zemřela. Pro mnoho lidí je pak jednoduše pryč. Pokud se ale řídíme principem continuity ducha, poznáme, že duch, respektive duše této osoby nikdy nemůže být pryč, že jsme ji jen vytěsnili ze svého vnímání, protože se v našem materialistickém světovém názoru sluší a patří, že ten, kdo už tělesně není mezi námi, zemřel i duševně. Nebo se tam, kde se ještě věří v živoucí duši, říká: „Nech mrtvé odpočívat v pokoji. Jestliže hledáš někoho na onom světě, využij naši nabídku s koncepcí jednoho Boha a jeho rodiny, se Synem a Matkou Boží, ale ne své předky.“

**SPOJTE SE
SE SVÝM
VĚDOMÍM.**

Já jsem byl také vychován ve víře, že kult předků je něco primitivního, a jako takový byl zesměšňován. Na všech svých cestách jsem se proto maličko posmíval lidem, kteří své předky uctívají a čile s nimi komunikují – ovšem jen do té doby, dokud jsem nepoznal jeden indický kmen, *Tody*, s nimiž jsem natočil film *Todové*. Toto setkání jsem podrobněji popsal ve své knize *Na cestě do sousední dimenze*. *Todové* kontaktovali své předky denně

a ve všech otázkách, takže jsem si původně myslel, že jde o žijící osoby. Záhy jsem ale zjistil, že nedělají zásadní rozdíl mezi bytostmi, které ještě mají tělo, a těmi, kteří už zase hledají nové tělo. Todové nehovoří s tělem člověka, nýbrž s jeho duší. Stejný vztah ale udržují i s duší zvířat, stromů, hor, jezer, kamenů a tak dále. Byl jsem fascinován tím, jak přesné odpovědi dostávali.

Že je tento druh komunikace možný i pro mě, jsem poznal teprve tehdy, když moje matka opustila svoje tělo, a od onoho okamžiku to pro mě bylo něco samozřejmého. Na duchovní pomocníky, k nimž patří právě i naši předkové, se můžeme obracet kdykoliv, a jsme-li tomu otevření, můžeme cítit i odpovídající ohlas. Ale právě v našem náboženství, kde je kontakt se zemřelými stále ještě diskriminován, trpí předkové nezaměstnaností. Jestliže je znovu zahrneme do svého vnímání, budou mít obrovskou radost a budou nám ze srdce rádi pomáhat. I při tomto kontaktu je zvláště účinná metoda psaní dopisů (viz str. 75 a 79). Dopis může mít dokonce i formu básně, jak ukazuje následující příklad.

Milá maminko,
buď v pokoji s Pánembohem
a raduj se ze svých možností.
Pohlédni na nás a daruj nám svou lásku,
abychom ji pocítili a splnili tvá přání.
Děkuji ti a blahorečím ti za silu a nádheru,
kterou mi dáváš. Jsi tady a poskytuješ mi svou pomoc.
Cítím to i nyní, v tomto okamžiku.
Naplnuje mě to vděčností a velkým štěstím.
Ty vyslyšíš moje prosby a vyřešíš moje problémy.
Mohu ti vylit své srdce, plačící a šťastný.
Přebývá v něm tvůj posvěcený duch, takže může být otevřené a klidné,
plné lásky a klidné spokojenosti navenek i uvnitř,
usilovat o skutky, z nichž se budeš radovat.
Děkuji ti za silu a nádheru
nyní
a
navěky
amen.

Jde o to, abychom oslovili toho nejmilejšího/tu nejmilejší nebo toho/tu, k němuž/k níž chováme největší důvěru. Použijeme přitom oslovení, které jsme používali kdysi. Máme-li ještě fotografii nebo nějaký předmět oné osoby, můžeme je použít jako „kotvu“, zapálit svíčku, připravit misku čerstvé vody nebo květiny – cokoliv – abychom navázali důstojný, láskyplný kontakt, který má pomoci s něčím pohnout.

Například moje matka zemřela s výslovným přáním, aby směla po své smrti sloužit mně a komukoliv, kdo ji o to poprosí. Napsala toto své přání už sedm let předtím, než opustila své tělo. Volám tedy svou matku, když potřebuji pomoc, a mám přitom pocit, že jsem naprosto v pořádku, vůbec ne pohansky, esotericky přemrštěný nebo jinak podivínský. Napsal jsem pro navázání kontaktu výše uvedenou výzvu, která mně osobně nejvíce vyhovuje a která i funguje – dokonce bez fotografie.

Prostředek

Mnozí lidé se domnívají, že duchovní pomocník z onoho světa způsobuje méně nežádoucích vedlejších účinků než pomocník z tohoto světa. Ve skutečnosti ale můžeme každého pomocníka sami vyzbrojit tak, aby jeho pomoc přinesla co nejvyšší možný užitek a způsobila co nejmenší škody. Měli bychom si jen uvědomit, že volíme pomocníky z tohoto světa proto, že máme ještě příliš malou důvěru v účinnost duchovních opatření. Na své cestě k jejímu získání ale můžeme své schopnosti duchovní projekce nejlépe vyzkoušet na reálných pomocnících.

Přisáháte například na naprosto fantastického terapeuta nebo lékaře, který vás ujišťuje, že je tu výhradně od toho, aby stimuloval vaše samoléčiteltské síly. Podle svého systému víry prohlásíte termín léčby za převratný okamžik v průběhu své choroby. Přisuzujete té osobě a tomu, co vám předepíše, nejvyšší kompetenci, pokud jde o vaše zdraví.

**AT DĚLÁS COKOLI,
VĚR TOMU.**

Na základě otázek, které jste možná písemně zodpověděli (str. 62), jste poznali, že váš systém víry se (ještě) nechce vzdát materiální intervence. Místo abyste ale nyní zahrnuli materiální intervenci pochybami, podezíravostí a nedůvěrou, uplatněte jednoduše v této rovině univerzální zákon: *Energie následuje úmysl.*

Duše nám neustále ukazuje, že musíme ve svém životě změnit něco, co svou závažností odpovídá závažnosti choroby, protože jsme kvůli tomu na své dosažité cestě životem onemocněli. Jestliže se až natolik dostaneme do souladu s duchovním světovým názorem, ale máme stále ještě strach, že bez materiální medicíny zahyneme, vyjdeme své duši vstříc alespoň do té míry, že jí slíbíme, že zmobilizujeme vše, co je v našem momentálním systému víry možné, abychom se hned teď uzdravili a následovali ji.

Sestavte si plán, co chcete ve svém životě změnit a kdy, vyhledejte si k tomu léčebná opatření, v něž ještě věříte, a stanovte si termín, do kdy musí tato opatření přinést nejvyšší možný úspěch. Jestliže tento úspěch nestačí, protože nezahrnuje vaše úplné uzdravení, máte skvělý důvod rozšířit svůj systém víry. Dokud u vědomí, že jste sama sebe léčící, duchovní, božská bytost, plně neřídíte všechny své zdravotní i jiné záležitosti, zesilte svůj léčebný potenciál vyzkoušenými prostředky a začněte krok za krokem plnit přání své duše. Můžete si být jisti, že tento mezikrok přinese vaši duši velkou radost a že díky tomu dosáhnete velkých pokroků v kvalitě svého života.

Důležité je – jak u pomáhající osoby, tak i u prostředku – aby naše víra v ně byla nezlomná a abychom je brali jako nejvyšší autority pro své uzdravení. V každém případě bychom si měli být vědomi toho, že jde o *prostředek*, ale vyléčení se odehraje prostřednictvím nás samých, tím, že tomuto prostředku budeme přikládat nejvyšší účinnost a nedovolíme nikomu a ničemu ji snižovat.

V žádném případě bychom neměli tento prostředek morálně hodnotit a ptát se, zda například nemůže narušit duchovní cestu nebo zda by nebyl býval vhodnější jiný prostředek atd. Všechny tyto úvahy si můžeme ušetřit, protože je jasné, že primáře může nahradit každý dobrý herec a drahý lék třeba solný roztok, za předpokladu, že se zapojíme do hry. A abychom se mohli do hry zapojit z celého srdce, musíme každé léčebné opatření považovat za konečnou a neodvolatelnou podporu, kterou naše duše potřebuje. Naše stará víra by sice ráda řekla „kterou naše tělo potřebuje“, ale tím by byla opět narušena hierarchie našeho bytí. Stále znovu si připomínejme, že duše je pro nás nejdůležitější, že řídí tělo. Dělejme to, co v současné době se svým vědomím dělat můžeme a dělejme to pro svoji duši – ta od nás dostane „velící moc“ nad naším tělem. Znovu zdůrazňuji: Všichni pomocníci, všechna léčebná opatření jsou



ky, jejich úkolem je pouze podpořit rozvoj. Efekt prostředku ale není menší jen proto, že ho chápeme pouze jako prostředek.

Vzpomínám si na příklad biografu: Víme, že v kině jsme od začátku do konce obelháváni a klamáni, že jediné slovo a jediný obrázek není pravda. Všechno je to vymyšlené, nahrané, samé předstírání a triky, důsledně vypočítané na efekt. Přesto rádi chodíme do kina, platíme za iluzi (prostředek), která se nám tu nabízí, a máme skutečné pocity. Někdy v kině pláčeme, buší nám srdce a necháváme se tou iluzí zcela strhnout. Dobrý film (dobré opatření – prostředek) nás natolik uchvátí, že si ho pamatujeme celá léta. Jeho účinek byl možná natolik trvalý, že jsme zásadně změnili svůj život. (Jak mi bylo řečeno, moje filmy u mnoha lidí takovou reakci vyvolaly.) Přirozeně můžeme něco takového zažít i v nemocnici, ve Svatopetrském chrámu v Římě, u léčitele, můžeme to zažít, když si bereme poslední dávku „svého“ léku – všude tam, kde se zapojíme do hry, kde nám to náš systém víry dovolí. Je jen třeba, abychom tomuto prostředku přisuzovali nejvyšší účinnost, abychom mu propůjčili všemocnost univerza, a pak se to stane.

„Jak prosím?“, namítnou teď možná rozčileně někteří z vás, „proč bych si měl něco nalhávat, když léčení může proběhnout bez všelijakých prostředků?“ *Může!* Proč chodíme do kina, když život není nic jiného než film? Nesmíme zapomínat, že jsme duchovní bytosti a že chceme něco prožít. Reagujeme teprve tehdy, když se situace dramatizuje. Divadelní hra, film či román, ve kterém nejde o život a smrt, téměř nemá šanci proniknout do našeho vnímání. Chceme se rozvíjet, chceme se učit, proto jsme se inkarnovali, to se nemůže a ani by se nemělo obejít bez dramatu. Jak bychom jinak získali energii a odvahu odpoutat se od materiálního světa? Život, evoluce není přímočarý, lineární proces, nýbrž exponenciální funkce. Dělá skoky a zastavuje se, prudce stoupá vzhůru a mírně klesá dolů. Takové zatáčky chceme prožívat. Proto hledáme drama, jinak bychom se nerozvíjeli.

Má-li jakákoli víra přenášet hory, musí být silná. Čím slabší se cítíme, tím silnější musí být prostředek – tento prostředek jde ale vždy na úkor vlastní kompetence. Čím silněji věřím, že potřebuji někoho nebo něco ke svému spojení se všemohoucností, tím menším se sám stávám.

Nelson Mandela řekl: „Není to naše slabost, co nám nahání strach, ale naše velikost.“

**PŘENÁŠET HORY
VYŽADUJE
SILNOU VÍRU.**

Každým prostředkem – bez ohledu na to, zda jde o osobu, místo, lék nebo cokoli jiného – proto ubíráme něco ze svého božství. Všim, co děláme pro to, abychom posílili svou víru ve svou dokonalou duchovnost (ve své božství), ale posilujeme svoji duši a univerzum.

Systémy víry

Člověk má v současné době druhý největší mozek ze všech živočichů. Proč je mozek delfína větší a mozek slona menší, to se zatím neví, podařilo se ale vypočítat, že lidský mozek má kapacitu 10^{84} mozkových spojů. To je zhruba stejné množství potenciálních spojů mozkových buněk, jako je v univerzu elementárních částic. Ne atomů, ale nejmenších částic uvnitř všech atomů, které ve vesmíru existují. Toto číslo vypovídá, že nám velikost našeho mozku skýtá v zásadě nekonečnou možnost získávat nové poznatky. Každý spoj představuje synapsi, která uvolňuje takzvané přenosové látky (přenašeče, mediátory, transmittery), s jejichž pomocí řídí naše tělo a všechny jeho orgánové soustavy.

Žádný člověk se nedožije tak vysokého věku, aby se mu podařilo všechny tyto možnosti vyčerpat. Zajímavé na této gigantické rezervě vědomostí je, že mozek není uspořádán podobně jako počítač, na kterém se musíme proklikat složité rozvětvenou strukturou, abychom se dostali k určitým údajům – mozek je totiž multidimenzionální útvar, takže každý z těch 10^{84} možných poznatků je od daného okamžiku vzdálen maximálně čtyři kroky.

Jinými slovy: osvětlení je možné kdykoli, je na dosah. Není to tedy otázka předchozího vědění, chceme-li se dostat na vyšší úroveň vědění. Je možné toho dosáhnout ve čtyřech krocích.

Výzkumy mozku prokázaly, že se synapse tvoří nejen působením chemických a dalších fyzicky prokazatelných vstupů, ale že většina z nich vzniká na základě přijatých informací. Synapse, které řídí funkci našich buněk a orgánů, vznikají a mění se působením duchovních impulzů stejně jako chemických/fyziologických impulzů, které dostáváme.

Na to, abychom dospěli k tomuto poznatku, ovšem nepotřebujeme žádnou vědu, neboť v zásadě to ví každý, i když ne každý si to uvědomuje. Zazvoní telefon, člověku se daří dobře, je zdravý, šťastný a veselý, řekne haló a dozví se, že je bez práce. Netrvá to ani sekundu, a udělá se mu nevolno. Nikdo ho neotrávil,

nesnědl nic zkaženého, nedostal pěstit do žaludku, ale je mu špatně na zvracení. To jasně dokazuje, že mozek jen na základě informací vytváří synapse, které řídí činnost orgánů. Jestliže tento druh tělesných změn v negativním smyslu funguje tak bezprostředně a bouřlivě, neexistuje žádný logický důvod, proč by to takto nemělo fungovat i pozitivně. Jak bylo řečeno, výzkumy mozku to všechno vědecky prokázaly, třebaže to školská medicína nechce vzít na vědomí. Na tom nám ale nezáleží, můžeme tyto vědomosti bezprostředně využívat v každodenní praxi, abychom si zachovali zdraví.

Dozvíme se například, že se někdo ve 35 letech vyléčil z epilepsie, kterou trpěl celý život; školská medicína pro to nemá žádné vysvětlení. Měli bychom co nejrychleji prověřit svůj systém víry, jak tuto informaci vyhodnotí. Náš systém víry si v našem mozku počíná jako úřad pro cenzuru. Puntičkářsky kontroluje, které informace vpustí dovnitř, aby směly vytvořit odpovídající synapse, a které musí zůstat venku. Objeví-li se informace, které nejsou v souladu s naším systémem víry, nesmějí dovnitř, ať jsou sebepravdivější nebo ať jsou doloženy jakýmkoli množstvím vědeckých důkazů. Může se dokonce stát, že je naše smyslové orgány zaznamenají jako příjemné, ale náš systém víry přesto řekne ne. V důsledku toho se nemohou vytvořit odpovídající synapse, respektive vytvoří se jen takové, které stávající systém víry potvrzují a upevňují.

Tento způsob fungování našeho mozku vyjadřuje velmi známý případ řidiče chladírenského vozu, který se v pátek odpoledne nedopatřením zamkl v chladícím prostoru svého auta. Shodou okolností v témže okamžiku vypadlo chlazení, ale tato informace se k řidiči nedostala. Jeho smysly mu sice signalizovaly, že teplota uvnitř je snesitelnější, jeho systém víry ale považoval chladicí zařízení za bezvadné, a proto vytvořil synapsi: *nebezpečí umrznutí*. Příští pondělí byl muž nalezen v autě zmrzlý. Jak je vidět, víra hory přenáší, a může je přenést i nazpátek.

Pokud jsme se s tím systémem víry, jaký máme, dosud neuzdravili nebo se náš stav zhoršil, měla by se zapojit sebeláska nebo rozum nebo mateřské srdce a říct: „Můj milý systéme víry, nemohli bychom alespoň na zkoušku vpustit dovnitř určité informace, které ještě nikdy nikomu neuškodily a mnohdy dokonce přispěly k tomu, že se zdravotní stav výrazně změnil k lepšímu?“ Náš systém víry pak možná nechá otevřená aspoň zadní vrátka a budou se moci vytvořit nové spoje.

Kdo ovlivňuje váš systém víry?

Uvažte, kteří vaši pomocníci by vás mohli v duchovní rovině podpořit při řešení vašeho problému.

Věřím v/ve:

- | | | |
|---------------------------------|---|---|
| <input type="checkbox"/> lásku | <input type="checkbox"/> Boha | <input type="checkbox"/> univerzum |
| <input type="checkbox"/> fakta | <input type="checkbox"/> Buddhovu přirozenost | <input type="checkbox"/> svého partnera |
| <input type="checkbox"/> osud | <input type="checkbox"/> nic | <input type="checkbox"/> Pannu Marii |
| <input type="checkbox"/> Ježíše | <input type="checkbox"/> svou duši | <input type="checkbox"/> své vyšší já |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Každý z pojmů, které jste označili křížkem, prověřte z následujících hledisek:

- Jak velkou moc tomuto pojmu připisuji?
- Odkdy věřím v jeho moc?
- Jakým způsobem tuto moc uctívám?
- Jak velkou důvěru mám v tuto moc?
- Jak reálná je pro mě tato moc?
- Do jaké míry tato moc ovlivňuje můj život?
- S čím si tuto moc ještě spojuji?

Zapište si odpovědi na každou otázku. Bude to mít na rozvoj vašeho vědomí podstatně větší vliv, než kdybyste na otázky odpovídali pouze ústně. Budete překvapeni, co všechno přitom vyjde najevo. Teprve když si uvědomíte, v koho nebo v co věříte, či možná jen chcete věřit, můžete začít svoji víru posilovat.

Pokuste se nalézt ve svém systému víry ještě další různě mocné pomocníky, kterým věříte:

- | | | |
|---|---|---|
| <input type="checkbox"/> duchovní bytosti | <input type="checkbox"/> andělé | <input type="checkbox"/> bájně bytosti |
| <input type="checkbox"/> předkové | <input type="checkbox"/> zemřelí partneři | <input type="checkbox"/> zemřelí příbuzní |
| <input type="checkbox"/> božstva | <input type="checkbox"/> mistři | <input type="checkbox"/> fetiše |
| <input type="checkbox"/> kameny | <input type="checkbox"/> místa | <input type="checkbox"/> sochy |
| <input type="checkbox"/> orákula | <input type="checkbox"/> jasnovidci | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Nyní každou ze sil označených křížkem prověřte z následujících hledisek:

- Jakým způsobem s ní komunikuji?
- Jak často s ní komunikuji?
- Používám nějakou formuli pro oslovení nebo položení otázky?
- Komunikuji s touto silou přímo, nebo prostřednictvím nějaké jiné osoby?
- Jakým způsobem mi odpovídá?
- Jak často odpovídá na moje otázky nebo oslovení?
- Do jaké míry se řídím jejími odpověďmi?

I v tomto případě vás písemné zodpovězení otázek dovede dál, než když o nich budete pouze přemýšlet. Vaše duše chce znát přesné odpovědi.

Alfa namísto opojení

Mnozí vyhradili svým duchovním pomocníkům ve svém bytě stálé místo. Možná jde dokonce o jakousi svatýňku nebo domácí oltář. Pokud ano, pozorně se podívejte, co všechno se na tomto místě nachází. Je vždy dovoleno vlastní park víry probrat. Sošky, obrázky a předměty, které se tu nacházejí, nesmějí být jen k tomu, abyste je museli oprašovat. Rozvíjíte se a váš systém víry také. Přidejte něco nového, něco starého odstraňte. Zamyslete se i nad místem oltáře: Odpovídá vašim výše uvedeným písemným odpovědím? Pokud nemáte ve svých čtyřech stěnách žádný „svatý koutek“, kde se nachází vaše spiritualita?

V mnoha domácnostech mají likérník neboli bar, kde přechovávají lihoviny. Ano, i to má něco společného se spiritualitou (*spiritus* = lat. duch, dech, líh)! Chceme-li navázat kontakt se svou duší, alkohol je nejpoužívanější náhražkou hladiny alfa. Je za tím touha večer po práci všeho nechat, dát si sklenku či půllitr, slavit svátky, nechat duši volně bloumat. Někteří lidé to zkoušejí i s hašišem a jinými omamnými látkami. Ať už se ale snažíme napojit na své podvědomí s pomocí jakýchkoli drog, dlouhodobě jsou všechny tyto prostředky zcela nevhodné k tomu, abychom se dobrali vnitřní moudrosti. Mnoho lidí vůbec neví, že požadovanou zkušenost mohou získat přímo a bez vedlejších účinků jednoduše a každodenně prostřednictvím meditace a práce v hladině alfa!

Měli bychom ale rozlišovat: Práce v hladině alfa a meditace není jedno a totéž. Meditace se totiž mnohdy využívá jako únik před nároky vlastního já, a to je

v dlouhodobém pohledu také nezdravé. Zkušenostmi ve stavu alfa chceme naprosto prakticky zjistit, jak můžeme řešit skutečné konflikty v životě, abychom získali víc energie. Nevyřešené konflikty blokují naše energie, způsobují, že máme deprese a nemoci. My ale chceme být šťastní a svěží, a proto se věnujeme psaní v hladině alfa.

Proto říkám: Meditace je krásná a dobrá k uklidnění ducha, ale pro to, abych se vyléčil, můžu vykonat mnohem víc práce ve stavu alfa; znamená to psát, psát a zase psát. A to i tehdy, když do toho nemám sebemenší chuť a když se mi chce převalit se na druhý bok a ještě chvilku si pospat. Je zapotřebí velké důvěry a kázně, abychom vydrželi ve stavu alfa tak dlouho, až se dostaneme do emocionální roviny. (Záleží na tom, jak je pro nás problém/projekt palčivý. Někdy ještě nejsme dost nemocní na to, abychom lenocha v sobě překonali.)

Je prospěšné do práce v hladině alfa zapojit meditaci – jak snadno přijdeme k bdělému vědomí a motáme se v kruhu s obvyklými vzory řešení problémů, s nimiž jsme se dosud nepohnuli z místa! V takových okamžicích pomáhá meditace opět snížit mozkovou frekvenci. S trochou cviku zůstaneme, jak už bylo řečeno, ve stavu alfa jako na houpačce, aniž by se její konce dotkly země. Pokud se ve stavu alfa zmocníme alespoň kousičku příběhu své bolesti, je možné odhalit celý příběh i při bdělém vědomí a bolesti se zbavit. S alkoholem to jde hůř. Připusťme, že se mnozí lidé po alkoholu uvolní a jsou přístupnější, ale jsou to jen krátké okamžiky; pak droga duši omámí. Co kdybyste tedy představili svůj byt tak, že by se místo, kde přechováváte alkohol, změnilo ve „spirituální koutek“ a koňak a whisky by ustupovaly stále více do pozadí, až by jednou zmizely úplně?

Vzývání

Svatýňka nebo oltář by měly být místem pro naše modlitby. Měly by nám dodávat sílu prostřednictvím soustředění. Modlitbou se zaměřujeme na cíl. Proto si velmi dobře rozmyslete, ke komu se modlíte. Oslovení, nebo – ještě silněji – vzývání by mělo ladit, to znamená, že je musíte dobře vnímat. Modlitba vychází z vašeho srdce. Má silný citový náboj.

Používáte-li modlitby, které vám už ukázaly svou sílu, použijte je i pro aktuální projekt. Lze je i obměňovat. Napsaná, nově formulovaná modlitba může mít

**MNOzí SI
PLETOU
ŠPIRITUS SE
SPIRITUALITOU.**

v etapě, kterou nyní potřebujete zvládnout, ještě silnější účinek. I vyznání lásky působí přesvědčivěji, pramení-li ze srdce a nepoužijete-li přitom žádné naučené texty. Dejte svou víru stoprocentně do služeb řešení svého projektu. Pokud jste si mezitím již ujasnili, kdo jsou vaši duchovní pomocníci, přivolejte je.

**TEN, KDO VOLÁ,
DOSTANE ODPOVĚD.
UNIVERZUM JE
PLNÉ BYTOSTÍ.**

Ačkoli jsme neměli tušení, zda vůbec někdo přijde a kdo to bude, už jako miminka jsme volali o pomoc. Kdyby naše volání nebylo nic platné, nepřestali bychom, bez ohledu na to, jak malí a slabí jsme byli; naopak začali bychom opravdu křičet. Nikdy by nám k tomu nechyběla energie a křičeli bychom, dokud by někdo nepřišel. Tato zkušenost nás naučila: Vždycky někdo přijde, když dostatečně intenzivně prosíme, modlíme se, voláme, křičíme – všechno je dovoleno, dokud někdo nepřijde.

Problémy, tedy projekty, které máme nyní, nejsou menší než ty, které jsme měli tehdy. Teď už víme, že univerzum se skládá jen z duchovních bytostí, takových, jako jsme i my. Určitě někdo přijde, když budeme volat. Šamani nedokážou pomoci jedině těm, kteří už nevolají. Každému, kdo ještě má vůli žít, je možné pomoci. Bytost, která chce žít, ale nemůže si sama pomoci, volá, křičí a dělá všechno pro to, aby svůj projekt (problém) vyřešila.

Nyní nastal ten okamžik. Přivolejte všechny své dobré duchy, pošlete jim písemnou žádost, vysvětlíte jim, co chcete vyřešit, přesně formulujte své přání a žádost odešlete. Položte ji na své nejposvátnější místo – i kdyby to byla vaše náprsní taška. Udělejte si kopie a dejte je na svá silná místa – do auta, pod polštář, vedle počítače, do krabice na svačinu. Udělejte všechno, co vás napadne. Víte, že jste duchovní, sama sebe léčící bytost, vaši největší silou jsou vaše myšlenky, které zachycujete do slov a písemně je v lásce spojujete s všemohoucností ducha, pro blaho své a celého univerza.

Pro toto vědomí jsem vytvořil afirmaci, kterou můžete říkat, číst, recitovat, sdělovat a proklamacovat několikrát za den:

Jsem bytost léčící sama sebe.
Mou největší silou jsou moje myšlenky,
které v lásce spojuji s všemohoucností ducha,
pro blaho nás všech.

Óm

Tuto afirmaci můžete zesílit tím, že na závěr necháte třikrát silně zaznít óm. Óm je jednoduchý a účinný prostředek k tomu, abychom vstoupili do rezonance s univerzem. Pocítíte to okamžitě, pokud je vyslovíte vestoje s oběma pažemi vzpaženými. Také amen umožňuje rezonanci, zvolte si, co je vám bližší. Vyzkoušejte si to nahlas a silně.

Hygiena myšlení

Při této afirmaci se můžeme ptát sami sebe, proč prohlašujeme, že „naši největší silou jsou naše myšlenky“, když přece často – dokonce velmi často – míváme strašlivé, negativní myšlenky, kterým pokud možno nechceme dávat žádnou sílu. Odpověď je jednoduchá: Tento řádek afirmace je v přímé souvislosti s následujícím řádkem, který říká, že největší síla přísluší těm myšlenkám, které „v lásce spojujeme se všemohoucností ducha“. To chceme. Naproti tomu negativním myšlenkám můžeme napříště už v zárodku energii odebrat a jednoduše je utnout. Proto je dobré třibit citlivost své myšlenkové hygieny, abychom negativní slova včas vycítili a okamžitě je eliminovali. Jen my sami odpovídáme za to, jak kvalitní jsou naše myšlenky.

Často přitom slyším námitky: Budu se ale smět zlobit, nebo ne? Existují přece stavy a osoby, na které není možné myslet pozitivně! Není to sebeklam, když nám všechno připadá milé a krásné? Kam bychom se dostali, kdybychom si nechali všechno líbit? Co je špatného na tom, když něco kritizujeme? Jak by se člověk mohl prosadit, kdyby myslel stále jen pozitivně?

Vždycky existuje výjimka, která povoluje jakoukoli kritiku a jakoukoli stížnost, pokud ve svém srdci nepocítujeme nenávisť. Pozitivní myšlení nám nebrání upozorňovat na nespravedlnosti, aniž bychom byli sami nespravedliví nebo na agresi odpovídali agresi. Jasně „Ne“ není negativní myšlenka. Jasně „Až potud a dál ne“ také ne. Záležitostí, které vyžadují zlepšení, ale neposloužíme, když se nad nimi budeme rozčilovat a vztekát, a tak produkovat další zlobu a vztek.

Zlost a vztek patří na papír, který je jako „milý Pánbůh“, vezme na sebe všechno a neprozradí to nikomu jinému (pokud ho nenecháme ležet v nesprávnou dobu na nesprávném místě). Papíru můžeme a měli bychom svěřovat své

záporné pocity, tak jako to děláme ve stavu alfa. Můžeme a měli bychom je natolik rozvést, abychom našli pochopení a řešení konfliktu nebo mrzutosti a pak je mohli přeměnit v odpuštění, ve zbavení dluhů a nakonec v lásku. Myšlenková hygiena znamená, že špinu nejprve rozeznáme, dříve než ji odstraníme (dokážeme odstranit). Když ale duši čas od času důkladně očistíme, měli bychom pak dbát na to, aby se okamžitě zase nezačala usazovat nová špina (negativní myšlenky). Je třeba, abychom získali cit pro to, co a kdy myslíme a říkáme pozitivně a co a kdy negativně. Často si to uvědomíme teprve tehdy, až budeme – zase – psát seznam. V tomto případě má sloupec plus a sloupec minus a vyplnit ho můžeme z paměti buď večer, nebo o polední přestávce. Má to velkou očistnou hodnotu, to naše duše i naše okolí pozná okamžitě. Budeme mít obratem méně problémů tělesného, psychického i komunikativního rázu.

Náš mozek funguje skutečně jednoduchým způsobem. Když vás poprosím: „Nemyslete na růžového slona!“ – na co budete myslet? Samozřejmě na růžového slona, na kterého myslet nemáte... Platí to i pro všechna ostatní témata. Ukazovat válku, abychom válce zabránili, tedy nefunguje. Ten, kdo tvrdí, že chce jen před válkou varovat, když ji ukazuje, ji ve skutečnosti podporuje. Mozek nikdy nevypíná. Když ho čas od času nezklidníme, je brzy přetížený. Každá reklama, každé ponaučení, každý konflikt produkuje tolik myšlenek, že to v hlavě hučí a píská, takže by se leckdo raději vydal do baru než do spirituálního koutku. Jestliže se nenaučíme přebírat odpovědnost za své myšlenky, budou do nás bušit ze všech stran – i takové, s nimiž nechceme mít nic společného. A jestliže se nad tím rozčílíme, budeme s tím mít ještě více společného.

Myšlenky mají velkou moc. Ve III. oddíle této knihy se popisuje, jak lze pozitivními nebo negativními myšlenkami ovlivnit dokonce i kvalitu vody (viz str. 180). Funguje to ale nejen u vody, nýbrž u všeho, co nás obklopuje. Jak tedy můžeme urovnat své myšlenky, aby se dostavil účinek, jaký si přejeme?

Afirmace

Afirmace je moderní slovo pro modlitbu, mantru nebo přání. Afirmace má funkci připomínky (memento), má nám něco připomenout. Je to programo-

JSI TO, CO SI MYSLÍŠ.

vání sama sebe, kterým usměrňujeme své bytí. V afirmaci zhutňujeme svůj záměr. Toto zhutnění dodává slovům váhu a opakování zase rytmus – a obojí dohromady zvyšuje jejich účinnost.

Všechna náboženství na světě pracují s principem opakování, když chtějí vyhlásit své poselství. Náš mozek je uzpůsoben tak, že je třeba mu to, co se má naučit, stále znovu a znovu předříkávat. Ovšem v takovém jazyce, kterému náš mozek rozumí. Nesmíme si přitom dovolit závažné chyby. Jestliže si neustále sugerujeme: „Nepožádáš manželky bližního svého,“ není se co divit, že míra rozvodovosti roste a roste. Náš mozek totiž vnímá pouze: „Požádáš manželky bližního svého.“ Zápor „ne“ naše podvědomí neguje – prostě pro něj neexistuje. Jakýmkoli záporům je proto třeba se v afirmaci vyhnout.

Vytvořte si svou osobní afirmaci, na míru strážnou mantru pro řešení svého projektu, který jste si předsevzali na začátku této knihy.

Konflikt, který vedl k fyziologické nebo psychické poruše, jste pravděpodobně rozpoznali během svých fází alfa (viz str. 70). Nalezli jste také adresáta konfliktu a začali jste s ním komunikovat (viz str. 73). Při každém z těchto kroků, zejména při odbourávání konfliktu tím, že si dodáte odvahu ke vzteku, a při následném oddlužení, omluvě a odpuštění se pokaždé něco uvolnilo. Poznali jste, že v každém jednání, které je jádrem konfliktu, lze vysledovat model, který vám připadá známý a který nezapůsobil jen při tomto konfliktu, nýbrž v té či oné formě se projevuje (projevil) i v mnohých vašich dalších životních situacích.

Myslím si, že každý ví, o čem mluvím. Čím konkrétněji dokážeme něco pojmenovat, tím lépe. Proto je radno uvědomit si model svého jednání ještě jednou tím, že si ho napíšeme, a podle něho pak formulovat energii pro řešení.

Jak důležitá taková konkretizace je, ukazuje následující příklad:

„Budu si hledat povolání a vybuduji na něm svou existenci.“

Pozor! Představte si, že si tuto afirmaci denně opakuje. Kdy se vyplní? Vždycky to bude v budoucnosti – tedy nikdy, neboť při každém opakování prohlašujeme: „Budu...“ Účinná afirmace by proto měla být vždy formulována v přítomném čase:

„Nacházím si povolání a vybuduji na něm svou existenci.“



I v tom se ale stále skrývá kousek budoucnosti. Lepší je proto říkat:

„Nacházím si povolání a budu na něm svou existenci.“

Jde to vyjádřit ještě silněji? Afirmací bychom měli předjímat výsledek:

„Mám povolání a budu na něm svou existenci.“

U každé formulace musíme přesně vycítit její silné a slabé stránky. Nejzřetelněji to pocítíte, jestliže si svoji afirmaci nahlas přeříkáte, nebo ještě lépe, jestliže to udělá někdo jiný. Přitom se okamžitě projeví váha a opodstatnění afirmace.

Otázka musí znít: „Máte/mám pocit, že afirmace sedí?“ Nebude-li odpovědí jasné ano, je třeba ji ještě vypilovat. Je tedy nutné, abychom něco postulovali, abychom vyhlásili jakýsi zákon svého bytí, který bude v souladu s naší duší. Zákon, kterým se bude moci řídit naše ego a naše celé já, budeme-li si ho každou hodinu nebo každý den ráno, v poledne a večer opakovat. Z tohoto hlediska pak může být afirmace velmi jednoduchá, a v jednoduchosti je síla:

„Povolání je mou existencí.“

To zní dobře.

Každou formulaci je třeba prověřit v tom smyslu, zda dává člověku správnou orientaci. Pomáhá zhutňovat nějakou ideu tak, aby se projevila? Jaký bude mít účinek, jestliže si ji vytiskneme a všude si ji vyvěsíme jako „memento“? Budete vědět, co máte dělat, jestliže se v ní říká: „Povolání je mou existencí“? Můžete-li si na tuto otázku odpovědět jasným Anem, našli jste svoji afirmaci. Vytvořili jste podporu pro své konkrétní kroky.

Afirmaci můžete dopilovat i později, zjistíte-li, že existuje silnější formulace. Hlavní je, že vás nyní vede správným směrem a že s ní jsou spojena zcela určitá opatření, která podle svých záměrů v daných termínech uskutečňujete.

To je úlohou afirmace. Neexistuje patrně nic účinnějšího než denně pracovat s afirmací. Především tříbí náš cit pro to, abychom poznali negativní afirmace ve svém projevu a abychom je odstranili. Některé z nich naleznete ve výše uvedeném seznamu. Nyní začneme ještě pozorněji sledovat, jak často jsme dosud nějakým nevědomky vysloveným tvrzením sami sebe negativně programovali. Provádíme-li myšlenkovou a slovní hygienu, mohou pozitivní afirmace plně rozvinout svoji sílu a znatelně ovlivnit kvalitu našeho života.

III

Člověk – duchovní bytost

1 / Jak myslím, takový jsem

Věk myšlení

Až do počátku 70. let minulého století jsme žili v průmyslovém věku, protože většinu hrubého sociálního produktu, tedy celkového hospodářského výsledku, vyprodukovaly stroje a těžký průmysl. Pak většinový podíl přešel na sektor komunikace. K telefonu a televizi se přidaly počítače a internet, mobilní telefony a mnoho dalších novinek v oblasti komunikačních technologií a telekomunikačních služeb.

Zásadní program života, který prochází všemi epochami, se nazývá *uvědomování*. Cesta k němu je dlouhá. Zpětně ji můžeme sledovat pouze schematicky 14 miliard let. Dopředu téměř nevidíme. Existuje sice několik knih, které předpovídají vývoj do roku 2012, to ale není ničím v poměru k tomu, co bylo dosud. Nesmíme si přitom ovšem představovat lineární průběh času, protože ten jsme vynalezli my a lze ho použít pouze pro pohyb v trojrozměrném prostoru. Při lineárním průběhu času jde o přepočítávání univerzálních procesů z logaritmu tří na logaritmus deseti. Desítková soustava je konstrukce, kterou nesprávně používáme pro vše, co nás obklopuje, třebaže je nezbytná pouze k výpočtu, to znamená k uvědomování si průběhu mechanického pohybu. Všechny ostatní procesy v univerzu probíhají podle logaritmu tří. Ani to přitom není zcela správné, ale pracujeme s tím pro jednoduchost, protože ve skutečnosti tři nejsou celé tři, nýbrž 2,71828... – číslo *e*.

Toto číslo je přírodní konstanta, to znamená, že ať někde ve vesmíru změříme či vypočítáme cokoli, jde pokaždé o násobek nebo podíl čísla *e*. Objevil je zhruba před 250 lety Leonhard Euler, a dosud je nebylo třeba korigovat. Dodnes z toho ale nebyly vyvozeny důsledky. Přestože mnoho výpočtů – které pro jednoduchost vyjadřují například trojrozměrný prostor číslem tři, ačkoli

tyto rozměry (dimenze) nejsou shodné, a nelze je tedy získat jako trojnásobek jedné – je prostě chybných, počítáme dále s číslem tři, a řadu jevů proto nedokážeme vysvětlit, uvědomit si je. Rozdělíme-li matematicky číslo *e*, dostaneme pro minulost hodnotu 1, pro přítomnost také hodnotu 1, ale budoucnost není dokončená, a proto se v univerzu jeví jako 0,71828. To je zajímavé hledisko pro karmu a víru v předurčení osudu. Abychom pochopili univerzum, to znamená, abychom pokročili v procesu uvědomování, nemůžeme operovat s desítkovou soustavou. Například Mayové měli číselnou soustavu, která nevycházela z čísla 10, nýbrž z čísla 20. Toto číslo odpovídá třetí mocnině přírodní konstanty *e*; e^3 rovná se 20,0855.

Když nějaký matematický výpočet vyjde, zprostředkovává nám vědomí, proto tu je. V naší soustavě ale skoro žádné výpočty nevycházejí. V každém případě ne ty vysoké. Začíná to naším hospodářským systémem, který je nastaven na nekonečný růst v konečném prostoru, a proto nemůže vyjít. Týká se to tak důležitých hospodářských odvětví, jako je výzkum kosmu, v němž se uplatňuje to nejvyšší know-how, které máme k dispozici. Přesto není možné na základě dosud používaných vědomostí správně vypočítat kosmický let, aniž by výpočty musely být v průběhu letu korigovány. Když chce dát NASA svému malému roveru na Marsu povel „dopředu, dozadu, doprava, doleva, zastavit“ (více toho rover neumí), musí čekat 20 minut, až signál dorazí, a pak si dát dalších 20 minut pauzu, než do Houstonu dorazí potvrzení o jeho přijetí.

Kdyby Americký úřad pro letectví a vesmír stále ještě nelpěl na starém světovém názoru, který zastávali Newton a Einstein, mohl by se svým roverem komunikovat bez znatelného prodlení. Existuje například Einsteinovo dogma, že rychlost světla je nejvyšší rychlostí ve vesmíru. Profesor Günter Nimtz z univerzity v Kolíně nad Rýnem ale může dokázat, že světlo, které nechá procházet plastovou trubicí, mnohonásobně zvýší svou rychlost, musí-li procházet optickými mřížkami a hranoly. Prof. Nimtz a jeho kolegové zpočátku nedovedli tento jev vysvětlit. Podařilo se to teprve na základě teorie kosmických stojatých kompresních vln ve vakuu, jejímž autorem je Hartmut Müller. Mřížky a hranoly umístěné v trubici umožňují vznik stojatých vln. Na tyto vlny dopadá světlo a téměř bez prodlení překonává jejich délky. Aby to fyzika skutečně pochopila a NASA mohla využít, musely by převzít Müllerovu analýzu a teorii *Global-Scalingu*. K tomu se ale ještě neodhodlaly, protože Dr. Müller neučinil tyto objevy v Americe, nýbrž v Rusku, a vyrostl v bývalé NDR...

Největší potíže přírodních věd pramení z jejich lineárního chápání času. Proto všechno, co děláme uměle, ve skutečnosti není ve shodě s přírodou a s univerzem. Odpor, opotřebení a utrpení, které to vyvolává v celém světě, už nelze déle snášet. Šíří se pocit, že to tak nejde dál, nehledě k tomu, že nikdo nedokáže říci, kam vůbec cesta s takovýmto světovým názorem vede. Co má být cílem našeho snažení? Zdraví? To se zhoršuje. Šťastné vztahy? Těch ubývá. Bezstarostnost? Nůžky mezi bohatými a chudými se stále rozevírají. Mír? Přibývá válek. Co nám tedy má tento světový názor přinést?

Nyní se tento světový názor mění. Věk komunikace vytváří předpoklady pro uvědomování. Vědomí může ve společenském pohledu vzniknout jedině díky informacím. Jinak bychom nebyli bývali schopni přenést se z průmyslového věku přímo do věku informatiky. Bez technického vybavení našeho života komunikačními prostředky by se vědomí nemohlo rozšiřovat. Nezávisle na našem osobním vědomí a na tom, zda vypočítáváme vývojové procesy správně nebo nesprávně, tyto procesy probíhají podle logaritmických a exponenciálních funkcí na základě e . Exponenciální funkce nikdy neprobíhá lineárně, přímočaře, nýbrž vždy zahrnuje skokový proces. Jestliže se univerzum vyvíjí podle exponenciálních funkcí, musí se tak vyvíjet i naše evoluce, ani ona tedy není přímočará, lineární, nýbrž skokově exponenciálně vzrůstá a neustále se urychluje.

KOMUNIKACE PODPORUJE VĚDOMÍ.

Zatímco dřívější epochy trvaly nejprve miliony a pak statisíce let, postupně se neustále zkracovaly. Éra sběračů a lovců trvala 15 000 let a poté ji vystřídalo období pěstování plodin a chovu dobytka; řemesla byla stará cca 3000 let, když byla vystřídána průmyslovou érou; ta trvá sotva 300 let a už ji střídá věk komunikace, který po pouhých 35 letech vyústuje ve věk vědomí neboli informací, jak ho mnozí nazývají. Ve fyzice dříve zhruba každých 200 let docházelo ke změně paradigmat na základě nově objevených faktů. V minulém století se ale tento interval zkrátil na deset let, a nyní se zdá, že ani to už nestačí. To, co tedy ještě před pěti lety platilo nebo odpovídalo úrovni dosažených vědeckých poznatků, musí být dnes znovu revidováno.

Problém přitom není ani tak na straně přírodních věd, jako spíše filozofie. V přírodních vědách neexistuje rozpor mezi duchem a hmotou, neboť pro ně mimo rámec takzvaných přírodních zákonů nic neexistuje. I když je výzkumu naléhavě zapotřebí – mohou z něho vzejít vždy jen materialistické poznatky

a nic, co by bylo ryze duchovní povahy. Díky radikálnímu zdokonalení vědeckých metod měření je ale již možné zachycovat nemateriální jevy a zahrnovat je do teorií poznání. Proto již v přírodních vědách není třeba rozlišovat mezi duchem a hmotou.

Ve filozofii je tomu jinak. Tady se ještě zásadně rozlišuje mezi materiální a duchovní oblastí, a tím, že filozofie ovládá přírodní vědy, existuje stále ještě teoretické vyčleňování ducha. Přírodní vědy samy již dospěly k otázce: „Jaká je vzájemná reakce vědomí a hmoty?“ Duch, pramen poznání, je pro přírodní vědy genotypem hmoty, nejúčinnější formou její existence, protože spotřebovává nejméně energie. Vědomí nemá žádné pevné místo, žádné centrum, nachází se všude, v každé galaxii, v každém atomu a v každé elementární částici. Abychom s ním navázali spojení, nejde o to kde, je to otázkou měřítka.

Měřítka jsou řádové hodnoty a každé měřítko má svou vlastní energetickou úroveň. V tomto smyslu se v každé elementární částici nachází celé univerzum. Pochopit to nám brání naše chápání času. Pociťujeme čas jako velmi relativní. Nudná hodina je mnohem delší než zajímavá hodina. Pociťujeme čas podle toho, jaká je jeho hustota událostí, a tak ho také můžeme vypočítat s pomocí přirozeného logaritmu tří (e). Pokud ale čas pouze nanese na časovou přímku podle logaritmu deseti, nemá mnoho společného se skutečným životem. Hustota událostí je patrná pouze při vyjádření podle logaritmu e .

Začneme-li pohlížet na svůj život na základě e místo desítky, rázem si uvědomíme spoustu věcí, které můžeme dělat správně; správně znamená v souladu s přírodou. Pokud jsou všechny oficiální výpočty našeho života chybné, protože nejsou přirozené, nemůžeme se divit, že se život vyznačuje chorobami, bídou, nespravedlností, válkami, plýtváním, ničením životního prostředí, vymíráním druhů a tak dále...

I když si uvědomujeme, že náš duch je tu od toho, aby v každém okamžiku vytvářel naši skutečnost, nemůže tento proces probíhat nezávisle na tom, co tento duch, tedy my, již dosud vytvořil. Máme přitom přehled o procesu dosavadních zhruba 14 miliard let v univerzu, které se vyvíjí podle logaritmu e . Dosud se nám nepodařilo zjistit, zda existují i jiné vesmíry, které se nevyvíjejí podle logaritmu e , a je velmi sporné, zda by mohly být teoreticky možné. Přibližně 260 kup galaxií, které byly dosud objeveny a které tvoří nám známý vesmír, se řídí stejným logaritmickým, škálově invariantním modelem, a proto podle nich můžeme řídit svůj vývoj i my na planetě Zemi.

Na základě zrychlení času se nyní dostáváme do procesu uvědomování, který razantně mění všechny oblasti života. Začíná to tím, co je pro nás lidi v životě nejdůležitější: naším zdravím. Chceme buď zůstat zdraví, nebo se uzdravit, a v obou případech jde o tentýž proces vědomí, o nějž stále jde i v této knize.

Je-li v globální evoluci komunikace potřebná jako předpoklad pro rozvoj vědomí, platí to i v evoluci individuální. Už Buddha před 2500 lety byl tázán, k čemu jsou dobrá klášterní společenství, když lze nejvyššího vědomí dosáhnout i tím, že člověk sedí sám v jeskyni a medituje. Buddha odpověděl: „Osvícení můžeš jistě dosáhnout i sám v jeskyni, ale k tomu, aby se z procesu uvědomování stala metoda, je zapotřebí komunikace, jinak není možná systematizace.“ Navíc člověka netěší, když on sám dosáhne vyššího vědomí a všichni ostatní zůstanou daleko za ním. Člověk je stádní tvor, a proto každý sdílí osud s ostatními. Chceme-li svůj osud změnit, musíme to udělat jako stádo. Člověk jako jednotlivec není sám schopen přežít. Proto se spojíme i v zájmu svého zdraví. Rozvoj je podstatně efektivnější a rychlejší, jestliže ho proděláváme společně. Každá společenská změna vyžaduje osobní změnu. Pracujeme-li nyní na rozšíření svého vědomí, projeví se to i společensky, a můžeme být rádi, že už tolik lidí vzalo rozvoj svého vědomí do vlastních rukou a vyměňuje si své zkušenosti s ostatními.

Bohužel není náhoda, že odpůrci nebo nezasvěcenci používají pojem „esoterika“ k ocerňování duchovní cesty. Je to tím, že mnozí, kteří se esoterice věnují, hovoří o věcech, které sami nezažili a znají je nanejvýš z doslechu nebo je někde vyčetli. Druzí to vycítí, začnou být skeptičtí a ohrnovat nos.

Na druhé straně mnoho lidí navenek neprojevuje to, co sami prožívají. Má to pochopitelné důvody: nechťejí vypadat jako lháři a případně být vyčleněni ze společnosti. Chtějí se vyhnout konfliktům, a proto se chovají „naprosto normálně“ a svůj skutečný světový názor skrývají. Možná ten či onen řekne, že hovoří se svými buňkami, ale píchne tím nejspíš do vosího hnízda, když se o tom zmíní před nesprávnými lidmi. Raději tedy neříkat nic, a navíc si člověk často není jistý, jak by měl svůj světový názor formulovat.

Mnohem přesvědčivější je, jestliže někdo na základě svého spirituálního vědomí získá zkušenosti, které zlepšují kvalitu jeho života, především v oblasti zdraví. Je úplně jedno, v jaké rovině se tento prožitek odehraje; nemusí to být žádná bůhvíjak okázalá zkušenost, o níž bychom měli hovořit. Musí být jen autentická, to přesvědčí. Pokud se slova budou shodovat s činy, získá esoterika dobrou pověst. Pojem „esoterika“ vyjadřuje, že jde o vnitřní zkušenost, která

by měla zůstat co nejskrytější, aby nemohla být zdiskreditována jinak motivovanými lidmi. Ale to teď už není problém. Věk vědomí nás přímo nutí hovořit o našich vnitřních zkušenostech a rozsáhle spolu komunikovat, neboť tato komunikace vytváří jazyk, kterým je možné oslovit celé stádo.

Proto je v tomto věku každý vyzván, aby mluvil o tom, co prožívá, a otevíral se novým zkušenostem. Pojem *esoterika* už není namístě, vypouštíme ho hovořice spíše o duchovní, intuitivní dimenzi, v níž existuje duše, kterou už dál nezabýváme. Hovoříme o těle jako o hlásné troubě své duše. Ten, kdo sděluje své zkušenosti v tomto kontextu, dělá něco pro nový věk a nachází pochopení.

Zhmotňování idejí

Jsme duchovní bytosti. Univerzum je duchovní bytost, všechny bytosti jsou duchovní povahy. To nejpodstatnější, co může duchovní bytost udělat, je koncentrovat se. Tento duchovní stav nacházíme i tam, kde hmota dosahuje nejvyšší nám známé koncentrace: v *diamantech*. Diamant má nejvyšší atomovou hustotu ze všech forem hmoty na Zemi. Atom se ale z 99,9 % skládá z ducha. Ačkoliv v procesu evoluce vzniká tak málo skutečně materiálního, je jeho hojnost neuvěřitelná – plný, viditelný život tak daleko, kam až oko a teleskopy dohlédnou. Voda, hory, lesy a pole, půda, kov, oheň, vzduch – to vše je živoucí, inteligentní, láskyplný život, to vše jsou individuální zhuštěné duchovní procesy, které nalezly své přechodné vyjádření.

A přesně to přejeme svému záměru při řešení projektu: aby se projevil. Duchovní impulz, který jsme řešení projektu dali, idea, s jejíž pomocí se chceme uzdravit, se má stát skutečností. Znamená to, že idea má projevit účinek, projekt má být vyřešen, energie mají být sladěny a tak nám přinést uzdravení. Tento proces, jímž se idea stává skutečností, je procesem kmitání, který se odehrává nepřetržitě, všude v univerzu. Podnětem k němu je koncentrace, svažování energie. K tomu je zapotřebí cíl, na který se můžeme zaměřit. V Bibli je tento proces popsán velmi plasticky: „Bůh pravil: ‚Budiž světlo‘ a bylo světlo.“

Bůh je jiný výraz pro našeho ducha, pro Velikého ducha, jak ho nazývali indiáni; „pravil“ znamená, že se z ducha konkretizuje vědomí. Tím, že něco vyslovíme, si to uvědomíme. Tímto postu-

**V SOUSTŘEDĚNÍ
NA IDEU SPOČÍVÁ
VÝKON.**

pem navážeme všudypřítomnou energii na určitý aspekt, který tím, že ho vyslovíme, zvýrazníme ve svém vědomí, a v tomto případě je to „světlo“. Na světlo se zaměříme. To je soustředění na ideu „světlo“. V tom spočívá výkon.

Opakuji to ještě jednou proto, že si v tomto univerzálním postupu nikdy nemůžeme udělat dostatečně jasno: *Náš duch je energie*, je takřikajíc stále pod proudem, ve dne i v noci, s tělem i bez něho – duch je aktivní nepřetržitě, bez začátku a bez konce. Bez ustání vytváří nějaké obrazy, myšlenky, ideje. Z této „polévky“ nebo z tohoto oceánu, z duchovního všehomíra, nyní načerpáme sklenku vědomí: Oddělíme jednu ideu od ostatních tím, že ji vyzdvihneme do svého individuálního vědomí. Uděláme to tak, že tuto ideu vyslovíme nebo napíšeme, nakreslíme, zazpíváme – jakýmkoliv způsobem vybereme jednu zcela určitou ideu ze všech ostatních, kterých je nekonečné množství; tím získáme cíl, na který se můžeme zaměřit. Nenecháme svou nekonečnou duchovní energii dál jen tak volně vznášet, ale soustředíme se na vyčleněnou ideu, na myšlenkový aspekt, z něhož jsme udělali svůj cíl.

Když se na tuto ideu soustředíme, když na ni nasměrujeme svou svázanou energii, začne kmitat, rozvíjí se. Některé ideje jsou tak velké, že potřebují mnoho energie, aby začaly kmitat, menší ideje se rozkmitají už při menším množství soustředěné energie. Každá myšlenka, kterou jsme vylovili z duchovní prapolévky, ale vyžaduje určité soustředění energie, aby začala kmitat, to znamená, aby se začala uskutečňovat. Řekneme-li: „Budiž světlo,“ vyžaduje to vysokou koncentraci, aby bylo světlo. Nic není nemožné, jak uvidíme. Každá, ale skutečně *každá* idea táhne k uskutečnění, stejně jako se každá spermie snaží oplodnit vajíčko. Dokáže jich to ale vždy jen velmi málo, u člověka většinou dokonce jen jedna. A přesně to je ten impulz, který dorazí do sklenice, kterému je dodána energie a který se smí rozvíjet.

Vidíme, že tedy velmi záleží na tom, na kterou ideu se zaměříme. Začíná to tím, jak ji formulujeme, jakými slovy ji vyslovíme. Abychom jí dodali vědomí, k tomu potřebujeme obrazy, pojmy, řeč.

Řeč nového věku

Zajímavé je, v jaké řeči duchovní poradci, léčitelé, šamani, psychologové, psychoterapeuti, lékaři a duchovní vykonávají své povolání. V zásadě můžeme říci:

Čím jednodušší, tím lepší. Záleží v první řadě na tom, jaká slova na nás působí. Chceme se uzdravit, aktivovat své samoléčitelé síly. Pokud se domníváme, že to nedokážeme sami, je důležité tak dlouho hledat poradce pro procesy samoléčení, dokud nenajdeme toho, jehož řeč pronikne do našeho nitra. To je pro léčebný proces rozhodující.

Tibeťané, kteří zkoumají ducha 1300 let, mají dvacet výrazů pro vědomí. Kolik jich máme my? Duch, vnímání, vědomí, světonázor, koncepce víry, Bůh – a dál? Jaký systém v těchto pojmech panuje? Divoký zmatek. Zcela jinak se staráme o pojmy, jimiž do svého vědomí vyzdvihujeme technické procesy. Ty jsou tak precizní, že se dva inženýři mohou bavit o motoru a bez nákresu si dovedou představit, běží-li či ne. Tato preciznost je výsledkem našeho zkoumání hmoty, které trvá už déle než 1300 let. Eskymáci na základě svých životních zkušeností zkoumali bílou, a proto rozlišují 21 pojmů, které ji označují. Jak diferencovaně se dovedou bavit počítačovní odborníci? Jejich vědomosti existují především v angličtině. Žádný jiný jazyk neumožňuje hlouběji proniknout do oboru IT.

Každá řeč se specializuje na určité oblasti zkušeností svých uživatelů. My se nyní můžeme ptát, jakým jazykem se bude převážně hovořit ve věku vědomí. Obávám se, že tibetština to nebude, přestože Tibeťané k tomu mají nejbohatší slovní zásobu, Tibet je ale politicky izolovanou zemí.

Také sanskrt má velkou kapacitu pro rozvoj vědomí, existuje už ale pouze jako historický jazyk, podobně jako latina. Každá země tedy musí sama začít zkoumat vědomí a v souvislosti s tím si vytvářet nové pojmy. My Němci, jako národ „myslitelů a básníků“, jak se o nás říká, máme řeč, která se hodí k tomu, aby se stala odborným jazykem pro procesy vědomí. Až se stane všeobecnou zkušeností, že být a zůstat zdravý je otázkou vědomí, vytvoří se pro to i odpovídající jazyk.

Medicína dává přednost staré latině, což z ní dělá elitu a odděluje ji to od „prostého lidu“, který v důsledku toho nemůže a nemá mluvit do reforem zdravotnictví. Medicína dodnes neměla potřebu přizpůsobit svůj jazyk pacientům. Oni by pak totiž okamžitě věděli, co s nimi lékaři zamýšlejí. To by svrhlo bohy v bílém z jejich trůnu. Když rozvíjíme duchovní léčení nemedicínskými metodami, měli bychom dbát na to, abychom používali všeobecně srozumitelnou řeč, neboť by tyto metody měl snadno zvládat každý. Náš jazyk už dnes je velmi mnoho moudrosti. Vezměme si například slovo „vývoj“ (*Entwickel*)

**MŮZEME
MYSLET NA TO,
PRO CO MÁME
SLOVA.**



Ten, kdo se vyvíjí (*sich entwickelt*), se doslova uvolňuje ze zapletení (*Verwicklung*). Nebo slovo „vnímání“ (*Wahrnehmung*). Má sice něco společného s pravdou (*Wahrheit*), ale nehovoří o absolutní nebo objektivní pravdě, říká jen, že vnímání (*Wahrnehmung*) je to, co bereme jako pravdu (*wahr* = pravdivý, *nehmen* = brát – pozn. překl). Bereme něco jako pravdu, a tím se to pro nás stává pravdou. Takováto definice pravdy je velmi moudrá. Kdybychom se touto moudrostí řídili, bylo by mnohem méně sporů.

Tibetáné nyní musí do svého vědomí nově zahrnout techniku. K tomu potřebují nová slova. V důsledku globalizace tyto pojmy nevytvářejí sami, nýbrž vypůjčují si je z angličtiny a zabudovávají je do svého slovního projevu. Naším uším to často zní velmi legračně. Ale v němčině je tomu jinak. V každé druhé větě mladších osob se vyskytuje nejméně jedno anglické slovo. Mívám s tím potíže při psaní. Když píšu o spiritualitě, chci si vystačit s němčinou, ale zjišťuji, že na základě naší kultury jsou často k dispozici jen křesťanské výrazy. Ty implikují světový názor, který se v mnoha bodech nekryje s mým chápáním spirituality. Doufám, že za dvě tři generace budeme moci hovořit o procesech vědomí a o spektru jejich působení stejně jako Eskymáci o bílé.

Když dnes hovoříme například o příčinách nemoci, velmi brzy skončíme u pojmu vina. Co tento pojem implikuje, to jsme se dozvěděli už v kapitole o nalezení duše. Potíž je ale podle mě i s pojmy pokání a hřích nebo (do určité míry) i s pojmy anděl, svatí, nebe a peklo, nebo s frází „Bůh ho/ji povolal k sobě“. Jakým slovem popíšu proces mezi „opuštěním těla“ a „znovuzrozením“? Je to téma pro ducha, nebo pro duši? Je duch totéž co Duch svatý? To určitě ne. Je tedy potřeba nastolit pořádek, udělat v tom jasno a vytvořit vlastní jazyk pro zcela nový obsah sdělení.

Bezmyšlenkovitost

Scházíme se před jatkami. Oznamujeme akci obecnímu úřadu. Posadíme se, aniž bychom chtěli záměrně někomu bránit. Máme s sebou velké transparenty s výjevem z hromadné porážky dobytka. Nazýváme tuto akci *starostí o duše*.

Prohlašujeme, že nám jde o osvobození milionů duší, které byly kvůli naší chtivosti zrozeny k zajetí, žily v izolaci a nakonec byly zavražděny, jen abychom mohli otročit hmotě a své tělesnosti. Naše akce je zdůvodněna eticky, morálně,

společensky, politicky, humanisticky. Jak se tak protloukáme životem, jsme odtrženi od tvorstva. Ztratili jsme jednotu se všemi bytostmi. Naše izolované já neustále hledá nějaké náhradní jistoty. Protože se domnívá, že je v prvé řadě materiální bytostí, chce se materiální cestou spojit s jinými bytostmi. Jeho marné hledání se pro ně stalo posedlostí. Baží po tělech jiných bytostí. Rituál dovnitř a ven je pro ně posvátný.

Kdy navážeme kontakt s dušemi těchto bytostí? Kdy rozpoznáme jejich jedinečnou individualitu, jejich bdělého, báječného ducha, s nímž dávají a přijímají lásku? Kdy? Kdybychom to učinili nyní, nemohli bychom je dál vraždit a pojídat, stejně jako své spoluobčany. Jaké brutální břemeno nakládáme na bedra rolníků, chovatelů dobytka a řezníků proto, abychom se mohli oddávat svému materialismu? Bez masa bychom byli zdravější, bdělejší, klidnější, výkonnější, přátelštější, krásnější, nenáročnější a úplnější. Zvířata by byla našimi bratry a sestrami, tvořila by s námi duševní jednotu. Nepanoval by mezi námi strach, nýbrž respekt, láska, uznání, radost a pocit odpovědnosti.

Obrat nastane teprve tehdy, až se budeme považovat za duchovní bytosti, které žijí hierarchii svého bytí. Velení převezme duch. On ovládá naše pocity a naše tělo, ne obráceně. Duch dává pozor na duši, nejen individuálně, ale na všechny duše. Platí to i pro pšeničné zrna, list, plod, které je třeba respektovat s vyšší, zásadní úctou k životu.

**DOKUD EXISTUJÍ
JATKA, BUDE SE
ZABÍJET.**

Nalezení míru

Každý chce mír. Dokonce i ti, kdo vedou válku, to dělají se záměrem nastolit trvalejší mír. Ponechme protentokrát stranou, jak nevhodný je to prostředek, a konstatujme pouze: Každá bytost si přeje mír. Proč ho přesto nemáme? Už bylo učiněno mnoho pokusů o zodpovězení této otázky. Možná je nutno vrátit se na začátek, abychom věděli, kde jsme dnes. Jak to bylo s mírem, dokud neexistovali lidé?

Už v době, kdy jsme jako zhuštěný, materiální projev našeho ducha ještě nepřekonali zvířecí formu, jsme měli s mírem problém. Subjektivně byl možná tento problém pocítován stejně silně jako u dnešní lidské formy. Vlk požírá ovci, pták červa, některým stačí tráva.

Jsou-li ale všechny bytosti bytostmi, nezáleží tolik na tom, která bytost obětuje své tělo pro kterou bytost. Buddha se obětoval lvici, která vychovávala tři mláďata a nenašla nic k snědku. Tráva se obětuje krávi, červ ptákovi, pták kočce, ovce vlkovi a všichni dohromady člověku (více či méně). Jaký smysl má mírumilovnost, když se všichni požíváme navzájem?

Jednou jsem se zeptal stromu a on měl odpověď. Myslím si však, že existuje ještě více různých odpovědí. Jedna jistě spočívá v tom, že zvířecí forma kladla našemu úsilí o mír meze, které jsme nedokázali překonat, a z tohoto a dalších důvodů jsme hledali novou formu. Lidská forma nám nabízí možnost sedět s bytostmi v klidu a míru u jednoho stolu a dokonce sdílet lože s tou či onou, s níž bychom se ve zvířecí formě potkávali se strachem nebo bychom ji na místě pozřeli. Občas se na konferenci z legrace dívám na lidi, kteří sedí kolem, a pozoruji je z hlediska toho, jaká zvířata mi připomínají. Pod intuitivním zvířecím pohledem se objevují jednotlivé druhy a lze konstatovat, jak velké mírumilovnosti se nám už podařilo dosáhnout. Tady sedí malá myška přímo vedle hrdé kočky, aniž by se něco stalo! Orlovi sice žádostivost přímo kouká z očí, když pozoruje králíka na druhé straně stolu, ale mír zůstává zachován. Je k nevíře, jak mimořádný výkon od nás dosažení tohoto pokroku vyžadovalo. Ke skutečnému pokroku ale máme stále ještě hodně daleko.

Od té doby, co jsme se začali inkarnovat ze zvířecího světa jako lidé, se ze zvířecího druhu na lidskou rasu přenesla spousta agrese. To dokazuje, že evoluce kráčí dál, i když s nepříznivými zvraty a podle našich představ příliš pomalu. Masakrování kmenů, apartheid, pronásledování Židů i nenávisť vůči cizincům je na ústupu, ale stále jsme ještě na hony vzdálení požadavku moci se považovat za výkvet tvorstva. Otázka zní: Proč provozujeme jatka, pořádáme bitvy a mučíme se navzájem? Co nás láká na tom, pojídat, ničit, znásilňovat a trýznit těla jiných bytostí? Jakým pudem se řídí malé děti, které zničí svému kamarádovi bábovky z písku? Konkurencí? Jedině náš vlastní výkon má být trvalý a dojít uznání?

Myslím, že si neustále chceme nějakým způsobem připomínat pomíjivost hmoty. Zdá se, že instinktivně nechápeme smrt jako absolutní ztrátu, nýbrž jako vyrovnávání energií. Vrahové a vojáci se po svých činech cítí jako po hostině, sytí a zemdlení. Je to jako energetický výboj, kterého je dosaženo zničením či zraněním jiného těla. Vlastní existence je potvrzena a zhodnocena zničením jiné existence. Přežitím v boji na život a na smrt a zabitím a snědením zvířete posilujeme svůj pocit „já jsem“. Mírumilovní civilizace ale může vzniknout

teprve tehdy, až se tento pocit „já jsem“ nebude vztahovat na naše tělo, nýbrž na naši nesmrtelnou duši.

Na této změně vědomí nyní pracujeme. Nejprve si musíme plně uvědomit své lpění na tělesnosti. V tomto okamžiku si nedovedeme představit, jak je možné princip *sežrat a být sežrán* sloučit s láskou a harmonií. Cesta k tomuto cíli zcela jistě nevede přes naprosté zastavení vzájemného ničení. My lidé, a dokonce i některé jiné masožravé bytosti se sice můžeme stát vegetariány, přesto princip vzájemného ničení zůstane zachován, bereme-li každou bytost jako bytost a neupíráme-li tomu, co si přivlastňujeme – například hlávce salátu – jeho bytostnost. Jak tedy dosáhneme skutečného míru, v němž by ti brutálnější a silnější nežili na úkor mírumilovnějších a slabších? Neboť to by nebyl žádný mír.

Známe příběhy o tom, že se bytosti s láskou a ochotou obětují pro pozitivní, altruistickou ideu, protože považují své tělo pouze za prostředek sloužící k určitému účelu a smrt jejich těla pro ně nepředstavuje bolestnou překážku. Mírumilovnost takovéto oběti spočívá v tom, že je optimálně zvolen její účel a okamžik uskutečnění. Duše, která takto cítí, ale nepovažuje tento akt za oběť, nýbrž za investici, kterou lze uskutečnit jen jednou v životě. Všechno ušetřené je takřikajíc vynaloženo na velkou srdeční záležitost, například když někdo zachrání něčí život a položí přitom svůj vlastní. Pokud někdo takovouto investici uskuteční s pocitem, že vklad je v optimálním poměru k výsledku, neobětuje se, nýbrž zlepšuje. Pokud někdo s tímto vědomím nasadí svůj život, není mučedník nebo sebevrah, ale vykonavatel své mise nebo srdeční záležitosti.

Dříve než sklídím hlávku salátu, k níž přistupuji jako k plnohodnotné bytosti, zeptám se jí, zda chce investovat své tělo do mého zdraví. V zájmu této dobré věci se mi radostně odevzdá a nebude žalostně naříkat, až ji vytrhnu ze záhonu a budu krájet její listy na kousky. Vědcům se podařilo zaznamenat slyšitelný křik hlávky salátu při sklizni. Tento pokus dokazuje, že i salát má svou vlastní, individuální duši, stejně jako ji má jehně nebo někdo, kdo zachraňuje něčí život. Je známo, že umírání je nejtěžší tehdy, pokud nemá žádný smysl. Lze předpokládat, že hlávka salátu považovala test vědců za nesmyslný. Možná jí měli vědci předem vysvětlit svůj záměr a získat její souhlas. Tento test by pak ale nutně musel ztroskotat, protože by se pravděpodobně nepodařilo změřit žádný křik, a to jistě nebylo cílem pokusu. Neboť kdyby nebylo nic slyšet, výsledek by se navenek jevil, jako by hlávka salátu neměla duši. Na tomto příkladu vidíme, že materialistický a duchovní světový názor nelze zastávat současně. Spiritu-

ální člověk by měl zájem senzibilizovat se natolik, aby se mu odhalila bytost hlávky salátu. Přírodovědec má zájem na tom, aby mohl něco změřit.

Don Augustin, peruánský šaman a jeden z protagonistů mého filmu *Na cestě do sousední dimenze*, ve svém táboře v amazonské džungli školí lékaře, kteří se chtějí stát léčitelé. Nechá je se zavázanýma očima trénovat nejprve na květinách, aby se naučili cítit jejich energii. Už za jediný den lékaři vycítí, je-li květina v jejich blízkosti. Jako antény přitom používají své dlaně. Když se naučí takovýmto způsobem cítit energii rostliny, zvládli první krok ke komunikaci s její duší.

Pro spirituální lidi není nic bláznivého na tom, jít do zahrady a zeptat se: „Která z vás, milé hlávky salátu, by dnes chtěla přispět k mému zdraví?“ Ten, kdo předtím tyto hlávky salátu s láskou zasadil, pěstoval, zaléval a plel, uslyší od mnoha z nich radostné „Já“, protože bytost, která vyrostla přirozeně, má vždy potřebu oplácet lásku láskou. Nikdo tu nemyslí na oběť, tato myšlenka patří do říše materiálního vědomí, kterému je líto opouštět tělo. Ten, kdo s důvěrou investuje do pozitivního vývoje, nenařiká nad vynaloženými penězi. To by totiž znamenalo, že dárcé lpí na svých penězích a vyžaduje za svou oběť soucit. Takový postoj odebrá aktu darování energii, respektive vytváří energii obětování, která zhoršuje náladu. Zcela jinak to vypadá, když se někdo radostně a nadšeně vloží do nějaké věci. Uvědomuji si, že jsme v naší kultuře tomuto postoji na hony vzdáleni, ale ten, kdo by se chtěl stát spirituální bytostí uvědomující si sebe samu, aby mohl plně zmobilizovat síly svého ducha, nechá myšlenky na oběť za sebou a ztotožní se se svou duchovní kontinuitou.

Poznal jsem v Tibetu dva nomády, kteří postávali před svým stádem pokojně se pasoucích jaků, oči měli přivřené v meditativním stavu, klidně a zhluboka dýchali a pak se tiše zeptali stáda: „Kdo z vás by nám chtěl dát potravu na příští zimu?“ Netrvalo to ani deset minut a jeden z jaků se oddělil od stáda, přiblížil se k pastevcům a před nimi se zastavil. Pro ně to bylo jasné znamení, že ho smějí porazit. Tento způsob zabíjení je patřičně humánní.

Takový způsob smrti nenaruší kosmický mír. Je nesen vědomím, že jsme duchovní bytosti. Jak těžké je k němu v našem materialistickém světě dospět, jasně ukazuje odpor a ošklivost, které pocítujeme, když přijde řeč na podobné téma. Jsme tak silně vázáni na své tělo, že se ho na jedné straně za žádnou cenu nechceme vzdát, a na druhé straně ho bezohledně ničíme, vraždíme a zmocňujeme se ho, pokud patří jiným. Téměř šíleně pátráme po důkazech existence.

Žene nás pocit, že celý ten rozruch kolem našeho ztotožnění s tělem, které je křehkou, prchavou a dočasnou záležitostí, možná vůbec nemá cenu. Většinu času ve svém životě se namáháme a trápíme pro své tělo, a nakonec z toho nic nemáme. Mnozí sní o autě, které stojí statisíce, jen aby mohli své tělo přemístit z bodu A do bodu B, nebo své tělo ověšují šperky a navlékají je do nejdražších hadříků. Každý den oslavujeme své tělo rituálem dovnitř a ven (viz str. 132), jídlem a trávením, abychom pocítili svou tělesnou existenci. Všechny tyto silné existenční rituály mají zároveň něco společného se zabíjením a mučením. Monokultury a velkochovy rostlinného nebo živočišného druhu, války o vodu a o ropu jsou mučením vykořisťovaných bytostí.

Přístup k našim spolubytotem na základě ztotožnění s duší by vypadal zcela jinak. Všechny bytosti by byly respektovány, každá změna formy duše by se odehrávala při plném vědomí. Měli bychom vždy jasno v tom, že jsme sami tvůrci své skutečnosti. Pořád ještě se říká, že Bůh stvořil člověka. Stále více lidí ale říká: „Bůh je ve mně, jsem to já sám.“ To znamená, že jsme se stvořili sami.

Důležité pro to, aby zavládl větší mír, je, abychom z tohoto poznatku vyvodili důsledky a neodříkali se odpovědnosti, nepřenášeli ji na Boha mimo nás, aby konal, jak se mu zlíbí. To neodpovídá našim přirozeným schopnostem v každé sekundě si svým vědomím vytvářet svoji vlastní skutečnost. Naše intuitivní schopnosti leží ladem a čekají na to, až je budeme rozvíjet. Spokojit se s tím, že jsme to dotáhli k lidskému tělu a že tuto vymoženost den co den oslavujeme, znamená evoluční stagnaci. Odpovídá to tvrdošijnosti, s níž oslavujeme to, čeho jsme dosáhli. Možnost dalšího rozvoje experimentu lidství se nám zdá hrozivá a mohla by to, čeho jsme dosáhli, zpochybnit. „Co by ještě mělo přijít?“ ptají se skeptikové. Jestliže neustále uctíváme své tělo, jsme na nejlepší cestě dát v sázku vymoženosti, jichž jsme dosáhli, a dokonce se vyhladit. Vytváříme na Zemi i na obloze klima, v němž se už nedá příjemně žít. Týká se to nejen počasí, ale všech oblastí života, na prvním místě zdraví.

**MÍR JE, KDYŽ
CHCI, ABY BYL.**

Nemoc se vyplácí

Vzhledem ke stávajícímu systému zdravotních pojišťoven to není nic divného. Všichni jsme od plenek vychováváni k tomu, abychom mysleli ekonomicky.

Nejdůležitější pravidlo, které je nám vštěpováno, zní: Každá investice se musí vyplatit, jinak se stává špatnou investicí a je třeba se jí zdržet. Naši politici nás prostřednictvím zákonů nutí každý týden celý jeden den pracovat jen na to, abychom investovali do své nemoci, a u mnohých soukromých pojištěnců je to ještě víc. Takto těžce vydělaná investice se musí vyplatit, jinak by celá ta dřina neměla smysl! Ten, kdo celá léta řádně platí své příspěvky na zdravotní pojištění a není nemocný, myslí ekonomicky. Jednou, pokud si to neřekne sám, mu řekne jeho tělo, že musí onemocnět, aby se mu jeho příspěvky na zdravotní pojištění konečně vyplatily.

Současná zdravotní politika nás nutí k tomu, abychom se prostřednictvím smluv, plateb a práce intenzivně programovali na to, že onemocníme. Altruistická myšlenka, že platíme tak vysoké zdravotní pojištění jen proto, aby je mohli využít ostatní, pokud my sami zůstaneme zdraví, v naší kapitalistické společnosti neplatí. Takový postoj by byl také v naprostém rozporu s naším jednáním ve všech ostatních ohledech. V této společnosti je mnohem chytřejší jednou pořádně onemocnět, abychom konečně měli zisk ze své práce.

Ptám se, proč jedna z mnoha zdravotních reforem není konečně využita k nastolení opačného systému, který by hospodářsky motivoval lidi k tomu, aby byli zdraví. Bylo by možné toho dosáhnout s pomocí poměrně malé změny, protože by stačilo zvýšit spoluúčast, takže by zbýval jen docela malý měsíční obnos, který by naše psýcha už nechápala jako investici, nýbrž jako odpis nebo jako drobné vydání ve výši 5 až 7 % dosavadního příspěvku na zdravotní pojištění.

S takovýmto systémem by si každý o Vánocích mohl nechat vyplatit celkovou částku, kterou nepoužil na nemoc, jako tučnou odměnu. Tyto peníze by mohl použít k tomu, aby udělal ještě víc pro své zdraví a odjel na dovolenou. Každý den by existoval vyšší hospodářský stimul k tomu, abychom se sami snažili zůstat zdraví. Dovedu si představit, jak velký by pak byl zájem o procesy samoléčení. Bylo by to požehnáním pro celou společnost, protože zdraví lidé jsou šťastnější a výkonnější než nemocní, kteří jsou nemocní především proto, že z hospodářských důvodů nemocní být mají.

Jiná odvětví, jako doprava, jsou také nemocná. Ukazuje se, že osobní a nákladní automobily jsou kontraproduktivní, nadělají víc škody než užítku. Kapacita nákladních aut je více než z poloviny nevyužita, u osobních aut je to dokonce přes 70 % kapacity, a prázdná auta ucpávají ulice. Na německých silnicích umírá ročně více než 18 000 lidí a 150 000 jich je těžce zraněno. Doba, kterou

miliony lidí denně tráví v zácpách, snižuje faktor produktivity automobilového průmyslu na nulu. Tyto obrovské ztráty ale nejdou na vrub automobilové branže, zatěžují všechny, kteří potřebují silnice ke své práci. K tomu je třeba přičíst, že veškeré následné škody, jako jsou oběti dopravních nehod, výstavba silnic, zamořování ovzduší, ničení přírody, ropná válka, hluková zátěž, protihlukové bariéry a podobně, také neplatí ti, kteří profitují z automobilové branže. S pracovními příležitostmi také už dávno není možné počítat, tento argument slouží pouze k vydírání.

Mnoho idejí našeho materiálního rozvoje, zvláště v energetickém sektoru, se natolik zvrhlo, že lidstvu přinášejí mnohonásobně více škod než užítku. Člověk by přitom nemusel být zdaleka tak hloupý, protože jeho mozek mu nabízí nekonečné zdroje, jejichž využitím může rozvíjet své vědomí a učinit lidství krásnější.

Nemáme přitom ale na mysli klony. Je to sice nápad, ale přinejmenším stejně hloupý jako štěpení uranového jádra. *Potřebujeme růst duše, a ne zboží.* Člověk není stroj a příroda není samoobsluha.

Malí chlapi, které baví především ničit a dělat píť paf, potřebují jinou výchovu, aby se lidství mohlo dále rozvíjet, neboť z těchto chlapců se stávají muži, kterým působí sobecké potěšení, když mohou co nejrychleji zničit výsledky práce jiných, nejraději ze všeho explozí. Každá vzácná kapka ropy se přivádí k explozi. Do jádra uranu se buší tak dlouho, až se rozštěpí a uvolní při tom svou obrovskou energii. Nanejvýš 8 % z ní se dostane do elektrické sítě. Zbytek nesmyslně škodí přírodě a tím i nám samým. Miliony let potřeboval tento atom na to, aby se uzavřel a ukryl v sobě radioaktivitu, aby se na této planetě mohl rozvíjet život, a tihle kluci si teď přijdou a tuto vymoženost zničí.

Z toho je jasné vidět, jaká přísnost je na ně zapotřebí, aby se evoluce mohla pokojně rozvíjet. Veškeré získávání energie se zakládá na procesech exploze. Procesy imploze jsou potlačovány a je jim násilím bráněno. Svět by vypadal jinak, kdyby se z výzkumu stáhli muži, alespoň ti, kteří udávají směr, a přenechali ho alespoň na tři generace ženám.

Tito „pánové tvorstva“, jak se jim krásně říká, by ale během této doby nesměli nečinně sedět, nýbrž museli by pracovat stejně tolik, jako dnes pracují ženy, aby byly k dispozici alespoň stejné částky na výzkum, jaké si dnes oni mohou dovolit z daňových příjmů. Svět by se díky tomu stal mnohem mírumilovnějším ve všech rovinách – i vůči životnímu prostředí. Muži by se ale museli

zřící spousty drahých hraček, například všech těch velkých věcí, které dělají rámus a propůjčují moc. Především zbrání, nesmyslných dopravních prostředků, gigantických staveb nejbrutálnějšího druhu a všeho, co vzniká z posedlosti rychlostí. To, že by se jich zřekli, by prospělo nám všem. Ženské myšlení probíhá celostně, intuitivně. Je citlivější vůči rezonančním procesům, protože žena je citlivější než muž. (Hovořím vždy o většině, ne o jednotlivém muži nebo o jednotlivé ženě.) Žena je – ať už z jakýchkoliv důvodů – z hlediska vědomí dál než muž, ale muž vládne. To způsobuje rostoucí utrpení na této planetě.

Ženy mužům povolují, poté co je přivedly na svět. Kdyby ženy při výchově svých synů přihlížely k tomu, že i oni jednou byli ženami a zase se jimi stanou, nevznikaly by tak jednostranné mužské struktury myšlení a charakteru. Matky odpovídají za to, aby se vědomí o kontinuitě ducha stalo každodenní domácí zvyklostí. Bez tohoto vědomí muž nebere ženu vážně a všechno, s čím žena přijde, se odráží od mužské ignorace. V současné době spirituální vědomí většiny mužů daleko pokulhává za spirituálním vědomím žen. Často dokonce pes projevuje větší citlivost než jeho páníček, například když jde o ochranu malých dětí. Už několikrát jsem byl svědkem toho, že pes (většinou fenka) přispěchal na pomoc rychleji než otec, když se miminko ocitlo v nebezpečí. U některých afrických kmenů ženy chovají pro péči o novorozence psy, místo aby je svěřily mužům.

Rozdíl mezi pohlavími tedy není ani tak otázkou civilizace, nýbrž vzniká spíše rozštěpením lidství na polaritu ženy a muže. Princip polaritity jsme pro rozvoj vědomí zvolili ve všech oblastech, tedy i v oblasti lidství. Učíme se vždy jen na protikladech a naším úkolem je nacházet rovnováhu. Už delší dobu (dva až tři tisíce let) se formování lidství klonilo stále více na stranu mužů, a nyní je naléhavě zapotřebí to vyrovnat. Lidstvo se bude rozvíjet lépe, budou-li muži ochotni naučit se od žen více používat svou pravou mozkovou hemisféru. Ženy si budou muset uvědomit svoje kvality a nebudou muset hrát mužům opičky zdůrazňující svoje tělo, ani se prosazovat „emancipací v kravatě“, aby pak byly tvrdšími šéfkami než kterýkoli muž.

Žena je strážkyně intuice, vyrovnanosti a mírumilovnosti. Muž přemýšlel o tom, proč jablko padá ze stromu. Ženy se postaraly, aby na to přišel. Vynalezly zemědělství, aby udělaly přítrž mužskému drancování. Bylo by chybné se domnívat, že neporozumění mezi pohlavími je boží záměr. Nikdo nás nezbaví

**NEEXISTUJÍ LIDÉ,
JEN MUŽI A ŽENY.**

nevnikaly by tak jednostranné mužské struktury myšlení a charakteru. Matky odpovídají za to, aby se vědomí o kontinuitě ducha stalo každodenní domácí zvyklostí. Bez tohoto vědomí muž nebere ženu vážně a všechno, s čím žena

prijde, se odráží od mužské ignorace. V současné době spirituální vědomí většiny mužů daleko pokulhává za spirituálním vědomím žen. Často dokonce pes projevuje větší citlivost než jeho páníček, například když jde o ochranu malých dětí. Už několikrát jsem byl svědkem toho, že pes (většinou fenka) přispěchal na pomoc rychleji než otec, když se miminko ocitlo v nebezpečí. U některých afrických kmenů ženy chovají pro péči o novorozence psy, místo aby je svěřily mužům.

Rozdíl mezi pohlavími tedy není ani tak otázkou civilizace, nýbrž vzniká spíše rozštěpením lidství na polaritu ženy a muže. Princip polaritity jsme pro rozvoj vědomí zvolili ve všech oblastech, tedy i v oblasti lidství. Učíme se vždy jen na protikladech a naším úkolem je nacházet rovnováhu. Už delší dobu (dva až tři tisíce let) se formování lidství klonilo stále více na stranu mužů, a nyní je naléhavě zapotřebí to vyrovnat. Lidstvo se bude rozvíjet lépe, budou-li muži ochotni naučit se od žen více používat svou pravou mozkovou hemisféru. Ženy si budou muset uvědomit svoje kvality a nebudou muset hrát mužům opičky zdůrazňující svoje tělo, ani se prosazovat „emancipací v kravatě“, aby pak byly tvrdšími šéfkami než kterýkoli muž.

Žena je strážkyně intuice, vyrovnanosti a mírumilovnosti. Muž přemýšlel o tom, proč jablko padá ze stromu. Ženy se postaraly, aby na to přišel. Vynalezly zemědělství, aby udělaly přítrž mužskému drancování. Bylo by chybné se domnívat, že neporozumění mezi pohlavími je boží záměr. Nikdo nás nezbaví

odpovědnosti za evoluci. Jistě neneseme veškerou odpovědnost sami, nese ji také příroda. My si ale hrajeme na její vládce, kteří si ji chtějí podrobit. To samozřejmě nejde. Proč by se příroda měla nechat člověkem zotročit? To nemůže dlouhodobě fungovat. Chceme-li smysluplně pokračovat v evoluci, pak jedině společně, se vzájemnou úctou a respektem, bez stresu. Proto je důležité a správné zaměřit se prvotně na duši, a ne na tělo, na hmotu.

Co způsobuje nemoc

Například můj pes Haba má na základě svého těsného duševního sepětí se mnou neustále přístup k mému myšlení. Tohoto přístupu dosahuje při určité dechové frekvenci, při níž vypadá, jako by spal. Když ale spí doopravdy pevným, hlubokým spánkem, vypadá to jinak. Jeho stav, v němž čte moje myšlenky, odpovídá mému stavu alfa. Stačí mu jen si lehnout a zavřít oči a už je na příjmu.

Mohu to dokázat tak, že odejdu z domu a nevezmu psa s sebou. Pes se nepohne z místa v domě nebo na zahradě, kde se právě nachází. Když mám v plánu jít ven a vzít ho s sebou, stojí u dveří a vrtí ocasem, dřív než učiním sebemenší náznak pohybu, neřkuli abych něco řekl. Když si pak začnu obouvat boty, jeho radost nezná mezí. Kouše do nich, dokud nás to oba baví. Běhá ode mě ke dveřím a zpátky a popohání mě, abych už šel. Když chci odejít z domu a nemůžu se rozhodnout, zda vzít Habu s sebou nebo ne, přijde, sedne si přede mě a dívá se na mě svými velkýma, srdceryvně žadonícíma očima velmi klidně a dlouho, dokud nezpozoruje, že jsem se rozhodl. Aniž bych pak musel říct jediné slovo, stáhne se zpátky nebo předvede radostný taneček, podle toho, jaké je mé rozhodnutí.

Trvalo to léta, jinými slovy muselo se napřed změnit leccos v mém životě, než jsem vyzoroval, že Haba dovede nepřetržitě číst myšlenky blízké osoby a že kromě toho podává jasnovidné komentáře nejrůznějších situací, které mají velmi vysokou orientační a pravdivostní hodnotu. Používá k tomu několik různých vrčivých a kňučivých tónů. Dovede vyjádřit „Ano, přesně tak, to je pravda“ nebo „Ne, v žádném případě“ nebo vzdychá „Ach jo“. Protože se mnou bývá při většině mých obchodních schůzek a vždycky podlehne někam pod stolem u mých nohou, zpočátku jsem si nevšiml, že komu slyší skoro všechna důležitá rozhodnutí nebo hodnocení. I když jde o věcné

**ZVÍRATA MOHOU
BÝT JASNOZŘIVÁ.**



jako například: „Je ten obchod na téhle straně ulice, nebo na druhé? Mělo by se investovat do toho či onoho projektu? Jaký přístroj je lepší použít k tomu či onomu účelu?, a tak dále, Haba ví, co je správné a co ne. Je to živoucí orákulum.

Dostal jsem ho 2. listopadu 1992 ve východním Tibetu při malém obřadu od Karmapova otce. Pro jeho tehdy sedmiletého syna, *žijícího Buddhu*, bylo velmi důležité, kdo tohoto psa dostane. Rozhodnutí padlo o několik dnů dříve: „Kuby, chceš toho psa?“ Zeptal jsem se: „Jak se ten pes jmenuje?“ „Haba,“ odpověděl Karmapův otec. Já jsem se zeptal: „Habo, chceš ke mně?“, a malý pejsek, kterému bylo teprve asi sedm nebo osm měsíců, mi z téměř dvoumetrové vzdálenosti skočil rovnou na klín. Řekl jsem: „Asi ano.“

V červenci 2005 Haba zemřel, ve 13 letech ještě mladý, ale těžce nemocný. Měl vysokou hladinu cukru. Stejně jako u každé nemoci, u každé bytosti, existuje i tady duchovní a materiální stránka. Nejprve ta materiální: Všechno hotové krmivo pro psy v supermarketech je obohaceno vysokým množstvím cukru, aby psi dostali na toto krmivo návyk. K tomu, aby člověk našel mezi drobně vytištěnými přísadami cukr, potřebuje lupu. Po všech těch letech to vedlo ke znepokojivému nárůstu hladiny krevního cukru, který se měl podle pokynů dvou veterinářů léčit dvěma inzulínovými injekcemi denně a – kvůli přesnému dávkování – každodenním rozborem krve. Protože pro Habu by neustálé píchání injekcí bylo mučením, bylo toto opatření školské medicíny vyloučeno. Soud obou zvěrolékařů pak zněl: „Uspat, zbavit bolesti.“ I to jsem vyloučil. Různá homeopatická a energetická opatření přišla v zásadě pozdě, a navíc byla neúčinná, protože nebyla léčena duchovní stránka tohoto symptomu.

Haba měl už dva roky před svou smrtí otok na břiše, který školská medicína označila jako neškodný, a dvě léčitelky zvířat nezávisle na sobě ho diagnostikovaly stejným způsobem jako já sám. Stačilo jen přiložit ruku ze strany na jeho břicho, zavřít oči pro lepší soustředění, a první informace, kterou jsem dostal, zněla: „Haba zuří.“ První léčitelka: „Ten pes má vztek – je to možné?“ A druhá: „On se zlobí!“ Zeptal jsem se té první: „Můžete mi říct, na co má vztek?“ Znovu přiložila na to místo ruku, zavřela oči, několik minut mlčela a pak řekla: „Stále vidím kočku.“ „Vidíte, jakou barvu má ta kočka?“ „Bílou, je to možné?“ „Ano.“ Musel jsem všechno potvrdit.

Habovým nejoblíbenějším sportem bylo prohánět kočky. Nikdy sice žádnou nechytit, protože vždycky měly navrch, ale přesně to ho dostávalo do ráže.

Chorobné mrzutosti s kočkami začaly, když se do domu přistěhovala moje žena s perským kocourem, který byl stejně silné alfa zvíře, byl stejně starý a bílý jako Haba. Teď měl Haba stále před nosem kočku, kterou nesměl honit a která byla stejně milována jako on a měla stejná práva; možná dokonce ještě větší, protože jejím životním prostorem nebyla jen zem. To ho zlobilo od rána do večera.

Zbavit se kočky, to bychom přirozeně nepřenesli přes srdce. Neviděli jsme k tomu ani žádný důvod, protože jsme před rozborem krve netušili, že je Haba v ohrožení života, jak pak vyšlo najevo z naměřených hodnot. Nebylo mi známo, že psychický stav zvířete může vyvolat tak výrazné tělesné reakce. Materialistický pohled činí ze zvířat „věci“ bez velkých myšlenek a všeobjímajícího duševního života. Především tehdy, když se někdo dlouhá léta zlobí, je jasné, že onemocní – každé jiné bytosti by se vedlo stejně. Při hněvu se stahuje žaludek, tvrdnou játra, orgány už neplní svou přirozenou funkci a krev se nečistí; slinivka přestává fungovat a projevuje se nedostatek inzulínu.

Kdybych býval byl citlivější vůči duševnímu životu svého milovaného psa, nebyl bych strpěl, aby měl zlost, protože mrzutosti začaly už dlouho předtím, než se v domě objevila kočka. V zásadě hned od prvního dne, co jsem se s ním vrátil domů z Tibetu. Moje tehdejší žena neměla Habu ráda, protože jsem se jí předem nezeptal, zda vůbec chce mít v domě nějaké zvíře. Toto odmítání umožnilo našim dětem, aby psa pro zábavu tak dlouho zlobily, až se za nimi se zuřivým vrčením rozběhly po schodech, kam se před ním s křikem utíkaly schovat. Pro ně to byla napínavá hra se skutečným strachem. Do mého vědomí neproniklo, že na druhé straně byla skutečná zloba, která v dlouhodobém pohledu vyvolala organické poškození – tím spíše, že pes přesně odráží to, čím churavější jeho blízké osoby, především jeho páníček. Znamená to, že na psovi spočívalo břemeno rodinného konfliktu, který nebyl řešen a který po 16 letech vedl k rozvodu, přičemž posledních šest let se dotýkal i psa.

Protože život je mnohvrstevný, jsou mnohvrstevné i nemoci. Nechceme-li, aby k těmto nemocem vůbec došlo, je třeba vědomím proniknout do emocionálních, duševních vrstev, aby bylo možné řešit konflikty včas, dříve než se projeví fyzicky. Na to jsem v této knize poukazoval už několikrát. Dokonce i tehdy, jestliže konflikt, kterého jsme si vědomi, z nějakých důvodů neřešíme, se můžeme snažit proti němu nejrůznějšími metodami působit, místo abychom zůstávali nečinní, nebo – pokud jde o druhé – abychom přihlíželi, jak někdo

**ZLOBA VYVOLÁVÁ
DALŠÍ ZLOBU.**

snáší duševní utrpení tak dlouho, dokud se neobjeví fyzické symptomy, které takový život znemožní, buď nemocí nebo smrtí.

Dělám si velké výčitky, že jsem v případě svého milovaného psa nezareagoval včas. Bylo by myslitelné změnit emocionální postoj Haby, i kdybych byl nedokázal trvale odstranit příčinu jeho hněvu. Existují psychicky účinná opatření, která fungují i u zvířat, jako například Bachova květinová terapie, homeopatické globule a další nosiče informací. Když řekneme: „Tady se nedá nic dělat,“ znamená to, že odpíráme svou lásku. Chceme-li rozvíjet svoje vědomí, pak tím, že chceme pomoci. Chtít pomoci znamená chtít milovat. Pro mnohé ale milovat znamená pomáhat jen potud, dokud z toho budu mít sám prospěch. Taková sobecká láska je citově chudá a její vnímavost je zastřená.

Pokud někdo považuje svoje omezené vědění za tak absolutní, že věří, že není možné pomáhat, opravňuje tím svůj nedostatek lásky a nedokáže vycítit, že duše je místem, v němž se odehrává nemoc i uzdravení. Pokud miluji nezištně, zpozoruji u toho druhého neharmonické, rušivé pocity tak zřetelně a natolik včas, že instinktivně pomáhám je vyrovnávat a uvést do rovnováhy. Ten, kdo se nedívá nebo komu je jedno, co vidí, zareaguje možná teprve tehdy, když je fyzický symptom natolik závažný, že vyžaduje rozsáhlou pomoc s nepříjemnými vedlejšími účinky, nebo už není možné pomoci vůbec.

Zůstáváme-li citliví a vycházíme-li z toho, že se vždycky dá něco napravit, včas poznáme, jak se tomu druhému daří, a včas nalezneme cestu, jak mu pomoci. Nic z toho jsem v případě svého milovaného, věrného, velice nadaného Haby neudělal. Neujasnil jsem si, jak závažné důsledky pro zvíře má, když se dlouhý čas zlobí a zuří. Ačkoliv Haba byl láska sama, existovaly i pro něho hranice, které za daných okolností nedokázal překonat vlastními silami.

Domácí zvíře vidí svůj úkol v tom, usnadňovat svým milovaným lidem život, a proto přebírá jejich problémy. Dokonce místo svého pánička nebo paničky trpí chorobnými příznaky.

Pokud mají zvířecí léčitelé pomoci, jde v první řadě o to, aby si chovatel uvědomil, jakou službu mu jeho zvíře z lásky prokazuje, jinými slovy, jaký problém nebo konflikt místo něho prožívá. Většinou si ale majitel zvířete tento konflikt vůbec neuvědomuje a zvířecí léčitelé pak mají těžkou úlohu. Aby bylo možné zvířeti pomoci, je třeba vyřešit konflikt v lidské rovině, a zvíře se opět uzdraví. Kdyby tu zvíře nebylo, trpěli by existujícím problémem podstatně silněji pániček nebo panička. Svým milovaným mazlíčkům vděčíme za víc, než se zdá.

Několik minut poté, co Haba za vlhého noci na 4. července kolem půl dvanácté sám zemřel v zahradě, jsem se spolu se svou ženou vrátil z mnichovského nádraží, kde mě vyzvedávala po návratu ze zahraničního semináře. Už v autě mi vyprávěla, jak Haba zeslábl, když jsem dva dny předtím odjel z domova. Odpoledne, když ho držela v náručí, se s ní rozloučil posledním hlubokým pohledem. Pak už měl oči zastřené nebo zavřené. V téže době, během posledních deseti minut mého semináře, jsme probírali nepolevující smutek jedné účastnice semináře – matky (M), jejíž syn si tři roky předtím v 25 letech vzal život. Všechno, co jsem jí řekl, muselo nyní, několik hodin poté, poskytnout útěchu, soucit a důvěru mně samému. Poslechl jsem si zvukový záznam.

Dospěli jsme ke konci semináře a každý hledal svoji afirmaci, aby podpořil řešení svého projektu. Zcela spontánně jsem položil dotaz jedné účastnici.

K: Jak zní tvoje afirmace?

M: Naslouchám své duši.

K: To je dobrá afirmace, může platit pro nás pro všechny.

M: Chci s její pomocí zjistit, co potřebuji k tomu, abych byla zase veselá. Vezmu si teď na to šest týdnů dovolené. Jde o můj smutek... (mlčení)

K: ... co ho způsobilo...?

M: ... sebevražda mého syna před třemi lety. Prostě to nedokážu překonat.

K: Jak se jmenuje?

M: Florian.*

K: Můžeš s ním hovořit?

M: Myslím, že teď ne.

K: Pošli mu jednoduše svou lásku. Všichni to podpoříme.

(Skupina 84 účastníků vstane a mlčky se vezme za ruce.)

M: Floriane, chtěla bych tě pochopit. Ještě jsem to nedokázala, ale snažím se o to. Nechávám tě v lásce odejít.

(Soustředěné mlčení celé skupiny...)

K: Ujisti ho ještě jednou o své lásce.

M: Mám tě moc ráda a moc tě postrádám.

* Jméno bylo změněno – pozn. aut.

- K:** Nevím, zda nepocituje to, že ho postrádáš, jako zátěž. Možná bys mu mohla dát svou lásku jen tak...
- M:** Doufám, že se ti daří dobře tam, kde jsi.
(Soustředěné mlčení celé skupiny.)
- K:** Florian tě propouští. Z ničeho tě neobviňuje. Dovol sama sobě toto osvobození. Florian si tě vybral za svoji matku. Zvolil si, kam odejde, a zvolil si, kdy odejde. Ty jsi mu dala to nejlepší. Jeho duše našla mír. Miluje tě stejně jako ty jeho, takovou, jaká jsi. Je volný.
(Soustředěné mlčení celé skupiny.)
- K:** Floriane, všichni ti přejeme to nejlepší. Buď's Bohem a raduj se ze svých možností. Pomoz své matce, aby dosáhla míru a harmonie. Řekni jí, že je osvobozena od jakékoliv viny a že jí děkuješ za všechno, co ti dala. Zůstaňte přáteli.
(Soustředěné mlčení celé skupiny.)
- K:** Přejeme Florianovi báječné znovuzrození, novou formu, v níž se znovu projeví, znovu zhmotní. Floriane, jsi volný. – Pověz mu ještě něco...
- M:** Nechávám tě jít, Floriane.
- K:** S jakým pocitem?
- M:** S láskou.
- K:** Pověz to znovu.
- M:** Nechávám tě jít s celou svou láskou.
- K:** Jsi dokonalý, Floriane. (Dlouhé, soustředěné mlčení celé skupiny.) Jsme božské bytosti. A víme to.
(Celá skupina říká společně: Jsem bytost léčící sama sebe. Mou největší silou jsou moje myšlenky, které v lásce spojují s všemohoucností ducha, pro blaho nás všech. Následuje trojí silné společné óm – óm – óm.)
- K:** A děkujeme za své spojení s všemohoucností.
(Všichni pokleknou na kolena a pokloní se. Když se opět zvednou, pokračují.)
- K:** A děkujeme napravo i nalevo za velkou, hlubokou důvěru, kterou jsme si věnovali, a za láskyplnou vzájemnou pomoc k tomu, abychom získali vědomí a uzdravili se. (Všichni se objímají.)

2/ Uzdravit se a zůstat zdravý

Nadace

Bůh nám dal schopnost sami se léčit. Je-li Bůh v nás, jsme sami stvořiteli této schopnosti. Zdá se však, že jsme toto nadání zatím příliš nevyužili. Naše schopnosti jsou zakrnělé, protože je nepěstujeme. Je pro nás samozřejmostí vkládat odpovědnost za své zdraví do rukou jiných. Zřídka kdy máme dost odvahy, vědění a důvěry k tomu, abychom akceptovali sami sebe jako nejvyšší strážce a tvůrce vlastního zdraví. A přece se už při každém malém říznutí, které se zahojí, projevuje zázrak léčení v nás.

I já jsem vyrostl v tomto starém způsobu myšlení. Pak se mi stal úraz, jehož následkem jsem ochrnl, nejhorší katastrofa mého života, která ale dnes představuje můj největší potenciál. Po více než dvaceti letech hledání mi bylo umožněno poznat, že to, co mě vyléčilo, byl proces mého vědomí. Z vlastní zkušenosti a z líčení mnoha účastníků seminářů, přátel a známých jsem poznal mimořádnou sílu a úžasnou svobodu, která ve mně vzniká rozvíjením této schopnosti. Moje důvěra v samoléčení a v zachování zdraví změnou vědomí a života vzrostla natolik, že dnes s čistým svědomím mohu doporučit tento přístup každému.

Z nekonečné vděčnosti za to, že znovu chodím, bych chtěl toto vědění dát k dispozici nejen ve svých přednáškách a seminářích o samoléčení. Zatím neexistuje žádná škola, na které bychom se mohli naučit sami se léčit. Proto jsme s mou ženou Astrid v roce 2005 založili nadaci, Evropskou akademii pro procesy samoléčení (SHP, viz pozn. na str. 47).

Společné studie a akce ve spolupráci s univerzitami a vysokými školami mají přispívat k verifikaci procesů samoléčení. Jedním z úkolů SHP je dokumentovat a publikovat procesy samoléčení nemedicínskými metodami za účelem výzkumu, vzdělání a praktického využití. Navíc chce zapojit do své práce odborníky,

**NYNÍ SE KAŽDÝ
MŮŽE NAUČIT
SÁM SE LÉČIT.**

lékaře, psychology, terapeuty, léčitele a kněze, kteří se považují za duchovní, samy sebe léčící bytosti a toto vědomí předávají dál ve svých praxích.

Akademie chce především vzdělávat experty v oblasti procesů samoléčení, kteří budou mít přehled o jeho nejrůznějších metodách a budou schopni předávat vědomosti o samoléčení dál na seminářích a radit těm, kteří hledají pomoc, jak mohou aktivovat svoje samoléčebné síly. V tomto nemedicínském poradenství jde v zásadě o to, podchytit, ve které fázi procesu uvědomování se klienti nacházejí, a doporučit jim opatření odpovídající stavu jejich vývoje.

V průběhu studia na SHP se student naučí:

- osvojit si hierarchii bytí (duch, duše, tělo);
- stát se dobrým pedagogem v oblasti rozvoje schopností samoléčení;
- získat přehled o různých metodách samoléčení a různými metodami podporovat a upevňovat důvěru klienta;
- akceptovat a podporovat každou cestu na vrchol štěstí;
- poznat, jak podle nejnovějších vědeckých poznatků funguje univerzum (*Global Scaling*);
- pochopit, jak je utvářen náš mozek a jak jsme, i podle racionálních poznatků, v rezonanci se vším a s každým (kognitivní věda a cvičení intuice);
- ukázat klientům pevné mosty, po nichž budou moci sami dospět k spirituálnímu vědomí a přitom umět v lásce přijímat sami sebe a všechny spolu-bytosti.

Připomeňme si, že by se 65 % všech Němců (50 milionů lidí) „svěřilo medicínským laikům se zvláštními léčitelstvími schopnostmi, kdyby lékaři už nevěděli jak dál“ (viz str. 109). Deset až patnáct tisíc duchovních rádců v Německu zatím není připraveno léčit 50 milionů lidí.

Pacient má sklon vidět v lékaři a v léčiteli někoho, kdo z něho sejme odpovědnost za jeho zdraví. Pokud zaujímá takovýto postoj, snižuje svou šanci, že sám získá kompetenci v otázce svého zdraví. Proto výraz „pacient“ nevyhovuje, má-li být uveden do chodu proces samoléčení. Člověk, který se chce uzdravit, nesmí být pasivní a trpělivý, jak naznačuje samotný výraz pacient (latinsky *patientis* = trpělivý, snášející utrpení – pozn. překl.), nýbrž musí aktivně převzít od-

povědnost. Už sám pojem pacient podporuje mezi ním a tím, kdo ho léčí, vztah závislosti. Proto v SHP používáme raději pojmy *expert SHP* a *klient*.

Bude zapotřebí velkého množství expertů SHP, aby mohli odpovědným způsobem vyhovět všem, kteří hledají uzdravení, a nemedicínskými prostředky jim pomohli k tomu, aby si uměli pomoci sami. A bude patrně ještě nějaký čas trvat, než bude duchovní léčení postaveno na roveň školské medicíně, v čemž spatřují velký, všeobecně prospěšný úkol.

Především lidé, kteří (ještě) nejsou nemocní, by měli poznat mechanismus samoléčení, který pro nás příroda naplánovala, a naučit se ho používat, nejlépe už ve škole. Většina z nich pomyslí na možnost samoléčení bohužel teprve tehdy, když se jim vede špatně. SHP bude odrazovým můstkem pro ty, kteří se chtějí naučit vlastními silami si udržet zdraví nebo se uzdravit. Nezávisle na tom, zda někdo chce převzít odpovědnost za malé, velké, tělesné nebo duševní utrpení, akademie jim nabídne pomoc ke svépomoci.

Veškeré akce, jako vzdělávací semináře, přednášky, zasedání a workshopy SHP, se budou konat na přeskáčku ve spolupracujících školicích centrech v německy mluvících evropských zemích. Na základě široké multimediální osvětové činnosti SHP bude centrála nadace prostřednictvím internetu a telefonní linky zprostředkovávat lidem hledajícím pomoc kontakty na experty SHP a odborné síly působící po celé Evropě. SHP od roku 2006 nabízí poradenství po telefonu podle příkladu církevní telefonní poradny. Lze jediné uvítat, je-li možné aktivovat procesy samoléčení bez osobního kontaktu mezi klientem a expertem SHP. Zkušenosti nás učí, že klient rychleji dospívá k vlastní kompetenci, když může zůstat v anonymitě a nemusí se setkat s expertem SHP osobně v jeho prostředí.

Pokud se klient zhruba během hodinového telefonního rozhovoru nenaučí dostatečně aktivovat svoje samoléčebné síly, má možnost zúčastnit se prostřednictvím SHP workshopů nebo seminářů nebo se zapojit do skupiny. Práce ve skupině je energeticky podstatně silnější, a proto se úspěch dostavuje rychleji než při individuálních sezeních. Mnoho stejně kmitajících lidí se synchronizuje se silnými léčebnými frekvencemi silněji a rychleji než dva lidé, mezi nimiž existuje nerovný vztah.

Cílem SHP je, aby se klient sám léčil, dosáhl maximální vlastní kompetence v otázce svého zdraví a nebyl závislý na autoritářských osobách nebo expertech.

Milovaná voda

Žádný z mých kameramanů nebyl před natáčením nemocný a pak se opět neuzdravil, přesto ale měly záběry, které jsme natočili za půl dne v Überlingenu u Bodamského jezera, na všechny zúčastněné podobný účinek. Naše kamery byly rozestaveny v laboratoři pro kontrolu kvality potravin společnosti Hagalis AG. Její šéf, pan A. S., přinesl do laboratoře právě tři litry vody nabrané z Bodamského jezera a nalil ji do tří stejně velkých skleněných válců. Byli jsme připraveni k natáčení a všichni členové týmu se měli myšlenkově podílet na nadcházející scéně.

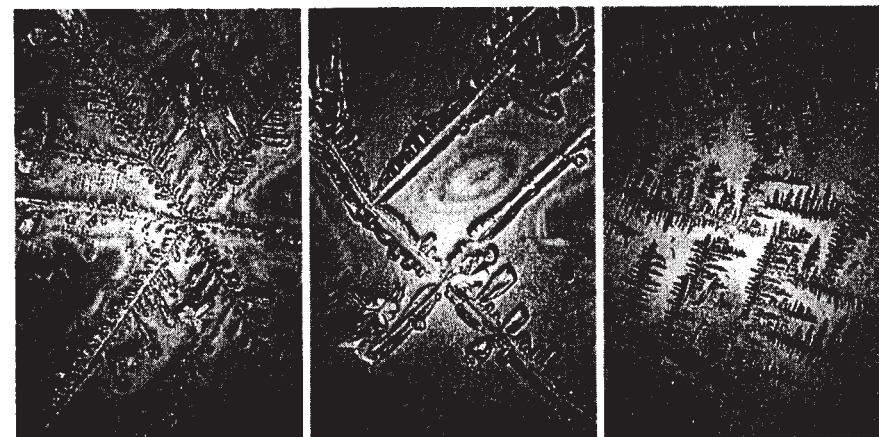
Dobrá. Všechny tři kamery běží. Pan A. S. bere do rukou první válec a říká vodě: „Jsi báječná voda, křišťálově čistá, nejvyšší kvality, miluji tě.“ Pro zdůraznění na záběru napsal poslední větu: „Miluji tě“ na lepicí štítek a nalepil ho na válec. Scéna trvala asi 30 sekund. Pak přišla druhá scéna. Pan A. S. bere do rukou druhý válec a říká vodě: „Jsi zamořená, špinavá, páchnoucí odpadní voda, nenávidím tě.“ A opět poznamenává poslední větu na štítek a lepí ho na válec.

Třetího válce se nikdo nedotýká a nikdo mu nic neříká. Profesor Emoto z Japonska, který se tímto testem velmi proslavil, by teď vodu nechal šokově zmrazit. Pan A. S. ale vyvinul mnohem energeticky úspornější metodu krystalizace, protože je toho názoru, že šokové zmrazení dále mění kvalitu vody. Odseparuje pevné částice z vody destilací a pak ji nechá krystalizovat při pokojové teplotě. Trvá to přirozeně déle, zhruba 4 hodiny. Pak je možné prohlédnout si výsledek tohoto mentálního ovlivňování vody.

Na obrázku vlevo je milovaná voda. Je tu mnoho šedesátistupňových struktur, které vypadají jako jedlové větvičky. Na prostředním obrázku je nenáviděná voda. V její struktuře převládají devadesátistupňové úhly. Obrázek celkově připomíná plán Chicaga. Chybí už jen analýza neovlivněné vody, a ta vykazuje podle očekávání střední kvalitu; obrázek vpravo. Všechny fotografie byly pořízeny ve stejném čtyřsetnásobném zvětšení.

Tento test je možné donekonečna opakovat a pokaždé stačí pár sekund náklonnosti, aby se kvalita vody výrazně změnila. Pan A. S. říká, že by mohl test provést také jen mentálně, bez nálepek, ale pak bychom neměli moc co točit. Přirozeně je možné namítnout, co dusičnany, pesticidy a další škodliviny, které jsou ve vodě obsaženy – ty by přece díky náklonnosti nezmizely! Ale – a to je

**VODA CÍTÍ
JAKO TY A JÁ.**



Milovaná voda

Nenáviděná voda

Neutrální voda

to podstatné ale – se škodlivinami musí náš imunitní systém bojovat neustále. Má-li ale voda snadno odbouratelné struktury (jejich hlavním znakem je právě šedesátistupňový úhel), je náš imunitní systém schopen se proti škodlivinám bránit a vylučovat je z těla tak, jak se do něho dostaly. A přesně to lze dokázat srovnáním různě zatížené vody a křišťálově čisté vody se vzorky moči.

Naproti tomu struktury s devadesátistupňovými úhly způsobují našemu tělu velké problémy. Pan A. S. dokazuje, jak krátké zamoření slovem/pocitem „nenávisť“ dokáže změnit poměrně dobrou vodu z Bodamského jezera ve splašky. Taková voda nadměrně zatěžuje náš imunitní systém, takže nerozezná škodliviny, a proto je nevylučuje, nýbrž snaží se je zhodnotit, a ony pak tropí v našem těle neplechu.

Když nám někdo takovýmto jednoduchým způsobem předvede sílu našich myšlenek, možná pochopíme, proč je radno se před jídlem na okamžik zastavit a projevit bytostí, které chceme sníst, svou lásku, dík a uznání. Můžeme jim také poděkovat za jejich božství, které nás nakonec živí.

Světelná strava

Co nás živí doopravdy? Hovoří se a píše o kaloriích a kilojoulech, o různých nutričních aspektech výživy, ale všechny tyto teorie a analýzy nedovedou k tomu, proč bavorská katolická mystička Tereza Neumannová, nazývaná také Reč



z Konnersreuthu, zůstala 17 let zdravá a při síle jen z pramenité vody a každodenního přijímání hostie (oplatky symbolizující tělo Krista). Nebo proč Maria Furtnerová z Frasdorfu u Rosenheimu v Bavorsku 52 let nepozřela nic jiného než občas trochu vody. V roce 1885 pobývala tři týdny v naprosté izolaci pod nejpřísnější kontrolou na mnichovské univerzitní klinice, kde byla podrobena lékařským vyšetřením, a pak byla pěšky poslána domů, protože její zdravotní stav byl tak vynikající, že bylo možné ušetřit peníze za lístek na vlak. Šla tři dny, jako vždy bez jídla, a ve zdraví dorazila domů.

Když jsem v roce 1998 o těchto jevech točil film, poznal jsem 32 osob, které také nejedly vůbec nic nebo jen občas vypily trochu vody. Šlo o velmi rozdílné Středoevropany mladšího a středního věku: byly mezi nimi ženy v domácnosti, které denně vařily pro svou rodinu, ředitel banky, pekař, sportovci a dokonce jeden vzpěrač. Při svých rešerších jsem zjistil, že na celém světě zřejmě ve všech dobách existovali a existují lidé a zvířata, kteří žijí bez potravy a dokonce i bez vody, a žijí tak dobře, že před tím zcela bezradná medicína a biologie kapituluje.

Slavnou představitelkou této „inedia paradoxa“ (inedia, breathariánství = život bez potravy) je Australanka Ellen Greve alias Jasmuheen. To, z čeho žije, nazývá „světelnou stravou“. Píše na toto téma knihy a pořádá semináře, z nichž si lze odnést vědomí, že i jídlo a pití je pouze mentální koncepce.

Nejnovější ruské výzkumy poukazují na to, že pro světelnou stravu je rozhodující elektron. Němečtí vědci jsou toho názoru, že je to foton. Ať tak či tak, v obou případech jsou to pouze elementární částice atomu, které potřebujeme, abychom udrželi tělo při životě. Všechno ostatní, co přijímáme, má sociální a rituální důvody, není to ale nezbytné pro naši výživu. Tyto elementární částice jsou přirozeně obsaženy i v každém atomu vzduchu. Proto ruští vědci soudí, že bychom se mohli živit pouze dechem, pokud by to naše psýcha akceptovala. Je ovšem dýchání a dýchání. Rozhodující otázkou je: „Máme vědomí o tom, že se můžeme živit dýcháním?“ Jestliže nám toto vědomí chybí, dýchání nám nebude nic platné a vyhladovíme, protože nutnost jídla je hluboce zakořeněna v našem systému víry.

Jídlo a pití je prubířským kamenem teze: „Člověk je duchovní bytost.“ Já bych byl pohořel, kdybych byl sám nezažil, že Jasmuheen během celého natáčení nic nejedla ani nepila, a mně nečinilo potíže se k ní přidat. Problematické to bylo, teprve když jsem doma nepřišel k večeři, protože to byla jediná chvíle,

kdy se scházela celá rodina. Mnozí z těch, s nimiž jsem dělal rozhovory a kteří si sami dávno dokázali, že jídlo a pití není biologická nebo medicínská nutnost, se v určitém okamžiku ze společenských, komunikativních důvodů znovu začali tohoto rituálu účastnit.

Co dělat, když chceme pozvat kolegu z práce na oběd? Co dělat o narozeninách, na svatbách a oslavách Vánoc, když člověk nic nejí? Člověk nemůže udělat nic dobrého pro sebe ani pro druhé, zvat důležité lidi, udělat si příjemnou chvíli a spoustu dalších věcí, jestliže nejí a nepije. Jasmuheen na to řekla: „Člověk prostě trochu sní, naprogramuje ale svoje tělo tak, aby to mylně nechápalo jako nový začátek fyzické výživy.“ U ní to alespoň tak fungovalo.

**DOKONCE I JÍDLO JE
MENTÁLNÍ KONCEPCE.**

Když jsem se tímto tématem zabýval podrobněji, podařilo se mi vysledovat, že se pocity hladu neobjevují, pokud se před přechodem na světelnou stravu uskuteční změna identity z materiální na duchovní bytost. To, že nic nejíme, pak nemá nic společného s půstem, protože se ve svém vědomí nezřikáme stravy, jen si ji opatřujeme jinde, v jemnohmotné, neviditelné formě. Vyžaduje to soustředění, proto není možné ušetřený čas jednoduše využít k práci nebo k jiným aktivitám, ale člověk by měl třikrát denně, tolikrát, jako kdyby přijímal potravu, zařadit meditaci, při níž by se vědomě spojil s univerzem a pokaždé by znovu poprosil o dokonalé zaopatření.

Jak už jsem řekl, toto všechno jsem dokázal sledovat. Na své hranice jsem narazil teprve tehdy, když na Jasmuheenině semináři jeden účastník vstal a řekl, že už rok žije jen ze světla, respektive ze svých meditačních cvičení, ale teď měl ve firmě takový stres, že zhubl o další tři kila a tak hubený se už prostě necítí dobře. Chtěl by proto zase začít jíst, dokud by nedosáhl své ideální váhy, a pak se vrátit ke světelné stravě.

Jasmuheen se ho zeptala, proč dělá rozdíl mezi světelnou stravou a přibýváním na váze ze světla, že je to také jen mentální otázka naprogramování. Pokud trvá na svém vědomí, že mu jako univerzální bytosti nic nechybí a že všechno, co potřebuje pro své zdraví, dostává přímo z univerza, může si tam objednat i ta chybějící tři kila. Ten muž byl překvapený stejně jako já, a většina ze 300 účastníků semináře nejspíš také. Později jsem se doslechl, že se mu skutečně podařilo bez potravy přibrat.

Tím byla moje filozofie zachráněna a já jsem chtěl svůj film *Leben von Licht* (Život ze světla) prodat do televize, abych dostal vysílací čas a finance na jeho

dokončení. Dostalo se mi ale tak agresivního odmítnutí, jaké jsem ještě nezažil s žádným svým filmem. Redaktoři si mysleli, že si z nich dělám legraci a věším jim bulíky na nos. To by prý ještě strpěli, když ale zjistili, že to myslím vážně a že jsem už začal točit s různými nejdílkami, byl definitivní konec. Proto bohužel neexistuje hotový film, jen asi 18 hodin natočeného materiálu.

Tento neúspěšný film v letech 1998–99 ale nakonec přispěl k tomu, že jsem v roce 2003 konečně pochopil, proč zase chodím. Je-li vědomí tak silné, že člověk může žít bez potravy, bylo mé vědomí v roce 1981 tak silné, že nechalo znovu srůst moje nervy. Seznámení s Jasmuheen a s dalšími stoupenci pránajány, jak se také nazývají lidé, kteří nežijí z ničeho jiného než z prány (hinduistický výraz pro životní energii), bylo dalším dílkem skládačky, díky němuž jsem mohl v roce 2003 vytvořit svoji tezi o člověku jako duchovní bytosti. Od té doby se mi denně prokazuje její platnost pro mě samotného s mými problémy, které se projevují fyzicky, v rodinném kruhu i na mých seminářích.

Ve znamení Slunce

Už jsme hovořili o tom, že nic nevzniká z ničeho, nýbrž že vždy je potřeba ideje, duchovního impulsu, aby něco vzniklo. Tato fixace na hmotu nevznikla teprve v industriálním věku, je to historie stará jako Země a ještě starší. Jak známo, bez Slunce by bývalo nedošlo k materializaci na Zemi, ba ani Země sama by byla nevznikla. Zaměříme-li svůj pohled na univerzum a ptáme se, kdo všechno tam ještě existuje, zjistíme (jako to udělali především ruští kosmologové), že Slunce je jen nepatrným aspektem toho, co na nás má kosmický vliv. Ze všech paprsků (kmitů, frekvencí, informací – říkejte tomu, jak chcete) tvoří sluneční paprsky jen maximálně 3 %. V poměru k našemu materiálnímu bytí, o němž si myslíme, že za ně vdčíme ze 100 % Slunci, je to překvapivě nízký podíl.

Jak dochází k tomuto omezení? Jak na nás působí zbývající 97 % záření, když už samo Slunce je tak mocné, že by bez něho nebyla možná inkarnace? V souvislosti s konstatováním, že jsme duchovní bytosti, které je v této knize stále znovu zdůrazňováno, je to zvláště zajímavá otázka.

Nelze popírat, že naše vnímání je fixováno na Slunce. Slunce je v každém případě hvězdou, k níž se nejvíce modlíme. Známe sice i modlitbu k Uranu, vel-

ký tibetský obřad Kalachakra se vztahuje rovněž na jiné planety než na Slunce, staří Egypťané se ve svých pyramidách modlili pravděpodobně ke hvězdě Sirius a Mayové zase na jiné frekvenci našeho interstelárního prostoru – ale my, duše s pozemskou podobou, jsme fixováni do značné míry na Slunce. Například zelené barvivo chlorofyl je přímým odrazem Slunce. Stejně tak krevní barvivo hemoglobin. Je to věda sama pro sebe, objevit, které kvality Slunce živí náš proces zhmotňování.

Mě ale zajímá spíše otázka, proč podobně intenzivně nezaměřujeme své vědomí na frekvence/záření jiného interstelárního původu, než je Slunce, když činí 97 % celého frekvenčního spektra. Co je to jiné, čeho je o tolik víc než Slunce? A kde to nalezneme? Abychom na to dostali odpovědi, musíme se oprostit od své materiální fixace a považovat se za duchovní bytosti, protože v tom se odráží ta větší část našeho bytí.

Duch má neuchopitelnou velikost a existuje i bez Slunce. Inkarnovat se ale můžeme jen díky Slunci, a to pouze na základě vlivu ve výši 3 %, který na nás má. To ale zároveň znamená: Je-li veškerá naše pozornost během této inkarnace zaměřena vždy jen na těchto pár procent, nemůže být naše bytí – čistě kvantitativně – vyrovnané. Tato malá dávka Slunce je samozřejmě překrásná. Nevíme ale, co překrásného kromě Slunce ještě v univerzu existuje, protože na to nezaměřujeme svou pozornost. Kdybychom naslouchali zkušeným astrologům, co nám mohou vyprávět o jiných kosmických vlivech na náš život, dozvěděli bychom se o neuvěřitelném množství světů, které působí duchovně přinejmenším stejně silně a mohou být stejně krásné a zajímavé jako Slunce, jako materiální život.

Soustředíme-li se například na svoje citové spektrum, nemáme už co do činění se Sluncem, nýbrž s Měsícem. Soustředíme-li se na potřebu kontaktu, vstupují do hry kosmické vlivy Venuše, a tak dále a tak podobně. Jakmile se vymaníme z vlivu Slunce, máme co dělat s nezměřitelně velkou oblastí, o níž se naše kultura ale skoro vůbec nezajímá: je to život noci. Co děláme v noci? Spíme, ale ve spánku jsme duchovně stejně aktivní jako ve dne, pouze v jiném frekvenčním pásmu mozku (do 7–8 Hz): sníme. A sny jsou v naší kultuře na rozdíl od myšlení, které se odehrává ve frekvenčním pásmu nad 14–15 Hz, jen velmi málo ceněny.

Řeči snů se všeobecně téměř vůbec nevyučuje (odhlédneme-li od vědecké psychologie). Prostému člověku jsou poselství snů bez pomoci expertů téměř

nedostupná. Nevíme, co si se sny počít. Neexistuje žádná kultura snů. Kdyby o snech existovalo ve veřejnosti, ve sdělovacích prostředcích, ve školách a na univerzitách více fundovaných poznatků, vytvořil by se z těchto znalostí informační tok, který by nám otevřel zcela jiné světy, než je sluneční soustava. Ve snu neexistuje omezení časem ani prostorem, proto by tyto poznatky měly velký vliv na rozvoj našeho vědomí.

Nobelovy ceny, jako ta mého strýčka Wenera, byly získány ve snu. Jedné noci, to mu bylo 27 let, se mu zdálo o vzorci, který mu jako geniálnímu fyzikovi připadal nelogický a nesmyslný. Napsal si ho ráno ve své pracovně na tabuli a pokoušel se ho stále znovu a znovu odvodit. Nedalo mu pokoj, že se mu jako vědci zdál takový nesmysl, až po šesti měsících přišel úspěch. Podařilo se mu na půldruhé straně odvodit tento vzorec, který se mu zdál ve snu, a získal Nobelovu cenu za fyziku jako nejmladší držitel všech dob za Heisenbergovy relace neurčitosti. Také chemik Friedrich A. Kekulé objevil vzorec benzolu ve snu, a také, a také...

Sny, tento zdroj představující vliv celého univerza, dosud využíváme jen málo. Trénování stavu alfa je ale v zásadě dobrou přípravou pro poznávací procesy ve snu. Ten, kdo si začne systematicky zapisovat sny a bude si stanovovat úkoly pro snění, získá možná ještě více jasnovidných poznatků než ve stavu alfa, protože mozková aktivita při snění probíhá v ještě nižším frekvenčním pásmu.

Systematickým získáváním zkušeností se sny se naučíme rozlišovat kvalitu informací, které nám sny přinášejí – od těch, které přicházejí ve fázi hlubokého spánku, až po ty, které se nám zdají ráno nebo při odpolední siestě. Je možné vycvičit své vědomí tak, abychom si ve snu uvědomili, že sníme, a abychom podle svého zájmu snili stále víc. Můžeme se naučit sny řídit. Je to, jak už bylo řečeno, databanka, které by se naše kultura neměla zříkat. Jako děti jsme ji přitom měli už velmi blízko. Teprve výchova a školní vzdělání potlačují intuitivní přístup k univerzu. Naštěstí dnes již existuje dostatek nashromážděných faktů o mimosmyslovém vnímání, takže i ten nejskeptičtější ze všech skeptiků je nucen uznat, že existují i jiné přenosy dat kromě přenosu po drátě, rádiového a světelného. Rupert Sheldrake ve své knize *Sedmý smysl člověka* popisuje zkušenosti, které dokazují, že mnoho lidí mělo před 11. zářím 2001 sny o tom, že se věže Světového obchodního centra v New Yorku zřítí.

Já sám jsem měl 25. září 2004 velmi realistický sen o „obrovité vlně“. (Slovo „tsunami“ tenkrát v mém vědomí ještě neexistovalo.) Byl jsem v nejvyšší po-

hotovosti. Ve snu jsem věděl, že ten, kdo nezareaguje bděle, rozhodně a rychle, bude mezi těmi, které vlna spláchne a kteří budou muset hledat znovuzrození, nebo pokud budou mít štěstí, přijdou o všechno. Ti bdělí, rychlí a prozíraví plavali vlně naproti a dostali se na její hřeben, ještě než se zlomila. Dostali tak příležitost surfovat na ní navěky, protože to nebyla obyčejná vlna, ale obří vlna, které němečtí námořníci říkají „Kaventsmann“. Pro ty, kteří se dostali na její vrchol, to byl naprostý požitek. Byli bez sebemenší úhony nesení daleko do vnitrozemí, museli ovšem přihlížet, jak vlna pod sebou pohřbila všechny, kteří ji neviděli přicházet. Když vlna přešla, zavládl naprostý chaos. Civilizace, tak jak ji známe, přestala existovat.

Probudil jsem se s vědomím: Tahle vlna nepočká, už je tu, a netvoří ji voda, ale vědomí. Dál jsem nevěděl, co si se snem počít, jen jsem si ho ráno zapsal. Vlna tsunami přišla o čtvrt roku později, ale vlna vědomí se teprve zvedá. Oznamují ji varovné signály. Ten, kdo nechce být smeten, až se materialismus zhroutí a až bude nastolena tabula rasa pro měnové a hospodářské struktury, by se měl snažit co nejrychleji zbavit závislosti na tomto světovém názoru.

Můj sen mě může i klamat, protože výklad snů není mou specializací. Přesto je náš život tak krátký, a když se konečně odvrátíme od Slunce, zůstane nekonečně mnoho jiných vlivů – a to, na co zaměříme svého nesmrtelného ducha, pak určí náš další rozvoj. Jestliže zůstaneme až nadosmrti fixováni na materialistický světový názor, budeme opět vystaveni vlivu Slunce a budeme se inkarnovat pod Sluncem. Předtím se ale zastydíme, až se smrtí osvobodí náš pohled a my spatříme jiné vlivy, které nám toto univerzum nabízí. „Jak jsme jen mohli...“, řekneme si, „... jak jsme jen mohli žít tak omezeně.“ Tento náhled patrně nebude stačit, protože navzdory tomu, že pohlédneme do tunelu, jsme bytosti lpící na zvyklostech a bude nás to opět táhnout k tomu, co známe nejlépe. Pokud tedy nevyužijeme nynější fázi svého života pod Sluncem k tomu, abychom si uvědomili jiné vlivy a vyvinuli z nich každodenní vědomí, budeme i přesto, že poznáme svoji omezenost, tak fascinováni Sluncem, že si je znovu zvolíme za svou prvotní zkušenost. A to znamená, že budeme v novém těle otročiti materialismu.

Mnoho těchto důvodů, proč a jakým způsobem budeme znovu inkarnováni, je uloženo v našem takzvaném modelu zrození; v Asii se tomu říká karma. V každém případě je to zájem našeho já. V mém dosavadním modelu myš-

lení s rozlišováním já/ego, duše a duch je naše já něčím, co se skládá z duše a já/ega. Můžeme říci: „Moje já je moje osobnost (nechápe-li osobnost pouze jako pozemský jev). Moje já reprezentuje moje vývojové stadium. V daném okamžiku se nacházím v určitém bodě lidství. Předtím jsem už prodělal mnoho stadií naší evoluce – byl jsem rostlinou, zvířetem a předtím ještě méně materializovanou bytostí, možná koulí energie (jak to zažili účastníci jednoho semináře návratů do minulosti), když Země ještě neexistovala.“ Jako tomu bylo i v tomto konkrétním případě, od jedné formy ztuhnutí k druhé se naše vědomí rozvíjí a mezitím, v odhmotněných fázích, je vždy znovu všeobjímající, nepostižitelně široké a všezahrnující; pak se opět znovu koncentruje na určitou formu existence.

Samozřejmě to nevydrží dlouho, přinejmenším ne věčně, a ohnisko našeho vědomí se z velkého přiblížení nastavuje opět na širokoúhlý záběr. Při tomto zpětném pohledu něco upoutá naši pozornost a na to se zaměříme. Jde většinou o osobu, k níž jsme v předchozím životě měli silný citový vztah, buď lásky, nebo nenávisť. Přibližujeme se k ní stále těsněji, až se nakonec náš zájem zhmotní ve formě buňky. A nakonec zažijeme svoje znovuzrození.

Když dostaneme pozvánku na přednášku tibetského lamy, je to většinou malý leták, na kterém si můžeme přečíst i jeho životopis: „Lama ten a ten se narodil tehdy a tehdy tam a tam. Ve svém předešlém životě od... do... byl opatem kláštera toho a toho a předtím byl učitelem tolikátého a tolikátého dalajlamy v tom a tom století.“ Když se člověk znovu narodí ve společnosti, v níž je už 1300 let kontinuita ducha běžnou záležitostí, jsou dřívější životy prezentovány naprosto samozřejmě. Až to jednou dospěje tak daleko i u nás, zaměstná koncern už jen pracovníky, jejichž osobní údaje budou sahat nejméně dva životy nazpátek.

Pravděpodobně to ale nebude firma, k níž nás to nejvíc přitahuje, nýbrž milostný partner. Je přece jasné, že bychom nejraději chtěli znovu fyzicky obejmout tu duši, kterou jsme v posledním životě nejvíc milovali. Toto přání je naším rozkazem a duše je uskuteční. Ale pozor! Jak může být přání splněno, když není přesně specifikováno: za jakých okolností se má objetí uskutečnit? Co nejrychleji a co nejvřeleji? Dobrá, toto přání možná nalezneme své vyjádření v jednovaječných dvojčatech... Je to ale ta láska, jakou jsme si přáli? Mezi jedinci stejného pohlaví, mezi blízkými příbuznými, se stejnými rodinnými a sociálními výchozími podmínkami? Ne, naše láska byla heterogenní a nejkrásnější,

a taková by opět měla být. Nejkratší cestou k tomu by pak bylo znovu se narodit jako sourozenci. Sourozenecká láska by mohla být stejně silná jako partnerská láska v předchozím životě, ale nemohla by být naplněna. Kdyby byla touha příliš silná, rozdělili by nás rodiče, později společnost a nakonec zákon, a navíc by se říkalo, že naše láska odporuje biologii.

Přání, abychom se v příštím životě znovu setkali se svým milostným partnerem, vyžaduje nejvyšší koncentraci – a to ne teprve ve fázi bardo, mezi smrtí a znovuzrozením, nýbrž už nyní, za života. Seběmenší neuváženost nebo podráždění může vést ke konstelaci, která vás sice svede dohromady, ale nedá vzniknout lásce. Není to tak jednoduché znovu se narodit ve dvou navzájem nespřízněných rodinách a pak se setkat ve vhodném okamžiku, kdy jsou oba volní a nemusí v zájmu své lásky podvádět nebo se rozvádět a připravovat své děti o jednoho z rodičů, protože k setkání došlo příliš pozdě. Ocitnout se při tomto hledání ve správný čas na správném místě vyžaduje velkou zkušenost s meditací. A tu člověk nezíská teprve tehdy, až ji bude potřebovat.

Máme k tomu se svým milostným partnerem příležitost nyní. Zaměříte-li nyní svou lásku na to, abyste se společně připojili k frekvencím univerza, budete na tom moci stavět v příštím životě. Neznamená to začít si hekticky hledat partnera, nýbrž postupovat v klidu, v dokonalé rezonanci s univerzem. Můžeme přitom narazit na energii svého milostného partnera, k němuž nás vede naše duše, pokud je také schopen uskutečnit společné přání z minulého života.

Není to pro náš nynější život snadná spirituální úloha, ale je možné ji zvládnout, nástroje k tomu jsou připraveny. Zeptejte se: Jak vypadá naše tělesná láska a jak naše láska duchovní? Pokud duchovně prožíváme stejný soulad jako například při tělesném orgasmu, je možné toto společné kmitání rozvíjet. Pokud dokážete cítit svého partnera se zavřenými očima jen na základě jeho vlastního kmitání, ať už v krajině nebo v tlačenici na večírku, vytvořili jste spojení, které přetrvává i bez těla. Pole pro telepatická cvičení je v tomto životě velké. Všechno, co v tomto životě zasejeme, můžeme v příštím životě sklízet. Existují partnerské semináře, na nichž rozpracováváme praktické ideje, které můžeme cvičit po celý život, takže při opuštění těla známe podmínky pro (budoucí) setkání.

Je možné, že všechno to, co si nyní myslíme o kontinuitě ducha, uvidíme jinak poté, co opustíme svůj fyzický obal. Je ale zcela jisté, že nyní, za života, můžeme rozvíjet vědomí o kontinuitě ducha, abychom pak přinejmenším poznali a do-

vedli pochopit, co se s námi děje bez těla. Abychom k tomuto vědomí dospěli, je nejdůležitější osvobodit se od fixace na materiálně, neboť ta nám po jeho rozplynutí nebude nic platná. Toto vědomí můžeme cvičit nejlépe na svém zdraví prostřednictvím duchovního léčení. Tam jsme nejcitlivější. Bez ohledu na to, jaký je náš postoj a jakou pozici zaujímáme v materialistické společnosti – v bolesti a nemoci můžeme zažít, jak se tato bolest a nemoc duchovní silou rozpouští, když změním světový názor.

Léčení pro všechny

Pravděpodobně si jen málokdo z lidí hledajících vyléčení uvědomuje, jak důležité pro jejich vyléčení je nastavení. Začíná už jménem, které si dá léčitel. Jen málo účinných léčitelů používá své rodné jméno. Buď si je obměňují, nebo volí smyšlená jména. Je to přinejmenším stejně důležité jako ve školské medicíně titul před jménem. Léčitel, kterého teď navštěvuji, vsadil všechno, podobně jako apoštol Pavel, který svému protagonistovi Ježíši Nazaretskému dal posmrtné jméno Syn Boží. Tím pro něho vytvořil pozici, která mu zaručovala nejvyšší autoritu. Sái Bába, indický léčitel a guru, se sám nazývá Bohem a říká, že božští jsou i všichni ostatní lidé, jen o tom ještě nevědí (viz str. 32).

„Náš“ léčitel, kterého jsem filmoval 4. a 5. března 2005 v Hesenské hale ve středním Německu, si říká João de Deus (John of God, Jan Boží). Proč ne? Jestliže trochu rozumí léčení, je zapotřebí nejvyšší autority, aby učinil možným to, co je podle zažitých modelů vědomí jeho klientů považováno za nemožné.

Když klienti (asi 1500 návštěvníků zblízka i zdaleka) přesně v půl deváté ráno zaujali svá místa v hale, dva tlumočníci stručně představují Jana Božího ve třech jazycích. Pak Jan říká, že úspěšně léčí už 40 let a že nepřišel proto, aby založil nové náboženství, nýbrž aby posílil víru v Boha. Proto jsou srdečně vítáni stoupenci všech náboženství, i ti, kteří žádné náboženství nevyznávají. Tento bod je pro vyvolání procesu samoléčení v této masové podobě také velmi důležitý, protože jakékoliv omezení na určitý systém víry snižuje účinek, a tím i počet klientů. Medicína podpírá svou autoritu vírou ve výzkum, což je pro úspěch materiální intervence stejně důležité jako při duchovním léčení víra v Boha.

Toto krátké představení k uvedení zázračného léčitele stačí, zbytek obstarají asistenti a video, které se hned poté promítá na velké plátno. Asistenti vysvět-

lují, proč není možné obtěžovat Jana Božího otázkami nebo nějakými úkoly. Odkaz na Boha nestačí k tomu, aby se nejvyšší autorita etablovala ve vědomí tak početné klientely, a proto je řečeno, že Jan Boží může léčit jen tehdy, je-li ve spojení s vyššími Mistry a entitami, působícími skrze něho.

Takovýchto entit se nezřídka žádné náboženství. Stačí jen přihlížet katolickému procesí. V průvodu jsou nesené obrazy světců, kteří pro své stoupence podstatně rozšiřují pole působnosti, takže jako spirituální instituce není k dispozici pouze Bůh, jehož vyobrazení neexistuje, nýbrž množství světců v lidské podobě, kteří jsou prostředníky mezi věřícími a vyšší instancí. Podobně je tomu i v případě Jana Božího, který je během dopoledne navštíven nejméně třemi entitami, jejichž obrazy visí na stěně vedle místa, kde pořádá audienci, a k nimž se modlí. Tyto entity zná patrně jen velmi málo přítomných, zprostředkovávají ale představu, že to není jen Bůh, k němuž putují, ale že se setkávají s celou řadou bytostí, které s nimi mimo prostor a čas vstupují do kontaktu.

Toto opatření odebírá léčitelově performanci mnoho ega a dovoluje mu, že nemusí být aktivní, nýbrž zcela uvolněně, téměř ve stavu alfa, být celé hodiny k dispozici davu. Tento uvolněný stav je lidem hledajícím vyléčení prezentován jako jakýsi trans, který zaručuje, že jsou v něm přítomny i entity. Pokud vznikne nějaké podráždění, má-li João de Deus například podat nějaké světské vysvětlení nebo mu není příjemné nějaké chování, může se okamžitě stáhnout do své šatny s odůvodněním, že ho entity opustily – i to se stalo. Není to nikdy on, kdo jedná, respektive nejedná, nýbrž vždy jeho Mistři. Je mezi nimi bývalý vojenský lékař, jistý Dr. Fritz, který jeho prostřednictvím provádí operace. Protože v Evropě je to zakázáno, promítají se hned po přivítání videozáznamy těchto operací asi půl hodiny na plátno. Tyto záběry jsou tak drsné, že člověk musí chtít nechtít zapomenout na všechny dosud platné představy o tom, co je to tělo, bolest a léčení.

Jan Boží strká na tomto videu pacientovi ostré předměty, například nůžky, nosem do hlavy deset až dvanáct centimetrů hluboko, aniž by pacient ztratil vědomí nebo začal vrávorat. Zřejmě nepocítuje žádnou bolest a stojí pevně na nohou; de Deus rozevívá nůžky, jejichž čelisti se musí rozevřít i v pacientově hlavě, a prudce jimi otáčí, takže lze předpokládat, že musel toho muže těžce zranit. Nic takového. João de Deus přítom hovoří s ním i s ostatními, kteří stojí okolo, pak nůžky vytáhne a skloní pacientovi hlavu dolů. Z nosu mu vyteče voda, která se zašklebí do kamery.



Další přichází na řadu pacientka, které nařízne prs 6 cm dlouhou břitvou, pak strčí prsty asi 2 cm hluboko do rány a prohmatá ji, a posléze je z publika přivolán lékař, který ránu nouzově zašije jehlou a nití. Zhruba každé 2 minuty se na videu odehrává další operace. Jednou si de Deus sám odřízne tuk z žýždě, ukáže, že je rána asi 2 cm hluboká, jednou po ní přejede – a je to.

Při těchto operacích nejen že pacienti netrpí bolestmi, ale nejsou jim podávány žádné uspávací prostředky a vůbec se nedbá na sterilitu. Používají se kuchyňské nože, břitvy, staré rezavé jehly a nůžky. Velké rány se nouzově sešijí několika stehy, ale jinak se neošetřují – za pár minut se zahojí a nezůstanou po nich žádné jizvy.

Stačí půl hodiny sledovat tento šokující zázrak, a naše koncepce víry je připravena na to, že se může a musí stát něco zcela mimořádného, pro co naše vědomí nemá žádné vysvětlení. Jan Boží vychází z toho, že je-li jeho motivace nezištná, pomáhající a dobrá – tak jak to naznačuje jméno, které si dal – a nemá-li on sám sebemenší pochybnosti o božském, duchovním bytí každého tvora, pak žádné materiální obavy z bolesti a infekce neexistují. Neoperuje každého, ale denně. A denně ho v jeho domě ve střední Brazílii navštěvuje víc než tisíc lidí. I tam jsou zákony proti němu. Už několikrát byl obžalován z výkonu lékařské činnosti bez potřebné kvalifikace. Každý proces ale zatím vysuměl, protože de Deus úspěšně vyléčil velmi mnoho mocných – od úřadujícího prezidenta přes vysoké armádní činitele a soudce až po velkopřemyslníky. Ti všichni vědí, že lidem, na nichž demonstruje svoje vědomí, se nemůže stát nic zlého, nýbrž výhradně jen vše dobré.

Z tohoto pohledu používá jméno Jan Boží právem a poukazuje tím na dimenzi, v níž tituly jako doktor nebo profesor nic nezmohou. Lékaři a profesori medicíny se starají pouze o materiální rovinu, jinými slovy jsou zajatci lineární dimenze, stejně jako i většina těch, kteří hledají pomoc. João de Deus na to nepřistupuje. Materiální vědomí ho nedráždí ani zlomek sekundy. Na samém konci každého sezení nabízí klientům materiální prostředek: dva hlty vody – „levitované“ vody – víc nic.

Protože si ale materiálně založení lidé chtějí odnést něco hmatatelného s sebou domů, prodává tuto vodu v lahvích. Kromě darů je to jeho jediný zdroj příjmů, protože v jeho vlasti jsou všechna léčebná sezení a všechny operace zadarmo. V Německu vznikly náklady (cesta, pronájem haly apod.), které byly

považovány za vyrovnané částkou 60 eur na osobu a den. Vzhledem k překvapivému návalu to byl pro pořadatele výnosný obchod. Kdyby tomu bylo naopak, musel by zaznamenat ztrátu. Jde-li o zdraví, je lepší obchodovat s neškodnou vodou než s chemikáliemi, které mají nebezpečné vedlejší účinky a které pacienta přijdou velmi drahá a způsobují mu trvalé poškození. Vždyť jen v Německu umírá na vedlejší účinky léků asi dvacet tisíc lidí ročně!

Duchovní léčení nepotřebuje vůbec nic. Jak ale známe z Lurd, katolického poutního místa v jižní Francii, lidé chtějí nějaký prostředek. V Lurdech si ročně načerpá „svatou“ vodu šest milionů lidí. Stejně důležitá jako prostředek je mystifikace. U Jana Božího to jsou operace, v Lurdech stačí příběh o zjevení Panny Marie. Lidé vždy přitahují zážitky, které překračují hranice materiálního vědomí. Když je možné uvěřit, že se může stát zázrak, roste i důvěra ve všemohoucnost ducha. Aby si člověk tuto víru uchoval, bere si s sebou domů vodu nebo nějaký jiný prostředek, se vzrůstající časovou a prostorovou vzdáleností ale víra ve všemohoucnost ducha opět mizí. Stává se to často, protože vzniká dojem, že tato všemohoucnost je přítomna pouze na určitých místech, jako například v Lurdech nebo tam, kde se právě zdržuje João de Deus. Tak vzniká závislost buď na místě, na osobě nebo na prostředku – v každém případě léčebný proces leží v zásadě mimo nás. Tuto závislost podporuje odstup mezi klientem a léčitelem, přičemž oba mají zájem na jeho udržení. Klient nechce převzít odpovědnost za své zdraví, stává se menším, a léčitel (nebo léčivé místo) se stává velkým a svatým.

Z toho přirozeně profituje léčitel, nejen materiálně, ale i tím, že vzrůstá jeho moc. Ten, kdo se cítí malý, si bude vždy myslet, že mu není dán přístup k všemohoucnosti, že k tomu potřebuje ostatní, a je za to ochoten jim tou či onou formou sloužit.

Tím, že přenechám odpovědnost za své zdraví a za své blaho někomu jinému, přenáším na tuto osobu část svého božství a ona je tím povyšována. Ani jeden z nás pak není v kosmické rovnováze, oba trpíme dysfunkcí a musíme se s ní vypořádávat, což není ani pro jednoho z nás snadné. Jde tedy o to, abychom nehledali božství pouze v jiných, nýbrž abychom posilovali své vlastní.

Samoléčení je jednou z mnoha schopností, s nimiž jsme se narodili. Jenom v ně nevěříme, ačkoliv je praktikujeme, vypravíme-li se do Lurd nebo za Janem Božím, protože každý proces léčení je procesem samoléčení.

Po první půlhodině setkání s Janem Božím návštěvník ví, že zázraky existují, a teď by chtěl, aby se zázrak stal i jemu. Může přejít do druhé části haly určené k meditaci. Když se nacházíme na rozhraní mezi bdělým vědomím a spánkem, produkuje náš mozek frekvence alfa, s jejichž pomocí se dostáváme do intuitivní oblasti. Zatímco předtím se v této oblasti díky videu otevřel novému vědomí rozum, nyní se mu otevírá srdce. Mezi sedadly procházejí sem a tam předříkávači a recitují ve třech jazycích texty, jimiž se má otevřít božská síla. Využívají k tomu i známé křesťanské modlitby. Každý je vyzván, aby zavřel oči, neměl překřížené paže a nohy a pravidelně a zhluboka dýchal.

Tato meditace trvá u každého návštěvníka dvě až tři hodiny, aby se emocionálně, duševně i duchovně zklidnil a aby byl naprosto uvolněný. Kromě předříkávačů a meditativní hudby tu nejsou žádná vystoupení, nikdo se nebaví, všichni se připravují na zázrak. 80 až 85 % těch, kteří se tu sešli, tvoří nemocní, zčásti těžce nemocní, několik jich je na vozíku, dva či tři dokonce na pojízdném lůžku. Náhle je oznámeno, že nyní jsou všichni připraveni na setkání s Janem Božím a s jeho entitami. Ten, kdo se dostal tak daleko, aby věřil tomu, že se v příštím okamžiku osobně setká se zástupcem Boha, má dobré vyhlídky, že se u něho něco odehraje.

Lidé se zvedají, mlčky, jako by stále ještě byli ve stavu alfa, se stavějí do řady a trpělivě čekají, až budou vyzváni ke vstupu do další části haly, kde sedí na své židli João de Deus, obklopen asi 50 až 100 takzvanými médii. Jde o zkušené, spirituální lidi, kteří se dobrovolně propůjčili k tomu, že budou celý den – nebo tak dlouho, jak budou moci a chtít – sedět v hale vedle Jana Božího a meditovali. Jinými slovy, soustřeďují se na to, aby každý, kdo sem přijde, zažil uzdravení. Ani tady nikdo nemluví, zaznívá tu pouze tichá meditativní hudba, která dodává celé události slavnostní atmosféru.

Každému, kdo kolem něho projde, João de Deus mírně stiskne ruku. Lidé často přinášejí dopis nebo fotografii třetí osoby, kterou si Jan Boží vezme a odloží do koše, který strážejí jeho pomocníci. Někdo občas něco řekne. Za tímto účelem jsou vedle židle připraveni tlumočníci; de Deus dává v zásadě pouze tři odpovědi: „Operace“, „Meditace“ nebo „Dobrá – jsi uzdraven“. Toho, komu se dostalo odpovědi „Operace“, doprovodí pomocníci do další části haly, kde se posadí a čeká na další pokyny. Ten, komu byla doporučena „Meditace“, je vyzván, aby se do konce sezení (dopoledního nebo odpoledního) posadil k médiím a dál meditoval. „Dobrá, jsi zdrav“, což de Deus říká většině lidí, znamená,

že dotýčný nebo dotýčná může jít domů. „Operace“ může v Brazílii znamenat tělesný zásah. V Německu to znamená, že se bude operovat duchovně, jakmile se „operační místnost“ zaplní zhruba třemi tisíci lidmi.

Pomocníci v několika jazycích připravují lidi na operaci. I zde je jim doporučeno, aby se dostali do meditativního stavu a udělali si představu o tom, co se má při operaci stát: „Čeho se chci zbavit?“ Nedělají se rozdíly mezi fyzickými a psychickými symptomy ani v závažnosti onemocnění. Pacientům, kteří tu sedí se zavřenými očima, je oznámeno, že do místnosti vstoupil Jan Boží. Pomáhají mu přitom dva pomocníci, protože se zdá, že je tak hluboko ponořen ve stavu alfa, že nedokáže sám jít. Zůstane stát na kraji místnosti opřený o své spolupracovníky a pronese velmi krátkou modlitbu, která je také přeložena do tří jazyků. Pak se jeho víčka krátce zachvějí, trhne sebou a vyrazí přitom slyšitelný výdech, který doprovází pohyby rukou, jako by od sebe něco odháněl. Trvá to tři sekundy a pak se otočí a vyjde z místnosti. Asistent říká pacientům, že mohou otevřít oči, a vysvětluje:

**POVAŽUJEME-LI
NEMYSLITELNÉ
ZA MOŽNÉ,
UMOŽŇUJEME
VZNIK ZÁZRAKU.**

„Operace byla velice krátká, ale byla to velmi důležitá operace. Entity zasáhly do vašeho duchovního, emocionálního a fyzického těla. Je proto důležité, abyste jako při skutečné operaci příštích 24 hodin dodržovali naprostý klid. Pokud dnes odjízďíte domů, najdete si někoho, kdo vás může odvézt, abyste mohli zůstat v klidu. Zůstaňte, prosím, v co největším klidu. Žádná televize, žádné čtení. Ležet v posteli a soustředit se sám na sebe. To je pravidlo číslo jedna. Pravidlo číslo dvě zní: Žádný pepř a pálivý chilli. Číslo tři: Žádný alkohol. Číslo čtyři: Žádné sexuální aktivity nebo vzrušení – pokud možno 40 dní, ale nejméně 8 dní.

Pak je důležité, abyste vypili svou sklenici svaté vody, a vezměte si raději svatou vodu i s sebou domů. To vám pomůže jako lék. Až půjdete spát, připravte si sklenici vody k posteli. Použijte bílé pyžamo a pokud možno i bílé ložní prádlo. Pomodlete se k Bohu a poproste ho, aby požehnal vaši operaci. Entity přijdou a budou na vás ještě pracovat. Zhruba za 14 dnů vám vytáhnou stehy, pak bude operace u konce. Je proto důležité, abyste celou noc měli zavřené oči, i když budete vzhůru. Následujícího rána si vezměte sklenku, poděkujte Bohu a vypijte vodu.“

Skoro všichni si pak koupí levitovanou vodu a na závěr dostanou zdarma horkou vegetariánskou polévku, kterou de Deus požehnal.

Při tomto léčebném ceremoniálu se nehovoří o duševních příčinách nemoci. Spoléhá se na to, že člověk sám pozná, co musí ve svém životě zásadně změnit, aby se uzdravil, případně aby zůstal zdrav. Ti, kteří na audienci dostali pokyn, aby meditovali, a získali „privilegium“ dělat to v jedné místnosti s Mistrem a v jeho přítomnosti, po skončení audiencie dostanou od asistenta předem přislíbenou modlitbu za uzdravení, mír a lásku. Protože nepotřebovali vyřešit žádný určitý problém, měl by se zlepšit jejich celkový stav, takže by měli opouštět toto místo s pocitem velké lásky. Je na ně přenesena schopnost duchovně léčit ostatní, především své rodinné příslušníky a potažmo všechny bytosti na této planetě. Je jim vysvětleno, že přitom účinkuje obětavost, láska prostřednictvím odpuštění a důvěra v božství.

V okamžiku modlitby Mistr nenápadně opouští halu a odchází na oběd. Na závěr se všichni pomocníci spojí s účastníky a společně se koncentrují na afirmaci spojenou s modlitbou. Tím je dopolední sezení skončeno a po dvouhodinové přestávce přichází dalších 1500 lidí. Kdyby jich nepřišlo dost, mohou se sezení podruhé zúčastnit ti z předchozího dne. Aby se postupovalo spravedlivě, dostane každý návštěvník náramek, který nejde sundat a na který se zaznamenává návštěva každé sekce.

Ukazuje se ale, že takováto kontrolní opatření nejsou nutná, protože celé čtyři dny v kterémkoliv okamžiku panuje v hale velmi mírná, mimořádně klidná, soustředěná nálada. Lidé často pláčou dojetím, k čemuž se přistupuje zdvořile a s respektem. Mohl jsem kdykoliv kohokoliv oslovit, abych mu před kamerou položil pár otázek. Malý výběr najdete v následující kapitole.

Výpovědi uzdravených

ROZHOVOR S PANÍ R. B. Z HESENSKA

- Na léčebném sezení 1. září jsem byla vyléčena z epilepsie. Měla jsem ji od dětství a z lékařského hlediska neexistovala sebemenší naděje na zlepšení. Naučila jsem se s ní žít a stále užívat léky. Od 1. září, to bylo před půl rokem, jsem všechny léky vysadila a neměla jsem jediný záchvat.

Prodělala jsem několikasekundovou duchovní operaci. Později jsem se cítila, jako by to byla skutečná, fyzická operace. Měla jsem bolesti, jako by

mi otevřeli lebku, a cítila jsem se opuchlá. Bolelo to dlouho. Vyléčilo se to jako normální rána.

- **Jak jste přišla na možnost duchovního léčení?**
- Jedna moje přítelkyně je lékařka, slyšela o tom a povzbuzovala mě. Dlouho jsem bojovala sama se sebou – mám jít, nemám jít? A pak jsem si řekla, že přinejhorším z toho nic nebude, a dodala si odvahy. Bylo to pro mě nové, vím sice, že Bůh léčí modlitbou, ale ještě nikdy jsem nebyla na podobné akci.
- **Modlila jste se už předtím?**
- Už jako dítě jsem se vědomě rozhodla pro víru v Boha, ale tady to bylo mnohem silnější. Jsem židovského původu, vyrůstala jsem v domě věřících, křesťanských rodičů a připojila jsem se ke křesťanské obci.

Ve 12 letech jsem se zcela vědomě přihlásila ke Kristovi. Ve 22 letech jsem se nechala pokřtít a pak jsem čtyři roky pracovala jako církevní ošetřovatelka, až už jsem nemohla dál pracovat, protože jsem měla příliš časté epileptické záchvaty. Teď jsem v předčasném důchodu.

Od 1. září jsem začala žít novým životem. Mám sice ještě nějaké problémy, ale už žádné záchvaty. João je pro mě nástrojem v rukou Božích. Byl mým pomocníkem. Jsem mu velmi vděčná, že se nechal Bohem využít k tomu, aby mi pomohl. Jsem naplněna vděčností.

- **Máte nyní pocit, že vám Bůh může pomoci i přímo?**
- Ano, už mnohokrát ve svém životě jsem zažila, jak Bůh zasáhl v životních situacích, které byly bezvýchodné. Právě tam, kde už nedokáže pomoci žádný lékař, může pomoci Bůh. Bůh vyslyší modlitby. Důvěřuji mu. Bůh je nad náboženstvím. Je to moje síla.

ROZHOVOR S PANÍ A.-J. T. Z BERLÍNA

- V srpnu roku 1998 u mě byla diagnostikována rakovina. Hned jsem začala chodit na normální chemoterapii. Částečně mi pomohla, ale ne úplně. Ve stejné době se přidalo oslabení imunity, a pak zemřela moje milovaná babička a krátce poté také můj otec na stejný druh rakoviny, kterou jsem měla i já. Byla jsem s odvahou v koncích. Nevěděla jsem, jak by mi nějaká léčba mohla ještě pomoci.

Věděla jsem jen, že chci-li přežít, musím se dostat někam jinam. Už jsem slyšela o Joãovi a chtěla jsem za ním jet už dřív. Odjela jsem v den otcova pohřbu a strávila jsem 12 dní v Joãově centru v Brazílii. Nakonec João řekl, že mi může pomoci. Když jsem byla zpátky, nechala jsem si hned udělat CT a rakovina už byla na ústupu. O dva měsíce později zmizela úplně.

Měla jsem navíc už od dětství velmi silnou alergii, atopický ekzém, a ten mě nakonec zatěžoval skoro ještě víc než rakovina. Od té doby, co je pryč rakovina, je pryč i atopický ekzém. Jsou to už dva roky. Dosáhla jsem takové kvality života, jakou jsem nikdy neměla. Loni jsem běžela maraton a nemám vůbec žádná omezení.

Studuji antropologickou medicínu a právě píšu dizertační práci o spiritismu a o brazilské psychiatrii.

ROZHOVOR S PANEM J. B. Z ŘECKA

- Pocházím z Řecka. Tam jsem už před deseti lety slyšel, že v Brazílii existuje zázračný léčitel, ale neodvažoval jsem se k němu vypravit. Před pár lety si dodala odvahy moje sestra. Když tam byla, zavolala mi a zeptala se mě, jestli může provést operaci na dálku podle mé fotografie, kterou s sebou měla. Měl jsem starou jizvu po operaci ledvin, která byla velmi nepřijemná. Asi dvěstěkrát mi ji léčili vším možným: osteopatií, injekcemi, akupunkturou – nic nepomáhalo. V den, kdy moje sestra provedla operaci, jizva zmizela a všechno bylo v pořádku. Zavolal jsem jí a řekl: „Jedu tam.“ Byl jsem sice otevřený, ale zároveň stále ještě rezervovaný a dost skeptický. Hodně jsem přemýšlel, chtěl jsem se všechno dozvědět, získat vzdělání v duchovním léčení a tak dále. To všechno mi ale bránilo navázat skutečný kontakt s všemohoucností.

Brazilská spiritualita má oproti jiným zemím tu přednost, že tam neexistuje žádná nauka. Člověk se učí od života. Pak už tolik nepřemýšlí. Na své otázky nedostává odpovědi, nebo jen jednou větou. Intelekt to vůbec nespokojuje. Ale postupně celé to složité myšlení z člověka spadne. Nakonec stojíte úplně nahý tváří v tvář jsoucnu, něco takového jsem nečekal, bylo to pro mě naprosto nepředstavitelné. Musel jsem se naučit dát se bezpodmínečně k dispozici. Člověk se musí otevřít, aby mohl přijímat. To je veškerá aktivita, která je zapotřebí. A ještě určitá důslednost v životě, tedy například

upřímnost a dodržování určitých morálních zásad, které člověk nemůže neustále měnit podle situace, tak jak se mu to zrovna hodí.

Moje myšlení se kolosálně zjednodušilo. Potom co jsem zažil velmi, velmi mnoho vyléčení, jsem pozvolna začal věřit v jednoduchost, v prostotu léčení. Dnes myslím na to, kolik potíží, které lidé mají, pramení z toho, že moc přemýšlejí, ze všech těch pocitů viny a úvah mám, nebo nemám. Je to všechno tak zamotané, žádný psycholog tím nepronikne. Nejde to, protože je to všechno navzájem propojené. Konvenční terapie nebo poradenství, které chce tímto labyrintem proniknout, je ztracené. Po 20 letech psychoanalýzy se člověk v tom labyrintu už jakžtakž vyzná, ale stále ještě neví, kde je východ. Tady se prostě dáš k dispozici a stane se to. Tak jsem byl vyléčen.

ROZHOVOR S PANÍ B. W. ZE ŠVÝCARSKA

- Ve 24 letech mi bylo řečeno, že mám genetické svalové onemocnění, které jsem podědila po svém otci. V té době to pro mě byla katastrofa, protože můj otec na toto onemocnění před mými očima pomalu umíral. Jeho svaly neustále atrofovaly. Nakonec ani nedokázal zvednout sklenici k ústům, aby se napil, a v útrapách zemřel. Stejně se vedlo mé sestře a lékaři předpovídali, že u mě to bude ještě horší, protože jsem měla na 19. chromozomu delší marker než oni dva.

Byl to pro mě naprostý horor. Byla jsem v pasti, začala jsem se nepřetržitě sledovat, jestli nemoc už propukla. Když jsem mýjela výkladní skříně, dívala jsem se na sebe, jestli ještě mám normální chuži, nebo jestli se už začínám hrbít jako můj otec. V zimě, když jsem měla studené ruce, jsem si myslela: „Už to začíná, protože nedokážu normálně hýbat rukama.“ Diagnóza mě všude provázela jako obrovský tmavý stín. Myslela jsem si, že by pro mě bylo nejhorší, kdybych si už nedokázala vydělávat na živobytí. Proto jsem začala studovat obory, které bych mohla vykonávat později i vsedě, léčebnou pedagogiku a psychologii. Pak mě ale přepadla myšlenka, že umřu mnohem dřív než všichni ostatní, a proto teď musím dělat to, co později nebudu moci dělat: cestovat.

Byla jsem v několika ášramech v Indii, u Sáí Báby, u Ammy i u dalajlamy. Cestovala jsem na Havaj a do Mexika za Aztéky a Toltéky, a všude jsem se zajímala o léčení. Když jsem byla v Peru, dostala se mi do rukou kniha

o Joãovi *The Miracle Man* (Zázračný muž). Četla jsem celou noc a okamžitě jsem vyrazila: lodí přes Amazonku a autobusem do jeho centra ve střední Brazílii. Všechno mě to tam hluboce dojímalo. Začala jsem plakat, jako kdybych se vrátila domů. Chtěla jsem zůstat týden, ale zůstala jsem pět týdnů. Nakonec jsem Joãovi položila otázku, zda mě může vyléčit nebo zda jsem už vyléčená, nebo co mi může k mému svalovému onemocnění říct. Vzal mě za ruku a řekl mi: „Přestaň o té nemoci přemýšlet, jsi vyléčená.“

Bylo to pro mě něco nepochopitelného, protože to nebyla prázdná slova, a černý stín, který jsem dosud cítila vedle sebe, byl pryč. Najednou jsem se dívala na budoucnost úplně jinými očima, viděla jsem před sebou cestu.

Přesto jsem ještě občas pochybovala. Musela jsem stále poslouchat spousty příběhů, aby moje víra zůstala silná. Pak jsem odjela do Brazílie podruhé a udělala jsem rozhovory s téměř 50 lidmi. U každého z nich se tam něco změnilo, buď byli vyléčeni, nebo se jim prostě vedlo mnohem lépe, anebo zemřeli v míru, jak jsem se později dozvěděla. Došlo ke spontánnímu vyléčení i v takových případech, kdy lidé, kteří přišli o berlič nebo přijeli na vozíku, znovu začali chodit. Přirozeně se nevyléčil každý. Za Joãem denně přichází několik tisíc lidí. Existují velmi rozdílné zkušenosti, stejně jako jsou velmi rozdílné příznaky, a každý jde svou vlastní cestou. Od té doby jsem byla v Brazílii už mnohokrát, protože píšu o Joãovi knihu. Jezdím tam i jako průvodkyně se skupinami. Dělán to s velkou radostí a všem účastníkům mých skupin to velmi mnoho dává. Člověk je tam mnohem blíže světu. Je to neuvěřitelné, ale nikde jinde na světě jsem nezažila tolik světla.

Dva roky poté, co jsem ztratila svůj stín, jsem si chtěla nechat na klinice znovu udělat test DNA. Na jedné univerzitní klinice pro humánní genetiku. Ale byli velmi nepřijemní, když jsem řekla, že si myslím, že jsem vyléčená. Řekli mi: „To se nemůže stát. Nikdy. Tuto nemoc člověk buď zdědí, nebo ne, a dědičné choroby se nikdy nemohou změnit.“ Chtěla jsem, aby mi přesto udělali nový test. Odmítali s tím, že by bylo naprosto nesmyslné dělat mi nový test. Když jsem na tom trvala, řekli mi, že to ale v žádném případě není možné uhradit z nemocenského pojištění. Musela bych to zaplatit sama, stálo by to desetitisíce a není jisté, že bych našla někoho, kdo by to udělal. Pomyslela jsem si, že to prostě nechám být. Víím, že jsem zdravá, a víc nepotřebuji. Je to už zase víc než čtyři roky. Podle jejich diagnózy bych na tom už musela být skoro tak jako můj otec.

ROZHOVOR S PANÍ E. P. ZE SEVERNÍHO PORÝNÍ-VESTFÁLSKA

- **Jak se vám daří?**
- Velmi dobře. Je to den ode dne lepší. Včera jsem se trochu nachladila, protože bylo ohromující, jaké zlepšení jsem zažila. Především poznání, co je příčinou mé nemoci, to všechno bylo ohromující. Myslím si, že to bylo to největší vyléčení.
- **Nalezla jste svůj příběh?**
- Ano, pracovala jsem na tom sice už dlouho a měla jsem za sebou mnoho duchovních léčení od jiných léčitelů, pokaždé se nějaké léčení odehrálo, ale tady to byl zcela nový aspekt.
- **Můžete to říci konkrétně?**
- Šlo o moje dětství. Měla jsem neustále pocit, že přicházím zkrátka, ve všech rovinách – ať šlo o jídlo, pití, lásku, prostě všechno. Dvanáct let mám revmatoidní artritidu, a pocit, že přicházím zkrátka, mám i v práci. Teď si ale myslím, že si za to můžu sama, protože jsem se neodvažovala žít svůj životní úkol. Takhle to vidím teprve teď. Předsevzala jsem si, že se svým zdravím, které teď znovu získám, začnu svůj životní úkol plnit. Prostě jsem si nevěřila. Teď jsem ale měla na vybranou mezi nemocí a odvahou žít svůj životní úkol. A sezení s Joãem mi dodalo hodně síly. Víc, než jsem předtím zažila s jinými léčiteli. Byla jsem už i v Brazílii. Bylo to vždycky velice hluboké, vždycky to něco způsobilo, ale včera to byl průlom.
- **Má to něco společného s vaší sebedůvěrou?**
- Myslím, že silná vazba na Boha, kterou João zprostředkovává, je silnější než u jiných. Při modlitbách ve smyslu vševedoucnosti pro mě ztělesňuje vztah k Bohu. Už jsem tento pocit sice u sebe zažila, ale v každodenním životě se vždycky ztratí. Teď je ale tak silný, že prostě cítím: Teď tu zůstanu, teď už nepůjdu pryč.

ROZHOVOR S PLAČÍCÍ ŽENOU

- Jsem úplně vyřízená. Celou dobu musím plakat.
- **Během setkání s Joãem, nebo potom?**



- Potom. Bylo to takové ulehčení.
- **Co vám to dnes přineslo?**
- Velké obohacení.
- **Proč jste teď tak sklíčená? Je to radost, nebo trápení?**
- Už spíš radost. Naděje, že se zbavím toho, co mě bolí léta.
- **To je výborné. Hodně úspěchů!**

ROZHOVOR S PANÍ D. R. Z BAVORSKA

- **Děláte něco takového poprvé?**
- Ano.
- **Co vás přimělo sem přijít?**
- Moje nemoc.
- **Lékaři vám nedokážou pomoci?**
- Mám rakovinu. Lékaři doporučují chemoterapii a já hledám alternativy. Protože vidím, že samotná chemoterapie mi nemůže pomoci. Zjistila jsem to.
- **Kladete si otázku, zda chemoterapie ano, nebo ne?**
- Ne, už jsem s chemoterapií začala, hledám něco navíc.
- **A jaká to tady byla pro vás zkušenost?**
- Je to zážitek a jsem ráda, že jsem přišla.
- **Můžete přesněji popsat, co na vás tady proudivo?**
- Je to spousta dojmů, pocitů. Jsem tak jako tak toho názoru, že existuje něco mezi nebem a zemí.
- **Jste nábožensky založená?**
- Ano. Jsem katolička.
- **A pomáhá vám to tady posílit víru?**
- Ano. Tohle všechno, co tady člověk vidí, a jací jsou lidé. Je to silný dojem.
- **Myslíte si, že vírou je možné zvítězit i nad rakovinou?**
- Ano, věřím tomu, že nad ní můžu zvítězit.

- **Co je k tomu podle vás zapotřebí?**
- Léčit nejen tělo, ale i ducha a duši. To ve školské medicíně chybí. V posledních čtyřech letech jsem měla velké starosti, myslím, že to rakovinu vyvolalo. A proto si myslím, že je možné ji porazit.
- **Získala jste mezitím pocit, že dokážete ty starosti překonat?**
- Ano.
- **A stalo se to právě teď při modlitbě?**
- Ne, to bylo už dřív. Už dřív jsem si v duchu myslela, že to dokážu a že zvítězím nad rakovinou. Ale teď je to ještě silnější.
- **Co byste vzkázala lidem, kteří také mají starosti? Jak je lze překonat?**
- Myslím, že nejdůležitější je pozitivní přístup. Nepoddat se tomu a pracovat na sobě. Posilovat tělo a ducha autogenním tréninkem, meditací atd. Myslím, že tím je možné leccos ovlivnit.
- **Starosti mají většinou něco společného s jinými lidmi...**
- Ano.
- **A co děláte s těmi jinými lidmi?**
- Mám k nim stále kladný vztah. Myslím, že to je důležité.
- **Přispělo to k tomu, že nyní dokážete porazit rakovinu?**
- Ano, myslím, že to je zřejmé.
- **Nemusíte tedy porazit rakovinu, ale jen překonat svoje starosti?**
- Možná.
- **A pak budete zase zdravá.**
- Ano, doufám, věřím tomu.
- **Děkuji, mějte se dobře!**

Jsou ti, kdo uzdravují, zdravější?

Ten, kdo o podobných zkušenostech slyší nebo je sám zažil, by si mohl myslet, že tyto lidi uzdravil João de Deus. To by ale byla mylná interpretace jedné etapy celého léčebného procesu. Kdybychom tento proces rozdělili na 100 kroků – od

okamžiku, kdy nemoc propukne, respektive kdy je zjištěna, až do okamžiku, kdy dotyčný člověk může říci: „Jsem zase zdravý“ – dospěli bychom ke zcela jinému hodnocení léčení. V průběhu celé doby byla nemoc hůře či lépe léčena školskou medicínou nebo homeopaticky, tedy materiálně nebo duchovně, buď dotyčnou osobou samou, nebo s podporou lékařů, terapeutů, léčitelů a dalších duchovních rádců. Každé opatření pravděpodobně tuto trasu 1–100 nějakým způsobem ovlivnilo. Někdy to byly 3 kroky, jindy 20 kroků. Některá opatření možná znamenala i krok zpět, v každém případě ale dotyčná osoba musí zvládnout celou trasu, aby byla zdravá.

Kdyby například v době, kdy byla u kroku 70, přišla na sezení s Janem Božím, možná by po návratu domů byla u kroku 80, vyléčení by nebylo patrné, a to by znamenalo odpovídající hodnocení léčitele. Kdyby se ale tohoto sezení zúčastnila ve fázi, kdy by byla u kroku 90 a během sezení urazila také 10 kroků, hodnocení by znělo, že ji léčitel vyléčil. V obou případech by byl účinek sezení stejný, přesto by vedl ke dvěma zcela rozdílným hodnocením léčitele. Podle mě by v obou případech bylo namísto dotyčnému blahopřát, že s podporou léčitele urazil 10 kroků ve svém procesu samoléčení, a ne hovořit jednou o špatném léčiteli a podruhé o dobrém.

Neexistují ani dobří, ani špatní léčitelé nebo dokonce šarlatáni. Každý chválí toho léčitele, u něhož urazil svoje poslední kroky k vyléčení. Každý chce tohoto léčitele doporučit dál. Když někdo na základě tohoto doporučení vyhledá dotyčného léčitele na počátku svého léčebného procesu a nevrátí se vyléčený jako osoba, která mu ho doporučila, často se na její hlavu snesou záporná hodnocení. V zásadě ale důvod úspěchu a neúspěchu

spočívá v otázce: „Ve které fázi svého léčebného procesu se nacházím a jak rychle ho chci zvládnout?“

Každý, kdo se chce uzdravit a očekává podporu, hledá někoho, kdo má větší důvěru v duchovní dimenzi než on sám. Najdeme-li někoho, kdo posílí naši základní důvěru, otevře naše srdce, nebo nás jednoduše „nakopne“,

abychom v sobě překonali lenocha, je to pro nás ten správný léčitel. Aby se mu to podařilo, vyžaduje to od něho představení, které rozšíří naši koncepci víry.

Možná potřebujeme někoho, kdo nám objasní, že na šťastné dětství nebo na šťastný dřívější život není nikdy pozdě. Možná nám má někdo jen připomenout, že jsme duchovní bytosti, a duchovní bytosti mají vždy možnost svůj vlastní

**KAŽDÝ KROK NA
CESTĚ K UZDRAVENÍ
ZNAMENÁ ÚSPĚCH.
KAŽDÉ LÉČENÍ JE
SAMOLÉČENÍ.**

film dodatečně přestříhat. Život, případně životy, to není nic jiného než filmy, respektive jeden dlouhý, nikdy nekončící film. Báječné na tom je, že můžeme tento film v kterémkoli místě přepracovat, přepsat scénář, přepsat role, vylepšit dialogy, znovu to natočit a vsadit na příslušné místo (viz str. 136). To je to nejdůležitější, co získáme, když změníme svou identitu a nebudeme se už dál definovat na základě své materiální, tělesné existence. Kdo nám tedy pomůže vypátrat rušivé scény v naší minulosti?

Zrekapitulujme si ještě jednou jednotlivá stadia procesu samoléčení.

Hmota, respektive tělo, je podřízeno duchu. (U Jana Božího toho bylo dosaženo raz dva s pomocí videa o operacích. Lze to udělat i jemněji, jako například filipínští léčitelé. Lze to udělat jako Sái Bába „očarováním“ popela a materializací ozdobných předmětů. Je možné přečíst si knihu, zhlédnout film – existuje nekonečné množství metod, kterými můžeme dovést své vědomí k tomuto postoji. V každém případě je to pro proces duchovního léčení třeba udělat.)

Abychom navázali kontakt se svou duší, meditujeme, to znamená, že se dostáváme do stavu alfa. Předříkávání modlitby nás vede k tomu, abychom se otevřeli pro kontakt se svou duší a tím s všemohoucností. (V případě audiencí Jana Božího jsou to dvě až tři hodiny meditace, na mých seminářích dvě noci.)

- 1' Pro moment léčení navazujeme kontakt s všemohoucností. (Ochota nechat se unést jejím představením závisí na systému víry. Představení všemohoucnosti je bohoslužbou v každé formě. Ve skupině to jde snáz než člověku samotnému. Je to okamžik vzývání. Okamžik „ted“, okamžik moci.)
- 2' Zesílení léčebného momentu pro ty, kdo to potřebují, duchovní operací nebo jiným rituálem. (Existuje opět nekonečně mnoho metod k zesílení léčebného momentu. Například napsání dopisu, který neodešleme „pachateli“, přispívá stejně jako operace k odstranění příčiny nemoci.)
- 3' Pokyny, jak se chovat po duchovní operaci, nebo afirmace k nové orientaci. (Obojí si můžeme sami napsat nebo převzít, pokud cítíme, že nám sedí.)
- 4' Odměna, oslava (krásné placebo nebo posvěcený prostředek – voda, polévka, chléb, kameny, červené stužky, zvonečky, obrázky svatých – nějaká zvláštní upomínka na duševní výkon stabilizuje léčení.)

- 5' Pokyny, jak se chovat po duchovní operaci, nebo afirmace k nové orientaci. (Obojí si můžeme sami napsat nebo převzít, pokud cítíme, že nám to tak vyhovuje.)
- 6' Odměna, oslava (krásné placebo nebo posvěcený prostředek – voda, polévka, chléb, kameny, červené stužky, zvonečky, obrázky svatých; zvláštní upomínka na duševní výkon stabilizuje léčení).

3 / Uzdravení vlastními silami

Kosmická odpovědnost

Na základě našeho kulturního vývoje většinou už nevíme, čemu můžeme věřit – modelu, nebo nezjevnému originálu? Vypadá to tak, že neexistuje nic jiného kromě modelů myšlení, podle nichž myslíme, mluvíme a jednáme. Znamená to, že vzniká právě to, co nám naše modely myšlení dovolují si myslet. Pro rozvoj našeho vědomí má proto větší význam uvědomit si modely, které jsou nám k dispozici pro naše myšlení.

Můj vlastní model myšlení, v němž se nyní nacházím (dříve to byl jiný model, a jaký bude zítra, to nevím), říká: *Všechno je energie a tam, kde údajně žádná není, v takzvaném vakuu, je také energie.* Bez energie nic neexistuje. Energie je nám kdykoliv k dispozici, musíme se jen rozhodnout, co s ní chceme udělat. Využijeme ji pozitivně, nebo negativně, využijeme ji z její stránky jin, nebo jang? Prostor, který máme pro svůj rozvoj, je stejně velký jako náš model myšlení.

Projevují se přitom i modely našeho myšlení v našich předchozích životech, o nichž jsem v této knize také už hovořil. Nikdo nedokáže vybočit ze svých kolejí, jejichž je sám stavitelem. Naproti tomu v budoucnosti máme volné ruce, můžeme postavit koleje tak, jak chceme, musíme ale přitom navázat na ty stávající, nemůžeme svévolně začít kdekoliv stavět nové. Dokonce ani subjektivně pocíťované prudké změny směru ve všech našich životech nejsou při zpětném pohledu odbočením o 90 stupňů. Tak ostrými zatáčkami vlak života neprojíždí. Náš život je tedy určován naší minulostí, a kdo své koleje pozoruje s náležitým odstupem, vidí velmi přesně, kam vede cesta. Ten, kdo – duševně řečeno – v průběhu mnoha životů stavěl koleje napříč střední Evropou, nemůže nyní náhle pokračovat ve stavbě trati v Americe.

Ten, kdo dostává předpovědi, jaké obsahují indické knihovny palmových listů, je dostává na základě odstupu, z něhož pozoruje život. Pokud někdo propočítá život jednotlivce například Müllerovou metodou *Global Scalingu*, může

obdržet překvapivě pravdivé výpovědi, pokud vezme jako východisko určitou důležitou fázi, jež se projevuje fyziologicky, například činnost plic. Podobně postupuje i astrologie. Koleje našeho života tedy nepodléhají pouze vlivům naší pozemské existence, nýbrž i kosmickým vlivům.

V kosmu se vše neustále vysokou rychlostí mění, aniž by se někdy cokoliv opakovalo. Vypadá to sice, že se opakují roční období a rytmus dne a noci, ale ve skutečnosti se otáčíme rychlostí 2800 km za hodinu kolem své osy a současně rychlostí přes 300 000 km za hodinu obíháme kolem Slunce. Slunce se všemi planetami, které k němu patří, se řítí rychlostí *mach* (fyzikální jednotka rychlosti, 1 *mach* se rovná rychlosti zvuku) Mléčnou dráhou a současně se celá galaxie Mléčné dráhy průběžně mění v poměru k ostatním galaxiím. Zároveň vznikají samostatně se pohybující kupy galaxií, kterých vidíme ze Země pouze 265, a mezi nimi také probíhá energetická výměna.

Všechny tyto intergalaktické pohyby nejsou předem určeny, ale na základě své minulosti se vyvíjejí zcela určitým směrem. Cílem každého pohybu je nalézt cestu nejmenšího odporu, jinými slovy vyhnout se stresu. Dráha života probíhá podle stejných zásad. Může pouze opisovat oblouky a snaží se každý pohyb jedním směrem vyrovnat protipohybem, právě z toho důvodu, aby se vyhnula stresu. Žijeme tak ve velkých a malých kmitech, které se neustále musí synchronizovat s kmitáním kosmu.

Buddhismus formuluje své nejdůležitější pravidlo života pojmem „střední cesta“. Znamená to, že by se člověk měl vyhýbat extrémním způsobům myšlení a neměl by ve svém životě vytvářet žádné vysoké amplitudy neboli maximální výchylky kmitání, nýbrž by měl zůstat pokud možno ve vyrovnané náladě, protože beztak musí vyrovnávat každý extrémní projev. Po velké radosti přichází velký smutek. Po uměřené radosti přichází mírný smutek. Střídavě jásat a propadat hlubokému zármutku je dosti stresující způsob života, který se dříve či později musí zklidnit, aby vyhověl zákonu o harmonii kosmu. Maximální harmonie lze dosáhnout zmiňovanou „střední cestou“. Tak se chová každá kupa galaxií, každá sluneční soustava a každý atom.

Přesto není v univerzu klid – kdo dokáže snížit svoji amplitudu na nulu? Nikdo a nic. Přitom pojem „nic“ je zavádějící, protože existují jen živoucí bytosti a žádné neživé věci. Věci jsou živé, jako každá bytost. Každá věc má inteligenci, vůli a duši, individuální osobnost, která se snaží procházet životem pokud možno beze škod, vyhýbat se stresu a být milá. Protože se to nikomu nedaří dokona-

le, kmity se ve snaze působit vyrovnaně někdy rozhoupou natolik, že propukají války, přestože všichni hledají pouze mír a soulad. Odpovědnost za naše vlastní kmitání ale zůstává vždy na nás samých.

Ačkoli jsme součástí kosmu a jsme ovlivňováni mnoha nadřazenými kmity, máme přesto každou sekundu svobodnou volbu zmenšit nebo zvětšit amplitudu momentálního kmitání. Tento prostor tu je, byť je omezen naší minulostí. Způsob, jakým toho využijeme, jaké kmitání vytvoříme, rozhoduje o našem osudu. Nelze vytyčit pevnou hranici ovlivnění. Proto není pro univerzum nevýznamné, jaký život vedeme. Čím více se řídíme kosmickým zákonem o vyhýbání se stresu, tím synchronněji náš život probíhá podle kosmických měřítek.

To, čemu říkáme štěstí, je výrazem vysoké kosmické synchronicity. Nábožensky formulováno, jsme „jedno“. Jsme citliví vůči životu. V každé bytosti, bez ohledu na to, zda to jsou moji příbuzní, zvířata a rostliny kolem mě nebo Měsíc – cítíme úsilí dosáhnout vyrovnání harmonie a lásky. Čím vědoměji a účinněji podle tohoto principu žijeme, tím lépe se nám daří.

Synchronně s univerzem

I ten, kdo nemá přístup k internetu, knihám či jiným nosičům informací, se může podílet na globální změně vědomí, protože dýchá. Dech slouží v materiální rovině k přijímání kyslíku, v mentální k synchronizaci kmitání. Každá myšlenka má své vlastní kmitání a s každou změnou myšlení se mění i naše vlnové pole. Myšlenky produkují slova a pocity. I pocity jsou kmitání, stejně jako slova, jež můžeme odečítat z dechu. A naopak: vědomým dýcháním vytváříme pocity. Tato podmíněnost funguje v obou směrech.

Univerzum, kosmos, Země také produkují kmitání. Nalaďme se na ně v myšlenkách, pojměme toto kmitání do svého dechu. A naopak, svým dechem se synchronizujeme s vlnovým polem univerza. Každé přiblížení k univerzu zlepšuje náš způsob fungování ve všech oblastech života. Pro doladování synchronizace neplatí žádné omezení. Synchronizace s kosmickým kmitáním může zajít až tak daleko, že můžeme dýchat minulost, přítomnost i budoucnost a tímto způsobem ji vnímat.

**MÍSTO VELKÉHO
TŘESKU NASLOUCHAT
MELODII UNIVERZA.**

**PŘI DÝCHÁNÍ
KMITAT
S KOSMEM.**

Spojení dechu a myšlenek mohou zažít milující se partneři. Když spolu leží delší dobu v těsném objetí a synchronně dýchají, zjistí, že rytmus dechu je ovlivňován každou myšlenkou. Každá myšlenka se projevuje v dechu. Je otázkou soustředění, abychom vycítili, jak dalece jsme synchronizováni. Čím víc jsou naše nádechy a výdechy časově sladěné, tím větší mír a odpočinek si navzájem dáváme. Pokud dokážeme udržet synchronicitu delší dobu a pak vyjádříme to, na co jsme mysleli, pravděpodobně zjistíme, že náš partner myslel na totéž. A stejně to funguje i s univerzem, jak ukazuje následující příklad.

Profesor Alexandr Trofimov z Kosmologického ústavu ISRICA univerzity v Novosibirsku provedl ve dnech 25. května až 6. června 2005 celosvětový experiment, při němž tento jev testoval. Při studiu mayské kultury, která existovala v Mexiku přibližně 3000 let před příchodem Španělů, dospěl k závěru, že Mayové dostávali informace z kosmu, které byly vázány na určitá souhvězdí. Na základě astronomických výpočtů měla Země během těchto 12 dní roku 2005 zaujímat vůči těmto souhvězdím zvláště výhodné postavení.

Aniž by řekl, o která souhvězdí a o kterou kulturu jde, prof. Trofimov prostřednictvím internetu rozeslal prosbu, aby co nejvíce lidí během těchto dní meditovalo v určitých hodinách, kdy měly být příslušné země obráceny k těmto souhvězdím. Experimentu se zúčastnilo asi 300 lidí na celém světě. Profesor Trofimov je vyzval, aby mu podali zprávu, jaké obrazy nebo myšlenky se u nich během meditace ve zvýšené míře objevovaly: 80 % účastníků vidělo tvary, které profesor Trofimov jednoznačně identifikoval jako mayské symboly.

Tento ruský experiment podporuje tezi, že se můžeme klidně považovat za kosmické bytosti, protože nejen vysíláme informace do vesmíru, ale můžeme je také z vesmíru přijímat. Všechny tyto informace nám ale budou k ničemu, pokud na tyto frekvence nenastavíme svůj přijímač. Nastavení probíhá dýcháním. Každá meditace je dechové cvičení, otázkou pouze je, ve kterém frekvenčním pásmu máme svým univerzálním světovým přijímačem hledat vysílač.

Duchovní erotika

Pokud by duchovní léčení zůstalo filozoficko-teoretickou záležitostí, neměli bychom z něho žádné potěšení. Měli bychom se přece se svým partnerem nebo partnerkou potěšit i tehdy, nechceme-li se oddávat tělesnosti. Bylo by strašné,

kdyby byla láska a radost ze života omezena a odkázána pouze na tělesné požitky. Následkem takovéto jednostrannosti už ztroskotalo mnoho vztahů a manželství, protože tělesný půvab se jako výhradní zdroj potěšení vyčerpá, chybí-li duchovní dimenze.

Existují úžasné duchovní rituály, které umožňují pocítit lásku, například když se posadíme naproti sobě a dlouho, nejméně tak dlouho, jako jinak trvá milostný akt, se bez přerušování díváme ze vzdálenosti 30–80 cm jeden druhému do očí. Je k tomu zapotřebí stejně vysokého soustředění, jaké při tělesném sexu vyžaduje dosažení orgasmu, zvláště tehdy, chceme-li orgasmus zažít současně, společně. Rituál duchovního vědomí je tedy nutno celebrovat se stejně silným soustředěním, což znamená, že se nesmíme nechat rozptylovat žádnými tělesnými podněty, jako je pálení očí, tělesné napětí, tlak v močovém měchýři nebo uhýbání pohledem. Uhýbání pohledem znamená dívat se oběma očima do jednoho oka. Uvolněný pohled je souběžný. Můžeme přitom před sebou imaginárně oběma rukama roztáhnout závěs, tak, abychom ani jeden jeho okraj neztratili z očí. To rozšiřuje pohled, a tímto pohledem se na sebe díváme.

Toto soustředění je otázkou cviku jak pro tělesný rituál, tak i pro rituál duchovní. Je samozřejmé, že se to nepodaří napoprvé. Uvědomme si, jak dlouho trénují páry, než skutečně prožijí současný celotělový orgasmus, který nově nasměruje a harmonizuje energetické pole od konečků vlasů po prsty u nohou. Při dosažení „duchovního orgasmu“ – chceme-li tomu tak říkat – to není jiné. Duchovní orgasmus se uskutečňuje v takové formě, že mizí omezení na tady a teď a my můžeme spatřit toho druhého, svého partnera, v jeho rozdílných inkarnacích. Tento stav se dostaví už po pěti minutách paralelního pohledu – a s každou další minutou je to napínavější. Je to přinejmenším stejně vzrušující jako tělesný orgasmus.

Tento rituál vědomí můžeme provádět i sami před zrcadlem a spatřit tak své vlastní inkarnace; meditativní zaměření otevírá nové obzory. Rozhodující otázka zní: Kolika procenty své životní energie se staráme o tělesné zdraví a kolika o duševní, respektive o trénink vědomí, který se projevuje i tělesně, provádíme-li ho správně? Žádný špičkový sportovec dnes nemůže zůstat na vrcholu bez tréninku vědomí. A platí to i naopak: tělesný trénink se může také stát tréninkem vědomí. Potvrzuje to jóga, tai-či, čchi-kong a další metody. Ochotně se, jestliže rozvoj vědomí stagnuje a vše se točí jen kolem jídla, sexu a jiné

**SEXUALITA
ZAČÍNÁ V HLAVĚ,
EROTIKA V DUCHU.**



Dychtění po tělesnosti a materiálnu velmi rychle přestane být zábavné a cool, jakmile zjistíme, že tělo stárne. Pokud je někdo fixován na tělo, začne si myslet, že stárne i duchovně. To je ale určeno jediné tím, na co se orientoval, respektive orientuje. Duch ve starém těle zůstává mladý a svěží, jestliže se stále rozvíjí. Tělesný růst znamená starý a starší. Duchovní růst znamená svěží a svěžejší. Tělesný pokrok vede ke smrti. Duchovní pokrok vede k životu. Čím dříve zaměříme svou pozornost na duchovní aspekty života místo na materiální, tím více potěšení a radosti budeme mít ze své existence.

Návštěva duše

Duše může prostřednictvím nástroje zvaného tělo plakat i jásat, může projevit jakýkoliv pocit, proto jsme si tělo opatřili. Slouží nám jako ozvučná skříň našeho ducha. Duch určuje jeho kvality a schopnosti. Určuje všechno, a přesto bez něho nic nezmuže. I ti, kteří už museli své tělo opustit, po něm stále touží. Hledají proto na Zemi někoho, skrze jehož materiální formu by se mohli vyjádřit, nejraději přirozeně někoho, koho dobře znají a koho milují. Tato osoba ale nařiká nad smrtí toho druhého. Stěžuje si na odloučení, a přitom je milovaný zesnulý pouze zbaven svého výrazového prostředku. Tak jako dříve hrál na svůj nástroj, může nyní hrát na nástroj toho, kdo mu ho dá k dispozici. Místo nářku a bědování nad odloučením se můžeme s duchem milovaného člověka spojit a nechat ho skrze sebe jednat. To vytváří zcela novou, dodatečnou energii.

Aby toto spojení fungovalo, měli bychom začít dávat zemřelému k dispozici svoje tělo včas. Jednoho dne to pak bude snazší i pro naše pozůstalé, byli-li jsme jim v tom příkladem, když jsme ještě měli tělo. Budou pak méně naříkat, až sami zemřeme, a využijí té neuvěřitelně krásné možnosti nechat skrze sebe projevovat našeho ducha. Ducha, který je osvobozen ode všech existenčních omezení a který plně využívá toho, že není omezován prostorem a časem.

Jestliže necháme průchozí své tělo a ducha zároveň, možná nás využije některý velký duch a skrze naše vědomí, s pomocí našeho těla, bude konat dobro na této Zemi, kdo ví? Bez prostupnosti se žádné ozvučné těleso nerozkmitá. Nemusíme své tělo používat jen sami pro sebe. Nemusíme je dávat k dispozici jen svému vlastnímu duchu (což beztak činíme), ale mnohým, pro začátek alespoň jednomu dalšímu, abychom si na to navykli. Vyzvěte toho nejkrásnějšího a nej-

většího ducha – nebo několik takových duchů – aby se projevil skrze vaše tělo. Podaří-li se to, znamená to, že jste využili tuto fázi materializace zcela jinak, než kdybyste nechali na svůj nástroj, na své tělo, hrát jen svého vlastního ducha. Jako svou ozvučnou skříň ho využijí síly, které nás dokážou uvést v úžas.

Jsou lidé, kterým se to stane nedobrovolně, a pak vůbec nevědí, co si o tom mají myslet. Někteří se polekají, místo aby se zaradovali. Zapomínají, že jsou sami pány a vládci svého těla a že samozřejmě rozhodují o tom, kdo kromě nich je smí používat a kdo ne – je to pouze jejich rozhodnutí. Někdo dostane strach, že by mohl být ze svého vlastního přibytku vyhnán, souhlasí-li s tím, aby ho používali i jiní. Svě hosty si musíme vybírat sami. Dům je v každém případě dost velký. Představme si, že bychom pozvali Ježíše a propůjčili mu své tělo jako výrazový prostředek, alespoň na pár dní – dovedeme si představit, jaký účinek by to mělo? Kolik radosti se v tom ukrývá? Můžeme ale pozvat i svoji tetičku nebo matematického génia, vynikajícího hudebníka, tanečnici nebo strýčka – nebe je plné duší, které se chtějí projevit, a to jde jediné skrze tělo.

Přirozeně je možné namítnout, že by si tyto duše přece mohly hledat své vlastní tělo, které by mohly samy budovat od okamžiku početí, a ne se snažit ubytovat v hotových tělech. Samozřejmě by měly a možná to i dělají, přesto ale stále existuje další možnost pobývat v jiném těle, alespoň jako host. A pro nás bude obohacením, bude-li se smět prostřednictvím našeho těla projevit další krásný, velký duch, který je osvobozen od existenčního strachu.

Věčná láska

Není snadné udržet milostný vztah přetrvávající tělesnou smrt, zvláště když oba partneři už opustili svá těla. Je třeba za života hodně cvičit vzájemnou koncentraci na partnera tak, abychom ho poznali, i když nebude tělesně přítomen. Musíme se při tom naučit naprosto soustředit na jinou osobu, abychom s ní mohli navázat duchovní kontakt, bez ohledu na to, kde a zda se vyskytuje tělesně. Dělají to – prokazatelně měřitelně – léčitelé, kteří pracují s energiemi, když se napojují na své klienty. Měření potvrzují, že se léčitel dokáže soustředit tak silně, že se jeho mozkové frekvence vyladí s frekvencemi klienta a pak spolu s ním toto frekvenční pásmo změní, čímž u klienta vyvolá léčivé kmitání.

**TĚLO JE
OZVUČNOU
SKŘÍŇÍ DUCHA.**

Tuto schopnost je možné rozvíjet jako každou jinou. Jakže zní ta stará lidová moudrost? „Žádný učený z nebe nespádl.“ Ptejme se tedy: Kdy chceme začít s nácvikem koncentrace? Ještě před smrtí svého partnera, nebo pak, až budeme pociťovat velký stesk a smutek? Chceme-li rozvíjet tuto svou schopnost, musíme začít co nejdříve, chceme-li v ní dosáhnout mistrovství. Tohoto mistrovství jistě není možné dosáhnout během jednoho jediného života. Když si ale ujasníme, co už duchovně dokážeme, zjistíme, že tu už je něco, co jsme se zcela určitě nemohli naučit v tomto životě, od svých současných rodičů ani od nikoho jiného, s nímž jsme se dosud v tomto životě setkali. Nestojíme tedy ve svém duchovním zaměření na samém začátku. Můžeme stavět na schopnostech, které jsme získali v předchozích životech.

Začneme-li rozvíjet duchovní rituály, měli bychom současně omezit rituály tělesné. Zřekneme-li se konzumu, přinese nám to mimořádné rozšíření vědomí. Vztah k materiální spotřebě je vůbec cvičištěm, na němž můžeme zvládnout velké kroky k duchovnímu mistrovství. Víím, že většině lidí se to nebude líbit, protože teprve konzumování přináší mnohým pocit, že žijí naplno. A za tím číhá strach, že by jejich život mohl být ochuzen, kdyby omezili spotřebu. „Zřeknutí se“ spotřeby ale nesmí být spojováno s pocitem ztráty, nýbrž s pocitem *uvědomění*. K tomuto uvědomění patří vědomosti, mnoho vědomostí. A vědomosti získáváme díky své zvědavosti.

Vyplácí se tedy v kterémkoliv okamžiku pracovat na dosažení mistrovství.

**MILUJME, I KDYŽ
NÁS SMRT ROZDĚLÍ.**

Láska je dobrým motorem – dobrou motivací pro duchovní mistrovství. Kdo by se chtěl rozloučit se svou nadevše milovanou osobou jen proto, že už není ve hře hmotné tělo? Kdo by neznal touhu zůstat se svým milovaným/svou milovanou spojený až za hranice tělesných omezení? Tato touha představuje vynikající motivaci k tomu, abychom společně prováděli duchovní rituály.

Co nám dává zdraví

Rozum a intuice přestávají být protiklady, když se modely myšlení sblíží. Rozum (ratio) jako takový neexistuje. Je to strukturní způsob myšlení, který slouží ke zhušťování určitých myšlenek, to znamená, že jim propůjčuje účinnost.

Rozhodující úlohu při utváření tohoto modelu sehrál filozof Descartes a fyzika, která vzešla z jeho učení. Tento model narazil na své hranice, mnoho zkušeností už nedokáže interpretovat. Aby se udržel, je nutné negovat mnoho faktů, upírat jim existenci. Za tímto účelem se vedou ideologické spory, jimiž se tyto danosti morálně diskreditují.

Fyzika to ale má stále těžší, protože fakta pro změnu paradigmat pocházejí z jejího vlastního výzkumu. Díky Hubbleovu teleskopu zjišťujeme, že teorie velkého třesku nesouhlasí. V důsledku objevů Dr. Nimitze padá Einsteinovo dogma, že rychlost světla je konečná. Newtonova myšlenka, že gravitace vzniká na základě hmotnosti, je popřena teorií *Global Scaling* Dr. Hartmuta Müllera. Souhlasila beztak jedině pro hypotetický případ, že by ve vesmíru existovaly pouze dvě planety. Proto se to v nauce o gravitaci jen hemží výjimkami. U Müllera neexistují žádné výjimky. *Global Scaling* prohlašuje hmotnost za důsledek gravitačních sil, které ovšem Müller ze systematických důvodů nazývá „atraktory hmoty“. Na Princetonské univerzitě v USA existuje celá sbírka faktů, pokusů a pozorování, jež fyzika nedokáže vysvětlit.

Existuje nadmíru modelů myšlení, které naléhavě vyžadují revizi. Mnoho parametrů ratia je zpochybňováno zdokonalenými měřicími technologiemi. Kvantová fyzika, výzkum fotonů, tachyonová pole a *Global Scaling* jsou oblasti nové fyziky, které vyžadují světový názor, jaký se dosud uplatňoval spíše v esoterice než v přírodních vědách. Politický vztah mezi spiritualitou a vědou se mění. Zastánci „absolutní pravdy“ tu nyní stojí jako sektáři a brzdí rozvoj vědomí. Svými modely myšlení vnucují společnost nelidskou, tvrdou existenci provázenou četnými katastrofami, v níž vznikají problémy, o kterých se domnívají, že je lze vyřešit pouze mocí a násilím, ale ve skutečnosti je jen odsouvají. V komplexním pohledu je tím individuálně i společensky předem naprogramována nemoc. Stejně jako mocní zacházejí s lidskými osudy, zacházejí i se svými buňkami – musí fungovat, a když nefungují, jsou k tomu nuceny chemickou či fyzikální silou nebo zářením. Toto myšlení, které je osobně často přivádí k žalostnému konci a které po celý život předepisovali jiným, se chýlí ke konci.

Dokonce i děti, které mají nebo měly takové otce a učitele, mohou být stejné jako oni, budou-li mít před sebou lákavou vidinu kariéry, mají ale podstatně větší naději svůj model myšlení rozšířit, než měli jejich otcové. Tok informací se

**VŠE JE MOŽNÉ,
POVAŽUJEME-LI
SE ZA DUCHOVNÍ
BYTOSTI.**

v posledním desetiletí výrazně zrychlil a je mnohem snáze dostupný. Pokud se někdo chce podílet na globálním rozšiřování vědomí, stačí, když bude hledat na internetu, nové myšlení nabízejí dokonce i vysokoškolské kurzy a jsou ho plná knihkupectví. Nalezneme všechno, abychom se mohli individuálně a osobně vydat na cestu k novému myšlení.

Ačkoli nová fyzika používá nová obtížná slova, nové myšlení není složité. Pro toto živoucí, otevřené myšlení existují prastará pravidla. Nemusela se změnit od svého vzniku v předcivilizačních společnostech, například na Havaji, a život lze podle nich zvládnout i dnes:

- 1' Svět odpovídá tvým myšlenkám.
- 2' Neexistují žádné hranice.
- 3' Energie vyplývá z pozornosti.
- 4' Nyní je okamžik moci.
- 5' Milovat znamená být šťastný s...
- 6' Veškerá moc pochází zevnitř.
- 7' Účinnost je měřítkem pravdy.

Použijeme-li tato pravidla například na léčení, konkretizují se následovně:

- 1' Podle toho, jak se dívám na svět, budu tento svět prožívat a dosahovat odpovídajících výsledků.
- 2' Všechno je možné! Ani úplné uzdravení není ničím jiným než vírou v uzdravení.
- 3' Zaměřím-li svoji pozornost na léčení a na účinky léčby, bude tam proudit energie a podporovat léčení.
- 4' Léčení se odehrává *nyní* – ne v minulosti, ne v budoucnosti – tím, že něco měním.
- 5' Lásky, radost a nadšení pro ... léčení urychlí.
- 6' Neléčí léčba zvnějšku, nýbrž samoléčebné síly a víra člověka v ...
- 7' Kdo se léčí, má pravdu!

Poděkování

Titul této knihy na cestě do sousední dimenze by podle mě mohl znít *Experiment lidství pokračuje*. Už proniknutí do tohoto světa způsobilo v mém životě tak silné turbulence, že dnes už nejsem stejný. Sedm let se neobnovovaly jen mé buňky, ale také všechny vztahy v úzkém i širokém kruhu. Tempo vývoje mých tří dětí mi připadá stejně prudké jako rychlost, kterou se vyvíjím já sám. Stejně jako já dospěly do zcela nových úseků života, ty velké jsou venku ze školy, ta malá daleko pryč. Astrid, s níž jsem před čtyřmi lety započal své radikální rozšiřování vědomí a která mě velmi podporuje v mé práci, se před dokončením této knihy stala mou manželkou. Vzali jsme se v červenci 2005 na Zugspitzu za přítomnosti více než stovky přátel a příbuzných za výjimečně krásného počasí a daleké viditelnosti – byl to vysoce symbolický zážitek, po němž jsme ve třech odjeli na líbánky. Tím třetím do party byla tato kniha. Podle termínu početí bylo možné očekávat radostnou událost krátce před frankfurtským knižním veletrhem 2005. První kniha o duchovním léčení *Na cestě do sousední dimenze* má nyní malého sourozence, který snad poroste stejně rychle jako ona. Díky novým a novým vydáním překročila v době narození své následovnice hranici 50 000 výtisků.

Komu za to vděčím? V první řadě vám, kdo jste ji četli a většinou i doporučili dál. Tímto způsobem dosáhla dynamiky, kterou lze přát i této knize. Že je to možné, spočívá v jejím obsahu, za který mohu děkovat nejen báječné duchovní výměně názorů se svou ženou, ale i nesčítelným nadšeným účastníkům mých seminářů, kteří uspěli ve svých procesech samoléčení. Kdybych byl neměl od stovek z nich tak silný ohlas, nebyla by se moje důvěra v léčení na základě rozšiřování vědomí nikdy natolik upevnila. Za to děkuji z celého srdce každému z účastníků, který otevřeně hovořil o svém projektu a daroval ho tak celé seminární skupině. Každý se učil od každého, i když jsme spolu prožili jen jeden nebo dva víkendy.

Stačilo to k uvědomění, že jsme duchovní, samy sebe léčící bytosti. To se stalo naší sousední dimenzí, o níž hovoříme. Tato zkušenost nás stmelila. Zůstane

nám po celý náš další rozvoj, daleko za hranice existence našeho těla. To mě naplňuje velkou vděčností. Toto duchovní společenství posiluje mou důvěru, že budu moci zemřít zdravý. Nestane se to dnes, ale až se to stane, bude to záměrně. Náš každodenní trénink spočívá v radostném, neustálém odpoutávání. Semináře slouží k tomu, abychom se to naučili – a týká se to nejen účastníků, ale i mě samého. Děkuji organizátorům na různých místech Německa, Švýcarska a Rakouska za to, že se vždy podařilo nalézt a vytvořit vydařené, příjemné rámcové podmínky.

Jsem zároveň velmi rád, že moje nakladatelství nepolevuje a dělá, co je v jeho silách, abyste vy, moje milá čtenářko, můj milý čtenáři, dostali tuto knihu včas. Za to nakladatelství Kösel děkuji s hlubokou poklonou. Víím, že to pro nakladatelství není samozřejmé. Obdivuji odpovědnost, kterou nese nakladatelství se všemi svými zaměstnanci za nadějně a silné poselství této knihy, na prvním místě pak děkuji lektorce paní Ulrike Revereyové.

Pod stejným názvem *Léčení, zážrak v nás* vychází nyní v Německu také DVD a třídílný televizní seriál v celkové délce přes dvě hodiny. Za to, že se to podařilo, děkuji televizní společnosti Bayerischer Rundfunk a panu Alfredu Ritterovi. Směť říci totéž, co slovy, ještě jednou zcela jinak prostřednictvím obrazu je úžasná výzva. Doplnuje zkušenost, na níž záleží: čtení a sledování stimuluje vlastní zkušenost. V tom spočívá celý motiv mé práce.

Vy, milí čtenáři, můžete zažít své božství.

Vše nejlépeší
váš Clemens Kuby

Filmografie Clemense Kubyho

- **Celovečerní dokument podle úspěšné knihy**
NA CESTĚ DO SOUSEDNÍ DIMENZE
- **Trilogie o buddhismu**
ČÁST I. STARÝ LADAKH
ČÁST II. TIBET – ODPOR DUCHA
ČÁST III. ŽIVOUcí BUDDHA – SKUTEČNÝ PŘÍBĚH
- **Doplňující filmy k trilogii o buddhismu**
ČÁST I. DALAJLAMA: POKOJ DUCHA
ČÁST II. UTRPENÍ TIBETSKÝCH ŽEN
ČÁST III. JAK SE TOČIL FILM ŽIVOUcí BUDDHA
- **Vítězný snímek soutěže *One Future Preis* 1996**
TODOVÉ – NA PRAHU RÁJE

Akce

- **KUBY-VISION.** Dosavadní zkušenosti z vystoupení Clemense Kubyho při promítání jeho filmů ukazují, že si diváci přejí nejen vidět jeho filmy, ale dozvědět se přímo od něho něco více o pozadí vzniku těchto filmů a o historii jejich natáčení. V rámci těchto exkluzivních filmových večerů se vždy promítají dva filmy Clemense Kubyho, jeden méně známý a jeden tematicky související. Filmoví diváci tak mají příležitost v příjemném prostředí osobně hovořit s Clemensem Kubym o daném tématu. Volné termíny naleznete na adrese www.clemenskuby.de
- **KUBY – PŘEDNÁŠKY.** Clemens Kuby během svých dlouholetých cest, rešerší a natáčení dospěl díky intenzivním zkušenostem s protagonisty svých filmů a knih k hlubokému pochopení svých témat. Upoutá stejně velké i malé publikum, ať na lékařském kongresu, či na církevním dnu jsou jeho přednášky vrcholem programu. Termíny přednášek k jeho filmům a knihám najdete na adrese www.clemenskuby.de