

Kosmická energie hojnosti

- Energie hojnosti a láska
- Umění tvůrčího spánku
- Holografické uspořádání vesmíru
- Magie úsměvu
- Cvičení – Sluneční energie
- Cvičení – Anděl strážný
- Cvičení – Otevření centra jasnovidectví



Umění tvůrčího myšlení

SUN LIGHT



eugenika

Sun Light

Kosmická energie hojnosti

Přeloženo z ruského originálu:

Космическая энергия изобилия

© Sun Light, 2000

Czech edition by Alexander Giertli – EUGENIKA Pbl.

A. Gwerkovej 20, P.O.Box 187

850 00 Bratislava

tel. /fax/: 00421-2-63810659

E-mail: eugenika@eugenika.sk

Internet: www.eugenika.sk (www.eugenika.cz)

Přeložila © Jana Hrčková (REDIGO)

Redakce: Lenka Linková (REDIGO)

Korektura: Lenka Macháčková (REDIGO)

E-mail: redigo@redigo.cz

Internet: www.redigo.cz

Grafická úprava: Miroslav Nemec

Návrh obálky: Miroslav Nemec

První vydání

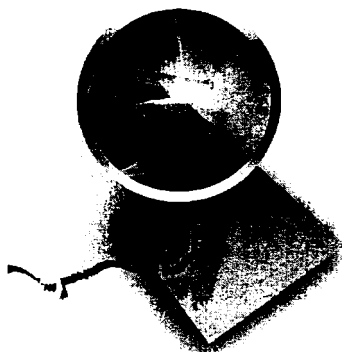
Bratislava 2007

Tisk: ARIMES

ISBN 80-89227-87-7

Sun Light

Kosmická energie hojnosti



Obsah

Předmluva.....	11
Zlato – krystalizovaná energie hojnosti	14
Cvičení Sluneční energie	20
Síla rozumu.....	24
Cvičení Energie v mikrokosmu.....	26
Energie hojnosti a láska.....	27
Cvičení Svět růží	29
Miluj bližního jako sebe sama	30
Cvičení Milující svět	32
Hodnota člověka, lidská hodnota	33
Cvičení Země osvícení.....	36
Vědomí hojnosti.....	38
Cvičení Proud	43
Cvičení Tady a teď	47
Sebepozorování	50
Cvičení Zjevení, Inspirace	56
Vstup do obrazu.....	61
Cvičení Zrcadlo světa	63
Cvičení Energetická smršť	66
Dýchání.....	68
Cvik Kosmické dýchání	69
Cvik Dech hojnosti.....	71
Jste světlem světa	73
Cvik Sféra souladu	77
Cvičení Reflektor síly	78
Kouzlo podvědomí.....	80
Cvičení Zlatá pyramida.....	85
Cvičení Vnitřní sebeuvědomění.....	89
Cvičení Svět eidosů	91
Cvičení Anděl strážný.....	94
Cvičení Skupinová vizualizace	95
Bohatství začíná v mysli.....	99
Cvičení Duhový krystal.....	103

Cvičení Otevření centra jasnovidectví	108
Cvičení Odraz	110
Cvičení Běh štěstí	112
Cvičení Zlatá sféra.....	113
Umění tvůrčího spánku	116
Pohled orla	126
Cvičení Pozorování symbolů štěstí	128
Holografické uspořádání vesmíru	132
Cvičení Pole dobra.....	134
Chléb vezdejší	136
Cvičení Nasycení se kosmickou energií	139
Hvězda hojnosti	144
Praxe Hvězdy hojnosti	146
Nenasytlost	150
Cvičení Test přání	153
Magie úsměvu	155
Cvičení Úsměv lásky	158
O autorovi.....	162

Předmluva

V okamžiku, kdy se naladíte na hojnost, začínáte automaticky přitahovat štěstí, bohatství a úspěch. Hojnost si lze velmi snadno zajistit pomocí lehce aplikovatelných technik, jež vypracovali velcí zasvěcenci a ověřila laboratoř života. Budete-li tyto metody používat, získáte intuici, energii a ideje, které vám umožní naplnit své předurčení, kochat se seberealizací a uskutečnit své vytoužené cíle.

V této knize jsou popsány psychotechniky a cvičení, díky nimž lze účinně pracovat s energií hojnosti, zbavit se negativních psychických vlivů, překonat neúspěchy, rozvinout finanční intuici a realizovat vše, k čemu jste předurčení.

Uvedená cvičení pomáhají získat motivaci a sílu a umožňují dosáhnout prosperity, úspěchu, harmonie a štěstí. Rovněž vám přivedou do života energii hojnosti, jež se projevuje jako radost, bohatství, tvůrčí činnost, štěstí, úspěch a zdraví. Zapamatujte si navždy den, kdy jste se s touto knihou setkali. Sotva jste ji otevřeli, zjevila se vám brána do světa hojnosti a osvětlení.

...čtete tuto knihu a překračujete posvátný práh. Bude vás objímat úspěch; zklamání, ztráty a obavy necháte za sebou. Realizujete slova obsažená v knize a váš život se změní v zázrak, za-

čnou k vám přicházet radost a harmonie. Navždy
si zapamatujte den, kdy jste poznali tuto knihu.

Život naplněný po okraj – to je štěstí.

Lao-c': Tao-te-t'ing

Země vám dává své plody, a budete-li vědět, jak si jimi naplnit ruce, nebudete strádat.

Budete-li si vzájemně vyměňovat dary země, naleznete hojnost a budete uspokojeni. Ale nebude-li výměna doprovázena láskou a laskavou spravedlností, povede jedny k lakotě a druhé k hladu.

Chalil Džibrán: Prorok

Všimněte si, jak rostou lilie: nepředou ani netkají – a pravím vám, že ani Šalamoun v celé své nádhře nebyl tak oděn jako jedna z nich.

Evangelium podle Lukáše 12:27

Je pravda, že milujeme život; že jsme uvykli ne životu, ale milování. V lásce je vždycky něco z bláznovství a stejně je v ní i něco z rozumu. A též mně, jenž životu přeji, zdá se, že motýl i bublina, co se jim podobá mezi lidmi, ví o štěstí nejvíce. Vidět, jak se třepotají ony pošetilé, půvabné, pohyblivé dušičky – to svádí Zarathustru k slzám a písňím. Jen v toho Boha bych věřil, který by uměl tančit.

Friedrich Nietzsche: Tak pravil Zarathustra

Většina lidí je šťastná, jak si usmyslí.

A. Lincoln

Zlato – krystalizovaná energie hojnosti

***Bohatství a sláva pocházejí od Tebe, Ty panuješ
nade vším, máš v rukou moc a bohatýrskou sílu,
vyvýšení a utvrzení všeho je v Tvých rukou.***

První kniha Paralipomenon 29:12

Kdysi dávno vypracovali velcí osvícenci účinné psychotechnologie. Ty vycházely z předpokladu, že člověk a vesmír jsou jednotní, braly v úvahu i makrokosmos a mikrokosmos a vedly k souladu se světem, prosperitě a seberealizaci. Aby tito mistři přitáhli energii hojnosti, stavěli rovněž mocné psychogenerátory podobné Šalamounovu chrámu, egyptským, čínským a indiánským pyramidám, védským oltářům a dalším velkým i malým stavbám, jež současní měšťáci považují za nesmyslné architektonické experimenty starých civilizací.

Nejpodrobnější popis oltářů a chrámů se nalézá v *Bibli*, *Védách* i zoroastristických textech. Dozvíte se z nich, jak je budovali a zdobili zlatem a jak a kdy je vhodné s nimi pracovat. S pomocí těchto vzácných spisů mohli veleknězové provádějící liturgické ceremonie ovlivňovat osudy národů, působit na různé vrstvy kolektivního vědomí, předvídat budoucnost, a dokonce vyvolávat nezbytné přírodní jevy. Zlato a drahé kameny

měly velkou cenu – soustřeďovaly totiž energii, po tisíce let uchovávaly informace a sílu a rovněž chránily genetický mechanismus člověka. *Manley Palmer Hall* si všímal, že zasvěcení mudrci považovali zlato za měnu Sluneční soustavy, neboť představuje materializaci slunečních paprsků. V egyptských a eleusinských mystériích se pohlíželo na zlato jako na krystalizovaný sluneční svit – prosvětluje rozum, osvobozuje duši a dává moc nad anděly a duchy. Z tohoto důvodu bylo zlato odnepaměti příčinou boje mezi destruktivními silami a silami světla.

Dávní veleknězové, kteří poznali zákony jemného světa, se snažili umírajícího člověka obklopit co největším počtem zlatých ozdob, neboť ve zlatě podle nich byla soustředěna síla, jež pomáhá duši rychle projít pekelnými stavy a získat vhodné převtělení či osvobození. Během posledních století bylo odkryto mnoho pohřebišť, kde pohřbe

a poklady lákajícími jak seriózní vědce (archeology), tak i vykrádače hrobů. Nemělo by se však zapomínat, že tato bohatství patřila mrtvým a pomohla jejich duším se odpoutat. Pokud však moc bohatství vyprchala, vzaly si sílu živých.

Zlato je schopno se hromadit a projevovat jako zvláštní substance, jež zdokonaluje vědomí, vůli i paměť. Zlato přináší úspěch, prodlužuje život a léčí. Hlavní součástka v generátorech torzních polí zvaná *winchester* se vyrábí z velmi tenkých

zlatých plátů, neboť zlato mnohonásobně zesiluje vycházející impuls a stabilizuje záření. V mnoha kulturách platí, že čím více zlata člověk vlastní, tím je movitější. (Pokud samozřejmě má dostatek sil a vědomostí, aby tento živel ovládl.)

Čím větší zásoby zlata má země v pokladnicích, tím je mocnější. Zlato konsoliduje národ, zlepšuje sociální struktury, dodává zemi autoritu. Cílem skoro všech politických spiknutí, palácových převratů, velikých revolucí a válek bylo zlato, nebo přesněji ta energie, jež je ve zlatě soustředěna, a možnosti, jež se díky této energii nabízejí. V *Bibli* se praví:

Blažený jest bohatý muž, jenž jest nalezen bez poškrvny a po zlatu nepostúpil ani své naděje jměl v sboží svých pokladův. Kdó jest ten, a pochválíme jeho? Neb jest ten učinil divnú věc za svého života, jenž jest v něm skušen a nalezen jest svrchovaný. A protože bude věčná sláva, jenž jest mnoha přestúpiti, i nepřestúpil a moha zlé učiniti, i neučinil.

Bible olomoucká: Sirachovec 31:8–10

Vědomosti o energii hojnosti střeží po staletí mystická společenství, uzavřené ezoterické společnosti a náboženská bratrství; a zlato je pro ně nejlepším akumulátorem. Ti, kteří tyto organizace řídí a představují síly světla, jsou členy Celosvětového řádu hojnosti. Jedním z jeho nejvyšších hierarchů je Melchisedech. V *Bibli* se hovoří

o Ježíšovi, že ho „Bůh prohlásil veleknězem podle řádu Melchisedechova“. (*Žid 5:10*)

Žáci, kteří dosáhli třetího stupně Řádu hojnosti, slibují, že nikdy nepropadnou mamonu, nepřetržitě se zdokonalují v mistrovských technikách a žijí pouze z milodarů. Za žádných okolností nesmějí o nic prosit a nic odmítnout. Mistři Řádu hojnosti plní roli katalyzátorů v alchymistických procesech hojnosti. Zmínky o nich najdeme v závěti Šalamouna, ve védských artha-shastrách, v tajných dokumentech templářů i v bogomilských a rosenkruciánských poselstvích. Tito mistři jsou považováni za Zvěstovatele úspěchu, Mágy slunečního zlata a Rytíře štěstěny. Po celá tisíciletí to byli nejvlivnější lidé na planetě a představují planetární článek v hierarchii Strážců kosmických pokladů. Jejich funkce jsou popsány v bájích *O Kerberovi*, strážci pokladů obyvatel nebes, a v mýtech *O Hiramovi a Hermovi*.

V současné době mohou praktikovat techniky řádu nejen mistři, ale i žáci, neboť jemná energie hojnosti klesá k zemi ve stovkách až tisících pramenech – na rozdíl od minulých epoch, kdy to byly tři čtyři potůčky. To se projevuje zvýšeným počtem zámožných lidí ve světě. Rovněž je charakteristické, že pro většinu lidí nepředstavuje bohatství žádné nebezpečí a nevede k ničivým následkům, lidé se nemusí obávat ani o svou psychiku, ani o osobní bezpečnost a ve srovnání s předchozími stoletími je netknuta i duchovní

sféra. Hierarchii Strážců kosmických pokladů odráží poměrně nedávno vzniklý bankovní systém, byť v poněkud překroucené formě.

Žáci, již si osvojili mistrovský kurz, získávají dostatek energie a vidění a ovlivňují bez větší námahy makroekonomické procesy. Mnoho velkých a významných společností vděčí za svůj úspěch žákům Řádu hojnosti, kteří odvádějí na pozicích finančních poradců ve jménu prosperity lidstva skutečně velkolepou ezoterickou práci. Metody tzv. *Alchymie hojnosti* pomáhají získat finanční nezávislost a svobodu – to znamená, že peníze pracují pro vás, a ne naopak. Energie radosti, souladu i životní energie jsou projevem energie hojnosti. Ta se kupí v mentálním poli, v kolektivním vědomí a v informačních tocích, jež procházejí rozličnými rostlinami, hvězdami a planetami. Pro vás je nejmocnějším zdrojem energie hojnosti Slunce.

Budete-li provádět techniky prvního stupně *Alchymie hojnosti*, naučíte se strádat a uchovávat svou životní sílu. Využijete k tomu následující meditační techniky: *Sluneční energii*, *Zlatou pyramidu*, *Úsměv lásky* a rovněž skupinové vizualizace, afirmace a dynamická cvičení. Prožívání hojnosti je neoddělitelné od pocitů, vnímání, zdraví, lásky a nesmrtelnosti. Je vůbec možné se radovat z bohatství, postrádáte-li lásku či ležíte-li na smrtelné posteli? Za peníze si nekoupíte ani jediný okamžik života.

Meditační technika *Proud* rozvíjí schopnosti, jež jsou nezbytné pro zachování druhotného využití a přeměny životní síly; energii pak usměřňuje po základních tělesných kanálech. Budete-li svou energii účinně řídit, získáte podstatnou kontrolu nad svým životem. Druhý stupeň *Alchymie hojnosti* je dostupný každému, kdo v praxi přitahuje bohatství (peníze) nezbytné pro pokrytí rozumných požadavků i tužeb, tomu, kdo se naučil aplikovat zákon dostávání, zákon dávání a zákon ušetření a rovněž kdo přesně ví, co chce.

Techniky třetího stupně využívají energii, jež se podařilo sesbírat díky základním praktikám a přeměně záporných emocí pro vybudování mocného energetického pole. Jeho rozvoj vám umožňuje pochopit kosmické procesy, předvídat svůj osud a pomáhat jednotlivcům i skupinám překonávat finanční potíže. Máte svou vizi a víte, jak investovat vesmírná bohatství do projektů, jež jsou důležité pro celosvětovou prosperitu – stáváte se Strážcem Božských pokladů.

Důležitou obrannou funkci má silné energetické pole. Chráníte sami sebe a bráníte i bohatství. Energetické pole se mění na dopravní prostředek pomáhající duši proniknout do prostorů nového vědění, do oblasti informačních toků, jež jsou jiným neznámým, do sféry čiré zkušenosti; podobá se to způsobu přemísťování peněz ve fyzickém prostoru.

Cvičení

Sluneční energie

V iniciačních tradicích bylo Slunce jasným symbolem, ztělesněním hojnosti. Slunci se podobá každý, kdo úspěšně prošel všemi stupni *Alchymie hojnosti*. Pro maximální účinnost tohoto cvičení si vyberte správné místo, kde svítí Slunce a kde z něj vidíte vycházet až k sobě zlatavé paprsky. Staří Egypťané často zobrazovali sluneční paprsky, jak ústí do lidských rukou (nebo snad odtud vycházejí?). Staré egyptské, jogínské a toltecké tradice zmiňují různé varianty dané techniky. Nejvhodnější doba, kdy získat sluneční energii, je na rozhraní dne a noci, zvláště při východu a západu Slunce.

Za úsvitu

Určitou dobu před východem Slunce se připravte na jeho uvítání. Důležité je najít si pro meditaci dobré strategické místo – nejvhodnějším místem je bod, jehož reliéf umožňuje pozorovat Slunce jak při východu, tak při západu. Takové místo je už samo o sobě silným místem a zdrojem síly. Postavte se tváří k vycházejícímu Slunci, ruce spusťte podél těla, dlaně přitom směřují ke Slunci. Dýchejte volně, zhluboka, s pocitem rozkoše a radosti. Nasávejte všechny barvy, všech-

ny odstíny nebe, jimiž oplývá úsvit. Vnímejte sluneční vítr, který proudí z vycházejícího Slunce. Jak bude Slunce vycházet zpoza obzoru, začněte zlehka jakoby utíkat na místě. Dech je přitom třeba sladit s pohyby těla. Podle toho, jak bude Slunce vycházet, se pohyby zároveň s rytmem dýchání zrychlují. Ruce s dlaněmi obrácenými ke Slunci pomalu zvedejte. Paprsky pozornosti, jež vám vycházejí ze solární pleteně (solar plexus), krční čakry a třetího oka, směřují ke Slunci. Oči se radují z krásy a jasného slunečního záření, srdce opěvuje Slunce a pokožka vnímá něžné teplo, jež z něj vychází. Jakmile Slunce zcela vystoupí nad obzor, začněte pohybovat nohama s maximální intenzitou a zvedejte co nejvýše stehna. Ruce vymršťujte nad hlavu a dlaněmi nasávejte sluneční energii.

V určitém okamžiku se v těle objeví signál oznamující, že aktivní část cvičení je u konce. Signálem může být únava, blaženost, extáze nebo touha po tichu. V tomto okamžiku znehybněte, využijte setrvačnosti a nasyťte světlem všechna svá otevřená centra a kanály, přičemž na Slunce soustředíte celé tělo a vědomí a rozpustíte se v něm. Splyňte s ním a vnímejte, jak vyzařuje sluneční paprsky, teplo i životodárné záření. Ztotožněte se s ním a procit'ujte totéž co Slunce; snažte se uslyšet radostnou píseň přírody, jež zpívá Slunci.

Máte-li tu možnost, běžte za Sluncem doopravdy a nepřeslapujte na místě. Soustředte se

však přitom plně na Slunce, nikoliv na cestu, doslova leťte ke Slunci. Staré taoistické pověsti vyprávějí, že někteří mistři po úspěšném zvládnutí cvičení Běh ke Slunci vzlétli a překonali zemskou gravitaci. Díky tomuto cvičení pocítíte reálnou, jakoby hmotnou energii. Uvědomíte si, že vše je spojeno se Sluncem – celý svět, všichni lidé i vy sami jste jakoby utkáni ze slunečních paprsků a zřetelně cítíte své spojení se Sluncem, sluneční energií, láskou a majestátností.

Při západu Slunce

Po celý den si vytvářejte spojení se Sluncem; mluvejte s ním jako s přítelem, otcem nebo milencem, nesklouzávejte však k familiárnostem. Zpívejte mu, děkujte mu, modlete se k němu, vnímejte jeho náklonnost k vám a starost o vás. Vdechujte jeho světlo; necht' vás prostoupí neviditelné sluneční záření.

Večer před západem Slunce patnáct minut spontánně vítězoslavně tančete. Smyslem tance je uvědomit si, pocítit a uvidět ty nejjemnější nitě paprsků, jež spojují veškeré tělesné části se Sluncem, s nímž je propojena každá buňka vašeho těla. Pomalé a plynulé pohyby vám umožní soustředit pozornost na části těla i na paprsky a Slunce současně. Uvidíte, jak se tyto nitě, jež jsou zároveň i kanály sluneční energie, mění v pevný, hutný zámotek – *sféroid*, jenž připomíná kosmické vejce.

Po západu Slunce se posaďte a uvědomte si zářící sféru okolo sebe. Pokaždé se snažte posunout její hranice a dohlédněte na to, aby tato tvůrčí vizualizace rozšiřování sféry byla kontinuální. Přerušovaná vizualizace je signálem k ukončení meditace. Někteří mistři zvládli nepřetržitě několik dní udržet ve vědomí obraz a energii zámotku a pro naši dimenzi byli zcela neviditelní. Přetvářeli, přeměňovali se integrálně. Častokrát jsem se v Indii a Tibetu setkával s lidmi (spíše s nebešťany), kteří vlastnili plazmové tělo. Na počátku tohoto cvičení přichází dokonce sebezpoznání, prožívání jednoty, vnímání kosmické lásky, rozhodnost, meditativnost, radost, jasné vědomí, energičnost, zdraví a úspěch v podnikání. V neposlední řadě se zbavujete závislostí a místo nich získáváte tvůrčí náboj a inspiraci. Člověk ztělesňuje hojnost, úspěch a štěstí a jeho aura se mění na katalyzátor, jenž urychluje prosperitu a ekonomický růst.

Síla rozumu

Každý by se měl povznést nad svou vlastní mysl a nedopustit žádné poklesnutí. Mysl je jak přítelem, tak i nepřítelem podmíněné duše.

Bhagavadgíta 6:5

Všechny meditační systémy si kladou za cíl zklidnit mysl a probudit ducha. Je-li vaše mysl roztroušená, vzniká v ní chaos myšlenek, podob, asociací a citů. Reaguje na vše a to nezřídka zbytečně intenzivně, což rozptyluje životní sílu. Jelikož je rozum vším tím proudem zcela zaneprázdněn, nedokáže soustředit veškerou svou sílu na jednu konkrétní myšlenku či cit, a proto je síla rozptýlena. Podobá se to slunečním paprskům: jsou-li rozptýleny, vyzařují určité teplo, ale spojíte-li je v jediném bodě a vedete je přes lupu, mohou podpálit papír. Využijete-li meditační techniky k uklidnění mysli, podaří se vám tuto mysl i zaostřit.

V *Alchymii hojnosti* je meditačním objektem energie hojnosti. A protože je energie hojnosti základní silou podporující život, pak i meditace k ní směřující kontroluje nejen myšlení, ale mění i kvalitu života; naplňuje život štědrostí a prosperitou, rozličnými poklady a tvořivostí. Mysl je velmi jemná, beztvará a bezbarvá, přejímá však barvu, tvar a vlastnosti objektu myšlenek – jste-li sou-

středění na energii hojnosti, pak se vědomí stává
vědomím prosperity, vědomím hojnosti.

Cvičení

Energie v mikrokosmu

Načerpejte podobu Slunce pozorováním jeho východu a zamyslete se nad jeho vlastnostmi: obětavostí, soucitem, bohatstvím, mocí a krásou. Pociťte, jak vaše tělo zaplňuje energie obklopující Slunce, sluneční aura i zlatavé záření. Přináší přitom životaschopnost, vitalitu a zároveň i očišťuje tím, že dodává světlo každické buňce; tělem nasáváte sluneční svit. Usmívejte se na Slunce, mějte z něho radost, děkujte mu, vnímejte ho přes svou auru, objímejte ho. Ztělesňujete expanzi jeho pa-prsků, jste výtvozem jeho tepla a světla. Jakmile jasně pocítíte jednohlasnou a synchronní vibraci svého těla se sluneční energií, jež tělo naplnila, zviditelňujte podobu sluneční koule v oblasti solární pleteně – energii, již tělo získalo od Slunce, do této sluneční koule. Tak se mícha zaplní sluneční energií v oblasti břicha. Je-li pole této energie dostatečně silné (čehož lze dosáhnout pravidelným cvičením), váš výraz i chování se potom zcela změní. Přesně jako Slunce budete dávajícím, zářícím, štědrým, nekonečně bohatým a živoucím symbolem hojnosti. Měníte se na sílu, jež uskutečňuje svůj sen.

Energie hojnosti a láska

Láska není nic jiného než přání štěstí tomu druhému.

D. Hume

Základním problémem současného světa je vaše snaha uspokojit vlastní potřeby mimo sebe sama. Přitom nechápete, že i ostatní se chovají totožně; svádí vás to k domněnce, že to, co potřebujete, má někdo jiný – ostatní si myslí totéž o vás. Proto všichni hledáte lásku vně, nesnažíte se zdokonalit vlastní zdroj energie. Výsledek je ten, že nemáte prakticky nic, o co byste se s ostatními mohli rozdělit.

Druzí rovněž hledají lásku a očekávají, že máte dost energie lásky, abyste je tak či onak dokázali uspokojit. Ovšem nebudete-li zdokonalovat lásku uvnitř sebe, můžete pouze pohlcovat jejich energii, dokud se vaše vztahy nezpřetrhají. Úspěch jakýchkoli vzájemných vztahů závisí pouze na schopnosti partnerů podělit se o přebytek té lásky, kterou pěstují ve svých srdcích. Klíčovým pojmem je přebytek, respektive hojnost. Je-li vaše nitro plné lásky, dokážete se připojit k bezbřehému prameni vesmírné lásky a o přebytek se rozdělit s ostatními.

Někteří si myslí, že láska má jakousi hodnotu, pokud se šíří na ostatní, ale nechápou však, že se může obrátit proti nim, nemají-li dostatek energie, aby vyrovnali účty s ostatními. Smysl spočívá v tom, že byste neměli posuzovat, zda jsou jiní schopni milovat. Místo toho byste měli obrátit svou pozornost dovnitř – vnímat a rozvíjet vlastní zdroje energie lásky a shromažďovat její přebytek uvnitř sebe.

Cvičení

Svět růží

Před začátkem pracovního dne, jednání, pracovní porady nebo před rozhovorem s nadřízeným či podřízeným si představte, jak v kanceláři od stropu padá déšť z okvětních lístků růží. Jen to zkuste a uvidíte, jak se partneři zklidňují, více se otevírají, jsou přístupnější a mění se v milující bytosti; jejich sympatie a důvěra k vám roste. Co nejčastěji si představujte celou planetu zaplavenou okvětními lístky, kterak padají na vaše rodiče, děti, milované bytosti i na ty, co vám nepřejí nic dobrého, a také jak padají na konfliktní místa. Tato jednoduchá technika vyřeší mnoho vašich problémů a přinese vám radost, slavnostní pocit a inspiraci. Zvlášť vnímaví lidé ucítí vůni růží v místech, kde se objevujete, a vaše aura naplněná obrazy nádherných růží bude okouzlující a překrásná jako růžové pole.

Představte si, že vy i lidé, s nimiž se stýkáte, jste průhlední, a v oblasti srdce vám všem plane světlo dobra a lásky. Spojte v duchu všechny tyto prameny se zářícími nitěmi a vnímejte nepřetržitě tato spojovací vlákna. Vnímejte je i tehdy, když vám již lidé zmizí z dohledu.

Miluj bližního jako sebe sama

Neboť Bůh tak miloval svět, že dal svého jediného Syna, aby žádný, kdo v něho věří, nezahynul, ale měl věčný život.

Evangelium podle Jana 3:16

Nelze doopravdy milovat druhé, dokud se ne-naučíte milovat sami sebe. Je to základní etapa v umění lásky, protože šířit energii lásky můžete pouze tehdy, jste-li jí naplněni až po okraj; přebývá-li na tělesné, energetické a duchovní úrovni. Vytrvalé pokusy bezmyšlenkovitě rozdávat to, čeho se vám samotným nedostává, pouze vyčerpávají a blokuji nebeské řeky hojnosti, takže pak není možné pocítit lásku vyzařující z přírody, Slunce, vesmíru a Boha. Láska je energie, jež přebývá v srdci. Lze ji aktivovat vnějším působením a je možné ji probudit i zevnitř – poslat tuto energii vnitřním orgánům, žlázám, mysli, dokonce i do vlastní minulosti.

Postupně jak se člověk učí milovat sám sebe nesmí zapomínat, že energie lásky nacházející se uvnitř vychází z prapočátku prvotního pramene veškeré síly. David, autor mnoha žalmů, tento pramen nazývá *Hospodinem všech srdcí*. Mnozí lidé poté, co na něj zapomněli, cítí opuštěně, osamoceně, neúspěšně a zavrženě. Nezřídka je tomu

tak proto, že jsou do takové míry vzdáleni vědomí vlastního „já“, že se již nedokáží vyladit na vnitřní lásku.

Zapamatujte si: hojnost lásky k sobě samému plodí lásku k ostatním. Láska k druhým umožňuje prožívat štěstí, což je urychlující energie, jež pomáhá splnit vaše nejtajnější přání. Poznáním tohoto umění, jak uskutečnit přání, vcházíte do prostoru, kde se spojíte s Bohem. Jakmile se naučíte milovat sami sebe – nezaměňujte s obdivem k sobě, egocentrismem či narcisismem – a splývat s vesmírnou láskou, naplní vás až po okraj energie lásky, o niž se můžete podělit s ostatními.

Bud'te štědrí a vesmír bude štědrý k vám; vždy máte něco, co byste mohli darovat. V duchu můžete darovat cokoli a komukoli, lakota je však natolik silná, že paralyzuje i vaši schopnost laskavě mluvit a myslet. Učte se dávat, odměňovat, děkovat, dělit se a nezapomínejte ani na štědrost a odpuštění.

Cvičení

Milující svět

Budete-li milováni, přitažliví a vážení, vše vám půjde lépe od ruky. Než se s někým setkáte, představte si, že jste milováni (pokuste se uvědomit si to celým tělem), jak vás pocit lásky omývá, pohlcuje – znáte jej. Představte si, jak se s vámi člověk rád setká a buďte mu za ten pocit vděční. Stačí si to jen představit a již si uvědomíte svůj skvělý přístup k tomuto člověku; mnoho nesrovnalostí ve vztahu k němu se již nejeví jako problematických, neboť chápete, že kdesi v hloubi duše jste svázáni ryzí láskou. Pokuste se této představě nedávat erotický podtext, protože jinak se změní na milostnou magii se všemi z toho plynoucími následky.

Kochejte se láskou stromů, hvězd, Slunce, celého světa, Boha a vnímejte, že celý svět vás hluboce a neomezeně miluje a raduje se z této lásky. Vnímejte po svém boku milující přítomnost božského a souhlaste s tím, že svět i Bůh vás milují; toto si zvolte a poznáte štěstí – zde i na věčnosti.

Hodnota člověka, lidská hodnota

Co je člověk, že mu přikládáš význam, že se jím zabýváš v srdci, že na něj dohlížíš každého rána a každou chvíli ho zkoušíš?

Job 7:17–18

Podle staré gnostické tradice má člověk ve vesmíru obrovskou hodnotu. Lidský život nebyl vždy ohraničen, jeho dnešní bídný stav je výsledkem ztráty souladu s přírodou, Bohem a vesmírem. Chcete-li opět získat nekonečnou hojnost života, je třeba tuto harmonii obnovit. Znamená to dosáhnout nesmrtelnosti.

Lidská duše je živý paprsek jednotné, celistvé kosmické duše. Je to jako by se prapůvodní proud vědomí, života a světla rozdělil na šest miliard jednotlivých paprsků či duší obývajících planetu Zemi. Proto se energie lidských bytostí nazývá jak lidskou, tak i kosmickou; vesmír je makrokosmem a lidé jsou mikrokosmem tohoto vesmíru. Čím jemněji odrážíme přirozené vesmírné struktury, tím se nacházíme ve větším souladu s energií hojnosti a čím je větší soulad s energií hojnosti, tím je pro nás snazší otevřít se nevyčerpatelné energii vesmíru, nasát ji a vychutnat si ji.

Klíčem k bohatství, prosperitě, radosti a nesmrtelnosti je soulad s energií hojnosti, a proto se

staří mudrci snažili tyto vesmírné struktury pochopit a ve svém bytí je přesně definovat. Snažili se být součástí vesmírných procesů – prakticky to znamenalo naučit se kdykoliv čerpat z pramene vesmírných energií, spojit tuto zářící sílu hojnosti se svou existencí a podřídít veškerou svou činnost vyššímu cíli. Tímto vyšším cílem bylo pomoci všem bytostem uskutečnit štěstí, jež je jim určené, prosperitu a věčnost, a pomoci jim se v životě realizovat.

Učení hojnosti umožňuje poznat, jak se události vyvíjely v makrokosmu, a díky těmto znalostem dokážete vnímat sami sebe jako mikrokosmos. Na počátku, kdy neexistoval ani vesmír, ani čas a ani prostranství, bylo pouze „Nepoznané“, jež postrádalo vlastnosti. Tento stav se nazývá *Neprojevené absolutno* či *Vyšší vědomí*. Absolutno nemá hranice, nemá jména, tvary, vlastnosti. Absolutno je nepoznatelné, jsou v něm přítomny všechny možnosti, je příčinou všech příčin, je prapříčinou.

Poté se nedělitelné Absolutno rozhodlo „stát se mnohým“. A projevilo se; z Absolutna vznikly dva typy bytí: dávající a přijímající, záporný a kladný. Existovaly každý zvlášť, až je spojila síla vyšší harmonie čili počáteční energie. Projevila se jako počáteční zvuk (*Logos*) a vnitřní světlo, rovněž se nazývá *Prapůvodní dech*, Čisté světlo. V systému Mystéria hojnosti je tato energie dostupná pomocí meditace. Energie hojnosti vyvěrající

z pramene Vyššího Já neboli kosmické energie je nejdostupnější proto, že její vibrace jsou k nám nejbližší. Jsme stvořeni právě z podstaty tohoto Vyššího či Kosmického Já. Stejně jako se jednotlivé světelné částičky vykrystalizují z energetických vln v prostranství, tak podobně funguje i naše vědomí prostřednictvím těchto kosmických vln, byť se zdá, že tělo je hutné.

Z počáteční energie vznikly různorodé tvary a energie. Podle teorie „velkého třesku“ byly hvězdy jedním z prvních produktů přeměny této energie – mnohé z těchto hvězdných slepenců vybuchly a rozmetaly své částice do vesmíru. Z těchto částíček se zformovala různorodost vesmíru. V tomto kontextu jsme dětmi hvězd; elementy, z nichž se skládají naše těla, pocházejí z vesmírného prachu, jenž byl dříve hvězdami. I naše myšlenky jsou nasyceny hvězdnými energeticko-informačními proudy a v genetickém kódu každého člověka v okamžiku jeho početí se odráží hvězdný genotyp.

Cvičení

Země osvícení

V technice metaprogramování má mimořádně důležitý význam semenoprogram – z nepatrného semínka vyrůstá celý mohutný strom. Zkuste si týden představovat semenoprogram: „Jsem Bůh, jenž si hraje na člověka. Vše, co vidím, jsem i stvořil.“ Pokuste se po dobu jednoho týdne žít s metaprogramem: „Všichni mne milují a pomáhají mi uskutečnit vše, k čemu jsem byl(a) předurčen(a).“ S metaprogramem žijte celý týden: „Každý den, každý jev, každý člověk je pro mne zjevením.“ Snažte se celou tu dobu pohlížet na věci, jako byste je viděli poprvé; radujte se z každého objevu, žasněte nad vším, buďte nadšeni.

Umění meditace lze využít i ke změně přístupu k problémům a potížím. Představte si, že se nacházíte na osvícené planetě a všichni kolem jsou Buddhové, dokonce i zvířata; naprosto všichni jsou osvícení – kromě vás. Představte si, že všichni vám přejí jen to nejlepší, veškeré blaho; každý, koho potkáte, touží po vašem osvícení, osvobození a seberealizaci. Je mnoho cest, jak dojít k osvícení. Jedni vám udílejí přísné in-

strukce, další s vámi komunikují v jinotajích, třetí komunikují bezhlučně, pouze gesty a další vám kladou na cestu rozličné překážky, jež přispívají k vašemu probuzení. Buďte vděční za každou shůry seslanou zkoušku. Denně provádějte tuto meditaci, v níž jsou všichni kolem vás osvícení, vnímejte všechny a na každého pohlížejte jako na osvíceného. Meditujte v práci, na veřejnosti i při komunikaci s blízkými – pozorujte, jak se vaše mezilidské vztahy mění. Všímejte si změn v názorech na život, přistupujte jinak i ke svým problémům. Budete-li jednat uvědoměle v představách, dokážete zázraky i v realitě.

Většina lidí jedná pouze v případě nějakého impulsu. Ve Škole hojnosti se musíte naučit jednat se starostlivou pozorností. Vědomé, tedy uvědomělé jednání nevytváří reakce a následky, a proto je základem svobody.

Vědomí hojnosti

„Pohrdají-li někteří bohatstvím, je tomu tak proto, že ztratili veškerou naději k jeho dosažení.“

F. Bacon

Jakmile se naladíte na hojnost, začnete automaticky přitahovat peníze. Vědomí hojnosti lze dosáhnout pomocí snadno aplikovatelných technik; budete-li používat psychotechniky a metody *Alchymie hojnosti*, získáte nový způsob myšlení, motivaci, energii a ideje, jež vám umožní zlepšit si životní úroveň. Proběhne to snadno, přirozeně a bez jakýchkoli nepříjemných otřesů.

Mnozí lidé si dovolili luxus – naprogramovat se na chudobu nebo finanční problémy. Z různých důvodů získali k penězům negativní vztah – zde jsou některé příčiny:

1. cílené překroucení motivace;
2. ztotožnění peněz se zlem;
3. strach z odpovědnosti, jež s sebou nese velký majetek;
4. strach z peněz jako ze síly poskytující moc, nezávislost a vliv – „Nerozumím, jak tato síla působí na jiné a nemohu proto předpovědět, jak bude působit na mne.“;
5. člověk si je vědom svých chyb a špatných vlastností a podvědomě se pak obává, že více

peněz v něm rozvine negativní vlastnosti s nepředvídatelnými následky;

6. snížené sebehodnocení a lenost – „Lenost je dcerou bohatství a matkou chudoby.“, říkával Pier Decourcel;

7. propaganda sociálních ideologií, jež si kladou za cíl zotročit člověka (komunismus, nacismus atp.);

8. falešné ideály chudoby (*Bible, Korán, Vědy* – tyto posvátné spisy jsou vlastně souborem poučení, technik a metod, jež naopak pomáhají dosáhnout prosperity a hojnosti).*

Nedostatečně chránění lidé se obávají, že jejich úspěch a bohatství vyvolají u okolí závist, agresi a nenávist. Odedávna jsou do lidského vědomí implantovány programy, jež vedly k třídní nenávisti, a tak peníze a bohatství vyvolávají asociace nepřátelství a nenávisti. Chcete být bohatí, zároveň se však bohatství obáváte; majetek vyvolává asociace ztrát, okradení, pogromů (přísných nařízení) a vyvlastnění.

Vydělávání peněz je spojeno se sociální aktivitou; čím je aktivita vyšší, tím častěji se vyskytují možnosti porušení zákona – trestního, mravního i božského. Tyto možnosti porušení zákona ovlivňuje naprostá lidská neznalost občanských zákonů, tím spíše pak kosmických a božských.

* tomuto tématu se věnuje kniha Sun Lighta: *Bible štěstí* – pozn. překl.

V neposlední řadě i nepochopení spojitosti mezi porušením zákonů a trestem. Takto mohou peníze vyvolat asociaci trestu a ztráty svobody.

Druhá příčina: aktivně nedůvěřivý postoj lidí ke všem o něco bohatším, než jsou oni. Rovněž i nepřejícnost, zaujatost, odsuzování a izolace. Mnozí si myslí, že přát si bohatství je neetické, a domnívají se, že se bohatství ve světě až tak hojně nevyskytuje a bude ho třeba vzít někomu jinému. Tento předpoklad je však rovněž nesprávný, jelikož na planetě i ve vesmíru je dostatek zdrojů, aby si všichni, kdo si to přejí, mohli bohatství a hojnosti užívat dle libosti.

Ve vesmíru je pouze jeden zákon. Pokud někdo násilně a s pomocí lsti získal majetek a peníze, jež si legálně pořídil někdo jiný, přebírá zároveň s tím i jeho zlý osud. Proto se někdy některým penězům říká špinavé; lze je však „vyprat“, pokud se vrátí tomu, komu byly odcizeny, nebo se věnují na charitativní účely. Avšak i charita má své zákony – je třeba vědět, kdy a koho obdarovat.

Prostředky, jež byly získány či vydělány nespravedlivě, aktivují negativní programy. Stává se, že člověk nevydrží vnitřní tlak a sebedestrukční programy se aktivují – jsou jimi například alkoholismus, narkomanie, sexuální nevázanost, prostopášnost, podvědomé tíhnutí k bankrotu atd.

Negativní vztah k bohatství vážně ovlivňuje rozvoj vědomí chudoby – čím více jste pobouření kvůli bohatství a úspěchu druhých, tím více utvrzujete a ospravedlňujete svůj vlastní stav

chudoby a neúspěšnosti. Sami tak bráníte postupu energie hojnosti a zcela se zbavujete schopnosti přitahovat peníze.

Bohatí a úspěšní se chtějí ohradit od negativního záření, jež šíří nemajetní, a vytvářejí uzavřená společenství. Realizují tak neveřejný, tajný princip: „Majetní všech zemí, spojte se.“ Prosperující lidé vědomě i podvědomě vyhledávají země, společenství a místa, kde se právními, psychologickými a ideologickými metodami tyto negativní programy neutralizují, migrace majetných lidí a kapitálu ovlivňuje migraci kapitálu. V každé zemi na světě se nacházejí body s mimořádnou koncentrací peněz, energie hojnosti a úspěchu. Jedním z úkolů Mystérie hojnosti je studium, výzkum a praktické využití topografie energetických, historických a příčinných peněžních toků a proudů. Často jsou spojeny s elektromagnetickými proudy, jež spojují silové body na Zemi, která reprezentuje živý organismus. V metaekonomickém prostoru probíhají určité procesy. Jestliže je budete znát, tak vám umožní co nejefektivnější využití a zároveň předpovídání nepředvídatelného chování tohoto živlu.

Psychotechniky, jež jsou uvedeny v této ale i v dalších pracích, umožňují sledovat manifestaci energie hojnosti v metaekonomickém a individuálním měřítku, rozvíjet finanční intuici, provádět hloubkové přeprogramování a soustřeďovat energii hojnosti na určité místo. Tímto místem se

může stát váš život, aura někoho blízkého, komunita, či Země nebo budoucnost.

Cvičení Proud

Prohlížením libovolné podoby je možné ponořit se do prožívání metaobrazu; v *Alchymii hojnosti* pracuje s metaobrazem většina psychotechnik. Metaobraz proudu je jedním ze základních obrazů, jež formují různé světonázorové struktury – proud řeky, myšlenek, světla či lásky. Níže popsaná technika zviditelní proudy peněz a hojnosti a rovněž umožní vnímat jejich intenzitu, směr a energii; naučí vás řídit některé proudy a ovládnout je svou vnitřní silou.

1. Najděte si opuštěné místo někde na břehu rychle plynoucího a širokého potoku, horské říčky nebo vodopádu – nejvhodnější je most nebo kláda spojující oba břehy.

2. Pohodlně se uveleďte a patnáct až šedesát minut pozorně sledujte proud vody. Pravidelně na dvě tři minuty zavírejte oči a snažte se i bez zvláštního napětí uvidět tento proud svým vnitřním zrakem. Poté oči opět otevřete a znovu jej pozorujte. Za nějakou dobu začnete vnímat jeho hutnost, pružnost, sílu, tlak a délku. Pokuste se zapamatovat si tyto pocity – všimněte si, jak je prožíváte se zavřenýma očima.

3. Spojte se osobně s proudem, jenž pozorujete, vymyslete pro něj laskavá, přátelská jména a přívlastky vyjadřující úctu. Oslovte jej jako svého přítele či milovanou bytost, říkejte mu příjemná

slova, najděte pro něj vhodné metafory popisující jeho povahu. Děkujte mu, milujte jej, radujte se z něj.

4. Vstupte a ponořte se do něj, omyjte se jím; pociťte, jak jeho éterická podstata prostupuje vaším tělem, vnímejte čistotu a chládek, jenž daruje, kochejte se jeho dotykem, prouděním.

5. Vystupte z proudu a znovu jej pozorujte. Představte si, jak voda proudí skrz vaše tělo, mysl, srdce, oči a skrz každíčku buňku.

6. Zapamatujte si, jak se proud dotýkal vašeho těla, jak tekł přes váš mentální prostor – zachyťte ten okamžik, kdy jste se s ním cítili jednotní a vnímali svou tekutost a plynulost.

7. Snažte se uvidět rozličné druhy proudů, jež vás obklopují v tomto světě. Proud vzduchu, světla, vašeho života, informační proud, proud lásky, myšlenkový, energetický i proud obrazů. Vnímejte je, prožívejte, radujte se z nich, kochejte se jimi; запиšte si, s jakými druhy proudů jste se setkali.

8. Vaše vědomí bude snadno rozlišovat a zachycovat proudy v rozličných oblastech bytí – v oblasti fyzické, energetické, informační i metafyzické.

9. Pokud se naladíte na práci s energiemi hojnosti, pak po tomto cvičení dokážete snadno vnímat peněžní proudy, proudy bohatství a úspěchu,

jež protékají přes různé lidi, města, plány, časové úseky a druhy činnosti. Můžete snadno měnit směr nevelkých proudů – stejně jako děti měnící na jaře tok potůčků z tajícího sněhu; buďte však opatrní u těch proudů, jež jako bujné horské řeky strhávají vše, co jim stojí v cestě. K jejich ovládnutí jsou zapotřebí mohutné a silné přehrady, vyžaduje se mimořádná síla vědomí a speciální technika vizualizace.

10. Až pro sebe objevíte nejvhodnější virtuální proud bohatství, postavte se k němu čelem a představujte si, jak teče přes vaše tělo a mysl a jak se pojí s proudem vašeho života. Představujte si, že množství peněžních potůčků ústí do vašeho proudu, ten sílí, rozšiřuje se a stává se intenzivnějším; jste s tímto proudem jednotní, proudí skrze vás a snadno si lze představit, jak tento proud směřujete skrz sebe na vaše blízké nebo známé, na státy či oblasti ve světě, kde je nedostatek peněz. Peníze jsou jako krev v těle člověka – přestane-li v nějaké části těla obíhat krev, pak daný orgán odumře. Nejdříve se naučíte určovat, kde se nachází kapiláry (vlásečnice), žíly a tepny, jimiž proudí energie hojnosti, a poté získáte zkušenosti s prací s jemnými toky, což se také odpovídajícím způsobem projeví ve skutečnosti. Jakmile se naučíte pracovat s metaobrazem proudu, dokážete dělat zázraky jak v oblasti finančnictví, tak i v léčitelství či soukromém životě.

Doplňky k technice Proud

1. Po dobu jednoho týdne se koupejte v proudu bohatství, necht' se toto jmění počítá v řádu miliard. Poznamenejte si všechny vzniklé asociace, prožitky a pocity, nezapomeňte si zapsat nová přátelství, známosti a vztahy.

2. Dva týdny si představujte, jak vám ze srdce tryská proud lásky a naplňuje auru milované bytosti (manžela nebo dětí).

3. Po dobu jednoho měsíce, vždy ráno a večer před spaním, si představujte, kterak stojíte pod vodopádem – mocným proudem úspěchu a štěstí – a všimněte si změn ve svém osudu.

4. Pomáhejte potřebným energií.

5. Při mytí si v duchu představujte, jak voda odnáší všechny nemoci, vše nečisté, disharmonické a jak zaplňuje každou vaši buňku, celou auru čistotou, svěžestí, jiskřící radostí a štěstím.

Cvičení

Tady a teď

1. Rozhlédněte se kolem sebe, vnímejte různorodost okolního světa, rozličné tvary, barvy, pohyby a prostory.

2. Sluch. Zaposlouchujte se do zvuků, jež vás obklopují, vnímejte šelest listí, zpěv ptáků. Poslouchujte hlasy, rozhovory a vnímejte kouzelnou hudbu – vychutnejte si schopnost slyšet.

3. Hmat. Seznamte se hmatem s předměty kolem vás, nahmatejte jejich povrch, složení a váhu. Představujte si, že veškeré informace o světě se k vám dostávají pouze díky hmatu – vychutnejte si ten pocit.

4. Chuť. Ochutnejte vše, co si přejete, představujte si, že se nacházíte v království chuti.

5. Čich. Uciťte vůně kolem vás, snažte se ucítit i vůně vzdálených předmětů jako například lesa, moře, oblaků a potravin. Představujte si, že disponujete pouze jedním smyslem – čichem.

6. Dýchání. Všimněte si, jak dýcháte – cožpak nejste překvapeni až zaskočení, že jste si doposud nevšíмали něčeho pro život tak důležitého? Zadržte dech, vydechněte. Soustřed'te se na to, jak vzduch proniká do nosních dírek a prochází plícemi, představujte si, jak kyslík, tedy energie,

jenž získáváte dýcháním, se rozprostírá po celém těle; s vděčností si dýchání vychutnejte.

7. Všimněte si svých emocí, co zakoušíte, cítíte – hněv, radost, vzrušení, únavu či usmíření?

8. Soustřeďte se na své myšlenky – na co právě myslíte? Odkud myšlenky přicházejí? Co se vám vybavuje, co vytane na mysli, co bliká v hlavě?

9. „Já“. Uvědomte si, že existuje někdo, kdo vnímá, slyší, vidí, prožívá emoce a pozoruje myšlenky. Pohleďte, jak vám toto já uniká. Nenacházíte jej; víte však, že existuje a víte, že není tím, co vnímáte a chápete. Kde je, kdo to je, jak to dělá? Jste pozorovatel, jste ten, kdo si uvědomuje. Jste vždy ve středu svého vícerozměrného vesmíru vnímání, postrádáte však jasné uvědomění si sebe sama. Stručně si zopakujte celé cvičení s jednou drobnou změnou: jak budete pozorovat vlastní vnímání, uvědomujte si zřetelně, že ten, kdo pozoruje, jste právě vy sami.

10. Uvědomte si, jakým způsobem si uvědomujete. Obvykle se vědomí soustřeďuje na objekty, jež se nacházejí mimo nás, ale nyní je samo vědomí poznávaným objektem. Z každodenního pohledu si připadáte osamoceně – jako jediné centrum vědomí ve vašem vnitřním světě. Nicméně v Mystérii hojnosti se má za to, že všichni lidé jsou nakonec nekonečným vědomím, jež odpovídá životu.

Jak je vědomí v bdělém stavu spojeno s praktikováním vnitřní alchymie, meditativními stavy

vědomí? Mnohá pozorování v reálném světě lze vztáhnout i na svět fantazie, na svět meditativních vizualizací či na svět snů. V těchto stavech vědomí můžete vidět, slyšet, cítit i přemýšlet naprosto stejně jako v normálním stavu.

Zásadní rozdíl spočívá v tom, že v takzvaném multisenzorném světě, jenž vnímáte během změn stavu vědomí (ZSV), vzniká vědomí uvnitř a nikoli vně. Ve světě ZSV se mohou odehrávat nepravděpodobné (nereálné) události, jež si zachovávají veškerou jasnost a skutečnost. Když se nacházíte v tomto světě, chápete, že je zcela na vás závislý a spolu s tím přichází opojný pocit svobody a radosti. Nic vnějšího, žádné omezující společenské a fyzické zákony; je to svět nekonečných možností, kde se vše řídí vaší volbou, přáním, vůlí a předurčením. A je to svět, v němž se lze dozvědět, co konkrétně určuje vaši volbu, zda je to přání, předsevzetí či osud.

Proniknutím do světa ZSV učiníte svou mysl mnohem tvořivější a nasycenější; pouť v tomto světě pro vás bude mnohem užitečnější a pomůže vám pochopit sebe sama. Nejdůležitější je, že svět ZSV je spojen se světem, jenž vnímáme v normálním, běžném stavu a jenž považujeme za skutečný, reálný – svět můžeme řídit pomocí činů ve světě vědomí.

Sebepozorování

Vidět přítomnost je mnohem obtížnější než vidět budoucnost.

Werner Erhard

Mistři *Alchymie hojnosti* upozorňují na královskou cestu k Božskému – sebepoznání. Nena-
bádají: „Běžte do chrámu a provádějte rituály.“
– takovým způsobem se jednota s Božským do-
sahuje jen velmi obtížně. Běžte do sebe, zkou-
mejte sami sebe, neboť Božské je skryto uvnitř
– je vaší vnitřní podstatou. Sami jste chrámem;
vejděte dovnitř. Jste veškerý vesmír; studujte,
zkoumejte sami sebe – v den, kdy úspěšně pozná-
te sami sebe, projeví se i Božské. Toto studium
připomíná proces, jenž některé školy nazývají se-
bepoznáním. Pamatujte na sebe, zkrátka se pozo-
rujte – všímejte si, jak se chováte k cizím lidem,
k blízkým a k přátelům, k podřízeným i k nadří-
zeným, necht’ se jakékoli vztahy stanou zrcadlem
odrážejícím vaše masky a pózy. Pozorujte ze stra-
ny své obavy, pohled’te na svůj neklid. Seznamte
se s vlastní chamtivostí, pokrytectvím a závistí.
Nemusíte vůbec nic dělat! To je právě zvláštnost
dané metody – prostě sami sebe pozorujte, zkou-
mejte a rozpomínejte se na sebe. Transformace
proběhne pouze tehdy, až se sebepozorování sta-

ne běžným, permanentním. Pozorujte sami sebe ze strany i zevnitř. Všimněte si, kdy jste šťastní a kdy smutní, pozorujte i to, jakým způsobem pozorujete; necht' se každá vaše nálada stane oknem, skrz které budete moci nahlédnout do sebe.

Pozorujte se přes oblaka, skrze stromy, východ Slunce či měsíční svit a chlad vysokých hor; spatřete se v proudu řek, v polním kvítí. Jste-li sami – pozorujte; jste-li v městské tlačenci, pozorujte rovněž a ptejte se beze slov: „Kdo to vlastně pozoruje a kde je pozorovatel?“ Pozorujte svůj smích, myšlení, zpěv; sami sebe, jak usínáte, i během spánku. Nesmíte ani na okamžik propadnout do zapomnění, nic nesmí uniknout vaší pozornosti, vše musíte neustále pozorovat.

Za nějakou dobu si všimnete, že pozorujete-li svou lakotu, závist a vztek ze všech úhlů, pak tyto negativní vlastnosti mizí.

Objevíte následnou zvláštnost sebepoznávání – to, co díky pozorování mizí, je hříšné, zatímco to, co díky pozorování roste, je ctnostné. Zjistíte, že nenávisť mizí a láska sílí, mizí zloba a zároveň narůstá vděčnost, vytrácí se skleslost a místo ní přibude radost. Díky pozorování mizí vše hříšné – stačí jen pozorovat, přihlížet a hřích mizí. Světlo uvědomění boří tmu nevědomosti, vnášíte-li světlo do tmavého pokoje, temnota zaniká – místnost nemizí, ale temnota ustupuje. Prostřednictvím pozorování nezmizíte, ale naopak se osvobodíte.

Zanikne hřích, tmářství, nevědomost, sen, iluze a neuvědomělost; zůstanete pouze vy, vaše světlo a čistota.

Einstein jednou řekl: „Platí-li podle kvantové teorie, že pozorovatel vytváří celkově nebo částečně pozorovaný objekt, potom myš dokáže pouhým pohledem předělat celý vesmír.“ Kvantová psychologie, jejíž základní principy vyložil R. A. Wilson, vysvětluje, jak pozorovatel vytváří pozorované, osvětluje zákonitosti a paradoxy tohoto procesu.

Mezi sebepozorováním, sebepercepcí, sebepojetím a sebeanalýzou je dosti podstatný rozdíl.

Sebeanalýza znamená, že přemýšlíte o sobě a tím sami sebe analyzujete. Analyzujete a zkoumáte své myšlenky, činy a vlastnosti; posuzujete, zda je to či ono dobře nebo špatně. Pokoušíte se najít způsoby, jak se vyhnout něčemu zlému a zbavit se špatného a velmi se snažíte, aby se to již neopakovalo. Poroste ve vás hněv a vy ho budete analyzovat a rozpitvávat – svou vůlí se jej pokusíte ovládnout a posléze jej i potlačit. Takto k problému přistupuje západní psychologie, je to přístup mentálního náboženství.

V Mystérii hojnosti zaujímají hlavní roli techniky uvědomování a sebepozorování. Všechny vyžadují mimořádné množství té nejjemnější energie, leč jsou-li úspěšně provedeny, vykazují ohromující úspěch. Úspěšnost je vyjádřena schopností metaprogramování na energetické, příčinné a transpersonální úrovni.

Začněte třeba tím, že se pokusíte najít neverbální odpověď na následující existenční otázky:

Kdo jsem? Kde se nacházím? Kdo se právě teď skrze mne dívá? Kdopak je ten, kdo právě v tomto okamžiku mnou žije?

Zaposlouchajte se do svého vnitřního hlasu a pokuste se interpretovat rytmus monologu, tón hlasu a neodbytné fráze. Ke komu se obracíte, s kým mluvíte? Kvůli čemu? Nadáváte, brbláte či chválíte? Možná se něco za těmi frázemi skrývá? Na koho se snažíte zapůsobit? Líbí se vám, jak plynou slova?

Vnímejte vlastní obličej. Cítíte ústa, oči, čelo? Popište si sami sobě výraz na svém obličej, pokuste se na tváři najít body s nepřírozeně napnutými svaly. Soustřeďte se na výraz a všimněte si, jak rychle se mění. Jak nálada ovlivňuje váš výraz? A jak působí místo, doba, okolí, únava, meditace a smrt? Jaká je vaše prapůvodní podstata před vtělením a po něm? Poté vše před zrcadlem zopakujte.

Čtěte klasická díla nahlas a před zrcadlem; snažte se o co nejpůsobivější a nejzřetelnější přednes a přitom se pozorujte ze zrcadla. Čtěte Shakespeara, Goetha, Bibli, Thákura, Danteho a Bunina. Neustále zdokonalujte své deklamační umění, nahrávejte si svůj proslov a pozorně ho

poslouchajte. Překvapí vás, a možná i nepříjemně zaskočí, jak proslov zní. Čím více se vaše představy o sobě liší od skutečnosti, tím méně se vám bude chtít sobě přiznat, že hlas z pásku vám skutečně náleží.

Recitujte si nahlas báseň a snažte se přitom o co nejprůrozanější projev, poté si stejnou báseň zarecitujte v duchu a zároveň se zaposlouchajte do svého vnitřního hlasu, do přednesu. Zkuste číst nahlas a všímat si, zda to, co čtete, si současně přeřikáváte v duchu. Pokuste se číst báseň nahlas a zároveň myslet na něco jiného či si opakovat libovolnou frázi. Zkuste v duchu přednášet báseň a zároveň myslet na něco jiného či si opakovat jakési fráze. Kolik kanálů myšlení se vám podaří naskenovat? Kdo nebo co je v daném případě skenerem?

Na základě uvědomění si situací, v nichž se ocítáte, zkuste vyslovovat fráze, jež by adekvátně vyjadřovaly tuto situaci jak z pohledu těla, tak i pocitů, řeči, sociálních vztahů atd. Je důležité se lépe a do větší hloubky zorientovat ve vztahu k místu, kde se nacházíte. Častěji měňte své úhly pohledu a rozjasní se vám, co je třeba podniknout – procvičujte si to.

Zkoumejte různé aspekty své osoby – mluvu, chování, chuži, oblečení atd. Pokládejte si otázky: Koho jste napodobovali, když jste tento aspekt

získali – napodobovali jste snad své idoly, přátele, nepřátele? Pokud vám tento váš rys vyhovuje, jste vděční tomu, od něhož jste jej přejali?

Jakmile se ráno probudíte, vymyslete si způsoby a možnosti, jak vnímat svět, konat a mluvit jinak, než je pro vás obvyklé. Necht' jsou to pro začátek jednoduché a snadno splnitelné změny v běžném životě a řádu.

Snažte se své zvyky změnit a přitom si pozorně všímejte, jaké to vyvolá následky. Máte z výuky nových postupů radost, nebo jste podráždění a plní odporu a znechucení? Budete-li systematicky překonávat setrvačnost všednosti a bezděčnosti, povznesete se na nové úrovně.

Cvičení

Zjevení, Inspirace

Tato technika přináší hlubokou katarsi, opravdovou transformaci; otevírá vidění a smetá svíravé, brzdící šablony vnímání. Jako první ji použili bráhmanští mudrci, aby vyjevili králi budoucnost. Podobnou techniku volili egyptští věstci a izraelští proroci k tomu, aby zjevili vůli Boží. Zmiňuje to i Flavius v Židovských starožitnostech. V pozdějších dobách tuto techniku rovněž prováděli mistři tajného řádu templářů, pokud chtěli znát alespoň v hrubých rysech svůj osud a na jeho základě přijmout správné rozhodnutí.

Toto cvičení umožní, aby skrze vás promlouvala budoucnost a vy uslyšíte hlas Vyššího vědomí. Pro začátek však formulujte otázku či téma, jež chcete vyřešit. Problém může být konkrétní i abstraktní, запиšte jej na papír a tím bude zpečetěn a poznačen. Poté přistupte k samotné dynamické meditaci, jež se dělí na dvě etapy:

1. Najděte si takové místo, kde vás nikdo neuvídí, poněvadž budete působit, použijeme-li eufemismus, „zvláštně“. Nejlépe je cvičit někde na venkově, mimo rušné město. Aktivně se pohybujte patnáct až třicet minut – lze běhat i skákat. Toto se snažte dělat se zavřenýma očima, avšak předtím se samozřejmě postarejte o své bezpečí.

Neustále pronášejte nějaká slova či zvuky, ať už to jsou úryvky vašich myšlenek, vnitřních dialogů nebo diskusí, na něž jste se upamatovali, výkřiky nebo názory. Nepřestávejte ani na okamžik; dojdou-li vám slova, hned si vymyslete nějakou vlastní řeč a mluvte tou hatmatilkou, vydávejte různé zvuky. Zbavte se všeho, co se ve vás nahromadilo – alespoň na chvíli si pročistěte hlavu. Všimli jste si, že mysl vždy operuje se slovy – myslí v pojmech, ve slovech? Toto cvičení odnaučuje rozum, tedy vás, myslet pomocí slov a proto na nějakou dobu mizí mnohé zvyklosti, pravidla, omezení, okovy či standardy. Vyjadřujte se hatmatilkou přirozeně, aniž byste potlačovali své myšlenky. Rozum se ztrácí a vy se zvedáte nad mysl i nad zaběhlé programy, dokonce lze vnímat i stav beztlíže.

Klesněte k zemi, otevřete oči a odevzdejte se nebi nad vámi, na nic se nesoustřeďujte a nepřestávejte odhazovat vše, co ve vás ještě zbylo; dovolte svému tělu, aby se chovalo, jak se mu zlíbí, zároveň se však vyvarujte mezní zuřivosti a přepjatosti.

2. Poté zmlkňte. Ponořte se do ticha, klidu a pozorování; dívejte se na nebe, kochejte se jeho vyrovnaností a nekonečností; vnímejte, jak je Země nesmírně velká, vnímejte i sebe – maličké zrnko písku na této Zemi. Poslouchejte zpěv větru, pociťte dotek Slunce; nehodnoťte a nekontrolujte, dovolte mysli mlčet a srdci se radovat.

3. Po deseti až patnácti minutách se posad'te nebo postavte. Začn'te pomalu, potichu a rytmicky vydávat zvuk „óm“ či „amen“ a hlásku „m“ přitom co nejvíce natahujte – necht' vibrace ovládne celé tělo. Snažte se vnitřním sluchem zachytit a vnímat vibraci, jež se šíří vaším tělem. Pokuste se v této vibraci uslyšet slova a svolte, aby je jazyk pomalu pronášel a přitom zachovával tón, rytmus a hutnost zvuku. Nejdříve se objeví neznámá slova, ale po několika cvičeních si na slova zvyknete, nová řeč se pro vás stane naprosto přirozenou a budete v ní pronášet celé věty. Pocítíte, že slova vycházejí nikoliv z mozku, jenž přemýšlí a mluví celý den, nýbrž ze srdce, přesněji řečeno z oblasti napravo od srdce. Šalamoun říkával: „Srdce moudrého je napravo a srdce hloupého nalevo.“

Dovolte si být průvodcem Božského, hlasem budoucnosti, zvěstovatelem Vyššího vědomí. Vězte, že Božské promlouvá skrze vás, pohybuje se vaším prostřednictvím a dívá se vašimi očima.

Po chvíli budete stále více rozumět písni v neznámé řeči vycházející z vašeho srdce. Nastane okamžik, kdy zvládnete, budete-li ovšem chtít, tuto píseň ihned překládat do své mateřštiny. Vaše řeč bude obsažná, poetická, inspirující a prorocká.

4. Nepřestávejte mluvit v těchto řečech a poslouchat vibraci – umožněte síle proudit přes tělo,

nechť zaplňuje nervy a krev. Nechte ji klesnout přes oči, vaše pohyby budou mnohem ladnější, půvabnější, vláčnější a gracióznější.

5. Zcela se uvolněte a pociťte přitom hlubokou vděčnost.

Poznámky:

a) *Nový zákon* několikrát zmiňuje rozmluvy v různých jazycích:

„Vždyť kdo ve vytržení mluví jazyky, nemluví k lidem, nýbrž k Bohu a nikdo mu nerozumí. Je puzen Duchem, ale to, co říká, zůstává tajemstvím.“

1 Kor. 14:2

„Jednomu je skrze Ducha dáváno slovo moudrosti, jinému podle téhož Ducha slovo poznání... dalšímu druhy jazyků, jinému pak jejich výklad.“

1 Kor. 12:8-10

b) Rovněž templáři cválali po poušti a přitom prováděli první etapu meditace.

c) Mnozí řečníci a kazatelé si všímají, že během svého inspirativního výstupu se dozvídají mnoho nového. Niels Bohr, kupříkladu, si během jedné přednášky „vymluvil“ několik objevů, ihned si je poznamenal a poděkoval studentům za inspiraci.

d) Nechtějte, aby po jednom cvičení všichni považovali vaše proslovy za prorocké. Nesnažte se být fungující delfskou věštinou – zůstaňte

přirození, nevyvyšujte se, uchovávejte v tajnosti vše, čeho jste dosáhli.

Budoucnost je otevřena každému, jenže lidé se bojí budoucnosti jako smrti a snaží se na ni zapomenout. Vše budoucí ve vás však vyrůstá přímo z vás. Obavy z budoucnosti vedou k tomu, že všichni šíří minulost – minulé chyby, omyly, bludy, frustrace a problémy; pro mnohé je pak budoucnost pouhým stínem minulosti a proto dav pokaždé zabíjel proroky, neboť proroci neposkytovali zástupu iluze a nebrali ohledy na jeho sny. Dav si jde pro útěchu ke kartářkám, čte si levné horoskopy v bulvárních plátcích a nepřestává snít. Byznys rozličných kartářek a vědem je stejně výnosný jako obchod s narkotiky; obě skupiny dávají zapomnění. Kdokoliv může být takovým věštcem, není přece složité přechíst minulost a vydávat ji za budoucnost. Minulost mají všichni stejnou, jednotnou a bezvýraznou, jen nemnohým je dáno vychutnat si seberealizaci, novinky a osvětlení v přítomnosti. A ještě jednou: vaše budoucnost v tomto okamžiku vyrůstá přímo z vás.

Vstup do obrazu

Nepřijmout, co je dáno shůry, znamená potrestat sám sebe. Nekonat v pravou chvíli znamená ničit sám sebe.

Chanské rčení

Představivost je schopnost vytvářet myšlenku nebo mentální obraz v prostoru mysli; v meditacích úspěchu využíváte představivosti pro vytvoření jasné podoby toho, čeho si přejete dosáhnout. Poté periodicky soustřeďujte svou pozornost na konkrétní nápad či imaginární obrázek a zaplňujte ji kladnou energií tak dlouho, dokud se nezhmotní a nezviditelní.

Můžete mít libovolný cíl s libovolným úmyslem existenčním, fyzickým, psychickým či duchovním. Můžete pracovat na libovolné úrovni a každá meditativní akce bude mít výsledek; neustálým experimentováním v alchymistické laboratoři svého vědomí nakonec pro sebe naleznete nejvhodnější speciální techniky a metody.

Pro začátek se naučte sledovat své myšlenky a pocity, pozorujte obrazy, jež se vám vynořují v mysli – jakékoliv negativní myšlenky, které vytváříte nebo skenujete, jsou semena, jež patřičně vyklíčí. Je-li vaše mysl zachmuřená a skleslá, pak sami sebe otravujete, mrháte osobní energií na sebezničení, ničíte si svou budoucnost a ochuzujete se o štěstí.

Naopak myšlenky plné lásky, radosti a vděčnosti vytvářejí kolem vás auru úspěchu a štěstí, zajišťují prosperitu a formují tvůrčí pole pro realizaci vašich cílů a předsevzetí.

Pozitivní myšlenky vám zlepšují život. Je to obecně uznávaná pravda, praxe tisíců lidí to dokázala! A protože jsou vaše činy podmíněny vaším myšlením, můžete změnit svůj život, každý den bude plodnější, naplní se inspirující tvůrčí činností a odmění vás.

Do *Alchymie hojnosti* patří techniky na využití tvůrčí představivosti pro vytvoření toho, čeho chcete dosáhnout ve svém životě. Každý den, každou chvíli využíváte tvůrčí sílu představivosti, avšak jen málokdo si plně uvědomuje moc a sílu fantazie, leč vše, co se s vámi děje v daném okamžiku, je výsledkem této síly či přesněji důsledek neuvědomění si a ignorování této síly. Mocnou sílu fantazie jste využívali příliš nevědomky, přesněji, to jiní využívali vaši sílu. Kvůli vlastním, hluboce zakořeněným představám o životě automaticky očekáváte, že neúspěch, potíže, neštěstí a problémy vás budou pronásledovat celý život a tyto představy se všude šíří jako psychické viry a destruktivní programy.

Cvičení

Zrcadlo světa

Člověk je malý ostrov v oceánu neuvědomělosti, ve skutečnosti však neuvědomělé není neuvědomělým. Rozdíl mezi uvědomělým a neuvědomělým je kvantitativní. Nejsou to protipóly, mezi nimi není pevná hranice, sféra vědomí se neustále rozšiřuje nebo zužuje. Například jste-li rozhněvaní nebo vystrašení, jste neuvědomělí a naopak, hrozí-li vám smrtelné nebezpečí, budete maximálně uvědomělí. Na vás závisí, zda budete více či méně uvědomělí, lze se vycvičit a stát se uvědomělejšími. Odpovědnost a světlo uvědomělosti však může i vyčerpávat, a pak si budete přát ponořit se do neuvědomělého. Ti, kteří požívají alkohol a drogy, trénují mysl, aby se změnila na zcela neuvědomělou. Jakmile usínáte nebo jste zhyponotizovaní, naprosto ztrácíte uvědomělost. Vše, co způsobuje nudu, přivádí k neuvědomělosti.

Je mnoho způsobů, jak přestoupit ze sféry neuvědomělého do sféry uvědomění a naopak; uvádíme zde jednoduché, ale velmi účinné cvičení tvůrčího přechodu:

Večer zamkněte dveře svého pokoje, zatáhněte závěsy a někam umístěte velké zrcadlo; v místnosti musí být naprostá tma. Ze strany zrcadla

postavte svíčku tak, aby se zdroj světla neodrážel v zrcadle, poté se dívejte svému odrazu do očí, nesmíte však mrkat. Pokus musí trvat třicet minut, po třech dnech nácviku se již bez mrknutí dokážete dívat třicet až padesát minut. Vůbec si nevšímejte slz deroucích se do očí a nepřestávejte se soustředěně dívat do zrcadla. Po třech dnech cvičení zpozorujete něco zvláštního – tvář v zrcadle se začne měnit. Uvidíte v něm obličej starce, ženy, světce či dítěte. Neměli jste ani potuchy, že tyto rysy jsou přítomny ve vašem obličejí, leč všechny tyto podoby k vám patří. Vymykají se z neznámého neuvědomělého nebo odrážejí vaše otisky v neuvědomělém. Všechny tyto masky, mimořádně živé masky, jsou vaše, patří vám. Někdy se dá podle těchto podob, jež neustále před vámi kmitají, poznat předchozí životy. Po týdnu každodenního cvičení už budete svůj obličej vnímat jako nekonečný proud podob, po třech týdnech si již nedokážete vzpomenout, který z těch obličejů je váš – ztratíte svou tvář; pocítíte svou tekutost až plynulost. A jednou, přibližně po třech týdnech nepřetržitých cvičení, se přihodí něco velmi zvláštního: najednou již v zrcadle nebude žádný odraz, žádná tvář, zrcadlo bude prázdné! Potom zavřete oči a vystupte nad uvědomělé i neuvědomělé, dívejte se dovnitř a setkáte se s realitou. Veškeré iluze ustoupí, došli jste k realitě, avšak iluze se nemíní vzdát a vytváří nespočet obalů – to vše proto, abyste si neuvědomovali skuteč-

nost. A jakmile v této bezbřehé prázdnotě, v zářivé hlubině skutečnosti poznáte sami sebe ve své prapůvodní nahotě, budete jiným člověkem. Přeměníte se na stvořitele, na demiurga, jenž zná lež i pravdu, poznáte, kým jste doopravdy. Dokud jste to nepoznali, nemůžete se přeměnit. Není možné se změnit do iluzorní podoby na něco, co není; změnit lze pouze tuto obnaženou realitu. Přeměnu uskuteční už pouhá vůle ke změně. Nyní si sami režírujete hru, to vy jste mistrem uvědomělého převtělení – do té doby vás ovládaly podoby minulosti, iluzorní tváře, manifestace kolektivní neuvědomělosti. Nyní jste vládci vy, neboť jste poznali skutečnost. Není jméno, není tvar, není tvář; od tohoto okamžiku si můžete sami tvarovat podoby a odrazy, jež budete chtít a lze si pro sebe stvořit jakoukoliv realitu, libovolný svět, kochat se a užívat si hojnosti, uvědomělosti a lásky. Technika pohledu do zrcadla je nejúčinnější metodou sebepoznání, uvědomění si své podstaty, síly a hloubky; jakmile si ji jednou osvojíte, stanete se vládci.

Cvičení

Energetická smršť

1. Toto dynamické cvičení je lépe provádět na lačno. Po dobu dvou až tří minut vleže na zádech aktivně zvedejte nohy a snažte se co nejvíce namáhat břišní svaly.

2. Poté se uvolněte a představte si, jak se z oblasti solární pleteně (solar plexus) zdvihá energetická smršť. Narůstá, rotace se zrychluje, roste až k nebi; již pohltila sluneční kotouč. Poté tuto smršť do sebe rychle vtáhněte. Zpočátku bude obtížné si představit nárůst rychlosti otáčení víru, časem však jasně rozpoznáte sebe, smršť i Slunce.

3. Opět maximálně namáhejte břišní svaly, uvolněte se a vizualizujte.

4. Toto zopakujte čtyřikrát až pětkrát.

Dynamická vizualizace pomáhá upevnit spojení Slunce a solární pleteně na těch nejhlubších úrovních vědomí. Spojení se Sluncem poskytuje ochranu, vliv, posiluje vůli a rozhodnost. Kdo pravidelně praktikuje toto cvičení, stává se v očích jiných lidí autoritou, je plný životní síly a přesvědčení. Tento člověk vnímá mystické spojení se Sluncem, rychle se u něj projevují léčitelské schopnosti, mluví přesvědčivě a energicky; jeho řeč se stává sugestivní a energeticky náročnou. V jeho auře se lidé cítí bezpečně a díky tomu cítí klid a jisto-

tu. Cvičící by se měli vyvarovat zlobných výlevů a podrážděnosti, jelikož tyto vlastnosti mohou působit destruktivně – doporučuje se vizualizovat sluneční kotouč v centru hara, které se nachází tři prsty pod pupkem.

Dýchání

V systémech *Alchymie hojnosti* se aplikují rozličné techniky dýchání a lze je rozdělit do čtyř základních kategorií:

1. Fyzické dýchání – očista plic, rytmické dýchací procesy, kontrola dýchání, přirozené dýchání.

2. Energetické dýchání – dýchací techniky určené ke zlepšení oběhu životní energie v těle – *pránájámy*. Zaměřuje se i na terapii *cigun* (čchi-kong terapie) a léčebné dýchání. Všechny tyto metody jsou spojeny s vizualizací a vnímáním energetických proudů v těle.

3. Psychické dýchání – techniky, jež se zaměřují na vizualizaci psychických jevů, vytváření myšlenkových forem, tedy podob „já“ a zabývají se i takzvaným aurickým dechem a dýcháním skrze čakry.

4. Kosmické dýchání – techniky spojené s metasymboly, vesmírnými reáliemi a existenčními proudy.

Rozčlenění je podmíněné, protože všechny typy dýchání jsou v meditaci mezi sebou úzce propojeny.

Cvik

Kosmické dýchání

1. Sedněte si rovně a co nejpohodlněji, nohy nekřížte, dýchejte klidně a přirozeně. Pozorně sledujte nádech a výdech, soustřeďte se na substanci vzduchu. Vychutnejte si, jak vzduch vchází do nosních dírek a zaplňuje plíce, představujte si, jak krví postupuje kyslík do každé buňky v těle. Zkuste dýchat jednou nosní dírkou, střídějte tempa dýchání, hrajte si a experimentujte s dechem, všestranně si uvědomte dýchací proces.

2. Představte si, jak zároveň se vzduchem vdechujete i energii. Má různá jména: *prána, energie čchi, orgon, eteroid, magnetické fluidum*. Tato energie je všudypřítomná a všeprostupující; je to základ života, praenergie. Čím více se soustředíte na vdechování energie, tím patrnější budou i tělesné změny – tělo se bude stále více nasycovat energií. Vlastní tělo začnete vnímat zcela jinak; bude se vám jevit jako energetický zámotek, jenž se skládá z množství silových zářících nití – kanálů. Zkuste vdechovat energii přes ruce, chodidla, oči a skrz celé tělo; lze ji nasávat celým tělem a vydechovat ji přes oči. Veškerou energii můžete soustředit do solární pleteně (solar plexus). Experimentujte, experimentujte a experimentujte. A samozřejmě si vše náležitě vychutnejte.

3. Vdechujte čistotu, moudrost, radost, bohatství, hojnost a úspěch; soustřeďte je ve své auře a dechem ji dál posílejte těm, koho jste si vybrali.

Vydechujte vlastnosti, jichž se chcete zbavit, dýchejte různými barvami, zvuky a dotyky.

4. Vytvořte si obraz ideálního života a vdechujte ho. Pomocí dechu se spojíte aurami, vnímejte *Jednotný vesmírný dech*, dýchejte Sluncem, měsíčním svitem i uragánem.

5. Představte si, jak se vaše tělo s každým dechem zvětšuje. Je bezbřehé jako nebe, je proudem veškerého bytí, kde se všechny životy, toky času i samotné tělo mění na dech.

Techniky dechu jsou zázračným a mocným nástrojem transformace těla, vědomí a osudu – každému je dáno být mistrem mystéria dechu.

Cvik

Dech hojnosti

1. Položte prsty pravé ruky na bod mezi obočím a zároveň prsty či dlaň levé ruky na srdeční oblast, nadechněte se přes bod mezi obočím a s výdechem spouštějte energii dechu do oblasti srdce.

Nyní soustřeďte svou pozornost na vdechování zlatavé mlhy; vydechněte a pošlete energii do oblasti srdce. Dýchejte přirozeně, nenamáhejte se ani při dýchání, ani při přemísťování energie. S každým nádechem a výdechem nasáváte a vydáváte esenci životní energie – proveďte deset až dvacet dýchacích cyklů. Uvědomte si, že bod mezi obočím a oblast srdce jsou vzájemně propojeny.

2. Nyní posílejte energii při výdechu nahoru – od srdce k bodu mezi obočím a při výdechu ji veďte opačným směrem – od bodu mezi obočím zpět k srdci. S pomocí dýchání očišťujete prostor mezi těmito oblastmi. Dýchejte přirozeně, bez napětí, využívejte sílu mysli, očí a srdce. Zaměřujte proud životní síly – cvik proveďte desetkrát až dvacetkrát.

3. Do tohoto prostoru promítejte obrazy prosperity, hojnosti a radosti. Tyto obrazy odrážejí vaše cíle, touhy, přání a plány. Chcete-li, aby byly přesnější, jasnější a ucelenější, lze si je připravit

dopředu – zobrazí se holograficky. Poté dýchejte přes oblast mezi obočím a srdeční oblastí a současně naplňujte tento obraz energetickou substancí. Otevřete oči, zachovejte si však i vnitřní vidění objektu – bude se vám zdát, že okolní svět je méně skutečný než vnitřní. Vyslovte nahlas či v duchu starobylou mystickou formuli: „Světlo, mé přání je tvé svolení, můj čin je tvé rozhodnutí.“

Jste světlem světa

Tak ať svítí vaše světlo před lidmi...

Evangelium podle Matouše 5:16

Vše, co existuje – lidé, zvířata, rostliny a dokonce i kameny – vyzařuje částičky a vytváří *emanace*. Tato fluidní a jemná atmosféra obklopující všechny předměty se nazývá *aura*. Aura je druh záření, jež obklopuje každou lidskou bytost. Rozdíl je v tom, že jedni ji mají harmonickou, obrovskou, světlou a mocnou – taková aura intenzivně vibruje a hraje všemi barvami, velkolepými bitvami, zatímco aura těch druhých je naopak matná, vybledlá, ubohá a zamlžená. Auru je možné porovnat s pokožkou. Pokožka má množství rozličných funkcí, především je to funkce obranná – podobně jako štít nebo brnění brání tělo před úderem, tak i kůže chrání před škodlivými látkami a teplotními výkyvy. Další funkcí je funkce výměnná, neboť kůže dýchá, pohlcuje, ale i odráží vše kolem sebe. Pokožka je v podstatě velmi citlivý přístroj a s její pomocí vnímáme teplotu, dotyky, bolest atd. Aura má tytéž schopnosti jako pokožka; lze říci, že je to pokožka duše – zakrývá ji, chrání a dodává jí citlivost. Koneckonců právě aura propouští skrze sebe kosmické proudy; zajišťuje tak výměnu proudů mezi lidskou duší a ostatními objekty včetně

hvězd a umožňuje interakci mezi individuální duší a Vyšším vědomím.

Auru lze přirovnat i k atmosféře kolem Země – ta má ochranný plášť, svou vlastní „kůži“. Atmosféra chrání Zemi před kosmickými tělesy, ochraňuje nás před mnohými nebezpečími – například před kosmickým zářením, jež by pro nás bylo smrtelné.

Aura je prostředníkem nekončící výměny mezi člověkem a přírodními silami. Záleží na kvalitě naší aury – tedy na její citlivosti, čistotě i barvách, jimiž disponuje – jaké kosmické, planetární a psychické vlivy v prostoru se dostanou až k nám. Znamená to, že aura funguje jako anténa, jež zachycuje poselství, vlny a síly, jež k nám přicházejí z vesmíru. Ve světě je mnoho pro člověka nebezpečných až zhoubných vlivů; máte-li auru mimořádně mocnou a světlou, pak se tyto síly k vašemu vědomí nedostanou, nezničí vás ani nenalomí a ani vám neuškodí. Aura je hráz a ochrana spojující všechny emanace, jež lidská bytost obsahuje. Proto, chce-li se mistr *Alchymie hojnosti* dozvědět něco o člověku, všímá si nejen jeho vnější podoby – tváře, gest či řeči – ale snaží se vnímat i jeho auru, její barvy, sílu a fluidní emanace; ty není možné skrýt ani je ovlivňovat vlastní vůlí.

Aura je jako nevyjádřitelně vznešená kniha a podobně jako neexistují dva lidé se stejnými otisky prstů, neexistují ani dvě bytosti se shodnou aurou, neboť aura představuje podstatu člo-

věka. Co se týče žáků Řádu hojnosti, tak právě prostřednictvím své aury pracují na prosperitě a očištění světa. Přitahují proudy energie hojnosti a křísí a obnovují výtvary. Díky neohraničené auře dosahují osvícení mistři nejhlubšího poznání věcí; poznání, jež není dostupné intelektuálnímu chápání. K zesílení intenzity, čistoty a moci aury je třeba mít vyšší cíl, konat ušlechtilé a spravedlivé činy, mít čisté úmysly a city. Povýšení, chamtiví a závistiví jedinci mají zřůdnou auru, svými podlými skutky ji deformují a nevytvářejí vůbec nic mimo pobledlé a špinavé barvy, chaotické a disharmonické vibrace; ostatní to podvědomě cítí a vyhýbají se jim.

Ryzím cílem všech meditací a psychotechnik je uvědomělost či osvícení. Životní síla potom získává vyšší vibraci, aura začíná vyzařovat světlo, rozum se zaplňuje božskou moudrostí a duch se osvobozuje od okovů osudu, jež si sám na sebe naložil. Metody *Alchymie hojnosti* pomáhají nahromadit a očistit životní sílu, jejich cílem je rozšířit možnosti všech tělesných funkcí, jakož i rozumových a duševních. Po tisíciletí si zasvěcení lidé mezi sebou předávali tajemství *Alchymie hojnosti* a ti, již tyto znalosti získali, si podstatně zlepšili kvalitu svého života. Různé systémy *Alchymie hojnosti* otevírají svá tajemství, aby vám pomohly převzít odpovědnost za svůj vlastní život. I vy se můžete těšit z mnoha pokladů světa a svého života, můžete se stát svými vlastními pány, pokud ovšem

soustředíte veškerá svá úsilí na vnitřní růst místo toho, abyste opovrhovali vlastním životem a jen pasivně čekali na smrt a Poslední soud. Postupně, jak se učíte řídit svou životní sílu, učíte se i řídit vlastní osud.

Cvik

Sféra souladu

1. Představte si, jak z kostrče směrem k temeni vyzařuje tenký svazek nazlátých paprsků. Až pocítíte, jak se rozšiřuje, postupně ho přeměňujte na zlatý snop, jenž se nalézá uvnitř vašeho těla. Snop se bude stále více rozšiřovat a prodlužovat, až přesáhne hranice těla; v tom okamžiku splyne s vaší aurou.

2. Představte si, jak toto světlo vytvořilo oválnou sféru a vy v ní sedíte; cítíte se tam útulně a bezpečně.

3. Zachovávejte si tento obraz a dýchejte přitom přirozeně. Nasytí vás energii a ochrání a pocítíte, že sféra je jako nárazník či neutrální zóna chránící před jakýmkoliv fyzickým útokem nebo před destruktivním působením negativní energie jiných lidí. Nazlátlé světlo se podobá slunečnímu svitu a pomůže změnit vaši negativní energii na pozitivní. Tento obraz si uchovávejte deset až patnáct minut; tento cvik ochraňuje, harmonizuje mezilidské vztahy, tiší agresi a uklidňuje mysl.

Cvičení

Reflektor síly

1. Posad'te se zpřima, nohy nekřižte, ruce spočívají na kolenou dlaněmi vzhůru.

2. Soustřed'te se na dýchání. Přejděte na psychické dýchání a představujte si přitom, jak energie proudí po páteři.

3. Představte si, jak je do kostrče vsunuta trubice, vdechujete přes ni energii a tato rychle postupuje vzhůru až k hypofýze (podvěsku mozkovému). Hypofýza se nachází uvnitř lebky, osm centimetrů od bodu mezi obočím. Podle taoistické metafyziky se právě zde nachází lidský duch.

4. Při výdechu vytlačujte energii daleko do prostoru přes bod mezi obočím. (V mnoha tradicích tento bod vyvolává asociaci s takzvaným třetím okem). Bod mezi obočím jakoby filtruje substanci, jež nasycuje vyšší „já“. Vizualizace snopu světla vycházejícího z tohoto bodu je velmi důležitá.

5. Nadechujte se rychle a zhluboka, vnímejte stoupající energii a prudce, zostra ji vymršt'ujte při výdechu. Jestliže chcete tuto energii „vidět“ lépe, zkuste si ji představit barevně nebo s určitou konzistencí.

6. Proved'te třicet až padesát cyklů.

7. Další etapa – vnímejte, jak se energie sama pohybuje nezávisle na dýhacím procesu. Stoupá

plynule a nepřetržitě tryská z bodu mezi obočím; tento proud je možné zesílit pomocí dýchání.

8. Pokuste se tento cvik provádět za chůze; váš pohled spolu se snopem reflektoru síly přitom musí směřovat za linii horizontu.

Toto cvičení rychle posiluje imunitní systém a energetiku, čistí kanály psychické síly, zvyšuje cílevědomost, posiluje odhodlání a napomáhá realizovat úkoly, záměry a cíle a je zvláště vhodné pro ty, již se zabývají různými typy bojových umění a hodí se i pro účastníky složitých pracovních jednání, jež zároveň moderují. Cvičení je určeno i pro lidi vystupující před velkou auditorií a lidi zabývající se víceúrovňovým marketingem. Nedoporučuje se cvičit před usnutím, ztíží totiž usínání. Zvládnete-li toto cvičení úspěšně, snadno dokážete tlumit agresi u ostatních živých bytostí; mnozí praktikující si všimli, že „psi, na něž působí paprsek reflektoru síly, přestávají štěkat, stahují ohon a schovávají se.“

Kouzlo podvědomí

Vezme-li si někdo do hlavy, že jsem jeho nepřítel a zabije mne, stanu se obětí jeho představ. Obrazy vzniklé ve fantazii mohou být ničivé jako země-třesení a tvořivé jako Bůh.

Carl G. Jung

Každý je schopen vytvořit si v duchu nějaký obraz a učinit ho fyzicky reálným, jen je třeba se trochu procvičit; nejdůležitější je rozhodnout se, co vlastně chcete. Vytvořte si v duchu obraz a nabijte jej emocemi a silnou touhou. Nejprve si splnění svého přání představte – úspěch je třeba předběžně „uvidět“ ve vědomí – a teprve potom ho zhmotnit do fyzické reality. K tomu je nezbytné vymyslet a propracovat plán; osobnost bez plánu je pouze pasivně nesena proudem a je závislá na rozmarech kdekoho. Čím je plán promyšlenější, tím je naděje na úspěch vyšší. Pověřte své podvědomí samostatně hledat cestičky a způsoby, jak realizovat přání. Podvědomí splní vše za vás, nemusíte vůbec nic dělat, stačí mu jen nepřekážet a nechat je plnit daný úkol. Hlavní je naučit se své podvědomí správně naprogramovat; pronikne-li totiž chyba do programu, podvědomí potom vyplní i mylně zadané příkazy. Uvědomte si, že život plní každé vaše přání, a nikdy na to nezapomínejte.

Většina lidí však ani neví, co vlastně chce, v hlavách mají nepředstavitelný guláš. V mysli jim těkají, prolétávají jakési obrazy, a lidé je pak často považují za své niterné touhy a přání, avšak vaše skutečné přání se liší od obrazů, tužeb a myšlenek dosažených z vnějšku. Liší se dobou trvání; svou roli hraje i jejich minulost a také budoucnost. Přání, respektive touha je činem projektovaným v minulosti, jenž se ale projeví v budoucnosti.

Chcete-li poznat svou niternou touhu, proveďte následné cvičení. Mnoho lidí toto cvičení provádělo přirozeně a spontánně po celý svůj život; zvláště v mládí, kdy je představivost plastická, pružná, nespoutaná a odvážná.

Každý večer před usnutím si vytvořte pole vysněného přání – přemýšlejte o tom, co byste chtěli ze všeho nejvíc. Přání by nemělo nic ohraničovat, žádné zákony, žádné limity; přání musí být co nejfantastičtější. Zároveň však, aniž byste se nějak zvlášť namáhali, se pokuste pochopit, proč si přejete právě toto a jaké budou eventuelní následky. Zmizí-li obraz přání, znamená to, že bylo nepodstatné. Sotva jste ho začali zkoumat, již mizí; nepotřebujete hledat odpovědi, stačí jen začít zkoumat; vedlejší, nepodstatný obraz vybledne a již nebude tak přitažlivý – přirozeně o něj ztratíte zájem.

Sny se mohou zaměřovat na osobní i sociální život, na přání něco vlastnit, na sebezdokonalování a na rozvoj různých schopností (létat,

být neviditelným). Sen je záznam nadreálného příběhu, záznam dějin vašeho osudu, můžete si pro něj vymyslet pokračování, čerpat z něj užitečné informace nebo si jej prohlížet. Tento sen, respektive toto přání odráží vaši podstatu, z tohoto snového přání vyrůstají vaše životní cíle a předurčení. Díky snu poznáte všemocného Boha. Zvolte si a přijměte svá přání a sny, ujistěte se, že pro vás mají hodnotu, že jsou pro vás důležité. Nezapomeňte zkontrolovat, zda neuškodí jiným lidem; až toto provedete, nastane čas zformulovat si své cíle.

Zapište si své cíle, jež je třeba ještě propracovat a doladit, napište si na papír plán, jak jich dosáhnout, a neustále jej vylepšujte a korigujte, dokud se nestane skutečně toužebným, niterným. Podepište se; podpis je prodloužená ruka a ruka je pokračováním srdce.

Tvůrčí představivost je unikátním Božím darem, dává intuici, plány, ideje a tvořivost. Uposlechně každý váš rozmar, každý správný (i nesprávný) program. Kromě toho by se měla neustále zatěžovat prací, je nutné jí neustále připomínat, co má dělat. Vaše vlastní fantazie vám může ze života udělat peklo nebo ráj, sami si určujete pravidla hry. Jestliže si myslíte a stále si opakujete, že „život je těžký, lidé jsou zlí a osud je nespravedlivý“, pak veškeré negativní myšlenky a výroky aktivují programy, jež následně vytvoří odpovídající budoucnost.

Myšlenky – to jsou samoinstalační programy! Nepřestávejte je sledovat, pamatujte však, že přílišná kontrola posiluje negativitu mysli a rozvíjí neodbytné stavy. Lepší metodou je záměna nebo vytlačení. Neustále zásobujte své podvědomí pozitivními myšlenkami a příkazy, obrazy a vzorci. Podvědomí čeká na vaše rozkazy, nezatěžujte je však pochybnostmi, obavami a destruktivními úmysly – ty jsou jako viry; záporné myšlenky jsou příliš drahá zábava.

Pokud jste si vybrali cestu k hojnosti, vyvarujte se cynismu, pesimismu, duševní vulgárnosti a lhostejného přístupu k sobě i jiným. S těmito negativními vlastnostmi dojdete leda k neúspěchům, bídě a debaklům; vyrůstá z nich pouze deprese, ubohost a skleslost – stísněnost je zdrojem všech nemocí. Určete svému podvědomí cíl – zbohatnout, prosperovat, milovat a otevřít se světu. Tento cíl vás povede a obdaruje štěstím, úspěchem a silou.

Můžete své sny a přání sdílet se svými přáteli a blízkými, jež vás milují, beze zbytku vás přijímají a ve všem podporují. Dejte si pozor na lidi s úzkoprsým a strnulým přístupem k životu a omezeným pohledem na svět, vyhýbejte se všem těm, kteří vám byť i nepřímou namlouvají, že vaše cíle jsou příliš vysoké, požadavky neurčité a že své grandiózní plány nejste schopni uskutečnit. Díky principu psychické přitažlivosti (podobné přitahuje podobné) přitáhnete lidi, kteří se vám podobají.

Podvědomí vás dovede až k lidem, již vám vaše plány pomohou s radostí splnit a zbaví vás těch, kteří jsou zachvázeni duchem měšťanského negativismu, mají sklony k destruktivní kritice, sníženému sebehodnocení a závisti. Francis Bacon přikázal svému sluhovi, aby ho ráno vždy vítal slovy: „Vstávejte, pane. Čekají na vás velké věci.“ A vykonal skutečně mnoho. Plujete-li po řece života, rozhodně miřte co nejvýš; stejně vás odnese proud.

Cvičení

Zlatá pyramida

Zasvěcenci tradičně věří, že zlato je zhuštěná sluneční energie; v tom se skrývá jak nebezpečí, tak i požehnání zlata jako materiálu i jako ideje. Stejně jako Slunce, jež sílu dává i bere, tak i zlato sílu poskytuje i odebírá.

Varianta 1

1. Vztyčte před sebou menší pyramidu z kameň, dřeva nebo papíru a vedle položte zlatý prsten nebo minci. Po dobu pěti až deseti minut soustřeďte pozornost na zlatý předmět, pronikejte do vlastností zlata, nechte se vaše vědomí naplnit jeho substancí. Poté zavřete oči a pociťte příčinné spojení mezi podstatou zlata a Slunce nebo vstupte do stavu takového „poznání“, že zlato je zhuštěnou formou substance Slunce.

2. Zaujměte pozici faraona a vstupte do svého ideálního stavu. Zavřete oči a pokuste se obsáhnout veškerou topografii vlastního těla zevnitř, jako by bylo zcela duté. Všimněte si, z jakého vnitřního úhlu pozorujete a přemístěte tento bod do oblasti solární pleteně (solar plexus). Člověk má tři hlavní centra: mozek, míchu a již zmíněnou solární pleteň. Ta odpovídá za to, jak fungují energie spojené s lidským životem. Proto díky

psychotechnikám, jež pracují se solární pletení, je možné přeprogramovat činnost mnoha jemných energií. Je důležité vědět, že přes pleteň solární nebo chcete-li břišní je člověk spojen s příčinným plánem a podvědomím.

Všimněte si, jak se přitom změní topografie vnitřního prostoru. Z tohoto bodu vizualizujte pyramidu, jež je utkána z nazlátlého světla – jste uvnitř této pyramidy.

3. Přes solární pleteň vdechujte sluneční světlo a vydechujte je přes celé tělo dovnitř pyramidy.

4. Představte si, jak se s každým výdechem pyramida postupně zvětšuje a tělo nabývá souměrně na objemu.

5. Po několik pokusech si již snadno představíte, že se pyramida a vaše tělo (či přesněji – váš dojem o sobě samém) zvětšuje do takové míry, že se Slunce viditelného vesmíru nachází ve vaší solární pleteni.

6. Díky dýchání se pyramida zaplňuje slunečním svitem a všechny světy, tvorové a planety, jež se ocitli v pyramidě, jsou omývány tímto jasem.

Varianta 2

1. Zaujměte pozici faraona.

2. V oblasti od solární pleteně k srdci vizualizujte pyramidu plnou substancí zlata. Metaobraz zlata a slunečního záření, to jsou zřejmé symboly energie kosmické hojnosti.

3. Zdokonalujte se v této vizualizaci tak dlouho, dokud nebudete schopni tuto pyramidu kdykoliv vnímat uvnitř sebe.

4. Tuto techniku provádějte pravidelně během dne; za pomoci technického dýchání vdechujte energii přes centrum mezi obočím (*trikutu*) a představujte si, jak sbírá veškeré myšlenky, asociace, zážitky, vnitřní dialogy a při výdechu je vypouští přes zlatou pyramidu. Vyberte si, zda budete dýchat plynule nebo impulsivně (trhaně), záleží na vás, který způsob vám připadá účinnější. Pole, jež vychází z tvaru pyramidy a její podstaty, přetváří mentální toky procházející vašim rozumem a postupně, poznenáhlu se mění i povrch rozumu a naplňuje se zvláštní silou. Objevíte u sebe pozoruhodnou schopnost kontrolovat myšlenky, vytvářet si potřebné obrazy, řídit fantazii a v neposlední řadě i vidět a transformovat mentální proudy procházející polem vašeho života i polem jiných osob. Osvícenská mystéria zobrazovala takové mistry všeobecně známým symbolem: pyramidou s vševidoucím okem.

Tato cvičení až tisíckrát umocňují možnost výskytu nadpřirozených souher, jež psychoanalytik Carl G. Jung a fyzik Wolfgang Pauli nazývali synchronicitou představující akazuální a holistické principy světonázoru a působící proti přímočarosti „minulost – přítomnost – budoucnost“, jež byla rozšířena v dobách I. Newtona. Wolfgang Pauli, podobně jako další kvantoví fyzikové, určil,

že události probíhající na subatomární úrovni (a na stejné úrovni probíhají i jakékoliv jiné události) jsou nevysvětlitelné v mezích tradiční fyziky a pro jejich pochopení je třeba přijmout existenci *akazuality* (nepřítomnost determinovaných příčinně-následných spojitostí) nebo *holismu* (vzájemného spojení všeho se vším). V každém případě mizí rozdíl mezi pozorovatelem a objektem pozorování a to znamená, že pozorování (nahlížení, vizualizace) nepředvídatelně působí na objekt pozorování, ať už je to kvant, kosmické těleso, idea či symbol.

Cvičení

Vnitřní sebeuvědomění

1. Představte si, jak se z páteře zvedá sloup energie a podobně jako smršť se otáčí spirálovitě kolem své osy. Zpočátku si tento obraz neudržíte dlouho, později však, jak se postupně budete zdokonalovat, jej zvýšíte, dokud nedosáhne temena hlavy. Rotace víru probíhá po směru hodinových ručiček; poté si představte, jak se zvětšuje jeho rychlost a objem, jak obepíná stále větší a větší prostor, planety a galaxie.

2. Následně vizualizujte, jak se vír stlačuje, rychlost rotace se zvyšuje, a tak vzniká komprese. Víř se mění na úzký proud, na snop rotující energie. Proud se podobá laserovému paprsku, jenž vychází z kostrče a míří vzhůru přes temeno až do nekonečna. Proved'te cvičení a vaše sebejistota vzroste; budete vnitřně silnější a sebeuvědomělejší. Cvičení rozvíjí odvahu, výdrž a vyrovnanost – každý, kdo vás dobře zná, si hned všimne, jak jste se změnili k lepšímu. Dokud si budete sami sebe uvědomovat, budete mít svou vnitřní identifikaci, magické žezlo síly či silného laserového paprsku, budete soustředění, rozhodní a cílevědomí. Toto cvičení vám zajistí úspěch při pracovních jednáních, dodá vašim slovům váhu, zpřesní a rozjasní vaše rozhodnutí.

Vyvoláte dojem vlivného, úspěšného a spravedlivého člověka s přirozenou autoritou, schopného velikých věcí a okolí vás bude vnímat jako vnitřně přitažlivého a okouzlujícího.

Cvičení

Svět eidosů

Ve cvičení *Svět eidosů* se v duchu soustředíte na vnější objekty a pokuste se uvidět jejich jemnou podstatu. Pro toto cvičení je třeba vybrat si nějaký předmět, jenž by symbolizoval hojnost a bohatství – může to být drahokam či zlatý šperk. Smyslem tohoto cvičení je:

1) uvědomit si, že se mysl snaží připoutávat k objektům a rovněž, jak tato závislost brání vidět věci tak, jak jsou, v jejich skutečném světle;

2) vnímat plynulost, nestálost a dvojakost, což je vlastní všem věcem; dokonce i těm, jež se jeví pevně a neměnně;

3) prostřednictvím vůle procítit proces transformace okolních objektů.

Pět minut provádějte cvik *Tady-a-ted'* a poté přistupte k základnímu cvičení. Cílem je přeměnit zvolený objekt na duhovou energii a posléze tuto energii transformovat na shodný nebo odlišný objekt. Nejprve si vyberte předmět, na němž vám záleží a dobře jej znáte; buď ho často nosíte, nebo je vám stále na očích. Zamyslete se, čím je pro vás tolik cenný a vzácný. Soustředěně si jej prohlédněte – všimněte si objemu, váhy a z čeho se skládá. Ihned poté, s očima stále otevřenými, vizualizujte v prostoru před sebou ještě jeden

identický předmět. Nyní si představte, že ho rozbíjíte na malé části, postupně se rozpadá na stále menší dílky a i ty nepřestávejte rozbíjet. Nakonec uvidíte, jak se mění na jemný, sotva postřehnutelný prach a shrňte jej na hromádku. Popřemýšlejte o tom, kam zmizel předmět, kde hledat jeho předmětnost, název, tvar, hodnotu; kam se to vše podělo.

Nyní v duchu přeměňte tento prach na duhovou energii, na esenci duhové energie nacházející se v moři energie. Vnímejte eidos, pravzor, jenž zbyl po tomto předmětu; z čeho se skládá, kde se uchovává, jak se přemísťuje v prostoru. Jaký je prostor, v němž se přemísťuje; předmět byl hmotný a tvrdý, pak se změnil na energii a ideu. Nesnažte se najít odpověď na tyto otázky, protože jsou jen pro formu, expresi, pro tón vaší meditace – nejprve je substance (látka), pak energie a nakonec eidos.

Udržujte si eidos rozplynutého předmětu v prostoru svého vědomí a pokuste se znovu z této duhy obnovit svůj objekt. Použijte při tom stejný postup jako při tvoření duhy. Opět uvidíte prapůvodní objekt, jenž však již nyní bude nehmotný. Je to duhová, přelévající se energie. Zamyslete se nad tím, že nyní nemá objekt žádnou materiální hodnotu a na závěr rozpusťte duhový objekt v tom, co v daném okamžiku máte před sebou – povšimněte si, jak se změnil váš vztah k objektu a k jeho hodnotě.

Zatímco provádíte cvičení, nechte oči otevřené a dívejte se do prostoru bezprostředně vedle sebe, abyste objekt viděli bočním viděním; neměli byste pochybovat o schopnosti ho vizualizovat.

Pokud během meditace pocítíte únavu nebo napětí, měli byste si udělat krátkou dvouminutovou přestávku – cvičení úplně neukončujte a nevycházejte z pokoje si popovídat, protože jinak se jen obtížně znovu soustředíte. Při cvičení používejte pokaždé nový předmět a sledujte přitom základní cíl – přetransformovat jej na duhovou energii a zachovat eidos, pravzor předmětu. Po čase dokážete zvláštním vnitřním citem vnímat svět eidosů, zvolit si potřebný eidos a odívat ho do energie a za nějakou dobu se bude tento objekt zjevovat ve vašem životě.

Cvičení

Anděl strážný

Kontakt s andělem strážným automaticky navázete, soustředíte-li svou pozornost a energii hojnosti do solární pleteně. I když si to neuvědomujete, anděl strážný nás doprovází od narození, a proto s ním musíte obnovit spojení. Jakmile ve vaší solární pleteni ucítíte sílu a vizualizujete zlaté světlo v bodu mezi obočím, naplňte své srdce vděčností, láskou a vyrovnaností a vnímejte prostor nad hlavou – v tomto místě je velmi snadné vnímat sílu nebo světlo. Dovolte, aby se síla a světlo zhmotnily, barva či tvar mohou být libovolné. Tvar si zapamatujte, abyste ho příště poznali nebo si na něj vzpomněli. Nechť se vás obraz dotkne – pocíťte, že mezi vámi vzniklo pevné pouto. Místo, jehož se obraz dotýká, se otevírá; andělskou energii vpust'te dovnitř a spojte ji s energií hojnosti. Tento bod, toto místo bude styčným bodem mezi vámi a andělem strážným – anděl vám může poskytovat rady, ochranu a řídit váš život; je-li to možné, vnímejte ho neustále vedle sebe.

Cvičení

Skupinová vizualizace

S touto technikou může pracovat skupina tří až čtyřiceti osob; pracovat může i více osob za podmínky, že ve skupině více než polovina zúčastněných již někdy v minulosti tuto techniku praktikovala.

Úkolem je vytvořit speciální energetické pole, jež pomáhá transformovat energii prosperity a pomůže se dotknout různých projevů kosmického pole hojnosti. Skupina vytvoří rozličné stavy silového pole.

1) Dočasné pole; vytváří ho lidé, již nejsou zasvěceni do Mystérie hojnosti; to znamená, že ve skupině není ani jeden zasvěcený člověk. V tomto případě působí energie hojnosti a její manifestace prostřednictvím symbolů, slov, knih a apelů (formulí), jež v sobě soustředily mocnou sémantickou sílu. Nezáleží na vašich vzájemných vztazích ani na tom, zda si dostatečně uvědomujete jejich sílu; tak jako tak jsou dosti vlivné. Dotknete-li se plamene, spálíte se – je jedno, zda si uvědomujete, nebo neuvědomujete sílu ohně; formule, symboly a techniky *Alchymie hojnosti* obsahují vnitřní sílu a působí nezávisle na vašem vědomí, víře či vztahu.

Vlivy pole prvního typu mohou být náhodné a spontánní, pole zvětšuje pravděpodobnost cíleného projevu energie hojnosti.

Cvičení 1

1. Posad'te se rovně. Ruce položte na kolena dlaněmi vzhůru a dýchejte plynule a klidně – musí vám být příjemně. Zavřete oči a kultivujte si hluboké sympatie ke všem členům ve skupině.

2. Soustřed'te se na fyzické dýchání, na nádech a výdech. Přejděte k psychickému a posléze ke kosmickému typu dýchání, celým tělem vdechujte energii a vydechujte ji přes dlaně. Všichni by měli vizualizovat, jak se energie vycházející z rukou soustřeďuje nad skupinou v podobě energetické sféry fialové barvy se zlatavým třpytem; skupina takto vytváří pole pro spojení energií hojnosti.

Cvičení 2

1. Při kosmickém dýchání vydechujte skrz dlaně umístěné na úrovni prsou; vzdálenost mezi dlaněmi je deset až třicet centimetrů. Představte si, jak se mezi dlaněmi formuje energetická koule, pociťte její vlastnosti, pružnost a přitažlivost – tyto vjemy si zapamatujte. Koule může narůstat a pulzovat. Poté všichni současně vyhazují své energetické koule vzhůru a formují celistvou sféru, jednotné skupinové pole. Toto pole plní po celou dobu cvičení obrannou úlohu a také úlohu zásobárny informací a rovněž je transformátorem pro přeměnu mocných energetických vibrací kos-

mického pole hojnosti v naší všední realitě. Barva koule je zářivě zlatá. Během vytváření jednotného pole se doporučuje opakovat následující mystickou formuli: „Ó energie hojnosti, ó pole štěstí, pronikáš do veškerých světů a nyní se vtěluješ do pole naší radosti, do přibýtku naší síly, do prostoru našeho života. Jsi podstatou světla, působíš skrze nás a obohacuješ nás zářením vyššího štěstí.“ Současně s tím lze vizualizovat, jak se proudy záření, úspěchu, blaženosti, radosti a prosperity vlévají do sféry vašeho skupinového pole. Posléze uvidíte, jak energetická koule nesoucí světlo klesá zpět do vaší dlaně a je již naplněna vyšší silou. Přitiskněte dlaně k solární pleteni a jakoby tam umístěte svoji energetickou kouli. Pociťte tuto kouli uvnitř sebe; nejen ji tam uciťte, ale také si ji uvědomte, poznejte ji. Pamatujte, že tyto jiskřivé, zářící koule jsou ve vás stále přítomny i po skončení cvičení. Nachází se ve vás a nepřestávají přitahovat emanace úspěchu, hojnosti, bohatství a inspirace.

Je zde uvedena technika pro první úroveň zasvěcení. Pro další úrovně se využívají vizualizace z více komponentů a další formule a výzvy.

Poznámky. Ve skupině by neměla být přítomna více než třetina osob se zjevnými příznaky vlivu destruktivních programů ať již vrozenými či získanými; projevuje se to v mdlé energetice, náchylnosti k chorobám, slabém intelektu, nemorálnosti, závisti atd. V žádném případě se však takovým lidem nevyhýbejte, neodsuzujte je, nezařazujte je,

vyhýbejte se pouze bojovně naladěným smolařům a masochistům, kteří si myslí, že chudoba je sama o sobě předností. Vyhýbejte se lidem, již se chlubí svým neštěstím, nemocemi, utrpením a smůlou; ke kultivaci své pýchy zneužívají příkazy blaženosti v evangeliích. Taková skupinová práce může přivést k prosperitě rodinu, společenství nebo jakoukoliv organizaci, jež se orientuje jak na materiální blahobyt, tak i na integrální rozvoj. Podobné skupinové psychotechniky pravidelně provádí zaměstnanci v mnohých, po celém světě proslulých společnostech.

Bohatství začíná v mysli

Peníze jsou dobrý sluha, ale zlý pán.

Alexandre Dumas, st.

Peníze samy o sobě nemají žádnou hodnotu, jejich hodnota spočívá v dohodách, jež lidé mezi sebou uzavírají. Peníze coby virtuální substance potřebují lidské vědomí, aby mohly v realitě projevít svou sílu a moc. Jejich smyslem a cílem je pomáhat uskutečňovat vaše plány a cíle; hodnotu získávají pouze tehdy, jsou-li uznávaným symbolem energie hojnosti, to znamená, jsou-li vyváženy zlatem.

Ve světě je nepřeberné množství peněz a jsou vám zcela k dispozici. Chcete-li, aby procházely vaším životem, musíte zajistit protislužbu – službu nezbytnou pro ostatní; popřípadě musíte zajistit, aby vaše služba byla pro ostatní nepostradatelná. Přejete-li si hodně peněz, potom zajistěte takovou, za niž jsou lidé ochotni draze zaplatit. Pokud však poskytnete „protislužbu“ Vyššímu vědomí, oplatí vám to nevyčísitelným množstvím blaha a peněz. Příjmy konkrétního člověka většinou odpovídají stupni jeho vnitřního vývoje. Věnujte milion dolarů někomu, kdo postrádá vnitřní pozici milionáře a on s největší

pravděpodobností tyto peníze ztratí nebo utratí za nesmysly. Vezměte však veškerý majetek člověku, jenž ho získal vlastním přičiněním a velmi brzy si vydělá na nový, neboť kdo vlastními silami dochází k vědomí milionáře, rozvíjí v sobě zkušenost, poznatky a návyky, jež mu pomohou znovu a znovu opakovat tento proces. Jakmile se někdo stává milionářem, je důležité, kým je a nikoliv, co vlastní. Jakou osobností je tedy nezbytné se stát, abyste dostali vše, co si přejete? „Mít“ respektive „vlastnit“ vychází z „být“ – zamyslete se nad tím.

Ihned po vyhlášení nezávislosti vyčlenila indická vláda v čele s Mahátmou Gándhím nemalé prostředky, aby pomohla těm nejchudším vrstvám obyvatelstva, tzv. *haridžanům* (Gándhí tyto lidi stojící mimo kasty nazýval „Božími dětmi“). Haridžanové dostali možnost rozvíjet a rozmnožovat vyčleněné prostředky, avšak zadarmo získané peníze velmi rychle rozházeli a propili. Zbavte se mýtu, jenž stvořili pokrytci; tvrdí, že vlastnit peníze je cosi škodlivého, nízkého a postrádajícího duchovno. Peníze v podstatě odmítají jen ti, kdo je nemají – jak ale odmítnout něco, co ani nemáte? Přiznejte alespoň, že peníze v tomto světě potřebujete k přežití, vězte však, že za penězi stojí mystická síla, což vás zbaví vulgárního a primitivního přístupu k nim. Bohatství začíná v mysli! Představte si, že Nebe, Bůh hojnosti, vám poskytuje tolik, kolik potřebujete

a ještě více. Vizualizujte sami sebe, jak tyto peníze již vlastníte a nepřestávejte děkovat. Život vám poskytne přesně to, co od něho požadujete, bohatství je nejčastěji vedlejším produktem cíle. Bylo by rozumné si zpočátku stanovit cíl, protože pak se dostaví i peníze, potřebné k jeho dosažení. Pokud se vám však zdá, že nemáte žádný cíl mimo žhavé touhy po hotovosti, potom se bez obav můžete vydat po stopách těch, kteří kráčí k úspěchu. Co dává peníze jednomu, může je poskytnout i druhému – můžete okopírovat vzor úspěchu jiných lidí. Existují iniciátoři, jsou i napodobitelé – oba přístupy poskytují nepředstavitelné množství peněz. Peníze jsou příčinou mnoha světových problémů, jejich nedostatek však způsobuje mnohem větší potíže. Peníze jsou doplňkovým prostorem pro komunikaci, svět peněz odráží nejlépe ze všeho projevy zákona osudu: „Co dáváš, to dostáváš zpět.“ Ať již uděláte cokoliv, vše se vám jako zázrakem vrátí, proto své motivy a konání přehodnocujte častěji a dávejte pozor, zda odpovídají hlavnímu mravnostnímu principu: „Nečiň jiným to, co si nepřeješ, aby oni činili tobě.“ Obracejte se na své vnitřní hodnoty a důvěřujte jim; vaše podvědomí potřebuje silné a eticky správné stimuly a cíle.

Mnozí si myslí: „Byl bych mnohem šťastnější, kdybych měl více peněz.“ Pojem „více“ není příčinou štěstí. Více peněz znamená pouze to, že budete mít více toho, co už tak jako tak máte. Více

peněz vás jen rychleji postrčí k tomu, k čemu jste již beztak předurčení. Jste-li předurčení k tomu být nešťastní, budete nešťastní i s větším množstvím peněz. Jste-li vznětliví nebo podezíraví, potom vám nepomůže ani bohatství, budete stejně podráždění a nedůvěřiví, možná i více. Máte-li sklon k pití, potom velké peníze z vás učiní opilce; pokud jste však poznali umění žít a naučili se být šťastni s tím, co máte, potom i velké peníze umocní vaše štěstí a vnitřní bohatství a budete si užívat života v hojnosti. Buďte šťastni s tím, co máte a snažte se dosáhnout všeho, čeho si přejete. Umění je talent, styl, vkus, mistrovství a inspirace. Požádá-li umělec postrádající talent a vkus: „Dejte mi cisternu barev a namaluji vám geniální obraz.“, bude to znít nepatřičně a hloupě. Umění života je schopnost ocenit vše jemné, překrásné a vznešené. Og Mandino říkával: „Kdo nemíří vysoko, stává se otrokem pokleslého.“ Pro jemného člověka je kvalita mnohem důležitější než kvantita. Je lépe mít několik hodnotných a stylových věcí nežli dům přečpaný starým harampádím. Měli byste rovněž dávat pozor na to, aby váš život neustrnul a proudy hojnosti se neuzavřely; někdy je třeba vědomě utratit část svých prostředků, aby se uvolnilo místo novému přítoku. Necht' peníze proudí jako krev v žilách; přestane-li krev proudit, vznikají nevyčlepné nemoci. Většina lidí si však proudů hojnosti moc neužije, jsou příliš zaneprázdněni všedními problémy a zmatky.

Cvičení

Duhový krystal

Toto cvičení pomáhá neutralizovat záporné povahové vlastnosti překážející v každodenním životě a brzdící duchovní pouť. Projevy těchto vlastností svědčí o tom, že se vašemu životu nedostává určitých vibrací. K obnovení rovnováhy zářivých energií přitahujete nezbytné vibrace skrz vizualizaci různobarevného světla.

Uvědomění je pro toto cvičení velmi důležité. Jste-li zmítáni žárlivostí, měli byste si uvědomit, kolik škody způsobuje vám i cizím – pohlcuje obrovské množství životní síly, omezuje vaši svobodu, ničí dobré vztahy, kalí rozum atd. Tím, že si to vše uvědomíte, zbavíte se žárlivosti mnohem snadněji nebo ji transformujete. Uvědomte si své chyby; přiznejte si, že ničí váš život i životy druhých – jen tak se vám podaří vykořenit příčiny omylů. Vlastnosti pohlcující energii, takové jako jsou pýcha, vztek, závist, lenost a chamtivost, má v různé míře každý. Lze je ztotožnit s běsy, jež se živí vaší silou, se zlými duchy kalícími vaše vědomí, s psychickými viry otravujícími život. Každá náboženská, psychologická či esoterická škola tyto vlastnosti zkoumá a vypracovává metody k jejich překonání nebo transformaci.

V tomto cvičení je třeba vizualizovat světlo jako cosi, co září samo od sebe, přelévá se a vše prostupuje. Mimo to je schopné vše vyléčit a oživit; každá barva je schopna utlumit fyzickou bolest, vyléčit choroby, odstranit negativní emoce a napravit následky minulých omylů – kupříkladu trápí-li vás bolest, vizualizujte proud světla, jež pronikne do oblasti bolesti, rozptýlí tmu a bolest vyléčí.

Samozřejmě, že vizualizace světla není univerzálním všelékem, poněvadž choroby jsou neodmyslitelnou součástí vašeho života a jsou závislé na mnoha příčinách. Světelné meditace i přesto, že neléčí všechny nemoci, je pomáhají mnohem snadněji zvládat. Na své neduhy se již nesoustřeďujete a tím je nepřizívujete svou životní silou proudící po řečišti pozornosti. A co je nejdůležitější – světelné meditace spalují semena chorob, jež by mohla v budoucnu vyklíčit. Světelné meditace jsou nejmocnějším a nejúčinnějším preventivním prostředkem předcházejícím těžká onemocnění.

Vizualizujte, jak zároveň s nádechem světlo vchází do prostoru vašeho bytí a s výdechem vás opouští vše záporné, temné a ničivé. Světlo ozařuje tělo, řeč i mysl; v první řadě však musí světlo proniknout do mysli, která je zdrojem konání a řeči. Prostorem vašeho bytí se rozumí tělo, mysl, aura, asociační pole a tok vašeho života, jenž proudí z minulosti do budoucnosti; záleží na úrovni vašeho vědomí či na vaší volbě.

Struktura cvičení

Vyberte si vlastnost, kterou chcete neutralizovat nebo transformovat a vzpomeňte si na její škodlivé a ničivé působení.

1. Zaujměte pohodlnou pozici s rovnými zády, pociťte prostor kolem sebe a proskenujte pocity v těle. Uvědomte si svůj dech – jak vzduch vchází a vychází přes nosní dírký – přistupte k psychickému dýchání.

2. Pojmenujte v duchu vlastnost, s níž budete pracovat.

3. Představte si, že se nacházíte na tichém osamoceném místě, někde na vyvýšenině, a obklopuje vás modré nebe zalité slunečním svitem. Ze slunečního kotouče se k vám přibližuje zářivé tělo hrající všemi barvami duhy a podobající se obrovskému mnohostěnnému krystalu nebo briliantu, ale je nehmotné. Tento krystal celý jiskří a vyzařuje proudy paprsků duhového světla, jež oživují prostor kolem vás. Podle vašeho požadavku se krystal plní takovým světlem, které potřebujete. Krystal je darem z nebes; přibližuje se k vám, dotýká se vás a pohlcuje vás. Dýcháte celým tělem, substance světla do vás proniká a přeměňuje, naplňuje prostor vašeho bytí. Při výdechu z vás odcházejí záporné, negativní emoce a vlastnosti v podobě šedomodré mlhy; duhové světlo ji mění a ona se rozplývá. Prostupuje vás světlo, síla a harmonie a opouští vás vše nečisté, destruktivní, násilné a nezdravé.

Pokud technika začíná pracovat ve váš prospěch, cítíte v závěru cvičení zlepšení. Je možné vizualizovat, jak se duhový krystal přemísťuje k jiným lidem; například vidíte, že někdo bývá často podrážděný a vzteklý. Představte si, že se ze sluneční sféry spouští na tohoto člověka duhový krystal a jak z krystalu vycházejí proudy světla a dotýkají se mnoha lidí. Tímto cvičením pomáháte i ostatním a to tak, že se během jeho plnění očišťujete od vlastností, jež vás poškozují a kontaminují. Přeměna světa začíná přeměnou jednotlivce. Provádějte toto cvičení denně v průběhu deseti dnů po dobu patnácti až třiceti minut.

Kód cvičení Krystal

Pochejte, až si vaše podvědomí toto cvičení osvojí, a poté jej preventivně aplikujte dvakrát až třikrát týdně ve zhuštěné podobě a přitom coby kód používejte slovo „krystal“. Máte-li dojem, že cvičení mimořádně účinně přispěje k vaší transformaci, lze jej provádět i častěji. Cvičit lze kdykoliv je to nezbytné, ovšem ne déle než jednu hodinu. Jakmile si tuto techniku osvojíte dostatečně dobře, můžete cvičit při práci, rozhovoru, na vycházce atd.

Závěr:

Krystal se zdvihá nad vámi a září všemi barvami duhy; směřuje stále výš, dokud nesplyne se sluneční aurou. Podle tradice zasvěcenců vás konkrétní barva duhy zbaví negativních vlastností:

- lenosti a setrvačnosti se zbavíte červenou barvou;
- otupělosti, skleslosti a deprese pomocí oranžové;
- od chamtivosti a chtivosti pomůže žlutá barva;
- žárlivost a závist utlumí zelená barva;
- chtíče, vášnivosti a náruživosti zbaví bledě modrá;
- zlobu, vztek a podrážděnost odstraní modrá barva;
- od přílišné hrdosti až chorobné pýchy pomůže fialová;
- egocentrismus a pocit vyčleněnosti odstraní bílá.

Poznámky:

Chcete-li, aby cvičení bylo účinnější, zavěste krystal tak, aby na něj dopadalo světlo. Soustřeďte pozornost na krystal, vtáhněte takto jeho podobu do svého vědomí a pronikněte až k eidosu krystalu. Zaměřte pozornost na sluneční auru a nebeskou modř; takové meditační techniky blahodárně působí na psychiku i somatiku. Díky současným průzkumům v oblasti neurosomatiky byly objeveny endorfiny – neurotransmitery léčící široké spektrum chorob. Endorfiny lze aktivovat pomocí meditace, pránájámy nebo vizualizace bílého a zlatého světla. Aktivované endorfiny vyvolávají stav neutuchající slasti, blaženosti, radosti, úspěšnosti a nekonečné lásky.

Cvičení

Otevření centra jasnoviectví

1. Zvedněte pravou ruku k čelu, dotkněte se ukazováčkem bodu mezi obočím a prst otáčejte po směru hodinových ručiček, přitom využijte sílu mysli a očí. Představte si, jak z prstu vychází protuberance energie a zavrtává se do mozku.

2. Dejte ruce dolů a začněte dýchat skrz bod mezi obočím; pociťte, jak se s každým výdechem bod stále více otevírá. Toto proveďte pětkrát až desetkrát a snažte se přitom vnitřním zrakem uvidět otevírající se mezeru mezi obočím. Při provádění tohoto cviku je velmi důležité využít sílu mysli, očí a srdce. Nejprve, opakováním pohybů prstů je možné skutečně kroužit očima po směru hodinových ručiček. Dbejte na přirozené dýchání.

3. Opět zvedněte ruce k čelu, dlaně přitom vytočte ven. Pociťte, jak bod mezi obočím, oči a dlaně aktivně pulzují; představte si, jak se zlatavé sluneční světlo soustřeďuje do koule před vašimi dlaněmi. V této kouli jako v magickém krystalu uzřete překrásné přírodní scenérie, oceány, lesy, vodopády, hory a východy Slunce – soustředila se v ní veškerá přírodní síla, nádhera vesmíru a kosmická štědrost.

4. Nadechujte se a vnímejte, jak nabíráte do svého těla veškerou sílu přírody. Vydechujte nosem a vypuďte z těla všechny jedy, zmatky, obavy a destruktivní programy; znovu se nadechněte a doopravdy pociťte, jak do svých dlaní a bodu mezi obočím vdechujete přírodní sílu a vydechujete vše nečisté.

5. Vdechněte nazlátlou barvu a začněte z ní uvnitř hlavy formovat zlatou kouli.

6. Představte si, jak z koule vycházejí proudy nazlátlé substance, jež plynou po Nebeské řece hojnosti dolů po předním kanálu a poté přes rozkrok až ke kostrči; následně ucítíte, jak postupuje podél páteře k temeni a z temene k bodu mezi obočím. Otáčejte tento proud po Nebeské řece pětkrát až osmkrát.

7. Po omytí základního kanálu sluneční substancí ji soustřeďte do světelné koule v oblasti mezi obočím; představte si, jak se stlačuje až na velikost perly a zanechte ji v oblasti mezi obočím.

Cvičení Odraz

V současných psychotechnologiích se kromě označení Odraz vyskytuje i termín Synchronizované plavání nebo Zrcadlení. Tento pojem má tolik modifikací, kolik existuje rozličných citů. Odraz je základem komunikace, u většiny lidí však probíhá podvědomě.

Odraz probíhá verbálně – to v případě, kdy odrážíte specifický slovní obrat – a neverbálně, kdy odrážíte postoj, dýchání, rytmus řeči nebo výraz obličeje. Je znám dokonce astrální odraz, kdy zrcadlíte bytost, již jste si předtím představovali.

Odraz je proces, kdy se k partnerovi pro společný dialog vracejí charakteristické znaky jeho vlastního chování. Použijete-li techniku odrazu, ani nemusíte souhlasit s obsahem výroků vašeho spolubesedníka a kontakt se nepřeruší. Mnozí cítí interakci, aniž by si ji pokaždé uvědomili. Všimněte si, jak rozdílně lidé v různých situacích na sebe působí a přesvědčíte se, že v mnoha případech intuitivně odrážejí jeden druhého. Povšimněte si výsledků komunikace, kdy chybí odraz.

Postrádáte-li tento návyk, začněte odrážet chování člověka během vašeho společného rozhovoru. Bavte se takto dle libosti, dokud nezačnete odrážet automaticky. Nepleťte si však odraz s posměšným napodobováním, karikování obvykle zveličuje a negativně zabarvuje určitý prvek, de-

tail chování, a proto nezřídka uráží. Odraz naopak navozuje pocit pohodlí a důvěry, přitom však není zjevný. Odrážet je třeba mimořádně jemně, například je lépe odrážet sotva postřehnutelné drobné pohyby, nežli měnit celkové postavení.

Existují dva typy odrazu beze slov. První je přímý; například dýcháte stejně rychle a zhluboka jako klient – nezávisle na tom, zda si to uvědomuje či nikoliv, bude působení velmi silné. Druhým typem je odraz křížem – záměna jednoho neverbálního kanálu za jiný. Například použijete pohyb vlastní ruky podle rytmu dechu – ruka se musí pohybovat sotva znatelně až nepostřehnutelně. Účinek je však stejný jako u přímého odrazu.

Tato technika přispívá k vytvoření důvěrných vztahů, vzájemných sympatií, umožňuje lépe předvídat partnerovy úmysly a pomáhá se odpoutat od psychické závislosti a nepodléhat manipulaci. Astrální zrcadlení umožňuje předvídat a programovat vzájemné vztahy s lidmi, jež jste dosud nepoznali; k dispozici však máte alespoň fotografii konkrétního člověka.

Cvičení

Běh štěstí

Skvělá technika, jež zaplňuje buňky a krev vibracemi štěstí. Musíte klusat pomalu a rytmicky (samozřejmě, že každý má své individuální tempo a rytmus) a v duchu si při každém vykročení pravou nohou opakovat slovo štěstí. Každý bez výjimek si hluboko ve svém nitru uvědomuje štěstí a přechovává tam své nejtajnější přání. Jako byste běželi do zóny štěstí, v níž sídlí vaše nejtajnější přání odpovídající vašemu niternému vědomí štěstí. Po čase pocítíte, pokud tuto techniku budete praktikovat pravidelně, že jste obklopeni aurou štěstí a polem úspěchu; uvidíte, jak se mění sémantika bytí, umožní správně interpretovat znamení a symboly, jež potkáváte na své cestě.

Cvičení

Zlatá sféra

Zlatá sféra je symbolem osvětlení, stavu plného vědomí a úplné, absolutní moudrosti, jež je spojena s všeobjímající láskou a soucitem. Můžete vizualizovat Krista, Buddhu nebo jiného Učitele Pravdy ztělesňujícího tytéž vlastnosti: soucit, lásku, pravdu, vyrovnanost a smíření. Z Učitelova těla vychází záření, jež formuje sféru zlatavého světla.

1. Než přistoupíte ke cvičení, věnujte několik minut přípravě. Posad'te se rovně a vnímejte prostor kolem sebe, všímejte si svých emocí a myšlenek, svých tělesných pocitů, sledujte fyzické dýchání. Pocítíte, že se při výdechu zbavujete napětí a neklidu. Jakmile tuto lehkost pocítíte, přistupte k samotnému cvičení.

2. V oblasti srdce vizualizujte žlutý lotos. Z jeho středu vychází dutá a neurčitě zbarvená trubice a zvedá se k temeni, kde se začíná rozšiřovat a přitom vytvářet trychtýř směřující do nekonečna.

3. Nad ústím trychtýře si představte zářivou sféru zlaté barvy, jež může mít libovolný rozměr; uvnitř lze nahlížet na uctívané ztělesnění Boha.

4. Vizualizujte, kterak zářivá sféra teče skrz trychtýř po kanálu do jádra lotosu a vnímejte, jak jsou sféra a vaše tělo pružné, tekuté a proměnlivé,

schopné přijmout libovolný tvar. Jasná sféra se ocitá ve středu lotosu a spočívá tam jako kapka rosy, jako perla se zlatým odleskem.

Poznámky: Lze pocítit, jak se mění vnitřní tělesná topografie; někteří vnímají, kterak lotos přebývá uvnitř těla, tělo se však rozpíná do nekonečna. Rozměry sféry – kapičky rosy – nejsou fyzického rázu. Nahlížíte na ni jako na kapku rosy, jež se chvěje ve středu a vyzařuje nejjemnější zlatý jas, a současně lze spatřit, jak sféra pohlcuje planetární systémy. Neočekávejte nějaký konkrétní výsledek, nesoustřeďujte se ani na to, že sféra přetéká z vnějšku do lotosu vašeho srdce.

5. Aby se vám podařilo vizualizovat sféru, absorbujte do svého vědomí podobu vycházejícího Slunce. Nezapomínejte však, že tekutost sféry není skutečná; tuto meditaci provádějte půl hodiny a poté relaxujte.

6. Relaxace. Uveleďte se co nejpohodlněji, poněvadž meditativní relaxace je docela časově náročná. Můžete sedět nebo ležet; pokud sedíte a uvolnili jste se, neměli byste se cítit nepohodlně a napjatě. Dovolte svým myšlenkám, emocím a obrazům libovolně přicházet a odcházet, stejně jako to činí oblaka na nebi. Prostor vaší mysli je nebeská klenba; je to nebe, jež září samo od sebe. Odněkud se objevují oblaka a plynou klidně pryč. Nejste nebe, nejste oblaka, nejste ani vítr – jste svědek. Nepokoušejte se s čímkoliv ztotožnit. Pozorujete a cítíte se blaze

proto, že osvícení, láska, harmonie a jednota jsou přímo ve vás a ve všem, co vás obklopuje. Meditativní relaxace se provádí po dobu třiceti až šedesáti minut. Budete-li provádět meditaci Zlatá sféra spolu s následující meditativní relaxací na nějakém osamoceném vyvýšeném místě, prožijete něco podivuhodného. Relaxujte s otevřenýma očima. Zrak rozostřete a dívejte se na nebe – uvidíte, že osvícení, dokonalost, plnost, vyrovnanost a uklidnění jsou v tomto okamžiku vždy s vámi. Jako pozorovatel uvidíte nikoliv podobu světa, jež se otiskuje ve vaši mysl, ale bezprostředně skutečný svět. Objektivní a subjektivní se spojuje v jednotný proud bytí; v jediný proud, jímž jste vy, vše je ve vás a zároveň i vy jste ve všem a tento stav je vaším útočištěm. Jakmile dosáhnete nejvyššího, kulminačního bodu tohoto cvičení, několikrát si zopakujte kód cvičení: „Om mani padme hum“* a spojte ho s již dosaženým stavem – kdykoliv si pak budete přát znovu zažít tento stav, postačí jen zopakovat kód; opakování však nenahradí cvičení.

* toto lze přeložit jako „*klenot lotosového květu*“ – pozn. překl.

Umění tvůrčího spánku

*Procitnutím ve spánku se ocitáte na zkoušce
svého života.*

William Blake

Vidíte pouhou část reality – konkrétně skutečnost viditelnou pouhým okem nebo s pomocí přístrojů, za tím vším se však rozprostírají nekonečné sféry nepoznaného. Je třeba obsáhnout realitu jako celek; existuje několik způsobů, jak tohoto dosáhnout.

Prvním způsobem je práce se sny, druhým je hloubková meditace a třetím – formování zvláštního, specifického vidění – bez meditace a bez snů pozorovat svět „očima široce otevřenýma“ – vidět tak, jako by před vámi byly plány veškeré existence (všechny bez výjimek), jež jsou vám dostupné díky jednoduchému přemísťování vašeho vědomí. Vidíte to podobně jako vidíte předměty, když nejprve soustředíte pohled na jeden objekt a poté jej přesunete na druhý.

Nuže, první metoda je spánek. Může být vědomý až do té úrovně, kdy jsme permanentně uvědomělí – ve spánku, v bdělém stavu i ve smrti. Rozdíly mezi spánkem a bdělým stavem a mezi životem a smrtí jsou v podstatě nereálné, to jest

jsou stejně reálné i jako národní hranice ve fyzické geografii, fyzickém zeměpisu. Ve skutečnosti není žádné rozdělení, separace vzniká pouze jako výsledek nedostatku uvědomění, chápání. Všechny světy existují neustále, trvale, pronikají jeden do druhého a vzájemně se protínají. Různé metody vnímání stejného jevu nás přimějí v jednom případě říci: „žiji“, v dalším „spím“ nebo „jsem mrtvý“. Tentýž objekt lze poznat různými způsoby, záleží na úrovni zvoleného výzkumu – subatomový, atomový, molekulární či ryze vnější. Pierre Teilhard de Chardin říkal, že atomová realita objektu neanuluje jeho vnější realitu a neprotiřečí jí. Neznáme-li jiné úrovně bytí, potom naše poznání obyčejného lidského světa zůstává stejně neúplné a falešné; podobně i studium fyzického světa je neúplné, pokud neznáme elementární částice.

Existuje nekonečná hierarchie vzájemně se protínajících a paralelně existujících skutečností. Vesmír je bezbřehý oceán s nekonečnými proudy a toky, vodními víry a plány energie (vědomí) – od hmoty až k ryzímu duchu – a naším zásadním úkolem je uvědomit si všechny tyto různé stupně reality.

Fyzický život v tomto hmotném těle získává zvláštní význam – v těle se setkávají veškeré úrovně a právě na fyzické úrovni se odehrává základní činnost – práce.

Existuje tolik různých typů smrti a spánku, kolik je různých životů. Obecný princip však spočívá v tom, že během spánku nebo smrti kráčíme do těch míst a k těm úrovním vědomí, s nimiž jsme již navázali spojení. Každá úroveň uvnitř rovněž obsahuje množství zón, jež jsou vzájemně propojeny mosty. Nejobtížnější je postavit první most, spojnici k prvnímu bdělému vědomí. Nejlépe je ihned po probuzení setrvat zcela bez hnutí a bezhlesně; jestliže se otáčíme či jinak pohybujeme, vše hned mizí, nebo přesněji, velké jezero spánku se okamžitě zčeří a již nic nevidíme.

Mnozí z nás prožívají vědomý spánek; téměř nikdo však těmto prožitkům nepřikládá žádný význam, leč věda zasvěcených věnuje mimořádnou pozornost uvědomění si snů a tvůrčímu spánku.

Většina lidí nevyužívá možnost uvědomovat si sny, což zkracuje vědomý život. Obvykle lidé své sny zaspí, a proto je pro ně spánek obyčejnou ztrátou času, zapomněním a dočasným nebytím. Uvědomění si snů poskytuje doplňkovou životní zkušenost, možnost řešit tvůrčí a životní úkoly a zkoumat vnitřní svět. Sen, jenž si uvědomíme, pomáhá pochopit různé stavy vědomí. Člověk zkoumá své sny a mění se na poutníka, cestovatele po zemi vědomí. Podle zasvěcených učení větší část lidstva přebývá ve spánku; lidé se hluboce mýlí, pokud si myslí, že žijí, jelikož se nachází ve stavu bezvědomí, jež je možné přirovnat k mdlobám nebo hlubokému spánku. Pokud

se naučíte probouzet se v průběhu spánku, dokážete se probouzet i v bdělém stavu. V *Tóře* je řečeno: „Náš život je bdění ve spánku.“ a tibetští učitelé praví: „Sny jsou bezednou pokladnicí vědění a prostředkem poznání mnohostranné reality. Správné využití spánku přinejmenším dvakrát prodlužuje náš život.“

Sny, jež si uvědomíme – to nejsou jen znalosti, ale i způsob navození určité nálady. Přenos pozitivních emocí do bdělého stavu je důležitým aspektem tvůrčího spánku. Nezřídka nám špatný spánek nadlouho zkazí náladu; způsobuje agrese, stísněnost nebo úbytek sil. Naopak příjemné sny vyvolávají emocionální vzpruhu, sebedůvěru, přívětivost a přejícnost – už jen to by stačilo ke snaze poznat umění snů. Schopnost uvědomit si sama sebe ve spánku učiní váš život mnohem smysluplnější (uvědomělejší a plnější). Putování ve světech snů vám pomohou poznat zákony osudu, principy myšlení, uvědomit si jednotu světa a působení energií Vyššího vědomí.

Současní vědci zkoumající spánek – S. LaBerge, T. Tulku, G. Sparrow – určili, že mozek nevnímá rozdíly mezi bdělým stavem a spánkem. To vysvětluje, proč se sny jeví jako reálné. Pro mozek jsou opravdu skutečné. Bezprostřední vliv činnosti na psychosomatiku v době, kdy se zdají sny, využívá tvůrčí sny ke zlepšení funkce imunitního a hormonálního systému, rovněž umožňuje i řízené genetické programování a využití snů

v samoléčbě. Byť většina lidí sny ignoruje, události a stavy, jež se v nich odehrávají, jsou stejně reálné i jako v bdělém stavu. Chcete-li zlepšit svůj život, měli byste začít u snů.

Sny nejsou zbytkovým projevem procesů, jež probíhají v oblasti nevědomí, jsou to prožitky, které vznikají vzájemným působením vědomého a nevědomého. Ve snech jsou vědomému vnímání mnohem dostupnější procesy ve sféře nevědomí, avšak sny jsou nejen nástrojem jejich vnímání, ale i působení. Snové vědomí se shoduje s vědomím v bdělém stavu; nepřestává ovlivňovat výběr situací ve snech, stejně jako to činí i v běžném životě. Charakteristickým rysem uvědomění si snů je chápání, že to, co se odehrává, je sen. To pomáhá zvolit si ve snu optimální chování. Neměli byste se pokoušet kontrolovat každý sen, rovněž není třeba neustále analyzovat vše, co zrovna probíhá v bdělém stavu – snaha vše si uvědomovat není moc efektivní a brzdí práci. Tvůrčí sen vyžaduje dobré podmínky pro spánek a dostatečné zásoby psychické energie; dobré duševní rozpoložení vám nedovolí nechat se ovlivňovat obrazy, jež vystoupí z podvědomí.

Klasifikace spánku

Známe dvě kvalitativně odlišné fáze spánku – rychlý spánek a pomalý. Liší se mnoha biochemickými, fyziologickými a psychologickými parametry a v neposlední řadě i způsoby chování. V pomalé fázi spánku mozek téměř nepracuje,

dech je pomalý, hluboký a látková výměna minimální. Lidé probuzení v tomto stavu jsou dezorientovaní a sny si pamatují jen zřídka.

Během tzv. *REM spánku* (*rapid eye movement*) se zornice rychle pohybují, dech se stává častým a přerývaným a mozek vydává stejné množství energie jako v bdělém stavu – v tomto období se zdají jasné sny. Byť je mozek aktivní, tělo zůstává téměř zcela nehybné neboli atonické (setrvává v téměř úplné nehybnosti). Ve většině případů je vědomé snění patrné v paradoxní fázi spánku.

Pro přechodné stadium mezi pasivním bdělým stavem a lehkým spánkem jsou charakteristické autogenní výboje a spontánní vidiny, jež přecházejí do snu. Zornice se pohybují pomalu a drobnými záškuby. První stadium rychle pomine a nastupuje druhé, jež je již opravdovým spánkem s unikátní mozkovou aktivitou. Po dvaceti až třiceti minutách se dostavuje ponor do tzv. *delta spánku*. Obsah snu během spánku v rytmu delta se obvykle nezachová. Vědomí ega zaniká, mizí všechny tvary a jména. Podle filosofie *Védanty* individuální vědomí v tomto stavu splývá s všeobecným vědomím, Bráhmanem. Rodíme se znovu. Tato oblast vědomí je pro výzkumy nedostupná. Jen málo lidí je schopno „putovat“ v těchto prostorech, připomínajících svět Platónových eidosů, kauzální rovinu teosofie. Zde má svůj počátek propast světla, království apofatických prožitků. Ve vyšším světle transcendentálního prostoru mizí všechny hranice

a omezení; vytvořit „tělo snů“ pro cestování ve spánku, jenž je v rytmu delta, je možné pouze v tvůrčím spánku.

Po třiceti minutách se spánek vrací zpět do druhého stadia. Přibližně devadesát minut po usnutí přichází paradoxní spánek; po deseti minutách paradoxního spánku se možná probudíte a zapamatujete si sen nebo se znovu propadnete do druhého stadia, a to do delta spánku, ještě hlouběji. Po šesti až sedmi periodách paradoxního spánku, to je po desáté až dvanácté za noc, nastává úplné probuzení (ve skutečnosti se probouzíme na konci každé fáze paradoxního spánku, jenže to ihned zapomeneme). Sny v paradoxním spánku lze rozdělit na následující kategorie: nezapamatovatelné, zapamatovatelné, vědomé, kontrolované a tvůrčí.

Kontrolované sny

Události odehrávající se ve vašich snech můžete ovlivňovat silou vůle. Lze měnit situaci nebo řídit sami sebe, vlastní reakce. Většina lidí je ohromena zjištěním, že si uvědomují sami sebe ve snu. Kdekoho zaskočí absolutní neskutečnost světa snů a pocity nových možností, jež vychází z toho, co ve snu spatřil; vnímání lidí, kteří si uvědomují sami sebe ve snu, bývá velmi často vyostřené. Snové zážitky můžete snadno ovlivňovat, vnímat a slyšet; již vás nevyvádí z míry, že tato realita je pouze výplodem vaší fantazie.

Spánek, a tedy i sen, můžete řídit pomocí záměru a autosugesce před spaním; lze využít

i změnu vnitřního rozpoložení, slovní formule a sílu mysli. Nebojte se žádných situací, naopak, zkuste si vše vyzkoušet ve snech. Studujte substanci tohoto světa i jeho možnosti, přivádějte do snů své známé, přátele i nepřátele. Vznášejte se ve vesmíru a učte se létat, komunikujte různými jazyky, zachraňujte svět; naučte se přemísťovat, kam je vám libo.

Vědomá změna atributů spánku může být zdrojem inspirace a sebepoznání, pomáhá vědomě hledat odpovědi a plnit si svá přání. Změna prostředí a okolností prostřednictvím vůle vám dovolí pocítit moc nad iluzí, jež vás obklopuje. Vaše možnosti záleží na vaší představivosti; jednou z nejpodivuhodnějších vlastností vědomých snů je nekonečná, opojná a s ničím jiným nesrovnatelná svoboda. Můžete dělat, cokoliv si budete přát, můžete být s kýmkoliv; jste Bohem tohoto světa, jeho zřídlem zákonů a vaše mysl je jeho substancí.

Tvůrčí sny

Vědomé sny umožňují modelovat libovolné životní okolnosti. Tím, že si představujete události, jež byste chtěli prožít v budoucnu, formujete styl chování, jenž přispěje k jejich uskutečnění. Tvůrčí akt konkrétní situace, jež si představujete a v níž se sami vidíte šťastni a prosperující, upevňuje vaše odhodlání učinit vše pro to, abyste přání uvedli do praxe. Sny jsou ideálním místem pro utváření obrazů úspěchu, hojnosti a

tvorby – podílejí se na tom jasné, tvárné a ovlivnitelné představy vznikající ve snech. Zasvěcenci do techniky tvůrčího snu využívali sny v egyptských mystériích a tibetských rituálech, aby nejen vyvolali sen na dané téma, ale i vyřešili své problémy, ovlivnili skutečnost a změnili svůj život.

Praxe

Nejprve se naučte rozpomínat se na sny; k tomu vám pomohou následující doporučení:

- vytvořte si záměr zapamatovat si sen;
- položte si vedle postele sešit a hned si sny zapisujte;
- bezprostředně po probuzení se sami sebe zeptejte: „Co jsem to viděl?“ a zaznamenávejte si neobvyklé maličkosti, drobnosti, vše, na co si vzpomenete, můžete si i něco zakreslit;
- po probuzení se neotáčejte; nejprve si hned vzpomeňte na to, co se vám zdálo;
- jakmile se naučíte zapamatovat si alespoň jeden sen, můžete přistoupit k uvědomování si sebe sama ve snech.

Doporučení pro sny, které jste si již uvědomili:

- častěji se sami sebe ptejte: „Spím či bdím?“ a pozorně si všímejte rozdílů mezi oběma stavy;
- rozlišujte sen od bdělého stavu a pamatujte, že svět snů je proměnlivější;
- snažte se přenést uvědomělost do snu;
- probudí-li vás něco během noci, pokuste si vzpomenout na předchozí sny a snít je dál;

- využijte sen, jenž se opakuje několikrát;
- pevně se rozhodněte spatřit své tajné přání ve snu a sebe přímo v něm;
- během usínání se soustřed'te na aktuální příjemné obrazy, budou den ode dne složitější;
- vizualizujte obrazy a rozpomínejte se na emoce, jež vám pomohou zachovat kontinuitu stavu po dobu usínání;
- vaše očekávání a předpoklady o typu snů ve značné míře ovlivňuje konkrétní tvar, jenž přijímají vaše sny;
- ve snu může člověk vytvářet záměr po probuzení uskutečnit cokoli, i kdyby to probuzení bylo ve snu;
- jestliže jste se probudili během vědomého snu, zachovejte klid a ani se nepohněte, uvolněte se a vyčkávejte, sen se vrátí;
- podržte si uvědomělost ve snu, opakujte si: „To je sen.“ anebo se dívejte na své ruce;
- pokud cítíte, že se uvědomělý sen rozplývá, začněte pozorovat dech.

Naučíte-li se žít ve snu ve svém vysněném světě, potom toto snadno přenesete i do světa v bdělém stavu; stanete se tvůrcem ve světě snů a stanete se spolutvůrcem ve světě lidí.

Pohled orla

Níže uvedená cvičení praktikují odnepaměti adepti indické odnože Řádu hojnosti, takzvané Tantry mahárádžů. Pohled orla je soustředěné pozorování libovolného objektu; může to být plamen svíčky, bod na stěně, fotografie Učitele, vyobrazení uctívaného Božstva nebo oči někoho blízkého. Veškeré vaše vědomí se soustřeďuje a jakoby protéká skrze oči. Soustřeďujete se natolik, že přestáváte vnímat své tělo, zůstávají pouze oči. Buďte pouze očima a dívejte se rovně a nemrkejte. Oči jsou nejjemnější částí lidského organismu, oči jsou mozek a proto se mohou namáhat mnohem víc než kterákoliv jiná část. Jakmile jsou soustředěné oči, soustřeďuje se i veškerý rozum – vždyť oči jsou bránou k rozumu. V okamžiku, kdy jste se změnili na oči a ty jsou napnuty až k prasknutí, potom i rozum dosahuje krajní meze soustředěnosti. Po dosažení tohoto limitu se nenásilně a pozvolna propadáte do hlubin uvolněnosti. Cvičení *Pohled orla* vytváří nejvyšší možné napětí, jehož je vědomí vůbec schopné; pád z tohoto vrcholu sám od sebe vytváří protipól a uvolnění proběhne spontánně.

Při plnění cvičení *Pohled orla* se dialog, jenž vedeme v duchu, automaticky přerušuje. Tento dialog v duchu skládající se z nepřeborného množství přirovnání, hodnocení a analýz (ty jsou navíc

prováděny na základě nesprávných předpokladů), vytváří těžko překonatelnou překážku pro uvědomění si světa takovým, jakým ve skutečnosti je, brání nahlížet na objekty a přes toto pozorování pronikat do podstaty objektu. Čím více se však budete zdokonalovat v technice *Pohled orla*, tím více se vaše vědomí bude soustřeďovat ve vašich očích. Budete jednoduše pozorovat, hledět, pohlízet – dialog v myšlenkách nebude. Oči nemohou myslet, takže jakmile je veškeré vaše vědomí soustředěno do očí, nedostává se mysli energie pro dialog; zůstává jen skutečnost objektu, procesy nahlížení a vaše vědomí, jež není ničím zatížené a podmíněné. Snažte se nemrkat. Rozum se pokouší vrátit energii, jež je nezbytná pro dialog v duchu, a proto také tato technika vyžaduje neustálé a soustředěné nazírání.

Oči se pohybují zároveň s myslí a ta se pohybuje zároveň s očima. Dostavuje se pocit smíření se se vším, klid v duši a klid přichází i k očím. Ten, kdo praktikuje *Pohled orla* má specifický pohled a přístup, prosvítá skrze něj jiné bytí mnohem vyšší roviny vědomí, v očích vzniká nepopsatelná magická síla. Praktikující spatří ty nejdrobnější detaily a současně rozjímá o nekonečných prostorech, jež ho obklopují.

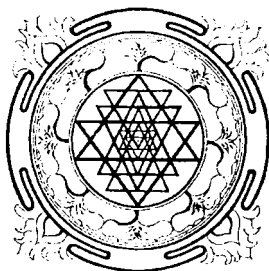
Cvičení

Pozorování symbolů štěstí

Další etapou této techniky je soustředění pohledu na symboly štěstí, úspěchu a blahobytu – těmito symboly by však neměla být ani stodolárová bankovka, ani drahý automobil. Symbol musí odrážet nadčasovou a nemateriální podstatu štěstí a hojnosti. Jedním z nejmocnějších symbolů štěstí a úspěchu, co se působení týče, je *Šrí jantra*. Slovo jantra znamená nástroj. Lidské tělo je posvátnou jantrou, jejímž prostřednictvím se pojíme s Božským; jantry jsou obvykle mystickými diagramy.

Jantra, podobně jako posvátná formule (mantra), má schopnost a sílu ovlivňovat tělesný stav, energii a vědomí. Mantra je zvukovým ztělesněním energie, zatímco jantra viditelným. Stejně jako lze zvuky zaznamenat pomocí not, tak i mantra může být zobrazena pomocí odpovídající jantry. Různé jantry lze použít k rozličným cílům, plní rovněž určité úkoly či funkce. Proces duchovního rozvoje lze podstatně urychlit, pokud souzníme s duchovními energiemi. Jantry odrážejí mnohem jemnější úroveň skutečnosti, zosobňují ryzí energii. Měly by se nanášet na kov – měď, stříbro nebo zlato – kov totiž mnohem lépe zadržuje jemné typy energie. Nicméně dostatečně

účinné jsou i jantry malované na hedvábí, jen není dobré zobrazovat mandaly na bavlně. Jantry lze vizualizovat i uvnitř sebe. Již pouhé samotné načrtnutí jantry je osobitá psychotechnika.



Šrí jantra

V tantře se na libovolné předměty a jevy pohlíží jako na svérázné jantry; dokonce i celý vesmír je představován jako nekonečná kosmická jantra. Mimořádné postavení zaujímá praktika, při níž je adeptovo individuální vědomí vnímáno jako jantra. Složité jantry se nazývají mandaly a skládají se z množství ornamentů a rozličných ikonografických vyobrazení, jež představují rozmanité kosmické energie. Tím, že v sobě spojuje protikladné začátky: zemi a éter, statiku a dynamiku, odráží mandala celý vesmír. Mandaly jsou umísťovány v sakrálních místech, například v chrámech a na oltáře; malují je na kameny, dřevo, kov a písek.

Védská kultura hojně využívá principy sakrální geometrie – tak například diagram prosperity

a úspěchu, *Šrí*, hraje důležitou roli jak v individuálních praktikách, tak i při kolektivních meditacích, jež se zaměřují na korekci osudu jednotlivce i celé skupiny. Symbol štěstí, jenž je klíčem ke sféře štěstí, začne působit, pokud se na něj budete dlouhodobě soustřeďovat – dosáhnete toho cvičením *Pohled orla*.

Zde jsou stručně popsány etapy cvičení:

I. Přípravná etapa.

1. Pohodlná pozice, kontrola dýchání, opakování formulí štěstí, potvrzení úspěšného dosažení cíle.

2. Bezprostřední provádění cvičení *Pohled orla*. Nejlépe je cvičit s plamenem svíčky nebo svítidla (svícnu), platí to pro většinu. K základní etapě přistupujte tehdy, až se naučíte pohlížet na vybraný objekt bez mrknutí, soustředit se a udržet veškerou svou pozornost třicet minut; přitom nezapomeňte kontrolovat myšlenkové procesy.

II. První etapa

Stejně jako v bodu I.1. se snažte formulí recitovat se zvýšenou pozorností jednadvacetkrát po sobě. Na jantru štěstí se soustřeďte deset až patnáct minut. Jakmile se maximálně soustředíte, zavřete oči a snažte se ve vnitřním prostoru mysli vizualizovat jantru štěstí; v duchu si přitom opakujte formulí.

Díky koncentraci na formulí a díky jantře proniknete do proudů energie štěstí, jež protkávají prostory mikrokosmu a makrokosmu. Lidé vidou-

cí tento proud jej popisují jako tok se zlatavým odstínem – uklidňuje mysl a vyvolává pocit, jako byste byli „vyvoleni pro radost, štěstí a blaženost“. Tento stav se vůbec nepodobá emocionální extázi nebo hýřící představivosti. Takový proud štěstí dobývá individuální vědomí a rozpouští kvanty špatné karmy. Kvantami karmy se rozumí otisky ve vědomí, jež tam zůstávají po jakékoli činnosti. Tyto záznamy vyvolávají sklony k opakování stejného činu; uchovává je jak genetická paměť, tak i kolektivní nevědomí.

Po vizualizaci a opakování formule je dobré se uvolnit, poté znovu zavřít oči a opět pozorovat jantru – toto je třeba opakovat třikrát. Poměrně brzy pocítíte pozitivní účinek tohoto cvičení, například si všimnete, že vycházíte z „pásu neúspěchu“, že se vám začíná dařit a vše, co začnete dělat, úspěšně dokončíte. Jakmile si zapamatujete tento pocit štěstí a úspěchu, můžete jej snadno zhmotnit nebo otevřít v rozhodujících okamžicích svého života. Tím, že opakujete formuli štěstí a zároveň ji vizualizujete, jako byste se připojovali ke sféře úspěchu. Samozřejmě nezapomínejte dodržovat důležité etické principy žáků Řádu Hojnosti.

Druhá etapa

Řízená projekce energie štěstí zaměřená na situace, lidi, prostory – toto téma je podrobně rozebíráno v knihách třetího zasvěcení.

Holografické uspořádání vesmíru

Nové objevy ve fyzice a biologii v posledních desetiletích od základu změnily názory vědců na vesmír a lidstvo. Esoterické a zasvěcenecké vědy se podstatnou měrou přiblížily fyzice. Ve světle teorie relativity a teorie pole neobstál mechanický přístup ke struktuře vesmíru, podle něhož je vše, atomem počínaje a planetami konče, tvořeno jednotlivými pevnými částicemi. Na to, co se dříve nazývalo věcmi, se nyní pohlíží jako na vlny, energetická a informační pole. Váš svět není tvořen pevnými kousíčky hmoty, ale propletenými vlnami a vzájemně propojenými poli, takže jej nelze rozdělit. A neexistuje-li žádná část, pak jste neoddělitelnou součástí nějakého celku – sami jste celkem. Celistvý pohled na vesmír lze nejlépe vysvětlit na hologramu. Každá část hologramu je přesným odrazem celku, což znamená, že každá část je schopna obnovit původní obraz. Pokud rozbijeme desku, na níž je otisknuta holografická podoba kupříkladu vázy, pak i malý střep zobrazí identický obraz vázy.

Současní neurologové se domnívají, že i mozek funguje na principu hologramu; strukturuje, zpracovává a po systémech organismu předává senzorické signály takovým způsobem, že každý

jednotlivý fragment může obnovit podobu celku. Na stejném principu funguje i vesmír – je-li vesmír hologram, potom každá jeho část odráží celek. Události, jež se zdají být odděleny prostorem a časem, jsou navzájem neoddělitelně propojeny. To zapadá do učení zasvěcených lidí, podle něhož energie existující v kosmu a řídící vesmírné procesy existuje rovněž i v mikrokosmu – to, co se nachází nahoře, je i dole.

Cvičení

Pole dobra

Tím, že rozvíjíme vědomí hojnosti, přivádíme do svého života jednoduchost a vznešenost; láska probuzená hluboko v nás nám ukáže cestu srdce. Chcete-li poznat, jak se rodí pocit života a jak odkrývá nové významy, zkuste praktikovat meditační techniku známou více než dva tisíce let. Využívají se v ní fráze, obrazy a pocity, jež probouzí lásku, dobro a přátelství ve vztahu k sobě i k ostatním; sami se přesvědčíte, nakolik je pro vás užitečná. Po několik měsíců ji opakujte denně deset až patnáct minut. Zpočátku vám tato meditace může připadat až příliš jednoduchá a přirozená, může vás dokonce podráždit a rozladit – v takovém případě buďte trpělivější.

Pohodlně se usad'te a zavřete oči, dýchejte zhluboka a soustředěně. Pociťte, nakolik je pro vás dýchání důležité – poskytuje vám sílu, něhu, život. Vychutnávejte si dýchání, kochejte se jím a uklidněte tak své myšlenky, zapomeňte na své plány a starosti. Poté si v duchu opakujte tato slova:

„Zaplňuji se světlem lásky.

Zaplňuji se teplem dobra.

Jsem klidný a vyrovnaný. Jsem šťastný.“

Opakujte tato slova a zároveň si představujte, že jste všemi milováni. Lidé, příroda, nebesa i Bůh, ti všichni vás milují. Vytvořte si své vlastní fráze, jež co nejlépe odkryjí ve vašem srdci dobro, něhu a lásku. Znovu a znovu vyslovujte tato prostá slova, dokud pocity nezaplní tělo i rozum. Nepřestávejte tuto meditaci praktikovat, dokud nepocítíte, jak ve vás narůstá dobro a láska k sobě samému. Poté rozšiřujte meditaci na ostatní, představujte si přitom jejich podobu a opakujte stejná slova:

„Naplňuje se světlem lásky.

Naplňuje se teplem dobra.

Je klidný a vyrovnaný. Je šťastný.“

Vnímejte, jak je milujete; celý svět je miluje. Postupně zapojujte do sféry meditace své blízké, známé, všechny lidi a vše živé vůbec; pokuste se zapojit i ty, s nimiž máte napjaté vztahy a popřejte jim lásku, dobro a mír.

Postupem doby budete moci takto meditoval kdekoliv. Budete-li posílat lásku a spatříte-li dobro v každém kolem vás, pak se vaše vztahy začnou měnit, stanou se srdečnější, otevřenější, vřelejší a přívětivější. Zázrak ryzí lásky a dobra otevře před vámi mnohé dveře, jež byly pro vás dříve nedostupné. Snažte se při meditaci nikoho neodsuzovat, nekritizovat, neurážet (dokonce řídíte-li auto) – odsuzováním jiných přebíráme jejich vady a omyly.

Chléb vezdejší

Chcete-li si zachovat život a doplnit si zásoby kosmické energie hojnosti, musíte denně přijímat jiné formy energie. Hodně energie získáváte z potravy, vody a vzduchu. Veškerá potrava pochází z rostlin a ty získávají energii ze země, vzduchu a světla. Kosmickou energii rovněž nasáváme spolu se vzduchem; v první řadě je to kyslík, existuje však i další velmi důležitá energie, jež zabezpečuje v těle normální průběh libovolného životního procesu – je to tzv. *prána*, částečně se projevující v polích. Ionty jsou částičky nabitě elektrinou, jsou nepostradatelné pro normální fungování nervového a krevního systému. Záporné ionty jsou hojně obsaženy v horském a lesním vzduchu, vyskytují se i v oceánech a řekách i poblíž vodopádů. Objevují se po bouřce ve vzduchu, jakož i v jeskyních a grottách; proto se všichni mudrci snažili žít co nejbližší k přírodě. Přírodní energie je mocná. Poskytuje jasnou mysl, zdraví a klid. To jsou právě ty faktory, jež jsou nezbytné pro meditaci, prosperitu a všestranný rozvoj.

Počet záporných iontů se ve špinavých městech může snížit prakticky na nulu. Jakmile k tomu dochází, začínají lidé pociťovat úbytek sil a energetickou vyčerpanost; běžná reakce je i podrážděnost, neklid a špatná nálada.

Zasvěcení lidé zjistili, že tělo jen velmi obtížně vstřebává do plic ionty, kosmickou energii a částčky. Nejúčinněji si je osvojíte tak, že je vstřebáte skrze základní energetická centra, ústa, pokožku a auru. Dokud jste mladí a zdraví, nemáte zablokované energetické kanály a můžete ionty pohlcovat celým tělem, zvláště přes kůži, dlaně a oblast mezi obočím. Jakmile se váš energetický systém oslabuje, ztrácíte velké množství sexuální a psychické energie; zákonitě obtížněji přijímáte ionty ze vzduchu přes centra a pokožku. Pokud se s pomocí psychotechnik *Alchymie hojnosti* naučíte otevírat svá energetická centra a póry, budete moci pohlcovat větší množství kosmické energie projevující se jako síla životní, síla vědomí, pozitivu a hojnosti.

Obyčejní lidé utrácejí podstatnou část životní energie kvůli penězům. Jak je však používají? Mít peníze vůbec není špatné, podívejte se však, jakým způsobem je vydělávají a za co je utrácejí. Pokud lidé utrácejí většinu vydělaných peněz za věci, jež nepotřebují nebo se pokouší koupit si štěstí, pak mrhají svou energií naprosto zbytečně a hrozí jim velké nepříjemnosti, zoufalství a nespokojenost – pocit promarněného života je pronásleduje na každém kroku.

Smyslem peněz však je poskytovat svobodu, s jejich pomocí je možné osvobodovat čas. Neměli byste většinu energie hojnosti měnit na věci;

energie hojnosti a peníze umožňují získat čas, abyste se mohli věnovat všemu, co vás těší.

Nuže, shrnutí: ke svému zdraví, prosperitě a úspěchu potřebujete mnoho forem energie. Ježíš Kristus říkal: „Nejen chlebem živ je člověk.“ Skutečným cílem *Alchymie hojnosti* je přimět vás pocítit kosmické energie, naučit se je pohlcovat a s jejich pomocí zdokonalovat sebe i svůj život.

Cvičení

Nasycení se kosmickou energií

Pro dosažení úspěchu je nezbytná vnitřní síla. Provádíte-li tento cvik, vizualizujete, jak skrze vás prochází energie země a vesmíru; tato energie vás nasycuje silou, rozhodností a elánem. Přejete-li si dosáhnout cíle, pak se bez nich neobejdete.

Nejprve se posaďte; záda mějte rovně, nohy nepřekřičujte, dlaně otočte vzhůru a zavřete oči.

Nyní se snažte paprsek pozornosti obrátit přes nohy na zem, pociťte zemi, její hmotnost, gravitaci a stabilitu. Vizualizujte, že vaše nohy prorostly do země a splynuly s ní v jednoduší celek. Vnímejte vlastnosti země, zemské pole a představte si, jak se zemská energie soustřeďuje, stoupá vzhůru skrz chodidla a nohy do páteře, podél níž pak proudí do celého těla, rukou a hlavy. Pociťte její neotřesitelnost, moc a sílu.

Vizualizujte, jak energie vesmíru, prostoru a nebe vstupuje přes horní část hlavy do páteře a zaplňuje tělo světlem, lehkostí a vzdušností. Může vám připadat, že je vaše tělo lehčí, vzdušnější, jakoby pohyblivější, může se objevit i pocit jakési psychologické beztíže. Poté se pokuste jasně vizualizovat, jak se tyto dvě energie setkávají v oblasti páteře, spojují se a proplétají, pohybu-

jí se nahoru a dolů podél páteře a zaplňují vás silou. Pro mnohé je tato energetická vizualizace obtížná, chcete-li si ji usnadnit a rovněž urychlit proces, doporučuje se použít metody psychického dýchání.

Při nádechu můžete zdvihat energii země a vizualizovat, jak se při nádechu veškerý prostor těla zaplňuje energií země a při výdechu se celé tělo naplňuje energií nebe a vesmíru.

Jakmile se naučíte rozlišovat vlastnosti a vliv těchto energií, udržíte tyto energie v rovnováze a budete jimi moci manipulovat tak, že dle svého přání pohltnete doplňkovou energii přímo ze země (tu těžkou) a z vesmíru (tu lehkou). Pro obě energie (země i vesmíru) existuje určité barevné značení. Prováděním tohoto cvičení najdete jakoby střed rovnováhy těchto energií a ten se stane bodem soustředění. V tomto místě lze energie kondenzovat, zhušťovat a s jejich pomocí posléze úspěšně uskutečňovat své plány, úkoly a cíle.

Cíl vizualizujte co možná nejlépe; máte ho před sebou jako na plátně, můžete si ho představit i trojrozměrně. Dokonce si ani nemusíte nic představovat, stačí jen vědět, že tomu tak je. Podobá se to rozmluvě se svým příbuzným nebo přítelem. Otočíte se k němu zády, ale víte, že je stále na svém místě a není třeba doplňkové vizualizace či důkaz o jeho přítomnosti. Nevidíte, prostě víte. Naprosto stejně se zobrazuje i cíl, vy víte,

že tomu tak je. Na tuto podobu zaměřte veškerou energii z bodu soustředění a přitom inspirujte metafyzické síly k realizaci cíle.

Na tomto vnitřním plátně vizualizujte svůj úspěch, blahobyt, bohatství, výsledky svého snažení, zdraví, štěstí rodičů, zdraví a životní úspěchy svých dětí a štěstí celého světa, jakékoliv všeobecně přijaté atributy šťastného života.

Jednou z modifikací tohoto starobylého cvičení prověřeného staletími je soustředění se na živly a nasycení jejich energiemi nejdříve sami sebe a skrze sebe nasycení obrazu cíle (podobu cíle je možné soustředit do symbolu). Pro toto cvičení je nejlépe najít místo, kde jsou zastoupeny všechny živly: země, voda, vzduch, oheň, prostor, tedy na břehu moře nebo jezera. Při nádechu pohlcojete energii, sílu země, při výdechu ji kumulujete, ukládáte ve svém těle a obzvláště ji soustřeďujete v oblasti solární pleteně (solar plexus). Při dalším cyklu nádechu a výdechu nasáváte energii vody, poté vzduchu, Slunce (nebo ohně) a prostoru. Toto cvičení upevňuje, mimo jiné, tělo i psychiku. Doba cvičení je pět až třicet minut. Můžete vnímat, jak se každá buňka zaplňuje energií, světlem a vibrující silou; energie živlů bude ve vás i kolem vás.

Vizualizujte obraz cíle a vylévejte energii na tuto podobu; tímto napomáháte a přispíváte ke zhmotnění cíle a urychlujete uskutečnění svého plánu. Obraz cíle nasycujte za pomoci vizualizace proudu energie vycházejícího ze solární pleteně nebo prochá-

zejícího rukama. Takovým způsobem se vám podaří pozorováním obrazu respektive tvaru utkaném z mentální energie či myšlenkové energie, zaplnit tento myšlenkový tvar energiemi praživlů, prvopočátečních živlů. Nejprve je idea, poté myšlenkový tvar, pak nasycení energií praelementů a nakonec zhmotnění.

Podle esoterických učeních a jednotné metafyzické tradice jsou tyto etapy vytváření hmotného světa, materializací a zázraků, jež ztělesňují Božské a Veliké Zasvěcení. Taková je cesta tvorby malířů, spisovatelů; takto vzniká vše na světě, hliněným džbánem počínaje a Mléčnou dráhou konče. Každý přírodní živel zcela osobitě působí na lidskou duši a každý ji jinak okouzluje. I vodu lze pozorovat fascinovaně – nechat se opájet tichou a laskající hladinou jezera, klidné řeky, uklidňujícího oceánu, jenž líně laská břeh, nebo žasnout nad klokotajícími bystřinami, vodními víry a běsnícími bouřemi.

Pozorování ohně – Slunce, plamene nebo svíčky – je rovněž inspirující. Existuje magické okouzlení v tiché něze březového větru a zuřivosti bouře; extáze je přítomna i v Matcezemí, jež vše podporuje a zachovává, v jejím bezbřehém klidu a hmatatelné síle. Každému živlu přísluší specifická extáze, zvláštní volání k duši, osobitá pokladnice zjevení. Moc živlů vzbuzuje ve slabých panickou hrůzu, potlačuje vědomí a odhaluje jejich nicotnost, v silných jedincích naopak

bezbřehá síla živlů vyvolává velebné nadšení, nasycuje duši nesmírnou energií a odkrývá v ní nekonečný prostor. Tváří v tvář kosmickým silám lidská duše prozře a spatří v sobě odpovídající kosmickou moc; tento prožitek jí přináší nevy-slovitelné blaho, vnímání sebe sama jako neko-nečného proudu síly-vědomí, jež započala před miliardami let a míří do nekonečné budoucnosti. Nadšené pozorování hry živlů vede k jáso tu mystického spojení, celá lidská podstata splývá bez-prostředně s jejich podstatou. Člověk a přírodní živel se k sobě těsně přibližují, odrážejí se jeden v druhém, hranice osobnosti se rozplývají, subjekt a objekt pronikají jeden do druhého a vysmívají se obvyklé logice světonázoru, vnímání světa. Tato mystická blízkost k živlům je metaerotická; splynutí s krásou, majestátností a nesmrtelností přírody se stává jakoby čekárnou, odrazem jed-noty s něčím nadpozemským, transcendentním. Příroda a svět jsou vnímány jako manifestace Božího zjevení, tvůrčí síla Všemohoucího oza-řuje přírodní živelnost a povyšuje ji na zvláštní projev Boha. Ve védském esoterismu se pro mno-ho svatých a osvícených lidí stává vesmírný tvar objektem pozorování a proniknutí; staří mudrci doporučovali jako nejlepší lék proti mnoha ne-mocem pozorovat horskou krajinu – prostory, jež jsou plny životní síly.

Hvězda hojnosti

Rituál je symbolický čin, jenž se koná při změněném stavu vědomí a vede k vytouženým výsledkům. V podstatě promítáme energii přes speciální, pro daný rituál specifické znaky, symboly, pohyby a formule. Rituál pomáhá zaostřit záměr, očisťuje a koncentruje energii, pomáhá soustředit a zhutnit vnitřní sílu k dosažení vytčených výsledků. Účinnost rituálu závisí na záměru, musíte však brát v potaz stav energetických pramenů, jež vás obklopují. Rituál může ovlivnit prakticky cokoli, počínaje fázemi Měsíce a konče umístěním planet. Někdy vám proudy vnější energie pomohou, jindy uškodí; někteří lidé si nejvhodnější dobu pro provedení rituálu vybírají dlouho, jiní se raději spoléhají na svou intuici.

Rituál či psychotechnika *Hvězda hojnosti* pomůže vyřešit problémy spojené se zdravím, urovná finanční potíže, znásobí bohatství a umožní realizovat své předurčení. Technika Hvězdy, jež připomíná kabalistické rituály, aktivuje a formuje archetypální proudy v kolektivním vědomí. Každý směrový účinek, myšlenka či slovo vytváří informační kliše, jež se spojují podle zákona podobnosti do éterických sítí; jeden z úkolů této techniky spočívá v propalování sítí negativního působení. Obrysy, které vytvořila Hvězda energetickou aурou a silou záměru, umožňují zachy-

távat, přitahovat a násobit počet vln, jež plynou z pramenů hojnosti. Tyto prameny se nacházejí v rovině mentální, kauzální (příčinné) a metahistorické. Toto vede:

- 1) k harmonizaci vnitřních přání a cílů;
- 2) k probuzení psychických sil, schopnosti tvořit a vizualizaci;
- 3) k rozvoji intuice, schopnosti chápat budoucnost a udávat jí potřebné parametry.

Před dvěma tisíci lety se formule tohoto učení pronášely pouze v posvátných jazycích jako například v sanskrtu, hebrejštině nebo čínštině, avšak díky vytvoření jednotného informačního prostoru ve Věku Vodnáře se mnoho jazyků naplnilo posvátnou sémantickou energií a skrze ně je nyní možné ovlivňovat hloubkové procesy ve vědomí a ve vesmíru.

Praxe

Hvězdy hojnosti

Tento rituál by se neměl provádět častěji než jednou za den. Nejvhodnější doba je za úsvitu či hned po západu Slunce, o samotě, po celkové koupeli a čistě oblečení. Nejlépe je obléci se do speciálního šatu v pastelových, světlých odstínech. Předtím si během týdne rozmyslete, čeho si pomocí této techniky přejete dosáhnout; k tomu lze provést kartografii vnitřního prostoru.

Načrtněte na list papíru* šesticípou hvězdu o rozměrech 50 x 50 cm, jež symbolizuje splynutí mužského a ženského principu, zhmotnění Božského a srdeční centrum. Na hrotech hvězdy postavte hliněné nádoby, vložte do nich tenké voskové svíčky a nalijte menší množství aromatizované vody. Doprostřed hvězdy umístěte něco, co je pro vás symbolem hojnosti – může to být zlatý šperk, drahý kámen nebo papírek v krabičce, na nějž si poznamenáte své přání.

Jasně vizualizujte a zformulujte cíl, kvůli němuž podstupujete danou proceduru; nedovolte, aby vaše mysl přeskakovala na jiná přání nebo

* Symbol lze vyrýt na zlatém, měděném nebo stříbrném plátu. Král Šalamoun zdobil zlatý Oltář hojnosti drahými kameny – pozn. překl.

záměry, vše má svůj čas. Na východě zapalte svíčku a současně pronášejte formuli:

„Tvá vůle je má realizace.

Nechť se hojnost znásobí.“

Poté zapalte po směru hodinových ručiček další svíčku a zároveň pronášejte formuli:

„Tvé bohatství je moje vděčnost.

Nechť se hojnost znásobí.“

Pro třetí svíčku:

„Tvá láska je mým srdcem.

Nechť se hojnost znásobí.“

Pro čtvrtou:

„Tvá moudrost je mou cestou.

Nechť se hojnost znásobí.“

Pro pátou:

„Tvoje síla je mým darem.

Nechť se hojnost znásobí.“

Pro šestou:

„Tvá sláva je mou očistou.

Nechť se hojnost znásobí.“

Následně se dívejte na hvězdu s planoucími svícemi a vizualizujte splnění svého přání; poté zavřete oči a představujte si ohnivou hvězdu před sebou i kolem sebe, představte si sami sebe ve hvězdě. Znovu otevřete oči a svou pozornost soustředte na hořící svíčky; toto několikrát zopakujte. Až svíce zhasnou, proneste formuli, jež je zaznamenána ve starém traktátu od Clavesse Salamonise – Šalamounovy klíče:

„Jsi zdrojem hojnosti.
Jsi král kralujících.
Jsi vládcem všech světů.
Jsem Tvým synem, Tvým následníkem.
Nechť se znásobí moje hojnost.“

Až dohoří poslední svíce, tak posbírejte vosk, dovnitř umístěte symbol ze středu hvězdy a utvořte kouli. Přitom vizualizujte, jak se energie z vašich rukou vlévá do koule, tuto energetickou kouli držte před sebou a zároveň si představujte, jak se její zářivé pole rozšiřuje a rozpíná, dokud vás nepohltí. Kouli na týden schovejte někam do tichého, skrytého koutku. Denně po celý týden vizualizujte v trojrozměrném prostoru hvězdu s hořícími hranami, v ní energetickou kouli prodchnutou energií symbolu a v tomto symbolu sebe. Po týdnu vyndejte z voskové kuličky symbol a rituál zopakujte se stejným symbolem i záměrem a po dalším týdnu toto opakujte potřetí. Veškerý vosk sbírejte do jedné koule; po skončení rituálu vyjměte symbol z voskové koule, vosk spalte na ohništi někde na poli nebo na vyvýšenině a přitom pronášejte litanie a afirmace vykonání. Můžete ale také zůstat potichu a uvědomovat si, jak se váš záměr uskutečňuje.

Toto je základní technika, má však několik úrovní obtížnosti. Lze ji praktikovat ve skupině, pokud má ovšem stejný jednotný záměr několik lidí. Může ji provádět někdo, kdo je k tomu

zvláštním způsobem připraven, někdo z těch, kdo byli dříve nazýváni veleknězi hojnosti. V Šalamounově chrámu se podobné obřady prováděly pro celou zemi. Tato technika je mimořádně účinná a skutečně působí, i když ti, kteří uvažují racionálně, ji mohou považovat za poněkud zvláštní. Nevíte a nevidíte, jak působí elektromagnetické vlnění, avšak účinně využíváte rádio a televizní přijímače. Podobně jako člověk, jenž se ocitl v neštěstí a vysílá signály o pomoc a ta přichází, stejně tak i v tomto rituálu oznamujeme své potřeby a pomoc přijde – důležité je, abyste neměnili svůj záměr.

Nenasytnost

*Chudý není ten, kdo má málo, ale ten,
kdo chce víc.*

Seneca

V *Alchymii hojnosti* se na nenasytnost pohlíží jako na jednu z hlavních překážek k dosažení úspěchu; je to zvrácená vášeň, narušivost a strašlivý virus, jenž pohlcuje lidskou energii a život. Nejčastěji se slovo nenasytnost spojuje se slovem touha nebo přání. Existují dobrá přání – touha tvořit, touha se probudit či přání štěstí všem, vyskytují se však i chorobné aspekty tužeb jako například lakota, chtivost, ambice, či nenasytnost. Díky meditaci lze odlišit, z jakého zdroje pochází konkrétní přání, zda jsou příčinou emoce nebo zatmění mysli, zda se opírá o čísi představy nebo je výplodem čistého rozumu. Jak tedy zjistit, jestli se snažíte uspokojit vlastní touhy nebo cizí, jež jsou vám kupříkladu vnuceny reklamou? Není možné uspokojit city, stejně jako není možné nasytit oheň poleny. Není možné uspokojit rozum, není možné uspokojit přenesená přání. Nenasytnost je část vaší nejnížší, nejpodřadnější a věčně nespokojené podstaty. Nenasytnosti nikdy nestačí to, co se nabízí v daném okamžiku; vzniká z nudy, strachu, pocitu méněcennosti a neschopnosti, z pocitu jakési vykořeněnosti, pokusíte-li se ale

do tohoto pocitu proniknout pomocí meditace, uvidíte, jak je tento pocit efemérní, pomíjivý a přízračný.

V podstatě je nenávist vtíravý a obtížný stav nacházející se na úrovni představ; je to lehká pomatenost nebo působení hypnózy ze strany. Všechny pokusy ukojit nenasytnost vedou jen k mnohem větší nenasytnosti až mánii.

Nejčastěji si přejete něco, co pro vás není přímo nezbytné. Meditační praxe přispívá k pochopení toho, že většina vašich povrchních přání vychází z mnohem hlubších potřeb. Na začátku kurzu *Alchymie hojnosti* se často stává, že nenasytnost narůstá; mnozí si pak myslí, že je praktiky odvedly nesprávným směrem. Je to však nezbytné strhávání masek chamtivosti a lakoty; jen málo lidí umí a pokouší se rozlišovat přání a vysledovávat jejich podstatu, procítit je a pracovat s nimi. Budete-li zkoumat psychologii zasvěcenců, zjistíte, že se přání a tužby dělí na mnoho kategorií, rostou jako vlny v oceánu, uklidňují se a vytváří nepředstavitelné vzory na vodě. Tím, že při cvičení rozvíjíte uvědomělost, začínáte rozlišovat a vidět zvrácené, přirozené, přenesené, duchovní i tvůrčí přání a touhy. Ze zvrácených a přenesených tužeb pramení utrpení. S narůstajícím pochopením začínají váš život řídit zdravější přání, základní problém je však v tom, že vaše přání není dostatečně hluboké. Nelíbí se vám to, co již máte, a přejete si to, co nemáte. Vyměňte těmito přáním místa –

přejte si to, co máte, a nepřejte si, co nemáte. Takto poznáte dokonalou harmonii. Budete-li hluboce vnímat zvrácené přání, potom zmizí. Bůh splní člověku každé jeho přání, ale musí být opravdu jeho, plní-li se vám cizí přání, nikdy nebudete šťastni a radostni.

Cvičení

Test přání

1. Určete si přání, s nímž chcete pracovat a ujasněte si, nakolik je pro vás důležité. Zamyslete se nad následky, jež by mohly nastat, až se vám přání splní. Zapište si jej; často již tato etapa odhalí závadné přání. Soustředíte-li na něj svou pozornost, rychle vyprchá nebo se naopak přemění na posedlou myšlenku, jíž se jen velmi obtížně zbavíte – je to destruktivní vašeň.

2. Pro meditaci zaujměte pohodlnou pozici na židli nebo na polštáři. Opřete se o opěradlo židle nebo o stěnu a dbejte, aby záda byla co nejrovnější, avšak bez bolestivých pocitů v páteři.

3. Deklamujte si v duchu přání, představte si obraz toho, co si přejete a poté vizualizujte, že se nacházíte v průhledné trubici (může to být šachta nebo kanál), jež míří nekonečně vzhůru. Vaše pole se podobá kapsli pevně vestavěné do trubice, podobá se kulce v hlavní nebo pneumatickému výtahu v mrakodrapové šachtě.

4. Začněte dýchat a zároveň si představujte, jak vzduch při nádechu proniká do vašeho těla a při výdechu rychle proudí dolů; přitom se tělo zvedá s každým nádechem rychleji a rychleji. Můžete si všimnout, jak za trubicí rychle kmitají oblaka, planety a hvězdy; dýcháte zhluboka, rytmicky

a řítíte se obrovskou rychlostí kanálem. Snažte se svůj vnitřní zrak nesměřovat dolů a po deseti až patnácti minutách si nad sebou můžete všimnout východu a vyletět jím do prostoru. Do nekonečného prostoru zaplněného duhovým zářením, láskou a čistotou, vstříc mimořádně zářivému, avšak neoslepujícímu světlu. Budete vnímat stav bez tíže, radost, vyrovnanost – jako byste se vrátili do rodného domu z předlouhé cesty. V tomto zářivém světě se změní vnímání těla, myslí a emocí. Tělo je vnímáno coby paprsek, proud světla nebo zářící koule; někteří lidé nedokážou slovně vyjádřit podobu svého těla. V tomto stavu se pokuste vzpomenout si na přání či si představit podobu toho, co jste si přáli na začátku. Je to pro vás důležité? Pokud se uskuteční, bude to mít pro vás nějaký význam? Pomůže vám to? Třeba uvidíte, že neodpovídá vašemu naturelu nebo vám najednou dojde, kdo vám jej vnutil; může se stát, že na toto přání zcela zapomenete.

5. Abyste se z tohoto stavu dostali, zopakujte desetkrát až dvacetkrát své jméno; jakmile si sami sebe uvědomíte ve svém fyzickém těle, pomalu pohněte končetinami a otevřete oči.

Žáci školy *Alchymie hojnosti* si vybírají přání, jejichž realizace přináší radost, štěstí, prosperitu a mír co největšímu počtu lidí; zavrhnou naopak všechna, jež způsobují druhým bolest, utrpení, rozklad a degradaci.

Magie úsměvu

K tomu, abychom se zbavili stresu, je vypracováno množství nejrůznějších přístupů. Některé zdůrazňují sílu pozitivního myšlení a nijak přitom nepřetvářejí zápornou energii, další se jednoduše snaží zbavit se negativních emocí tím, že je potlačují nebo vylévají na lidi kolem sebe. *Alchymie hojnosti* nabízí zásadní principy, jež přetvářejí zápornou stresovou energii na kladnou tvůrčí energii.

Jakmile pocítíte, že se ve vás zdvihají záporné emoce, odmítněte soudit lidi a události – jednoduše kontaktujte svého anděla strážného a použijte meditaci *Úsměv lásky*.

Meditaci nezvládnete bez každodenní praxe. Blahodárný výsledek se nakonec odrazí jak na vás, tak i na vašich vztazích pracovních či přátelských a objevíte v sobě magické okouzlení a přitažlivost, což u ostatních vyvolá přirozené sympatie k vám. Budete-li za pomoci této meditace transformovat sebeopovrhování a pocit vlastní méněcennosti na lásku a úctu, naplníte se láskou až po okraj – poté můžete vysílat energii živé lásky všem okolo.

Úsměv je nejmocnější komunikační prostředek; upřímný úsměv nese informaci o přijetí, lásce, vzájemném pochopení a bezpečí. A nakonec, setkáte-li se s laskavým a milujícím úsměvem, uvolníte se, spadne z vás napětí. Již nejste tolik uzavřeni a

necítíte se ohroženi. Úsměv, jenž vám posílají, blahodárně působí prakticky na každý systém v těle. Úsměv je léčebný ve stejné míře jak ve vzájemných vztazích, tak i ve vztahu k sobě samému. Sami se sebou komunikujete vždy, ať už vědomě či podvědomě, osobnost neustále podporuje sebe samu tím, že opakuje v duchu stále stejná slova či myšlenky. Někteří metafyzikové tvrdí, že vidíte svět takový, jaký je, právě proto, že se nepřestáváte jím „promlouvat“. Neodbytné myšlenky nejsou ničím jiným nežli nekončící, permanentní aktivita starých programů mysli – tyto staré programy chtějí být za každou cenu zachovány. Bohužel slova a emoce, jež si posíláte sami sobě, nejsou vždy pozitivní. V současné společnosti je velmi rozšířená nenávisť k sobě samému a snížené sebehodnocení a to má na vás nejen záporný psychosomatický vliv, ale i výrazně ovlivňuje váš osud, sociální a ekonomický status. Mnohým nemocem se často připisují dlouhodobá období záporných emocionálních stavů. Mimořádně mocné destruktivní programy jako je pohrdání a nenávisť k sobě samému, byly způsobeny nesprávnou výchovou, politickými a náboženskými ideologiemi a neúspěchy v minulosti; systematická sebedestrukce může skončit až alkoholismem, chudobou, zločinností nebo přáním kompenzovat svou nedostatečnost (jež si jedinec navíc jen představuje) prostřednictvím moci, bohatství atd. Pokud je však člověk vnitřně chudý, nešťastný, vzteklý a závistivý, potom

ani všechny poklady světa jej neučiní šťastnějším a vyrovnanějším – takový je zákon světa hojnosti.

Úsměv, jenž jste si poslali dovnitř, vám pomáhá pocítit úctu k sobě samému a projevit vděčnost k životu. Můžete obdivovat jednotlivé části našeho těla a radovat se, jak skvěle plní svou práci. Vidíte-li, jak je vaše tělo přesně organizované, jak promyšlené jsou mechanismy vzájemného působení s okolním světem, jen těžko se před nimi neskloníte v hluboké úctě a nezbyde vám nic jiného, než užasnout nad jejich dokonalostí.

Cvičení

Úsměv lásky

1. Posad'te se před zrcadlem, záda držte rovně, ale uvolněně, ruce položte na kolena dlaněmi vzhůru.

2. Usmějte se na svůj odraz v zrcadle a odražený úsměv si uložte do svého vědomí. Rozpo-meňte se na zvlášť příjemné a uklidňující stavy ze svého života – opalujete se na mořském břehu, procházíte se po horách, díváte se na východ Slunce. Vizualizujte, jak se odraz mění na pramen lásky, radosti, vděčnosti, přijetí a milujícího úsměvu.

3. Vnímejte bod mezi obočím; skrz něj budete nasávat energii, jež se před vámi hojně rozprostírá. Uvolněte obličejové svaly a nechte usmívající se energii z obrazu před vámi přelévat se skrz bod mezi obočím do těla. Necht' energie úsměvu, radosti a lásky stéká po obličejí a krku, necht' zaplavuje všechny orgány a buňky v těle.

4. Abyste naplnili srdce energií úsměvu, spojte dlaně před hrudí a palce přitom tiskněte na srdeční centrum. Z pramene, který jste si vytvořili, vtáhněte co nejvíce energie přes bod mezi obočím a dovolte tomuto vodopádu proudit přímo do srdce. Jakmile se usmějete vnitřně svým srdcem, začne v něm vibrovat energie harmonie, radosti

a štěstí. Dopřejte si dostatek času a pociťte, že srdce je přeplněné blažeností a klidem a rozvíjí se v něm překrásná růže lásky. Snažte se rozpomenout na svůj nejsilnější prožitek čisté, ryzí a vznešené lásky, jež ve vás vzbuzují emoce či božská síla. Milujte své srdce, usmívejte se na něj, objímejte jej a něžně líbejte. Srdce je spojeno s takovými zápornými emocemi jako je vznětlivost, pýcha a krutost; jestliže se na srdce usmíváte, tyto emoce se rozplývají a záporná energie se přeměňuje na sílu čistoty, klidu, radosti a lásky. Úsměvy lásky a radosti posílejte svému srdci tak dlouho, dokud vám samo neodpoví úsměvem.

5. Stejným způsobem můžete poslat úsměv, vděčnost a uznání všem ostatním orgánům, žlázám, nervovému systému a kostní dřeni. Usmívejte se a orgány se zaplní zdravím a rozkvetou jako květiny. Usmívejte se a negativní energie stresu, nemoci a zármutku se změní, očistí a vaše orgány vám odpoví úsměvem.

6. Jakmile bude vaše tělo vyzařovat usmívající se energii, budete ji moci přeposílat ostatním lidem, nezáleží na vzdálenosti. Nejdříve se usmívejte na jejich tělo, obličej, vědomí, život; na všechno, co je obklopuje. Otevíráte se člověku a člověk se na oplátku otevírá vám, vznikají mezi vámi přátelské, důvěrné vztahy. Nelitujte vnitřního úsměvu; posílejte ho všem, každému, koho znáte; posílejte ho nebi, Slunci, zemi i hvězdám.

Chcete-li mít s někým důvěryhodné obchodní vztahy, usmějte se na něho mystickým úsměvem naplněným upřímností, radostí, vděčností a úctou – usmívejte se však tak, aby to ten dotyčný neviděl. Posílejte mu energii úsměvu a stane se zázrak; člověk, jenž vás dosud neměl rád, cítil k vám jen odpor a nedůvěru, k vám náhle pocítí hlubokou sympatii a touhu se s vámi stýkat a přátelit. Pro lidi, jež si přejí vzkvétání svých obchodů, byznysů a dosažení úspěchu i na poli vzdělávání, se tato meditace stane kouzelnou hůlkou úspěchu.

7. Usmějte se po probouzení a uvidíte, že celý den bude úspěšný, radostný a plný harmonie. Milujete-li své tělo, vědomí a svůj život, pak budete více milovat i ostatní, vaše práce i život budou mít větší smysl a projeví se i výsledky. Po celý den si udržujte pocit vnitřního úsměvu a jeho vyzařování, neustále si připomínejte, jak je úsměv lásky důležitý a nepostradatelný, je to nejlepší prostředek k odstranění vnitřního napětí a problémů ve vztazích.

8. Usmívající se aura nás chrání před negativními vibracemi jiných lidí. Zachovávejte si vědomí usmívající se energie v bodě mezi obočím, v oblasti srdce a zvláště v oblasti solární pleteně (solar plexus). Takto můžete vytvořit intenzivní záření slunečního světla a tím zesílit kolem svého těla pole usmívající se aury, jež vás jako zástěna chrání před negativními vibracemi. Pole usmívající se aury pomáhá přetvářet záporné energie

na životní sílu; roste-li ve vás vztek, tato usmívající se energie vám pomůže usmívat se této emoci, dokud se nezmění v dobro. Postupně tuto techniku zvládnete a s danou silou se naučíte pracovat; pomůže vám přeměnit nenávisť na lásku, skleslost na rozhodnost a strach na ušlechtilost.

9. Uvědomte si a pociťte nezměrnou vesmírnou lásku, jež vás ze všech stran obklopuje. Použijte oči, vědomí a psychické dýchání, nasajte energii lásky a soustřeďte ji ve svém srdci. Usmějte se na energii vesmírné lásky před sebou, pociťte, jak tato energie odpovídá na váš úsměv úsměvem (energie může pro vás přijmout libovolný tvar: Ježíše, Buddhu, váženého Učitele atd.).

Nadechněte se a posbírejte energii z prostoru mysli v podobě zlaté koule, veďte kouli ke svému srdci a uchovejte si ji tam.

O autorovi

Sun Light získal klasické vzdělání z filosofie a psychologie, pracoval v oblasti informačních technologií a transpersonální psychologie. V roce 1978 začal zkoumat vliv různých náboženských vyznání, tajných společenství a řádů na ekonomický a mravní vývoj společnosti. Ve starých dobách v Egyptě, Číně, Indii existovaly rozličné tradice, jež vypracovaly účinné metody tohoto působení přes reakce s kolektivním podvědomím. Vědomosti starých tradic se dochovaly až do naší doby díky nepřerušnému řetězu zasvěcených následovníků a lze je najít v učeních některých východních a západních esoterických škol.

Sun Light absolvoval učení takovýchto škol a byl zasvěcen do různých technik. Stal se tak jedním z mála lidí, kteří byli pověřeni šířením technologie zaměřené na dosažení prosperity, úspěchu a integrální hojnosti. Úspěšně plní svěřenou misi – organizuje tréninky, vydává knihy, buduje centra. Manažeři největších podniků se k němu a jeho žákům obracejí s prosbou o pomoc, radí se s nimi, jak motivovat k úspěchu, ale také o finančních prognózách a etice v oblasti byznysu.

Avšak základní úkol, jenž si Sun Light vytyčil, spočívá v pomoci co největšímu počtu lidí přemoci destruktivní programy a negativní statuty, jež brání získat to, o co ve skutečnosti usilujete

a tím je láska, štěstí, inspirace, tvořivost, bohatství, mír a harmonie. Tisíce zmatených a znepokojených lidí získalo sílu a ideály, jež jim pomohly se realizovat a dosáhnout prosperity a úspěchu – to vše díky kurzu *Alchymie hojnosti*, jenž se skládá z několik stupňů.

Do *Alchymie hojnosti* jsou začleněny techniky, jež využívají rozumu, emocí, představivosti, žvlů, Slunce, hudby a slov, jež jsou potřebná k vytvoření toho, co si od svého života přejete.