

Úvod ▶ Cvičení ▶ Praktická cvičení 1

# Odkrytá tajemství Matrixu aneb praktická cvičení 1

## ČÁST PRVNÍ – teoretická

### Jak se zbavovat vazeb v MATRIXU (manipulace)?

**Cestou vlastního ducha.** Poslouchat svého ducha, ten zná způsob, jak se dostat ven. Byl tu uvězněn proti své vůli a rozhodování o jeho svobodě nechali na fyzickém tělu, které je tak velice snadno manipulovatelné (chtíč, sebedůležitost, různé závislosti a mnoho jiných možností). ak by se Vám líbilo, kdyby o Vás, resp. o Vaší svobodě rozhodovali Vaše kalhoty nebo košile. Ono totiž fyzické tělo bez ducha není nic jiného jako kalhoty bez člověka. No a ještě zbývá dát člověkovi EGO a on se stane „rád“ otrokem (co by pro sebe neudělal, že?) Napadá mě taková zvláštní otázka, komu slouží EGO? Pokuste se nad ní zamyslet každý sám.

### Základem je být ve spojení se svým duchem

To znamená zbavit se tzv. přivtělenců (zbloudilých duší, diskarnátů). **Začít meditovat nejen sám se sebou, ale ještě přes někoho blízkého**, ke komu máme důvěru. Meditací přes někoho blízkého zamezíte možnosti falešné komunikace s duchem. Při meditaci sám se sebou neustále hrozí možnost, že komunikaci s duchem převezme jiná bytost (např. napojená na některé vyšší tělo nebo na fyzické tělo) nebo EGO (v případě, že jste již ve stavu **ego (dvojník) – já (vědomí) – duch**).

### Stav „Ego (dvojník) – já (vědomí) – duch“

Inspiraci proč je dobré dostat se do stavu **ego (dvojník) – já (vědomí) – duch** můžete hledat např. v článku „Disharmonie“, „Celý svět je tu proto, aby nám sloužil“ nebo také v článku „Sektor 9“.

*Musím se přiznat, že jsem byl velice překvapen obsahem článku „Sektor 9“, zvláště část „Záměr“, „Markabiánci“ a hlavně „Výnos svobodného pásma“. Poslední kapitolou „Výnos svobodného pásma“ jsem byl obzvláště překvapen, protože jako by nepřímo korespondovala se základními vesmírnými zákony a pravidly.*

Pro informaci je zde uvádím. Zatím si je můžete barevně vytisknout nebo zvýraznit, pověsit si je doma, v práci (pokud Vám to okolnosti dovolí) na viditelném místě, kde jste nejčastěji. Pokuste se je zapamatovat tak, aby Vám vešly do podvědomí. Je dobré s nimi začít postupně pracovat a to tak, že se podle nich budete soustavně řídit v každodenním životě. Doslova budete podle nich žít. Chápu, že to ze začátku nebude lehké. Neurazte se, ale problém může být i v jejich správném pochopení a tím správné interpretaci do života. Ale zkuste to, později až se dostanete do stavu **ego (dvojník) – já (vědomí) – duch** se vám bude tato příprava náramně hodit. Tato základní vesmírná pravidla a zákony se pravděpodobně nikde nedočtete, vznikly řekněme praxí – výzkumem, ale něco podobného může být skryto i ve výše zmíněném článku „Sektor 9“.

## Základní vesmírné zákony

- Jsi povinen se bránit, ale **nikdy ne útočit (tzn. taky ne bojovat)**.
- Nemáš žádné právo zasahovat do osudu jakékoliv bytosti, bez jejího souhlasu.
- Požadovanou pomoc neodmítej.
- Nikdy nezneužívej svou moc k prospěchu svému nebo jiných.
- Respektuj svobodnou vůli jakékoliv bytosti.

## Základní vesmírná pravidla

- Ve správný čas a okamžik.
- Kolo se stále točí, prošvihneš-li vhodný bod, vše už půjde stále hůř a hůř.
- Nic není náhoda – vše má svůj smysl, včetně odmítnutí.
- Jistá je nejistota.
- Nepodceňuj temnou stránku.
- Nejsem NIC a všichni **ostatní jsou důležitější**. – (Smyslem je maximálně omezit vliv EGA. Lépe by se dalo říci. Pomáhat druhým je vlastně pomáhat sobě. Nejde o vymývání mozku a vybudování pocitu okropečka, ale uvědomit si, že pomáhat druhým má větší smysl, než uspokojovat sobecké potřeby vlastního EGA.)

To, že nám uniká podstata vlastního ducha, může být způsobeno systémem manipulace. Jedna z možností systému manipulace může být odvedení pozornosti jiným směrem, tak aby nebyla vidět pravá podstata věci v pozadí (můžete si to představit jako kouzelnický trik).

## Pro ilustraci zkusím použít tento příběh

***Myslím, že nebude na škodu, když se k němu občas vrátíte, zvláště v případech kdy budete mít pocit, že něco nehraje.***

*Představte si, že jdete po cestičce a potkáte pocestného, který Vás požádá o zbytek hamburgeru (s masem – to, aby to bylo stravitelné pro všechny), který zrovna jíte. Vy mu ho ochotně dáte a on Vám sdělí malé tajemství: „Když půjdete po této cestě“ a ukáže na cestu před Vámi, která se asi po 20 m větví, „a dáte se vlevo, tak dojdete k obrovskému pokladu“, a pocestný odchází, aniž by čekal na naši odpověď. Vy si řeknete, proč ne, je pěkně, sluníčko svítí, tak proč ne, nemůžu nic ztratit. Vydáte se tedy po této cestě. Asi za 10 minut potkáte osobu, která Vám sdělí, že nemůžete jít dál, protože nesmíte. Vy ale víte o pokladu a tak chcete mermomocí jít dál. Ta osoba Vám v tom brání, až nakonec dojde ke rvačce. Když tuto osobu porazíte a chcete ji dát poslední úder „do bezvědomí“, řekne: „Dobře zvítězil jsi, jsem strážce pokladu a odvedu Tě k němu“. Skutečně jdete spolu asi 5 minut a asi 10 m vpravo od cestičky (před křižovatkou), pod křovím Vám ukáže truhlu o velikosti nákupní tašky plnou zlata, kterou si můžete vzít. Spokojeně odcházíte a říkáte si, jak jste měli skvělý den. Netušíte, že kdyby jste šli po cestičce dál, asi dalších 5 minut, narazíte přímo na cestičce na poklad o velikosti rodinného domku, který by byl zcela Váš.*

*Vysvětlivky:*

*Vy = jste Vy, čili čtenář tohoto příběhu*

*pocestný = Váš duch*

*strážce pokladu = bytosti , které uvolnily techniku: reiki, magii, náboženství, tantru atd.*

*truhla velikosti nákupní tašky = např. magické schopnosti*

*poklad o velikosti rodinného domku = pocitové vnímání (možná i paměť) pro získání potřebných informací k uvolnění z Matrixu, ke svobodě.*

Cílem je uvědomit si a přiznat si, že jsme manipulováni, nebo že je naše pozornost svedena jiným směrem. Když si toto uvědomíme, můžeme s tím začít něco dělat. **Dokud si neuvědomíme, kde nebo v čem je problém, nemáme vlastně co řešit (jako by problém nebyl).** Takže nejprve je nutno **identifikovat problém** a potom si **stanovit cíl**.

Když jsme identifikovali problém „otroctví manipulace“, stanovme si cíl – zbavit se přivtělenců, psů a jiných napojených bytostí nás ovládajících a vysávajících. Cílem je dostat se do stavu **ego (dvojník) – já (vědomí) – duch**. Tím zůstane kromě „přímého napojení“ (o tom až někdy později) poslední (POZOR) mocnou zbraní v „rukou“ manipulace (Matrixu) EGO.

Když se dostanete do stavu **ego (dvojník) – já (vědomí) – duch** můžete začít s přeprogramováním EGA. Upozorňuji, že přeprogramování EGA bychom neměli nepodceňovat, je to mravenčí a velice nebezpečná práce, ale jde to.

EGO si představme jako svého neúnavného, vytrvalého a sveřepého dvojníka, který celý život nedělá nic jiného, než na sebe upozorňuje. Neustále dává najevo svou sebedůležitost a „všechno vím všechno znám“, takový náš „brouk Pytlík“. Tohoto dvojníka si můžeme představit za svými zády, jako by byl přirostlý k nám a spolu jsme sdíleli společnou páteř. Je naší neoddelitelnou součástí, nejde ho odpojit (aspoň jsme na to zatím nepřišli), proto ho musíme donutit (zkrotit) ke změně. Využijme této jeho vlastnosti a zatáhněme ho do našeho osobního růstu. Zatáhněme ho tak, že se začneme my sami měnit k lepšímu v souladu se svým Duchem. **Dejme si obrovský pozor** ať nám EGO neposkytne iluzi „duchovního růstu“ (vývoje). Mě se něco takového stalo. Dostal jsem iluzi, že duchovně rostu, že jdu k lepšímu a přitom jsem posiloval jenom své EGO. Nebýt mravenčí práce mých nejbližších (a tímto jim děkuji), kdy mě neustále upozorňovali, že jdu z cesty, tak nevím kam bych došel. Došlo to tak daleko, že i můj vlastní Duch byl ze mě zoufalý a dostal jsem velice tvrdou ránu. Můžu mu být vděčný, že to nezabalil a setrval se mnou a dal mi druhou šanci. Píši zde o tom, abych Vás důrazně upozornil, že boj s EGEM je velice tvrdý a nerovný.

Bojujte s někým, kdo je neúnavný a vytrvalý, kdo zná veškeré Vaše touhy a potřeby, pomocí kterých Vás může vtáhnou do závislostí a do manipulace. Aby jste mohli **obstát v tvrdém boji** (na ostří nože) s vlastním **EGEM, musíte být v dobrém spojení s vlastním Duchem**. Jedině díky spolupráci a pomoci Vašeho Ducha se můžete pustit do pranice s EGEM, jinak nemáte absolutní šanci. Na boj s EGEM neexistuje žádný univerzální návod. Ten si už bude muset vybojovat každý sám za sebe, tady už to za Vás nikdo neudělá. Můžete čerpat rady (intuici) od Ducha, ale bojovat musíte sami. A pamatujte „zajatci se neberou“, buďte vyhraje nebo podlehnete, jiná možnost není. **Když se začnete měnit Vy sami, EGU nezbude nic jiného a bude se muset změnit také, bude donuceno se přizpůsobit, poněvadž je Vaší součástí.**

Nezapomeňte na jednu věc, strach je mocným nástrojem manipulace.

## ČÁST DRUHÁ – meditace (praktická cvičení)

Další praktická rada úvodem: **Při provádění cviků** (meditaci), **se vždycky soustředte na reakce Vašeho těla a na pocitové vnímání**, které během meditace prožíváte. To Vám může pomoci rozeznat jestli „cvičíte“, „experimentujete“ správně, **vždy se soustředte na pocit spojení s vlastním Duchem**, ten Vám napoví mnoho. Ze začátku moc neexperimentujte, resp. držte se striktně návodu. Později, až se dostanete do stavu ego (dvojník) – já (vědomí) – duch a budete mít dobře rozvinutou komunikaci s Duchem, můžete začít pomalu experimentovat. Pokud by jste začali experimentovat dříve (hned), vystavujete se nebezpečí, že Vás to „zavede“ jinam než potřebujete (chcete).

### Jak se zbavit „zbloudilých duší“ (přivtělenců)

Přivtělenců se můžete zbavit např. dle metody, kterou popisuje Dr. Edith Fioreová ve své knize Tajemství zbloudilých duší (přes nahranou magnetofonovou pásku) – viz článek „**Jak se zbavit „zbloudilých duší“**“. Přivtělenců se můžete zbavit také zprostředkovaně, tj. pomocí někoho, kdo má s odváděním zbloudilých duší zkušenosti (to byl můj případ). Co zvolíte je na každém z Vás. Jakmile se zbavíte přivtělenců je bezpodmínečně nutné pracovat ihned na své ochraně (duchovní hygieně) před dalším přivtělením „zbloudilé duše“ nebo jiné cizí bytosti. Jak pracovat na své ochraně a další informace se dozvíte dále v následující kapitole.

### Jak meditovat sám se sebou

#### Pojmologie

Pro orientaci se pokusím vytvořit a nadefinovat určité pojmy, které budou použity v této práci, abych předešel případným nesrovnalostem nebo záměnám nebo špatnému pochopení. Nesnažím se nějak předefinovávat nebo předělávat doposud zaběhané pojmy v literatuře. Nemám takový přehled, co se literatury týče, abych byl schopen použít nějaké univerzální pojmy nebo takové pojmy, co jsou nejvíce rozšířené.

**Čakrami a jejich umístěním** se zde nebudu zabývat, lze se odkázat na dostupnou literaturu (např. Kundalini a čakry, Genevieve Lewis Paulson, PRAGMA 1996). Nutno však upozornit, že hadí síla (kundalini) slouží člověku k jiným účelům (důležitějším) než jsou popsány v této knize (viz. dále např. „Odpojení psů“)

Zde se trochu pozastavíme nad představou vyšších těl (vyšší těla : např. astrální, mentální atd.). Pro začátek meditace je to dost důležité. Během vysílání energie směrem k Vašemu duchovi a potom k „Univerzální kosmické energii“ se také soustředte na průchod Vašimi vyššími těly. Soustředte se řekněme na pocit (ne každý to bude prožívat stejně) jako by jste procházeli mezi dvěma vrstvami rozdílné energie – řidší a hustší, kdy na rozhraní těchto rozdílných energií je nějaká slupka (hladina, blána). Pro představu si můžeme vzít např. model vody, přesněji řečeno vodní hladiny a vzduchu. (Pro hrubou orientaci: 8. tělo je cca 20 cm nad 7. čakrou, 9. tělo je cca 70 cm nad 7. čakrou.)

Mě se podařilo napočítat 12 těl (hladin – lze si je představit jako slupky od cibule), kdy první vyšší energetické tělo obepíná jako koule naše fyzické tělo a jeho slupkou prochází naše 7. čakra. Druhé tělo, respektive jeho slupka se nachází nad naší 7. čakrou. Stejně tak i slupky

zbývajících těl (3. až 12.). Na povrchu každého vyššího těla (koule) si pro orientaci a další práci definujeme jeden bod a nazvěme ho po vzoru obecných pojmů čakra (pól, průsečík). Nejedná se o čakru jako takovou, ale pouze o bod, který budeme dále používat pro orientaci.

### Zkratky

Dále bych, než nezačnu popisovat meditaci, použil pro ulehčení práce některé zkratky:

- **VET** – vyšší energetické tělo
- **1. až 12. tělo** – pomyslný bod na vyšším energetickém těle (VET) – pouze pro orientaci

### Technika bílého světla

Jak již bylo uvedeno v části (Jak se zbavit „zbloudilých duší“ – přivtělenců), je bezpodmínečně nutné, aby jste cvičili pravidelně min. 1 denně a kdykoli budete mít potřebu techniku Bílého Světla.

(Technika „Bílého Světla“ je převzata z knihy tajemství zbloudilých duší od Dr. Edith Fioreové, vydalo AMICUS s.r.o., Žilina 1996.)

### Technika Bílého Světla

Představte si, že máte miniaturní slunce, stejné jako slunce v naší sluneční soustavě, hluboko v solárním plexu (nachází se cca 1 cm pod hrudním košem). Toto slunce prozařuje každý atom a buňku Vaší bytosti. Naplňuje Vás světlem až po konečky prstů, až nahoru po téměř hlavy a do plosek nohou. Prozařuje Vás a září i kolem Vás na délku paže ve všech směrech – nad hlavou, pod nohama, do stran a vytváří auru – jasné oslnivé, zářivé Bílé Světlo, které Vás zcela obklopuje a chrání před vším záporným a škodlivým.

Jakmile se seznámíte s technikou Bílého Světla, stačí na něj kdykoli jenom pomyslet – s konkrétním záměrem – a okamžitě budete chráněni. Jako by jste zmáčkli imaginární vypínač a rozsvítili Bílé Světlo. Nechte se Bílým Světlem prozařovat. Je zcela nutné, aby jste věřili (byli přesvědčeni), že jste ve svém „ochranném štítu“ z Bílého Světla“ v bezpečí.

Pokud budete mít pocit, že si máte udělat „Bílé Světlo“ – **udělejte to ihned** – jedná se obvykle o varování Ducha, že se blíží něco nepřátelského. Pokud se setkáte s jakoukoli situací nebo osobou, která obsahuje negativitu nebo něco špatného, vzpomeňte si na „ochranný štít“ z „Bílého Světla“ a obklopte se jím. Vytváříte si tak nejenom bariéru proti všemu negativnímu (negativním vibracím), zabraňujete tak i snížení frekvence vlastní aury, což by vás mohlo činit náchylnými k posednutí.

**Dále Vás důrazně upozorňuji. Vyvarujte se jakýchkoli látek, které by mohli oslabit vaší auru, jako jsou drogy, alkohol, cigarety, maso atd. (maso také snižuje vibrace aury a to pomíneme účinky „hormonu smrti“). Byli by jste na omylu, kdyby jste věřili, že se „bílým Světlem“ ochráníte, když pijete alkohol nebo používáte jiné omamné a návykové látky. Vibrace aury se okamžitě snižují.**

Doporučil bych také cvičit energetizaci čaker, pročištění všech těl (i vyšších) od všeho negativního a špatného.

## Výběr místa a pozice

Najděte si kousek místa, kde Vás nebude nikdo rušit. Nějaký kousek, který budete považovat jakoby za chrám, kam budete pravidelně chodit medítovat.

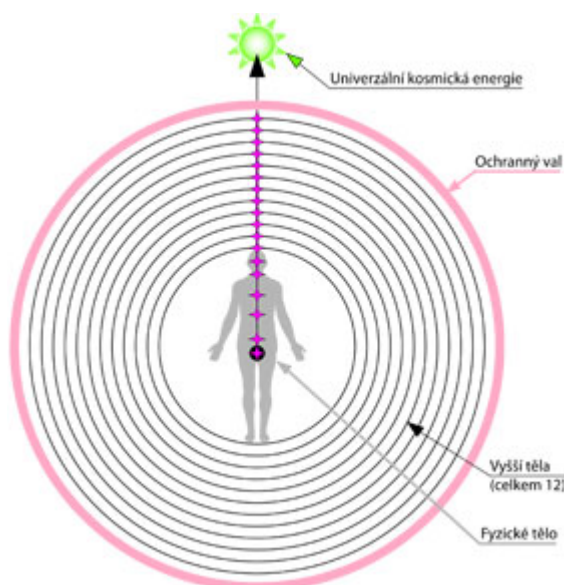
V jaké pozici budete medítovat – nechám na každém z Vás. Sám jsem začínal v sedě (tureckém) a později jsem přešel na meditaci ve stoje. Meditace ve stoje se osvědčila jako nejlepší a to z důvodu, že v sedě je člověk náchylnější k usnutí a rychleji ztrácí koncentraci.

Můžete medítovat se zavřenými očima anebo s otevřenými očima. Pokud Vám ze začátku nepůjde meditace s otevřenými očima, nic se neděje, meditujte se zavřenými očima. Později postupem času sami dostanete signál, že by jste mohli zkusit medítovat s otevřenými očima.

## Připojení na Ducha

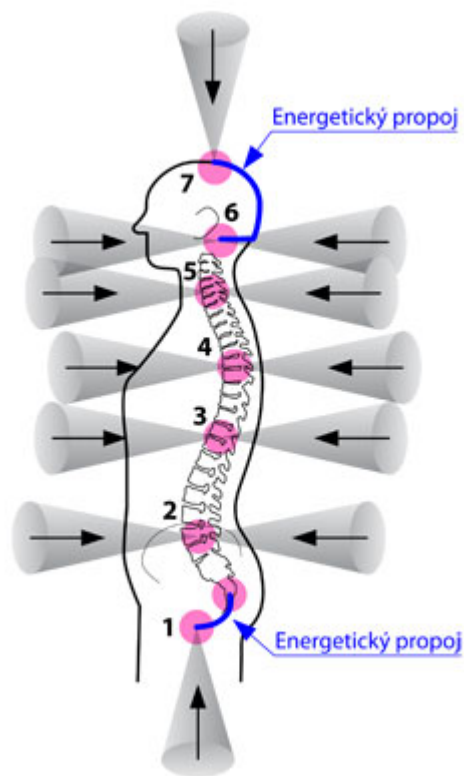
Takže vyberte si své místečko a pozici, ve které budete medítovat. Zaujměte svou pohodlnou pozici (nejlépe ve stoje) a soustřeďte se na svou čtvrtou čakru. Nejdříve se soustřeďte na „vyhmátnutí“ všech čaker vyšších těl postupně. Až si vyhmátnete všechny čakry, tedy i ty na vyšších tělech, představte si, jak ze čtvrté čakry vysíláte paprsek své energie k „Univerzální kosmické energii“ (nutno dodržet) (nepoužívejte označení k bohu, k Ježíšovi atd.). Paprsek vlastní energie vysílejte ze začátku k „Univerzální kosmické energii“ tak, že si představíte, jako by propíchoval (procházel) postupně všemi čakrami, tedy všemi těly včetně vyšších. Jakmile projdete vlastním paprskem energie skrz „ochranný val“ (z růžově-stříbro-zlaté energie) nasměrujte paprsek ke svému duchovi a od svého ducha k „Univerzální kosmické energii“.

POZOR! Nikdy nenavazujte kontakt s „Univerzální kosmickou energií“ bez toho aniž by jste vědomě nejdříve navázali kontakt se svým duchem.



Obrázek 1

## Energetizace čaker



Obrázek 2

Na obrázku č. 2 je fyzické tělo nakresleno pouze pro lepší představivost, důležitá je pouze páteř fyzického těla.

- Čakra 1:** umístěna mezi konečníkem a pohlavními orgány
- Čakra 2:** nachází se nad pohlavními orgány a je spojena s křížovou kostí
- Čakra 3:** nachází se přibližně dva prsty nad pupkem
- Čakra 4:** umístěna uprostřed prsou ve výši srdce
- Čakra 5:** nachází se mezi krční jamkou a ohryzkem
- Čakra 6:** umístěna uprostřed čela, jeden prst nad kořenem nosu
- Čakra 7:** nahoře uprostřed nad temenem naší hlavy

Zaujměte svou pohodlnou pozici (nejlépe ve stoje) a soustředte se na své tělo. U Vaší první čakry si představte kužel energie Vašeho ducha. V tomto kuželu si představte rotující energii Vašeho ducha, která vstupuje do Vaší 1. čakry. Na kořenu páteře v oblasti první čakry by jste časem měli ucítit bob a v něm energii (časem se začne tento bod zvětšovat a proudění energie také). U druhé čakry si představte také jeden kužel energie Vašeho ducha ze předu a druhý zezadu Vašeho těla. Tyto dva kužele se svými hroty se spojují (dotýkají) na páteři v oblasti 2. čakry. V obou kuželech proudí energie Vašeho ducha stejně jako v předchozím případě. Zase by jste měli ucítit bod na Vaší páteři v oblasti 2. čakry. Stejný způsob jako u 2. čakry opakujte i pro 3., 4., 5. a 6. čakru. U sedmé čakry použijte způsob stejný jako u 1. čakry (pozor u 7. čakry musí také proudit energie ducha směrem do páteře – do vás – nikdy ne ven). Pokud by energie proudila z Vašich čaker ven, ztráceli by jste drahocennou energii, kterou jste povinni si uhlídat (ubránit), viz. „Základní vesmírné zákony“.

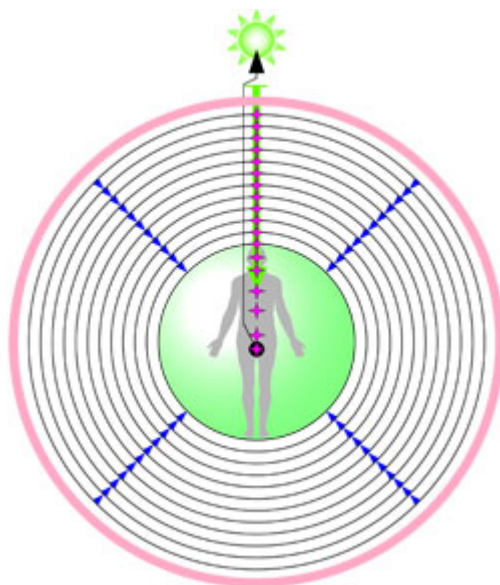
**Důležitá poznámka: Veškerá rotující energie vstupuje vždy do vaší čakry, žádná energie nevystupuje z vaší čakry ven.**

Cílem tohoto cvičení je energetizovat páteř včetně jejích energetických uzlů (čaker).

## Pročištění

Nyní přijde fáze očištění od všeho negativního a špatného. Když jste tedy navázali „kontakt“ s vlastním duchem a s „Univerzální kosmickou energií“. Představte si, jak k Vám po vašem kontaktním (propojovacím) paprsku proudí (stéká) proud „Univerzální kosmické energie“ a vytváří kolem vašeho fyzického těla kouli „Univerzální kosmické energie“ do vzdálenosti jedné paže všemi směry od vašeho fyzického těla.

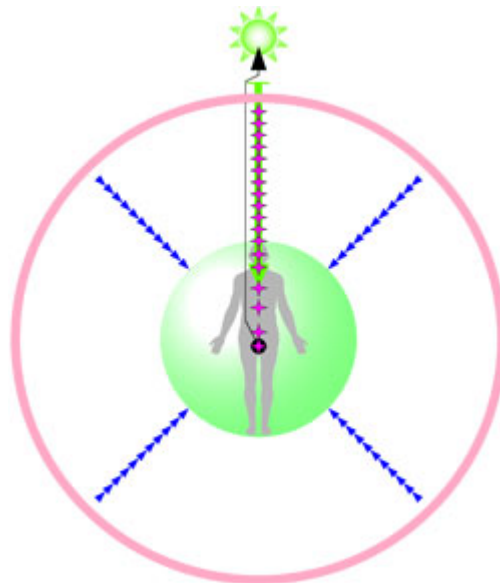
Nyní si představte, jak se vaše tělo smršťuje, úplně mizí a rozplývá se. Kolem každého těla si můžete představit polopropustnou blánu (obal/síto). Polopropustnou blánu proto, že tato blána bude propouštět pouze směrem ven, jak bude naznačeno dále. Směrem dovnitř (při zvětšování) nebude blána propouštět nic.



Obrázek 3

Nyní si představte, jak se vaše fyzické tělo smršťuje směrem do vaší třetí čakry a před sebou hrne a proceduje vaší vnitřní energii tak, že veškerá vaše pozitivní energie prochází skrz polopropustnou blánu a veškerá negativní a cizí energie se stačuje a koncentruje. V okamžiku, kdy se vaše tělo zmenší, např. do velikosti míče, začne se uvolňovat na povrch do koule zelené „Univerzální kosmické energie“ vše cizí, negativní a špatné a okamžitě se rozplývat a ztrácet v „Univerzální kosmické energii“. Tento postup opakujte se všemi ostatními těly až po „ochranný val“.





Obrázek 4

*Zde si můžete odpočinout.*

Dále následuje přesně opačný proces. Nejdřív si představte, jak se vaše „nejvyšší“ tělo zvětšuje do původní velikosti tak, že skrz ochrannou slupku se již nedostává žádná cizí, negativní, špatná energie. Stejně tak postupujte až do opětovného „stvoření“ fyzického těla.

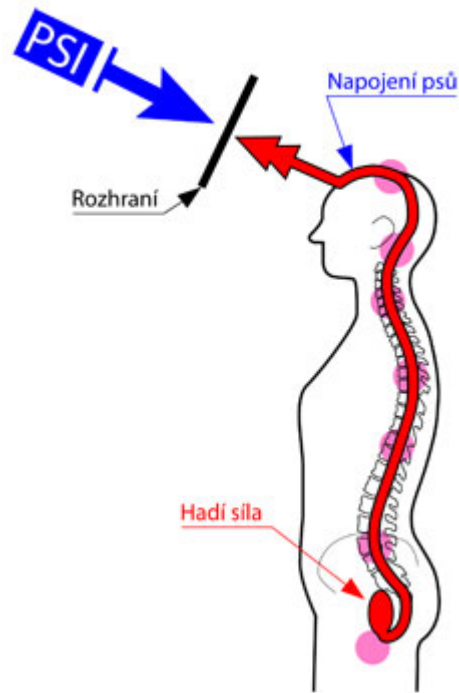
*Zde si můžete odpočinout.*

Tímto procesem se očistíte od všeho špatného, negativního a cizího, co jste za den „nachytali“. Zelenou „Univerzální kosmickou energii“ potřebujete k tomu, aby se vše špatné, negativní a cizí dočista rozplynulo.

Důrazně upozorňuji, nesnažte se nic transformovat, ani nijak měnit, dodržujte ze začátku tento postup. Nebudete schopni zpracovat tuto energii (mohla by Vám ublížit), proto potřebujete na pomoc „Univerzální kosmickou energii“. Později, až budete zkušenější a silnější (dostanete signál od svého ducha), můžete přejít k jinému cvičení, tzv. Odčerpávání, ale o tom až hodně později.

## **Odpojení psů**

Další částí meditace je odpojení tzv. hlídacích psů, kteří jsou přímo napojeni na naše fyzické tělo na temeni hlavy a přímo ovládají náš mozek (např. viz. Carlos Castaneda kap. „Blativé stíny“, nebo o různých napojeních na vyšších tělech se můžete dočíst také v článku Éra Nositelů Pravdy, nefyzičtí upíři a napojení na temné síly (1) na Spirále atd.).



Obrázek 5

Pro odpojení tzv. Psů potřebujete hadí sílu. Soustředte se na zdroj (centrum) hadí síly, dole uvnitř břicha pod pupkem u kořene páteře – nutno „vyhmátnout“ (mentálně), kde se nachází. Nyní se soustředte a vyšlete proud (paprsek, kabel) energie hadí síly ven z těla bodem, který je ve středu spojnice mezi genitáliemi a konečníkem – prochází prvním bodem (čakrou). Nyní se proud energie hadí síly stáčí směrem k zádům a postupuje po kostrči k druhému bodu (čakře), potom k třetímu bodu (čakře) a stejně tak až po šestý bod (čakru). Dále postupuje proud energie hadí síly po zadní straně lebky směrem nahoru na temeno směrem k čelu. V blízkosti oblasti nad čelem, kde vám začínají růst vlasy, se chvíli s proudem energie hadí síly zastavte a pokuste se „vyhmátnout“ napojení psů (může se projevit jakoby svěděním). Když se Vám podaří vyhmátnout napojení psů, tak vyšlete proud energie hadí síly skrz toto napojení psů proti nim a vytlačte je ven ze všech svých vyšších těl.

## Ochrana vyšších těl – růžově stříbro zlatým světlem – paprskem

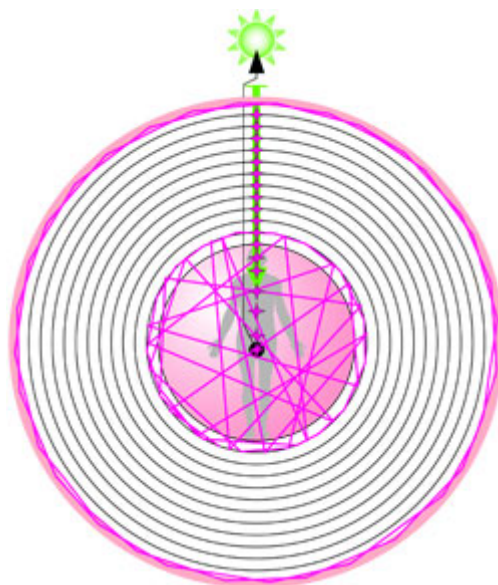
V další fázi meditace si představte ve třetí čakře (bodu) růžově-stříbro-zlatou kouli energie. Tuto kouli rozrotujte. Nezapomínejte se tím, kterým směrem má koule rotovat, zda doleva nebo doprava, prostě ji uveďte do pohybu. Ona si sama ten správný pohyb najde. Až vám bude růžově-stříbro-zlatá koule rotovat, tak roztáhněte vědomě její velikost do velikosti vašeho prvního vyššího těla. Nyní si představte, jak ze středu této růžově-stříbro-zlaté koule vychází tenoulinký paprsek růžově-stříbro-zlaté energie a prochází 7. čakrou a potom 8. čakrou. Po průchodu 8. čakrou si představte, jak se začne tenoulinký paprsek růžově-stříbro-zlaté energie omotávat všemi směry cik-cak kolem druhého „vyššího energetického těla“ (dále jen VET, viz. zkratky) a vytvářet kolem slupky druhého VET něco podobného jako „kokon“ růžově-stříbro-zlaté energie.

*Vždy dbejte, aby během omotávání paprsku růžově-stříbro-zlaté energie kolem slupky VET byl*

*paprsek kolmo ke slupce (povrchu) VET a omotával se vždy „chaoticky“ (omotávání nesmí mít řád, např. zleva doprava atd.). Cílem je, aby vazby (napojení) „vyšších energetických“ bytostí na Vašich VET byly překrájeny (přestřiženy) paprskem růžově-stříbro-zlaté energie a zaceleny (zatěsněny) kokonem z paprsku růžově-stříbro-zlaté energie. Takto začnete vědomě budovat ochranu svých jednotlivých VET proti vniknutí „cizí energie“ do Vašich těl.*

Stejným způsobem postupujte i u ostatních VET až po 12. VET včetně. Potom nastává podstatná změna.

Po průchodu 12. čakrou a vytvoření kokonu kolem 12-tého těla (slupky) vytvořte nad 12-tým VET z růžově-stříbro-zlaté energie kouli. Z 12-té čakry vyšlete paprsek růžově-stříbro-zlaté energie směrem k růžově-stříbro-zlaté energetické kouli a začněte vymotávat její vnitřní povrch růžově-stříbro-zlatým paprskem energie a vytvořte opět kokon. Takto vybudujete poslední „ochranný val“ z růžově-stříbro-zlatého paprsku energie. Tento ochranný val je velice důležitý, tak si dejte záležet.



Obrázek 6

## Odpuštění

Nyní přistoupíme k této části. Odříkejte následující formulku:

**Odpouštím všem živým i neživým bytostem, energiím a polím, kterým jsem ublížil dnes (snažím si v duchu promítnout dnešek), včera (snažím si v duchu promítnout včerejšek), v tomto životě (snažím si promítnout tento život), od první inkarnace (snažím si promítnout všechny lidské inkarnace) až od doby vzniku mého ducha (snažím si promítnout všechny inkarnace). A představím si jak postupně do všech částí posílám energii lásky a míru (v našem případě energii stříbřitě oslnivého bílého světla).**

## Prosba o odpuštění

**Prosím o odpuštění všechny živé i neživé bytosti, energie a pole, kterým jsem ublížil dnes (snažím si v duchu promítnout dnešek), včera (snažím si v duchu promítnout včerejšek),**

**v tomto životě** (snažím si promítnout tento život), **od první inkarnace** (snažím si promítnout všechny lidské inkarnace) **a od doby vzniku mého ducha** (snažím si promítnout všechny inkarnace).

*Pod termínem promítnout, si představuji totéž jako při přehlížení velkého davu, tj. dívám se na začátek davu, pak letím nad ním, aniž bych vnímal detaily a pak konec davu, zde to vnímám tak, že jsem do něčeho „narazil“, resp. již mám pocit, že je konec. (Tento způsob má za význam vyrušit jakékoliv vazby na minulost v tomto systému!)*

## Poděkování

- **Děkuji mému duchu, jak mě řídí** (snažím se ho vidět – vnitřním zrakem) ... fyzický projev poděkování (např. úklona).
- **Děkuji mým ochráncům** (snažím se je vidět), **že mě chrání před všemi, kteří mi chtějí ublížit** ... fyzický projev poděkování (např. úklona).
- **Děkuji mému duchovnímu učiteli** (snažím se ho vidět), **jak mě vede a pomáhá mi ....** fyzický projev poděkování (např. úklona).
- **Děkuji mému stvořiteli** (snažím se ho vidět), **že si mě vybral a pomáhá mi na mé cestě poznání** ... fyzický projev poděkování (např. úklona).
- **Děkuji všem, kteří mi pomáhají na mé cestě** ... fyzický projev poděkování (např. úklona).

## Meditace „Odpojení“

Cílem této meditace je očistit se od všech napojených „bytostí“ (i na vyšších tělech nejenom na fyzickém) a dostat se do stavu ego (dvojník) – já (vědomí) – duch.

### Meditace se skládá z těchto bodů

- **Výběr místa a pozice** (dle předchozího popisu)
- **Připojení** (dle předchozího popisu)
- **Energetizace čaker** (dle předchozího popisu)
- **Odpojení psů** (dle předchozího popisu)
- **Pročištění** (dle předchozího popisu)
- **Technika „Bílé světlo“** (dle předchozího popisu)
- **Ochrana vyšších těl – růžově stříbro zlatým světlem**
- **Odpuštění**
- **Prosba o odpuštění**
- **Poděkování**
- **Dočerpání energie Ducha**

## Jak meditovat přes někoho blízkého

Nevím, kolik existuje způsobů, jak meditovat přes někoho blízkého, ani netvrdím, že způsob, který zde nastíním, je ten jediný a správný. Nám se podařilo „navázat spojení“ s duchem

pomocí přístroje komerčně označovaným psychowalkman. Provedli jsme malou úpravu jednoho relaxačního programu v psychowalkmanu a začali meditovat s tímto přístrojem. Přístroj používáme proto, že nám rychleji pomůže navodit stav vědomí (theta) (podobný hlubokému spánku nebo hypnóze), kdy je „vypnuto“ EGO a máte jistotu, že komunikujete s duchem Vašeho blízkého. Tato meditace probíhá tak, že Váš blízký je uveden pomocí přístroje do stavu (theta) a Vy (jako navigátor) za normálního vědomí komunikujete s Vaším blízkým resp. prostřednictvím Vašeho blízkého s jeho Duchem. Ducha Vašeho blízkého můžete potom posílat na různá místa např. do Agharty, za Delfíny, mimo hranice Matrixu atd., ale také za vlastním duchem (a to je důležité). Právě díky tomu, že máte zprostředkovaný rozhovor s vlastním Duchem přes Ducha Vašeho blízkého, eliminujete vlastní EGO, resp. iluzi, kterou by Vám mohlo dát vlastní EGO.

Ze začátku se může stávat, že i „uspaný“ partner bude občas podléhat EGU. Např. budou se mu tlačít do hlavy na první pohled nesmyslné myšlenky např. modrá kráva a vědomí „uspaného“ partnera je začne posuzovat, co je to za nesmysl, vždyť modrá kráva neexistuje a tuto myšlenku neřekne (zatlumí ji). **Proto je důležité nemyslet na logičnost, zapomenout na všechno, co znáte, a mluvit (interpretovat) vše co vás během meditace napadne, ať je to sebevětší nesmysl.** Časem začnou tyto efekty ustupovat a spojení s Duchem se začne pročišťovat. Vy jako navigátor se vyvarujte jakýchkoli výčitek vůči partnerovi (uspanému), ve smyslu to kvůli tobě to nejde a podobně. **Přístupujte k tomu jako ke hře.** Před společnou meditací se snažte být v klidu a v pohodě. Jste-li rozčilení nebo v depresi, tak meditaci posuňte na někdy jindy. Pokud Vám partner během meditace usne, nechejte ho, ať se prospí. Možná bude lepší, když budete meditovat společně odpočatí. Ze začátku si musíte zvyknout na tento přístroj. Můžete si zvykat na přístroj jeho pomalým používáním, vyzkoušejte si nějaké programy, které obsahuje, a pak si začněte zvykat na onen upravený program. Hned ze začátku se nedostaví ony kýžené výsledky, ale postupem času ano. Pokud budete chtít, můžete používat přístroj ze začátku častěji, např. každý den nebo obden a později si upravíte režim dle vlastních potřeb a požadavků.

*Ted' pár závěrečných rad na závěr. Pokud se rozhodnete ke koupi přístroje, tak si vyberte model, který umožňuje komunikaci s počítačem a který má software k dohrání dalšího programu. Tuto vlastnost přístroje budete potřebovat, pro dohrání zmíněného programu. Nevýhodou je, že takový přístroj je ovšem dražší. Nemusíte ovšem kupovat hned ten nejdražší. Pro informaci, můj přístroj (Photosonic Muse) stál ve své době necelých 10 000 Kč (ale stálo to za to investovat).*

**UPOZORNĚNÍ: Nejedná se o reklamu na tyto přístroje. Pouze jsme využili, možnosti, kterou poskytoval tehdejší trh a vyzkoušeli to. Nevěděli jsme ze začátku jestli to vyjde, ale vyšlo to. Kde si seženete podobné přístroje nebo zda použijete jiné možnosti, nechám plně na Vaší svobodné volbě.**

Všem odvážným přeji hodně zdaru a hlavně vytrvalosti „Bubuláci“.

Eva a Josef