

3

JAK VIDĚT AURY

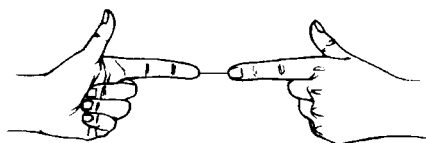
Při různých pokusech uvedených v předchozí kapitole si vyvinete své vědomí aury, což vám podstatně usnadní, abyste se naučili auru vidět. Ve skutečnosti dokonce můžete začít vidět aury již od okamžiku, kdy jste je schopni vnímat. Ale i v tomto případě bude pro vás prospěšné všechny pokusy uvedené v druhé kapitole provést.

Zjistil jsem, že několik žáků z mých kurzů bylo schopno se mentálně vyladit a určit barvu aury už v okamžiku, kdy ji byli schopni vnímat. To je fascinující a blíží se to schopnostem mnoha jasnovidců, kteří jsou schopni barvu aury určit intuitivně, aniž by ji opravdu viděli. A tak i kdybyste zjistili, že jste schopni určit barvu aury intuitivně, věnujte se praxi uvedené v předchozí kapitole, protože vidět auru v celé její nádheře je opravdu mnohem pohodlnější. Mnohé autority tvrdí, že barvy aury vidíme spíše třetím okem, než normálně očima. Zodpovědět tuto otázku je obtížné, a i já si někdy uvědomuji, že vnímám barvy aury spíš intuitivně než očima. Nehledě na to mám ale převážně pocit, že auru skutečně vidím, než že bych ji jen vycíťoval.

Začněte tím, že se někde pohodlně posadíte a začnete s relaxačním cvičením. Jakmile budete mít pocit, že jste dostatečně uvolnění tělesně i duševně, otevřete oči a začnete první pokus.

Ujistěte se, že v místnosti je dobré osvětlení. Posad'te se tak, abyste měli všechna ostrá světla za zády. Žádné světlo, ani jeho odrazy by vám neměly jít přímo do očí.

Dotkněte se navzájem ukazováčky svých prstů a dívejte se na ně asi deset vteřin. Pak je začněte pomalu od sebe oddalovat. Můžete si všimnout jemného, skoro neviditelného energetického vlákna mezi nimi, které tam přetrvává i když je od sebe pomalu oddalujete (obr. 3.1). Když to budete dělat poprvé, možná vám toto spojení zmizí, jakmile budou konce ukazováčků od sebe vzáleny asi tak 1 cm.



Obr: 3.1.

Jak ale budete v pokusech pokračovat, uvidíte, že spojení mezi ukazováčky zůstane viditelné i když budou od sebe vzdáleny i 10 – 12 cm.

Kdybyste měli s viděním energetického vlákna potíže, pokuste se ztlumit světlo a prsty držet nad nějakým světlým povrchem. Většinou v takovém případě vyhovuje arch bílého papíru, i když jsou jedinci, kteří dávají přednost tmavšímu pozadí, protože proud energie vnímají v bílé barvě.

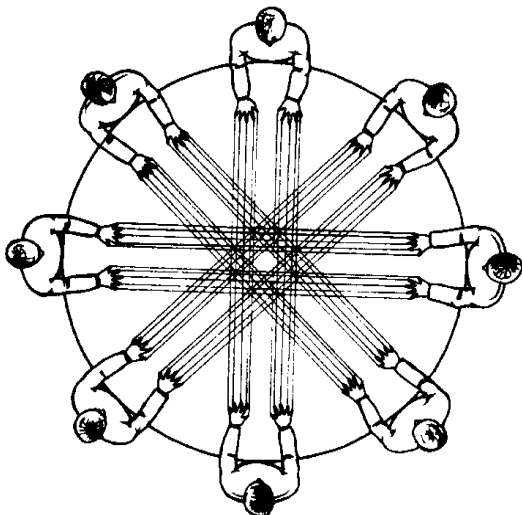
Jetliže jste energetické vlákno schopni vidět, zjistíte, že jste ho schopni vidět kdykoliv a za jakýchkoliv podmínek.

Teď zkuste též pokus s tou obměnou, že se budou navzájem dotýkat všechny čtyři prsty jedné a druhé ruky. Jak budete rukama pohybovat, budete vnímat proudy energie, spojující všechny dvojice.

Jestliže váš partner bude dělat pokusy současně s vámi, snažte se vidět proudy energie i mezi jeho prsty. Vidět poprvé něčí auru je velice vzrušující.

Pak udělejte další zajímavý pokus. Konečky prstů jedné ruky se dotkněte konečků prstů přítelovy ruky a pak ruce od sebe pomalu oddalujte. Uvidíte proud čisté energie, spojující konečky prstů vašich rukou. Co myslíte že se stane, kdybyste se pokusili udělat totéž s někým, kdo je vám nesympatický? Zkoušejte tento pokus v různých obměnách s co největším počtem lidí.

Jeden dobrý způsob, jak to zkoušet, když se shromáždí nějaká společnost, je provést následující pokus. Ten se nejlépe daří, když ho děláte u kulatého stolu, který má



Obr: 3.2.

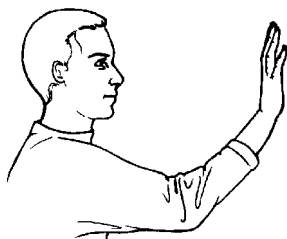
Praménky energií, jdoucí přes povrch stolu

tmavý povrch, ale v zásadě ho můžete dělat u jakéhokoliv stolu. Rozsad'te účastníky kolem stolu a požádejte je, aby položili ruce dlaněmi na stůl, s prsty směřujícími do středu stolu. Ztlumte světla. Požádejte všechny, aby se uvolnili a snažte se na stole vidět jemnou síť čar, spojující všechny konečky prstů.

Může to trvat i pět minut, než to někdo uvidí, ale jakmile to spatří jeden z účastníků, uvidí to hned i všichni ostatní. Je to zarážejícím způsobem krásný jev, tvořený sítí energetických proudů, jdoucích přes povrch stolu (obr. 3.2). Jestliže tento pokus uděláte, každý, kdo ho spatří, bude mít k němu hned plno otázek a bude také pln ochoty dělat s vámi cvičení s dotyky prstů.

Zjistíte, že s některými lidmi je možné vytvářet energetické proudy mnohem delší a silnější než s jinými. Je to tím, že vaše aura má tendenci obklopit ty, které máte rádi, ale chová se zcela opačně u lidí, jejich přítomnost vám není příjemná.

Teď jste už připraveni vidět víc z vlastní aury. Budete potřebovat čistě vymalovanou místnost, nejlépe bíle, nebo krémově. Místnost zatemněte a postavte se asi metr od zdi,



Obr: 3.3.

čelem k ní. Zdvihněte pravou ruku před sebe (viz obr. 3.3) tak, že prsty směřují vzhůru. Teď se přes prsty podívejte na zeď. Při tom oči zaostřete spíše na zeď, než na prsty své ruky. Po chvíli pozorování uvidíte kolem své ruky zcela zřetelně auru. Bude vypadat jako šedá, skoro bezbarvá mlha.

Jakmile ji uvidíte, zaostřete oči na ni, místo na zeď. V okamžiku, kdy to uděláte, vám možná zmizí. V tom případě zaostřete oči znovu na zeď a dívejte se tak dlouho, dokud ji znovu neuvidíte. Až se vám podaří vidět auru, i když oči zaostříte přímo na ni, podívejte se na konečky svých prstů. Uvidíte jemné proudy energie, vyzařující z prstů. Když se podíváte na auru obklopující vaši ruku pečlivěji, můžete si všimnout, že je v neustálém pohybu.

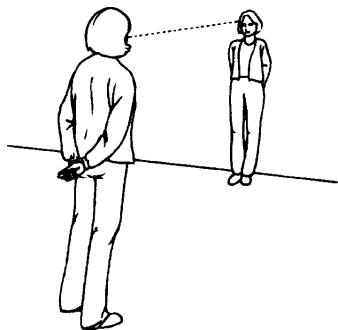
Při prvním vidění aury jsou mnozí nespokojeni, protože vypadá bezbarvě. Jestliže se vám to stane, nic si z toho nedělejte, barvy začnete vidět později, až pro vás vidění aury bude běžnější.

Pokus si zopakujte s druhou rukou a pak při různých světelných podmínkách v místnosti. Při prvních pokusech je ztlumené světlo nejvýhodnější, ale časem se naučíte vidět auru za jakýchkoliv okolností.

Dělejte pokusy i s pozorováním jiných částí těla. Když se vám podaří vidět auru kolem vlastní ruky, zjistíte, že není těžké vidět auru i v okolí ostatních částí těla. Oděv, který máte na sobě, vidění aury ztěžuje a tak při těchto prvních pokusech bude možná pro vás výhodnější, když budete nazí, nebo alespoň oblečení jen částečně. Pro většinu lidí je bohužel nemožné vidět auru v zrcadle. Jsou důvody, které způsobují, že zrcadlo auru dobře neodráží. I za těchto ztížených podmínek jsou ale někteří lidé schopni auru v zrcadle vidět a možná bude i pro vás zajímavé, udělat nějaké takové pokusy se zrcadlem doma v koupelně¹.

Jestliže nosíte brýle, snažte se vidět auru jak s nimi, tak i bez nich. Zjistil jsem totiž, že mnozí, kteří nosí brýle, jsou schopni vidět auru lépe bez brýlí než s nimi.

Teď nadešel čas, udělat znovu nějaké pokusy se svým partnerem. Přítele poproste, aby se postavil před čistě



Obr: 3.4.

a hladce vymalovanou zeď. Pak se postavte asi tak metr před něj a zaostřete svůj zrak na zeď za ním (obr. 3.4). Ideální stav se podobá denímu snu, kdy máte otevřené oči, ale ve skutečnosti nevidíte nic. V našem případě jste ale současně také uvolnění a soustředění. Může vám pomoci, když si vybavíte dobu, kdy jste byli skutečně unaveni a oči se vám únavou zavíraly. Teď

pochopitelně nechcete, aby se vám oči zavřely, ale pomůžte vám představa situace, v níž jste měli oči zcela přirozeně nezaostřené.

Až k tomu dojde, budete mít možná trochu podivný pocit, ale najednou si začnete uvědomovat mlhavou auru, která vašeho přítele zcela obklopuje. Uvidíte ji svým periferním viděním.

Zjistíte možná, že aura je jen kolem jeho hlavy a krku. Je to tím, že oděv, který má na sobě, auru silně omezuje, takže vidět ji v místech, kde má na sobě oděv je mnohem obtížnější. Navíc silná mentální energie vyzařující z hlavy, dělá auru v této části těla snadněji viditelnou.

Jakmile auru spatříte, snažte se svůj zrak zaostřit na ni. Možná, že vám zmizí, ale opakujte pokus tak dlouho, až ji budete schopni vidět stále. Jakmile ji budete schopni vidět i když máte oči zaostřené na ni, pozorně ji sledujte. Znovu uvidíte, že se stále pohybuje a mění. Také možná zjistíte, že když mrknete, aura vám na chvíli zmizí.

Nyní přistupte blíže a pokuste se jí dotknout. Budete muset možná udělat několik takových pokusů, než se vám podaří auru vidět a zároveň se jí dotýkat. Lidé většinou zjistí, že aura zmizí už v okamžiku, když udělají krok vpřed, aby se jí dotkli. Je to tím, že když se začnou pohybovat vpřed, zaostření jejich očí se mění, Jestlže se vám to také stane, vraťte se zpět na místo, kde jste stáli předtím a celý pokus udělejte znovu. Aura by se vám měla během několika vteřin objevit znovu.

Když se aury dotknete, budete mít stejné pocity, jako při cvičeních, uvedených v předchozí kapitole, ale teď budete navíc auru i vidět. Všimněte si, jak se aura před vašimi prsty vzdaluje, ale pak do ní prsty ponořte. Je to, jako když se dotknete povrchu balonku s tím rozdílem, že tady můžete proniknout povrchem dovnitř.

Vnímejte auru na různých částech přítelova těla. Zvláštní pozornost věnujte okolí čaker - všimněte si, jak aura v těchto místech rychle rotuje.

Teď jděte znovu zpět do výchozí pozice, pozorujte auru a pak přítele požádejte, aby začal přemýšlet o něčem, co v něm vyvolává zlost. Přitom pozorujte změny v jeho auře. Můžete vidět, že jeho aura se jakoby najednou trochu smrštila a změnila se i její zbarvení. Zlost se projeví jako špinavě načervenalé zbarvení aury.

Teď přítele požádejte, aby se několikrát za sebou zhluboka nadechl a pak aby přemýšlel o něčem, co má hodně rád. Pozorujte přitom nadýmání a rozšiřování aury.

Pak ho požádejte, aby přemýšlel o něčem neutrálním, o něčem, co mu nevádí, ale také ho to nijak zvlášť netěší, a pozorujte, jak se aura pomalu vrací ke svým normálním rozměrům.

Nakonec přítele požádejte, aby přemýšlel o něčem, co ho buď zarmucuje, zlobí, činí šťastným, nebo nechává lhostejným. Teď byste měli být schopni říci mu, na základě pozorování jeho aury, jaké jsou právě jeho myšlenky.

Tyto pokusy si zopakujte venku. Ujistěte se, že slunce máte v zádech. Nejlépe se vám budou pokusy dařit buď časně ráno, nebo později odpoledne. Zjistíte, že venku na čerstvém vzduchu se přítelova aura zvětší.

Je ještě několik dalších způsobů, jak můžete auru vidět. Podobnou metodou je strnulé zírání na přítelovo čelo (ne na zeď, jak jste to dělali v předchozích pokusech). Soustředíte se na jeho čelo a pak pomalu své periferní vidění rozšiřujete - napřed doleva a doprava, potom nahoru a dolů. Zjistíte, že když své okrajové vidění zvětšujete jak jen je to možné ve všech směrech, vaše oči se trochu rozostří a za několik okamžiků se rozostření změní na zřetelnou auru. Jakmile se vám vyjasní, budete schopni oči na auru zaostřit. Když to budete poprvé zkoušet, budete mít pocit, že jakmile oči zaostříte na auru, tak vám zmizí. Nedejte se tím odradit a pokus opakujte stále znovu a znovu tak dlouho, až budete schopni oči zaostřit na auru a dobře ji vidět.

Další způsob pozorování aury je kombinací obou předchozích. Váš přítel se musí znovu postavit, nebo posadit před čistě vymalovanou zeď. Postavte se asi tak metr od něho a dívejte se mu na nos. Uvědomujte si, jak daleko jste svým okrajovým viděním schopni vidět nad a nalevo od přítele. Udělejte si na zdi nějakou značku, označující kam až vidíte. Pak se vraťte do výchozí pozice a uvědomte si, jaké je vaše okrajové vidění ve směru nad a doprava od přítele. Znovu si mez svého vidění nějak na zdi označte. Pak udělejte pokus, jaké je vaše okrajové vidění ve směru dolů a nalevo a dolů a napravo od přítelova nosu. Začněte

zíráním na značky, které jste udělali, když jste si uvědomovali, jak daleko vidíte nad a nalevo od přítelova nosu. Po několika vteřinách rychle zaostřete na značky, označující kam až vidíte ve směru nalevo a dolů. Zírejte několik vteřin tímto směrem a pak rychle přesuňte svůj zrak na značky vymezující vidění vpravo a dolů. Nakonec se podívejte na značky vyznačující pole vidění vpravo a nahoru. Poté, co se na ně budete několik vteřin dívat, dovolte svému okrajovému vidění, aby se pomalu rozšiřovalo tak, že postupně pojme i ostatní tři polohy, na které jste se soustřeďovali předtím. Jak se o to budete snažit, přítelova aura se vám najednou objeví. Právě tak jako u předchozích pokusů, budete to muset několikrát opakovat, než budete schopni auru vidět rovnou. Teď už můžete začít oslavovat své úspěchy. Jděte s přítelem někam, kde je rušno. Jděte několik kroků za ním a pozorujte, jestli jste schopni jeho auru v tomto rozptýlujícím prostředí vidět.

Nebud'te zammouceni, když ji nevidíte. Prostředí rušného obchodního domu je něco zcela odlišného od klidné, potmělé místnosti. Pak si vyměňte role a nechte svého přítele, aby se i on přesvědčil, jestli je schopen vidět auru vaši.

V obchodním domě se dívejte kolem sebe, jestli jste schopni vidět auru jiných lidí. Aby se vám to podařilo, nemusíte na ně upřeně zírat. Jen zaostřete své oči asi tak metr za ně a pokuste se vidět jejich auru okrajovým viděním. Je to lehčí, jestliže jsou tito lidé před nějakým světlejším pozadím. Obvykle jejich auru uvidíte nejzřetelněji kolem hlav. Jestliže to bude v létě, kdy jsou lidé méně oblečení, budete moci vidět auru i kolem velké části jejich těl. Někdy je to až ohromující, když auru najednou vidíte kolem každého. Obvykle to ale trvá nějakou dobu, než se k této schopnosti dopracujete. Dobré na tom je, že můžete trénovat, kdekoliv jste.