

# CYKLY LIDSKÉHO HLADU A UVĚDOMOVÁNÍ

Stejně jako mnoho metafyziků i já jsem přišla na tento svět s již vrozeným hladem žít v pásmu théta, ačkoliv mnozí v mém blízkém okolí na takové touhy nebrali ohled. V metafyzickém světě však existují příčiny našeho hladovění a také přirozené cykly, které jsou s ním spojené a které ukazuje obrázek číslo 1 na konci této kapitoly. Můžeme na ně také nahlížet jako na jednotlivé životní fáze. Pokud je pochopíme, snadněji vysvětlíme a zvládneme naše touhy, které nás pohání.

### **1. fáze: Existence v pásmu beta a neustálý hlad určité intenzity.**

#### **1. stupeň v programu Božské výživy:**

Toto je stav vědomí naprosté většiny lidí, který lze charakterizovat postojem „nějak to tu musím přežít“ s tím, že „největší pozornost je obrácena ke vlastním zájmům“. V západním světě, kde máme daleko větší možnosti, nás především zaměstnávají starosti jako „kde budu pracovat“, „kde budu bydlet“, „koho si vezmu“, „měl(a) bych mít děti“, „kolik bych jich měla mít“ a tak dále. Pak se pravděpodobně pustíme do jejich řešení, což vyústí v nutnost postarat se co možná nejlépe o sebe samotného a svou rodinu.

Tady buď doslova bojujeme o přežití – vždyť tři miliardy lidí na planetě žijí za méně než jeden americký dolar na den – nebo přežíváme naštěstí docela dobře, ale přesto něco uvnitř nás se stále cítí jaksi prázdné.

V této první fázi mozkové vlny rezonují na frekvenci beta rychlostí od čtrnácti do třiceti kmitů za sekundu

a naši pozornosti se obyčejně zmocňuje mentalita typu „já, já a moje“. V této frekvenční hladině působí myšlenka božské výživy a žití z Jeho světla obvykle absurdně jako něco nedosažitelného, co patří do nějakého vysněného světa budoucnosti, který zřejmě budou obývat jogíni a osvícené bytosti.

V podstatě je tato volba pro nás nepředstavitelná, protože jednoduše není součástí naší osobní existence.

## **2. fáze: Objevení pásma alfa a občasný pocit hladu.**

### **1. a 2. stupeň v programu Božské výživy:**

Jakmile zvládneme hlad vyvolaný potřebou přežít, můžeme jako lidské bytosti začít usilovat o to, abychom se raději rozvíjeli, než jenom přežívali – dokonce i tehdy, když se navíc někdy musíme snažit přežít. Tato fáze nastává často kvůli nedostatku emocionální, duševní a/nebo duchovní výživy. Někdy ji také přivodí prožitek blízké smrti. Tady si klademe otázky jako „Kdo jsem?“, „Proč jsem tady?“ nebo „Opravdu život přináší mnohem víc než jenom placení účtů a starosti o rodinu?“.

Otázky tohoto typu nám napovídá ta část naší existence, která nezná hranic, je vševědoucí a která je božskou bytostí se zkušeností člověka a přáním, abychom se probudili a stali se vnímavějšími.

Pokud myslíme tímto způsobem, stimulujeme alfa hladinu mozkových vln, tedy oblast hloubavějšího a meditativnějšího vědomí, které často otvírá dveře vyššímu poznání.

V této fázi se přesouváme do roviny uvědomění „já a oni“, které je principem jóginské duality. UVědomujeme si, že nejsme středem vesmíru, že také existují druzí lidé, kteří zrovna tak mají své potřeby, a že můžeme žít jeden vedle druhého buď v harmonickém, nebo disharmonickém vztahu. V této rovině uvědomění naše možnosti nabývají zcela jasných podob a my náhle začínáme chápat skutečnost, že nejsme oběťmi, ale pány nad svými osudy. Ve druhé fázi jsou mozkové vlny pevně uchyceny v pásmu alfa o frekvenci osm až třináct kmitů za sekundu. Do hladiny beta sklouzneme pouze v tom případě, že čas od času podlehneme stresu. Stres narůstá, právě když jsme vtahováni zpět do pásma beta.

Ze zkušenosti víme, že pokud meditujeme, dopřejeme si oddech a zvolíme jiné varianty, dobrý pocit navozený vlnami alfa se vrátí.

V této fázi jsme si obvykle vědomi toho, jak prospěšná je zdravá, čerstvá strava a možná i bezmasá dieta. Jak prospěšné je přistupovat k našemu tělu jako ke chrámu a jak neocenitelné je tělesné cvičení. Víme o blahodárnosti jógy a pravidelné meditace. O přínosu času, který strávíme o samotě a v rozjímání.

A také si dokonce uvědomujeme, jaké potraviny se nám dostávají, jestliže jsme k druhým a k sobě laskaví a soucitní.

Začínáme chápat, že život odráží naše vlastní vědomí a že my můžeme řídit vývoj našeho uvědomování, neboť záležitosti osobního rozvoje se stávají důležitými. Tady se nás mohou zmocňovat otázky poctivosti a sebeocení a také otázky jako „Jsem opravdu šťastný(á)?“ a „Jestliže ne, tak proč?“ a „Co mohu udělat, abych to změnil?“. Jak už jsem dříve uvedla, impulz ke vstupu na hladinu alfa může dokonce vzejít z krize středního věku.

V této fázi už jsme zpravidla v životě určitou měrou pocítili nebo zažili, že jsme vedeni vyšší mocí, nebo že naše jednání je ovlivněno shodou okolností a náhodnými událostmi, které nedokážeme vysvětlit.

### **3. fáze: Objevení pásma théta a ojedinělý pocit hladu.**

#### **2. a 3. stupeň v programu Božské výživy:**

Čím více času trávíme na hladině alfa a jsme si vědomi toho, že můžeme koexistovat s druhými lidmi v soucitném a harmonickém vztahu, tím jsme vyrovnanější a spokojenější.

Dochází k tomu obzvláště tehdy, jestliže se naučíme naslouchat a věřit svému vnitřnímu hlasu neboli šestému smyslu, intuici, která je náповědou našeho autentického Já – našeho BON.

V této fázi jsme se posunuli do oblasti jednotného vědomí, kde dokonce můžeme cítit, že my a všechno ostatní tvoříme jedno. Jako bychom byli jen jednou malou buňkou v těle jakéhosi božského organismu, který jak se zdá tepe soucitným, inteligentním a milujícím vědomím. Uvědomu-

jeme si, že způsob, jakým trávíme čas, a to, čemu věnujeme pozornost, ovlivňuje, jaké druhy zážitků a zkušeností v životě přitahujeme. Protože jsme dospěli do této fáze, uvědomili jsme si vliv síly našich myšlenek na utváření skutečnosti. Z toho důvodu si nyní vybíráme myšlenky, které vytvářejí takový život, v němž cítíme, jako bychom vzkvétali a dobře zapadali do většího plánu. Cvičíme, abychom ve všem živém spatřili Boha a poznali dokonalost stvoření a přirozené cykly veškerého života, přičemž vnímáme, jak mizí osnova života, dualita a pocity odloučenosti, a uvědomujeme si, že naše BON je věčné a že smrt představuje pouhou iluzi.

V této fázi jsou mozkové vlny pevně zaklíněny v pásmu théta o rychlosti čtyři až sedm kmitů za sekundu. Častěji nás navštěvují Boží zjevení a svatá vidění. Stejně hojně jsou návštěvy svatých bytostí, které pobývají ve vnitřních sférách a k nimž si zpřístupníme cestu tím, že aktivujeme svůj šestý smysl intuice a sedmý smysl poznání a oba naladíme na jejich kanál. Naladíme se prostřednictvím síly programování a vědomého nasměrování vůle a úmyslů. Zda s nimi navážeme úspěšné spojení, závisí na tom, jak průzračné jsou síly našeho srdce, které k nám pak jako magnet přitahují jiná čistá srdce. Čím více času v této oblasti trávíme, tím více chceme „něco vrátit“, sloužit a být pro druhé užiteční a skrze svou přítomnost být přínosem pro tento svět.

Právě zde na hladině théta získává svou pravou sílu šaman jako pán extáze nebo jogín jako student věcí božských.

Současně s tím, jak se před námi začíná rozkládat nesmírnost stvoření, si uvědomujeme, že čím více si myslíme, že víme, tím více poznáváme, jak málo víme.

#### **4. fáze: Bytí v pásmu delta a žádný hlad.**

##### **3. stupeň v programu Božské výživy:**

V této fázi pomínou veškeré naše otázky, protože naše vnitřní bytí zaplavila tak mocná výživa, že už vůbec nepocítujeme hlad. Naše fyzické tělo zaplavilo tolik světla, lásky, radosti a božské extáze, že se každá jeho buňka chvěje frekvencí opravdového vtěleného boha. Naše emocionální tělo zaplavila bezvýhradně milující přítomnost, a tak si uvědo-

mujeme, že prožíváme hluboké poznání a úžas z krásy, dokonalosti a nezměrnosti všeho stvoření. Jestli si v této oblasti naše duševní bytí zachová nebo nezachová vědomé uvědomění, záleží na tom, jak hluboko se noříme do pásma delta.

Koupele ve vlnách této hladiny nás natrvalo změní, a to do takové hloubky, že nejsme schopni tuto zkušenost vysvětlit, a když se o to přesto pokusíme, často se nám nedostává slov.

V této fázi nezřídka přecházíme mezi pásmy theta a delta, protože nechceme ztratit touhu fungovat v reálném světě nebo se na něm podílet. Je však obtížné si ji uchovat, jestliže jsme plně ponořeni právě do pásma delta, protože když nás omývají vlny této frekvence, povědomí o materiálním světě se v podstatě vytrácí.

Je to království, v němž se nachází vědomí dokonalosti a „všechno, co je“, protože je domovem bohů, kde ryzí výživa a tvůrčí schopnosti tryskají v nekonečném proudu.

Strava bohů představuje věčné tajemství, které se nám odhaluje skrze náš systém, pokud naše mozkové vlny zaznívají z hloubi hladiny delta. Jak už jsem dříve uvedla, jedná se o formu kvalitní potravy, která nasytí naši duši i naše buňky. Použijí-li duchovní termíny, tato energie pocházející z hladiny delta, je ve svém nejryzejším jádru láskou. Řečeno terminologií biopole, jedná se o mozkové vlny určitého pásma, které dokáží při určitém naprogramování odemknout a otevřít vnitřní bránu vstříc proudu nejlepšího druhu stravy pro naše atomy.

Tuto stravu nazýváme *božskou výživou*.

Na poli alchymie se tato esence hladiny delta – rovněž známá jako mana, prána, čchi nebo univerzální životní síla – také projevuje prostřednictvím příválu Boží milosti, kde zázrak a náhoda panují pomocí synchronického a harmonického proudění.

## **5. fáze: Osvobození.**

### **3. stupeň v programu Božské výživy:**

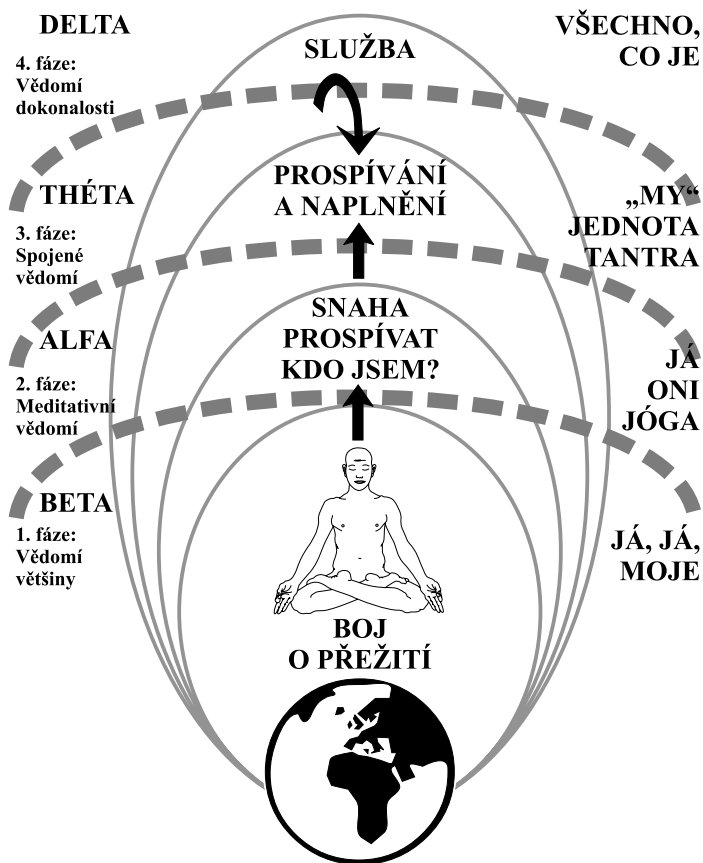
Tady bych ráda přidala ještě jednu fázi – fázi opravdového osvobození. Pokud zkoumáme a sami prožíváme hodnoty prvních čtyř fází, dochází ke sledu následujících tří věcí:

1. Nejdříve se naučíme oprostít se od okolností, které blokují proud božské výživy.

2. Pokud v tomto bodě se svou prací neskončíme, naše intuice nás vede dále, až zakotvíme v pásmu théta a staneme se zářným příkladem bezvadného ovládnání sebe sama, které se projevuje péčí a starostí o svět. Přes tento ústřední zájem se znovu učíme, jak soucitně sloužit.

„Já“ se rozpouští a je nahrazeno výrazem „my“.

3. Jestliže nakonec dovršíme úsilí, které jsme si na této rovině vytkli a pevně zakotvíme ve vlnách théta – delta, může nám být nabídnuta příležitost odejít. Dříve jsem si dělala legraci, že až ten čas nastane, Bůh nám pošle kosmickou limuzínu, která nás vyzvedne. Než k tomu ale dojde, musíme relaxovat, bavit se a pokračovat v naplňování života, kvůli čemuž jsme sem přišli. Místo toho se však stává, že láska a světlo – ta pravá strava bohů – nás úplně prostoupí, až jsme jimi naprosto uchvázeni, a tedy ponořeni do vln čisté magnetické lásky, která nás láká pryč z našeho těla. Jinými slovy jdeme vzhůru a dostáváme příležitost vystoupat až do království ryzího světla a vzdát se tělesné formy.



Obr. 1 – Cykly lidského uvědomování