

Když jsem cítil, že se šňůra začíná napínat, obrátil jsem se směrem k tělu. Rád bych ještě připoměl, že během celé té doby jsem všechno vnímal pouze myslí. A protože jsem „neviděl“, musel jsem cítit, kde šňůra je. Cítil jsem ji, byla připojena k astrálnímu tělu na dolní části hrudního koše, kousek pod srdcem, v místě, kde se žebra rozdělují směrem dolů.

Šňůra byla na dotek hladká a velmi silná jako kus zahradní hadice. V průměru měla asi jeden centimetr.

Položil jsem ruku těsně nad šňůru, takže bych měl vidět, kde se nachází, až se probudím. Předpokládal jsem, že i má fyzická ruka se přesune na ono místo. Zaujal jsem postoj z kung-fu s váhou na jedné noze. Tím jsem byl připraven na přetahování se s vlastní astrální šňůrou!

Vší silou jsem zatáhl. Začal jsem vzdorovat jejímu tahu a neustále jsem se přitom přesvědčoval, že bych měl být tohoto trápení zbaven.

Chvilí jsem odolával tahu astrální šňůry, jak jsem jen uměl, avšak nakonec mě opět vtáhla zpátky do těla.

Můj kung-fu postoj mi zřejmě nepomohl lépe se bránit mé šňůře. Bez nejmenšího poškození dokázala odolat mé největší námaze. Bylo zde mnoho nezodpovězených otázek týkajících se astrální šňůry, co to vlastně je a zda vůbec existuje. Mnoho lidí, kteří měli OBE nebo zážitky blízké smrti, tvrdilo, že viděli šňůru nebo kabel, spojující jejich astrální tělo s fyzickým. Lidé ze všech společenských skupin a z různých částí světa mluvili o šňůře bez ohledu na místo, věk a náboženské vyznání.

Na druhé straně mnoho lidí nevidělo žádnou šňůru, i když ji hledali a předpokládali, že ji uvidí. Měl jsem několik OBE, v nichž jsem šňůru viděl, a další, kde nebyla žádná. Osobně si myslím, že astrální šňůra existuje jen jako psychologická útěcha nebo potřeba. Nevěřím, že má nějaké skutečné spojení s fyzickým tělem. Rovněž nevěřím, že má nějakou funkci kromě významu, který v ní my sami vidíme.

Nevěřím, že zahrávání si se stříbrnou šňůrou může způsobit újmu na těle, a nevěřím, že tělo zemře, když se šňůra poškodí. Přesto vás na ni pro jistotu upozorňuji.

CVIČENÍ 13

Vizualizace černé skříňky

Jde o další vizualizační cvičení. Zaujměte svou oblíbenou polohu, zavřete oči a úplně se uvolněte. Ponořte se hlouběji a hlouběji do spánku, dokud vědomě nevidíte hypnagogické obrazy.

Potom si představte černou skříňku velkou asi sedm a půl centimetru ve vzdálenosti asi devadesáti centimetrů před vámi v úrovni očí a trochu nalevo od středu vaší imaginární obrazovky. Podržte si ten obraz asi třicet vteřin.

Pak si představte stejně velký šedivý oblak, vpravo od skříňky. Oblak nemá přesný tvar, je však vyšší než širší, vypadá skoro jako sněhulák. Představujte si tyto dva útvary vedle sebe dalších třicet vteřin.

Nyní si představte paprsek světla, jak pomalu přechází z černé skříňky k šedivému oblaku. Je stále blíž a blíž, až se ho nakonec dotkne a naplní jej světlem. Pocítíte-li přitom nějaké zvláštní vjemy, zůstaňte klidní a sledujte je. Když se nic nestane, zopakujte si vizualizaci několikrát od začátku. Přesvědčte se, zda to děláte pomalu a tak živě, jak jen je možné.

Co to ve skutečnosti vlastně způsobí? Jednou jsem použil tuto vizualizaci k opuštění těla. Během ní jsem ucítil ostrý pocit podél páteře a měl jsem nutkání se fyzicky vrátit zpátky do postele. Sledoval jsem onen impulz a pokusil jsem se hodit sebou dozadu. Pohnulo se však pouze moje astrální tělo a já byl venku. Bylo to nesmírně snadné OBE. Nevím, jak a proč, ale fungovalo to.

Kapitola 14

Pomocná ruka

Můj třetí způsob cestování – chůze – byl stejně neúspěšný jako oba první způsoby. Stříbrná šňůra a jiné okolnosti mi bránily v mých cílech a já byl velmi zklamán. Ovšem ne ochoten vzdát se.

Potom během jednoho ze svých nejdelších OBE jsem byl dost statečný a vyzkoušel jsem další způsob. Usoudil jsem, že bytosti v astrálu měly být lepší odborníci na cestování než já. A protože jsem sám nebyl při cestování úspěšný, rozhodl jsem se požádat někoho o pomoc. Do těch dob jsem byl spokojen se zkoumáním na vlastní pěst. Báł jsem se kontaktu s „duchy“, protože jsem si nebyl jist jejich mocí ani tím, co mi mohou udělat, dokud jsem „venku“.

25. 7. 1982 neděle – OBE č. 80

Byl jsem úplně mimo tělo... otevřel jsem oči. Zdálo se mi, že jsem uvázl ve fyzickém těle. Pomocí rukou jsem se snažil otočit a dostat se nějak ven z těla. Cítil jsem sice, že se obracím, avšak oči mi říkaly, že jsem se ani nepohnul. Podíval jsem se pozorněji. Byl jsem pořád ve stejné poloze. Bylo to, jako bych měl závrať – vnímal jsem pohyb (otáčení), avšak tkvěl

jsem stále na jednom místě. Chvíli jsem nad tím dumal. Zvažoval jsem, co bych asi tak měl udělat, abych se dostal ven. Pak jsem vypadl. Vrátil jsem se do fyzického těla, byl jsem úplně bdělý, avšak s dobrými podmínkami pro projekci. Rozhodl jsem se zkusit to znovu. Použil jsem stejnou metodu kolébání. Pokusil jsem se vytlačit nahoru a dolů, dokud jsem nezacítil jemné záchvěvy vibrací. Pak jsem totéž zkusil provést fyzicky. Využil jsem švihů houpavého pohybu, jenž mne vytáhl z těla.

Oddělil jsem se trochu od těla a zjistil jsem, že jsem znovu přilepen k tělu. Trochu víc jsem o tom přemýšlel. Uvědomil jsem si, že jediný způsob, jak se mohu hýbat, je zavřít oči a místo zraku věřit svým pocitům.

Zavřel jsem oči, ale vzápětí mi napadlo: „Ne! Když zavřu oči, mohu usnout!“ Když jsem hodinu četl a pak zavřel oči, obvykle jsem usnul. A to se mi stávalo dost často. Třebaže jsem se začal pohybovat, rozhodl jsem se otevřít oči. Viděl jsem, že jsem zas na stejném místě.

Napadl mě jiný způsob: kdybych změnil zrak na čistě astrální, bylo by to v pořádku, uvažoval jsem. Zvedl jsem proto ruce před sebe a snažil se vidět jasnovidně... Pohlédl jsem na své ruce, ne astrálně, nýbrž jasnovidně, jako když se z fyzického světa snažíte vidět ducha. Když jsem se tak na ně podíval, vypadaly průsvitné. Vypadaly jako průzračné tmavě červené mlhavé stíny. Chvíli jsem se pozoroval, pak jsem vypadl.

Poté jsem se vzbudil oddělený od těla, avšak uvnitř těla. Překvapilo mě to a byl jsem rád, že jsem stále mimo. Zdálo se mi, že jsem volnější než dřív. Vstal

jsem a přešel k severní zdi místnosti, avšak cestou jsem nepostřehl žádné fyzické předměty – moje stereo, počítač ani skříň. Naplánoval jsem si projít zdí a pak ležet do domu L. D. Nahnul jsem se dopředu a prostrčil hlavu zdí. Pohlédl jsem ven. Poprchávalo, ale velice slabě. Všechny předchozí pokusy projít touto zdí byly neúspěšné, proto jsem zkusil něco jiného – nechal jsem hlavu venku, vyskočil do vzduchu, udělal kotrmelec zdí a přistál venku na nohou. Byl jsem volný!

Přešel jsem na zadní dvůr. Chystal jsem se k letu, ale chtěl jsem mít volnou cestu. Jasan mi zase stál v cestě. Šel jsem blíž, vyskočil a vyletěl na jednu z větví. Seděl jsem na větvi, vedle viděl jablonoň a několik dalších stromů. Pomyslel jsem si: „To je hloupé, pokoušet se projít stromem. Tady je plno stromů. Měl bych jít do uličky a odtamtud vzlétnout.“

Momentálně jsem však byl nahoře na stromě! Díval jsem se dolů. Byl by to dlouhý pád. Báł jsem se seskočit z takové výšky! Zvážil jsem možnost přeletět k jabloni. Už jsem se k tomu chystal, když jsem opět vypadl.

Byl jsem v bezvědomí jen krátce – snad 15 až 30 vteřin. Pak jsem se znovu probral. Pořád jsem byl mimo tělo! Nebylo to jako v předcházejících dvou případech. Zase jsem byl zvědav na ten jasnovidný pohled. Zvedl jsem ruce a pozorně je sledoval jasnovidným viděním. Dokázal jsem měnit pohled. Mohl jsem jej změnit tak, že jsem astrální ruce viděl jako pevné, neprůhledné, avšak musel jsem se soustředěně dívat. Chvíli jsem experimentoval s jasnovidným pohledem, potom jsem znovu ztratil vědomí.