

INDIGOVÁ REALITA

Volné pokračování knihy
INDIGOVÝ SVĚT



SIMON LOYD

Všechna práva vyhrazena. Žádná část této publikace nesmí být rozmnožována, uložena v rešeršním systému nebo dále předávána, a to v jakékoliv formě, jakýmkoliv způsobem, elektronicky, mechanicky, kopírováním, nahráváním apod., bez předchozího písemného souhlasu vydavatele. Osoba, která by učinila jakékoliv neoprávněné kroky v souvislosti s touto publikací, může být vystavena trestnímu stíhání a vymáhání náhrady za způsobenou újmu.

Vydavatel a autor se zříkají odpovědnosti za jakékoliv léčebné výsledky, které by mohly vyplývat z aplikace technik navržených v této knize.

© Simon Loyd, 2020

Fotografie na obálce © shutterstock.com, iStock.com

© Ilustrace uvnitř knihy: shutterstock.com – s. 27, 91, 166–168
fotky-foto.cz – s. 113–122, 159
pixabay.com – s. 137 (autor GGBot)

© Nakladatelství ANAG, 2020

ISBN 978-80-7554-271-7

Obsah

Předmluva	7
Část I. – Jak funguje tento svět?	9
Proč jsme tady a kam směřujeme	9
Stav této planety v 21. století	16
Transformace ega	24
Karma a bezpodmínečná láska	32
Jak nalézt svoji cestu	36
Peníze a duchovno	42
Co si přát a neznásilňovat realitu	46
Teorie středu	49
Štěstí není, když... ..	52
Vztahy.....	54
Závislosti.....	57
Dobro a zlo aneb temné síly versus bytosti světla	58
Část II. – Pokročilé transformační techniky	67
Subliminální techniky	68
<i>Úvod</i>	68
<i>Princip</i>	70
<i>Realizace subliminálního programování podvědomí</i>	75
Voda	78
<i>Hodné tety komety</i>	78
<i>Podivné zvláštnosti</i>	80
<i>Paměť vody</i>	82
<i>Jak strukturovat vodu</i>	85
<i>Odpovědi a využití</i>	86

Magické frekvence	88
Verdiho A a Solfeggio frekvence	89
Nízké frekvence	93
Kouzelné mantry	94
ÓM – hudba vesmírného ticha	94
ÓM MANI PADMÉ HÚM.....	95
MILUJI TĚ, OMLOUVÁM SE, ODPUSŤ, PROSÍM, DĚKUJI	96
SUBHAM ASTU SARVADŽAGATAM.....	98
Tvorba vlastních manter.....	99
Pránájáma	101
Prána	102
Čtvercová pránájáma	103
Dvě sestry Ida a Pingala	106
Část III. – Systém čakr	111
Seznámení s čakrovým systémem	112
1. čakra – MÚLÁDHÁRA, kořenová, základní	113
2. čakra – SVÁDHIŠTHÁNA, sakrální, křížová	115
3. čakra – MANIPÚRA, čakra solar plexu.....	116
4. čakra – ANÁHATA, srdeční	118
5. čakra – VIŠUDDHA, krční	119
6. čakra – ÁDŽŇÁ, čelní, třetí oko	120
7. čakra – SAHASRÁRA, korunní.....	121
8. čakra – nejvyšší.....	122
Anamnéza a diagnostika čakr	123
Úvod do čakrového systému	126
Vědomé dýchání do čakr	128
Vědomé dýchání do čakr při rozšířeném vědomí.....	131
Vyrovnávání čakr.....	132
Vnímání a aktivace čakr	132
Stav rozšířeného vědomí.....	135
Ochranná koule	136
Léčení čakrami	139

Odvádění přisedlých (přivtělených) zbloudilých duší a likvidace parazitických programů.....	144
<i>Energetický obrázek</i>	146
<i>Bytosti světla</i>	146
<i>Meditace na odvádění přisedlých (přivtělených) duší</i>	146
Ovlivňování reality anáhatou	148
<i>Ovlivňování emocí</i>	148
<i>Ovlivňování krizových situací</i>	149
<i>Zázračný strom splněných přání Kalpataru</i>	150
Styk s Bohem, duší, vyšším Já a bytostmi světla	151
Autoregrese a nahlédnutí do Ákášické kroniky	154
Tři sestry a kundaliní	157
<i>Přímá metoda</i>	160
Část IV. – Pět Tibeťanů	163
Historie a účinky	163
Provedení.....	166
1. <i>Tibeťan</i>	166
2. <i>Tibeťan</i>	166
3. <i>Tibeťan</i>	167
4. <i>Tibeťan</i>	167
5. <i>Tibeťan</i>	168
Několik rad závěrem.....	168
Doslov	171
Příloha I. – Frekvence	173
Příloha II. – Samotestování čaker	184
Příloha III. – Test na přítomnost diskarnátů podle Edith Fiore	190

Věnováno všem lidem dobré vůle

Předmluva

Tuto knihu píšu od roku 2012, tedy dlouhých osm let. Přečetl jsem desítky složitých knih, vyzpovídal spoustu vzdělaných lidí a strávil stovky hodin přemýšlením, kdy jsem si vstřebané informace analyzoval a urovnával v hlavě. Mnohdy jsem tápal a intuice u mě byla na návštěvě každý den. Jak čas plynul a do života mi vstupovaly různé překvapivé události, mnoho témat jsem postupně vyřadil, jiná přidal a stávající neustále předělával.

Nevyhýbám se ezoterice ani konspiračním teoriím, ale ani se jimi nechávám strhnout. Zůstávám nestranný, abych se neocítl mimo realitu, což se mnoha autorům stává. Jsem především praktik, který hledá účinné metody vedoucí k lepšímu životu s cílem předat je široké veřejnosti. Jsem inspirátor a ukazatel možného směru a nabízím mnoho řešení. Ačkoliv se nebráním psychologickým postupům, upřednostňuji především práci s inteligentními kosmickými energiemi, která je založena na duchovním základě. Psychologická práce vyžaduje úsilí a vůli, proto je zdlouhavá a mnohdy selhává. Duchovní praxe vyžaduje pouze odevzdání se Bohu. Pak dojde spontánně k vnímání energií transcendingících naši omezenou vůli a rozumové schopnosti. Hlubokou introspekci lze měnit sebe i své okolí a právě toho využívám.

Duchovno není móda, ale pochopení a přijetí tohoto světa, který je naprosto úžasný, jen v něm neumíme žít. Nevědomost s sebou vždy přináší utrpení a o to již nikdo nestojí. Lidé se začali masově zajímat o čakry a meditace, což je neuvěřitelné, neboť před pár lety bylo slovo čakra exotickým výrazem. Pokusím se jejich touhu naplnit v obsáhlé části této knihy nazvané Systém čaker, kde nejenže vše principiálně vysvětluji, ale uvádím přímo praktické návody k rozvoji a harmonizaci těchto nástrojů lidské duše a energetických center těla. Předkládám a popisuji i tajné a vysoce

pokročilé techniky, se kterými se na hodinách moderní jógy rozhodně nese-
tkáte. Ty úplně neúčinnější postupy, které člověka výrazně posunou vpřed,
jsou založeny na tom, že ho nejprve rozloží a pak přirozeně složí.

Tomu, kdo ještě není na meditace připraven, nabídnu adekvátní řešení
v části Pokročilé transformační techniky, s jejichž pomocí se během veli-
ce krátké doby propracujete k rozšířeným stavům vědomí a samotné práci
s kouzelným čakrovým systémem. Tyto metody samy o sobě dokáží vyčistit
podvědomí a zlepšit zdravotní stav, vztahy i materiální zabezpečení. Pone-
chám na každém z vás, kolik a jaké praktiky z této části začleníte do svého
života, jen připomínám, že čím více toho v životě změníte (mnohdy i malič-
kosti), tím většího efektu a posunu dosáhnete.

Něco se děje, víme to všichni, přicházející změny již cítíme ve vzduchu,
a tak se otevíráme a připravujeme na nový svět, ke kterému lidstvo ne-
úprosně směřuje. Chceme se ale na změnách i podílet, toužíme po tom také
něčím přispět, protože intuitivně cítíme, že náš život a životy našich po-
tomků budou šťastnější. Pevně věřím, že tato kniha napomůže tomu, aby
na této krásné planetě zavládl mír, přátelství a láska.

Navedu vás na cestu, na kterou jste se již vydali, protože tato slova
rozhodně nečtete náhodou. Tuto knihu jste číst skutečně měli...

Simon Loyd

Jak funguje tento svět?

Proč jsme tady a kam směřujeme

Bůh si přál spatřit Boha. — Stanislav Grof

Tuto otázku si lidstvo klade od nepaměti, díky ní vznikla filozofie a zabývají se jí snad všechny humanitní a společenské vědy. Odpověď je přitom překvapivě jednoduchá a dala by se formulovat jedním souvětím asi takto: **V okamžiku zrodu Vesmíru bylo stvořeno úplně vše, co zde je, a dál se již jen přeměňují energie; vše povstalo z Vědomí a ve Vědomí zase přejde.** Jenže tak jednoduché to zase není...

Před mnoha miliardami let neexistoval prostor, čas ani hmota, jen absolutní prázdnota. Něco naprosto nepředstavitelného a nevysvětlitelného. Kde nic není, tam je potenciálně všechno, a tak vzniklo Vědomí aneb Tvůrce či, chcete-li, Bůh. Každé Vědomí se touží nějak projevat a samo sebe si uvědomovat, a protože má neomezené možnosti, stvořilo si tento svět. Tím stvořeným světem myslím ten náš, protože si mohlo vytvořit nebo teprve ještě vytvoří nekonečně mnoho vesmírů, jimž říkáme paralelní světy a které se zřejmě vzájemně prolínají. Fyzikové je nazývají mnohočetnými vesmíry. Nezpochybňuji ovšem, že existují i další vědomí nebo že před naším Vesmírem existovalo nekonečně mnoho vesmírů – vyloučit se nedá vůbec nic. Můžeme si být jisti pouze tím, že je jen nekonečno a věčnost.

Zůstaňme proto raději v tom našem domovském Vesmíru, kde naším otcem a matkou je ono všemocné Vědomí, které nazýváme Bůh, Stvořitel.

Transformace ega

Ego: „Jakmile vše zapadne na to správné místo, pocítím klid.“

Duše: „Najdi svůj klid a pak všechno zapadne na správné místo.“

— Marianne Williamson

Netradičně začnu jednou málo známou epizodou ze životopisu jistě v duchovním světě významné osobnosti.

Eckhart Tolle, osmadvacetiletý úspěšný filozof na univerzitě v Cambridge, se jedné noci probudil a ve svém hlubokém zoufalství vyslovil nahlas tuto pozoruhodnou větu: „Já už nedokážu žít sám se sebou!“

V jeho filozofické mysli ona věta vyvolala kontroverzní otázku: „Kdo jsem já a kdo je ten, s nímž nedokážu žít?“

Tato otázka vedla k tomu, že se jeho osobnost rozdělila na Já, které pozorovalo to druhé nešťastné já. A tato proměna s sebou přinesla i radikální změny jeho života. K naprostému údivu Eckhartových kolegů a studentů se sbalil, ukončil svoji akademickou dráhu a odjel do Španělska. Tam vysedával na lavičkách, díval se na moře, pozoroval kočky, kachny a byl šťastný. Dva roky spával po ulicích a žil z tenčících se úspor, aby pak intuitivně odletěl do Kalifornie, kde napsal knihu o nalezení svého vnitřního klidu a míru. Neměl peníze, intuice mu však opět napověděla, aby si koupil los, což učinil, a vyhrál tisíc dolarů, aby přežil měsíc, než kniha vyjde...

Jak sami tušíte, vyšší Já promluvilo. Celý náš život se točí kolem permanentního potlačování, odmítání a projekcí, jež jsou neustále udržovány v činnosti nikdy nekončícím kolotočem obav a útoků. Člověk pouze prožívá obsah své vlastní mysli a iluzi individualnosti ega. Neexistuje lepší návod na nepřetržitý vnitřní konflikt.

Noční můry jako Eckhart má občas každý z nás, naši mysl permanentně bombardují černé myšlenky a vyvolávají deprese, úzkost, strach a pocit zmaru, bezvýchodnost, nebo dokonce ztrátu smyslu života. Někdo je potlačí, jiný od nich utíká k alkoholu, drogám a psychofarmakům, v extrémním případě pak k úniku z tohoto světa sebevraždou. Poznal jsem za život mnoho lidí, kteří navenek působili vyrovnaně, ve svém nitru však stáli před zhroucením, jak jsem později zjistil. Svě zoufalství maskovali, aby se na nich neprojevovalo a neobtěžovalo okolí, uvnitř však trpěli a jejich srdce

přání všech. Na rovinách Duše všichni tři toužili být spolu. To se skutečně stalo a v tomto životě mají možnost si opravdu prožít, užít a naplnit své touhy. Těhotenství bylo klidné, příjemné a potom přišel na svět chlapec, kterému chtěli dát jméno buď Filip, nebo Vilém. Proč asi? Zvítězil Vilém a malinký je na světě, jen neslyší na jedno ouško. Ani se nedivím po tom výbuchu.

Svoji cestu lze tedy nalézt v jediném okamžiku a pak se začnou dít zázraky. Znamení vás povedou jako turistické značky na výletě a budou vám ukazovat, že se ubíráte správným směrem. Poznáte to tak, že v daném okamžiku nechcete nic měnit a máte plnou důvěru ke kosmické inteligenci, již se necháte unášet po proudu, kterému se říká *realizovaný život*.

Pro pochopení uvedu několik příkladů synchronicit:

- Osoba neseznámená s vašimi problémy spontánně vyřkne větu, která v sobě nese řešení i východisko. Stává se také, že za vámi někdo přijde a začne vám vyprávět něco, co přesně potřebujete slyšet. Jako kdyby ho za vámi poslal samotný Bůh.
- Sledujete nějaký film, čtete knihu nebo posloucháte nějaký příběh a najednou máte pocit, že je to o vás a vaší aktuální situaci. Může to být i v podobě rozhovoru dvou cizích lidí na veřejnosti, který náhodou zaslechnete. Mně osobně se to stalo v kupě rychlíku.
- Zcela nelogicky si vzpomenete na nějakého člověka a zakrátko ho potkáte nebo vás sám zkontaktuje. Pak ovšem dobře poslouchejte, s čím za vámi přišel a co vám říká, protože to pro vás bude důležité. Bůh ho za vámi neposlal náhodou.
- Náhlá emocionální podpora, když jste na dně a potřebujete alespoň trochu lásky: někdo vám nečekaně řekne (napíše) něco hezkého a povzbudivého, pošle květiny či věnuje nějaký dárek, pozve na kávu atd.
- Jste nemocní a náhodně se před vámi objeví lék či bylina, která vás uzdraví. V této souvislosti vám prozradím jedno tajemství přírody. Příroda má svoji inteligenci a je mírumilovná, soucitná a v rámci vzájemné propojenosti pomáhající. Proto pozorně sledujte byliny, které se vyskytují ve vašem okolí, neboť tam vyrostly pro vás. Bůh vložil své léky do bylin a servíruje vám je přímo pod nos.

si, že když na sobě pracujete, stáváte se úžasnými bytostmi, které dělají to nejlepší, co mohou a co dokážou s tím, co mají k dispozici. Žijete ve tvrdém a bezohledném světě ve zběsilém tempu mezi neprobuzenými lidmi, nikoliv někde pod Himálajem v ášramu ve společnosti láskyplných mnichů kontemplativním životem (přímé spojení s Bohem). Ostatně, to byste se tam přece narodili, že? Pokud vás někdo opravdu rozzlobí a vy dosud tyto situace nevládáte řešit poklidnou cestou, raději se rozčilte a pošlete ho do patřičných míst, vyjma věčných lovišť, než abyste v sobě negativní emoce hromadili. Co v sobě člověk dusí, vyjde na povrch jindy a jinak, nejčastěji v podobě nemoci. Avšak po celý ten čas je oním potlačeným vztekem a hněvem tráven jako jedem. Stejně tak se zachovejte, když budete mít potřebu někomu říct nemilou pravdu, kterou si zaslouží slyšet. Postupem času se naučíte všechny tyto situace zvládat s klidnou myslí a sdělovat i nepříjemné skutečnosti laskavou formou bez přehnaných emočních výkyvů.

Teorie středu

Možná mi chybí vychování a utrpím ještě mnoho ran pro své jediné přání: Být sám sebou a nebýt sám. — Seneca

Existují prastaré lidové moudrosti jako *Všeho moc škodí, všeho málo také či Méně je někdy více a Zlatá střední cesta*, které každý zná. Co to ti naši předci během mnoha staletí vyznívali? Že drtivou většinu našich životních problémů způsobuje, že něčeho máme málo nebo naopak příliš mnoho. Uvedu dva extrémní příklady:

1. Bezdomevec, tulák: absolutní svoboda, neomezené časové možnosti, nulová zodpovědnost, žádné materiální zabezpečení.
2. Podnikatel, workoholik: omezená svoboda, minimální časové možnosti, vysoká zodpovědnost, komfortní materiální zabezpečení.

Co je správné? Samozřejmě ani jedno, neboť oba extrémy vás dostávají mimo zlatý střed, ve kterém byste byli šťastní a naplnění. Něčeho mají tyto ilustrativní osoby nedostatek a něčeho zase přebytek. Představte si střed jako vaše jádro, v němž stojíte pevně na zemi ničím neovlivněni a v souladu se vším, co vás obklopuje. A tam je vaše přirozené místo.

Pokročilé transformační techniky

*Vesmír nefunguje na principu „ukaz, a já uvěřím“.
Ale na „uvěř, a já ti ukážu“.* — Wayne Dyer

Mnoho lidí i přes veškerou snahu nevnímá čakry, nedaří se jim meditovat ani si rozšířit vědomí. Je to způsobeno tím, že se ještě nenacházejí na takovém stupni duchovního rozvoje, aby jim to bylo umožněno. Jejich neuroplasticita zatím není přizpůsobena přijímání a transformování silných kosmických energií, a tak energie necítí a do meditování se nutí.

A právě jim jsou určeny následující techniky programování podvědomí, které během poměrně krátké doby posunou jejich spiritualitu o stupeň výše, takže již budou schopni transcendentálních meditací i plného vnímání svých čaker. Tyto techniky však pomohou i lidem na vysoké duchovní úrovni, kteří stagnují (temná noc duše), překročit pomyslnou hranici a dostat se dál, než by si kdy vůbec dokázali představit.

Následující nenáročné techniky nevyžadují žádné zkušenosti či schopnosti, stačí je pouze pravidelně provádět a výsledek se brzy dostaví.

Subliminální techniky

U převážné většiny civilizovaných lidí pracuje podvědomí proti nim.

Úvod

Štěstí, zdraví a úspěch nejsou dílem náhody nebo nějakých vlivů zvnějška, okolní svět jen odráží a přizpůsobuje se tomu, co máme v myšlenkách, postojích, názorech a hodnotách. O všem se rozhoduje v našem nitru a odtud pak také pochází každý náš dílčí úspěch i neúspěch, vzlet i pád. Vnitřní a vnější svět jsou ve skutečnosti jediným extatickým vyzářováním Božské podstaty.

Problém je udržet si to správné pozitivní myšlení vedoucí k vašim cílům anebo obecně ke klidnému a šťastnému životu, když jste 24 hodin denně vystavováni nekonečnému proudu negativních informací a žijete ve stresu a tvrdém konkurenčním prostředí, které připomíná boj o přežití v této společnosti vyznačující se tržním hospodářstvím, kriminalitou, bezohledností a nenávisť. Člověk se pak k pozitivnímu myšlení nutí, nalhává si ho a nejraději by do nebe zakřičel: „Bože, jak se na tento svět můžeš dívat?! Je přece strašný!!!“

A právě proto je programování podvědomí tak důležité. Všechny ty negativní informace a prožitky z něj dokáže vymazat a vede člověka k uskutečnění jeho snů pomocí dvou zákonů, které jsou utajovanou modlou úspěšných lidí:

Zákon č. 1:

Každá myšlenka, která je přijata podvědomím, se dříve nebo později promění v realitu.

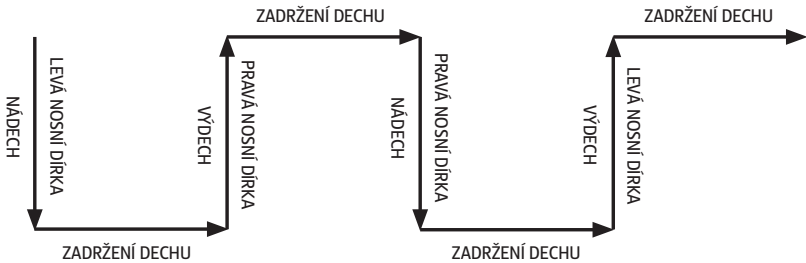
Zákon č. 2:

Je-li stanoven cíl, podvědomí na sebe vezme úkol nalézt způsob a prostředky k jeho uskutečnění.

Všechny informace, které naše smysly zaznamenají, náš mozek třídí tak, že co ho zaujme, to si ponechá a tím se zabývá, zbytek si neuvědomuje. Tento proces se nazývá **selektivní vnímání**. Kdybychom se snažili

Způsob dýchání pro aktivaci ldy s Pingalou a harmonizaci celého duševního i tělesného systému je jednoduchý. Nejprve je třeba srovnat tělo, což se provádí tak, že vestoje zdvihnete ruce nad hlavu, narovnáte se a pak paže pozvolna spustíte dolů. Poté, nejlépe vestoje či vsedě, se zhluboka nadechněte levou nosní dírkou (pravá je zakrytá prstem). Zadržte dech, stejným prstem, teď zakryjte levou nosní díрку a vydechněte pravou. Opět zadržte dech a nadechněte se volnou pravou nosní dírkou. Při zadržení dechu ji zakryjete a vydechnete levou. Gratuluji, právě jste provedli jeden cyklus tzv. *nádí šódhana* čili *očistu a vyladění ldy a Pingaly*. Jakmile se v tomto dýchání zdokonalíte, můžete položit ukazováček a prostředníček pravé ruky do středu mezi obočím a pravou nosní dírkou uzavřít palcem. Po nádechu pak uzavřít levou nosní díрку, ale prsteníčkem.

Je to složité a v začátcích toto dýchání vyžaduje plnou pozornost, ale jde o jediný způsob, jak roztočit čakry. Spousta klamných návodu uvádějící nádech i výdech izolovaně každou nosní dírkou rotaci čaker nezpůsobí. Nejlépe je celý systém patrný z obrázku níže.



Objemy vzduchu i časy nádechů, výdechů a zadržení dechu by měly být totožné. Veškeré dýchací techniky uvedené v této knize lze provádět při snížené účinnosti ústy kromě ldy a Pingaly. Jistě vás na tomto místě napadne: a co když mám rýmu? Budete překvapeni, ale i když rýmu nemáte a nos máte čistý, se zhruba každé dvě hodiny jedna z dírek sama přivře. Lékaři tomuto jevu slangově říkají *houpavá rýma* a má to mít spojitost se stavem jater. To je ovšem omyl, protože to se jen inteligence těla snaží sama o dosažení nějaké životní rovnováhy, což se jí při našem stylu života rozhodně nemůže podařit.

Nemoci: obezita, anorexie, žaludeční obtíže, slabá imunita, veškeré nemoci nohou, krevní tlak, srdeční problémy, střevní problémy, nespavost, chronická únava, deprese, duševní trauma – strach (ohrožení života, naší existence), závislosti – jídlo, hazard (gambling), hromadění věcí (nakupování)

2. čakra – SVÁDHIŠTHÁNA, sakrální, křížová

svá – já, adhišthána – sídlo



Funkce – atributy: touha, sexualita, plazení – cítit, emoce, sebeuspokojení

Umístění: podbřišek včetně genitálií, otevírá se dopředu

Element: voda, kapalný stav

Smyslový orgán: chuť

Barva: oranžová

Mantra: VAM

Žláza: varlata, vaječníky

Hormon: estrogen a testosteron

Vokál – tón: zavřené O – D

Potravina – kov – planeta: nápoje – cín – Měsíc

Drahokamy: oranžový korál, karneol, zirkon, měsíční kámen, ortoklas, tygří oko, rutil, citrín, zlatý topaz, saténový jaspis

Vůně: pastala, santalové dřevo, ylang-ylang, geranie (pelargonie), pomeranč, anýz, fenykl, jalovec, cypřiš, máta

Tělo: hýždě, reprodukční orgány, ledviny, močový měchýř, oběhová soustava a vše tekuté jako krev, míza, trávicí šťávy, sperma

čaker. Lze si ho vytvořit jím vypracovanou meditací, která je volně dostupná na internetu. Pro jistotu uvedu krátký modifikovaný návod v souladu se mnou popisovaným systémem, protože jde o jednoduchou techniku, kterou každý snadno zvládne.



Poznámka: Obrázek použitý s laskavým svolením Miroslava Zelenky.

1. vrstva – nadechněte proud zemské prány do první čakry, kde ho při zádrži dechu akumulujte a pak s výdechem tuto již červenou energii múlád-háry vypusťte, až kolem vás vytvoří kouli o průměru 2 až 4 metry, v jejímž středu se nachází vaše tělo.

2. vrstva – nadechněte proud prány z prostoru do druhé čakry a po zádrži dechu z ní vydechněte oranžovou energii svádhištáhy, která se zevnitř koule přilepí na již vytvořenou červenou vrstvu první čakry.

3. vrstva – ze Slunce nadechněte zlatou pránu (i v noci, cestu si najde), která po výdechu vytvoří žlutou vrstvu manipulúry, jež přilne opět na oranžovou vnitřní kulatou stěnu druhé čakry.

4., 5. a 6. vrstva – následují vrstvy srdeční (zelená), krční (modrá) a čelní (indigová).

7. vrstva – prána jde do sedmé čakry z Vesmíru a po výdechu zakončí obal zevnitř fialovou stěnou.

8. vrstva – pro tento obal poprvé využijeme osmou čakru. Nadechněte do ní hluboko z Kosmu bílý sloup prány, podržte a vypusťte do duhového obalu zářivě bílou energii, která všech sedm vrstev pevně slepí a na největším

Tři sestry a kundaliní

Vše se zrychluje, transformace běží na plné obrátky a stát se může cokoliv. Před 50 lety se bohyně energie kundaliní Šaktí milostí probudila možná jednomu člověku z miliardy, a to ještě k tomu někde v ašrámu v Indii. Od roku 2012 však procitnutí hadí bohyně každým rokem narůstá a lze běžně potkat lidi, kteří byli touto milostí obdarováni.

Pozorně si následující informace projděte, a teprve až si budete zcela jisti, že vše dokonale chápete, přistupte k samotné praxi. Můžete se pokusit zjistit ještě další informace o tomto energetickém systému, ale s úspěchem příliš nepočítejte. Osobně jsem právě zde našel nejvíce dezinformací, zatajování a mlčení, až mi to připomínalo tajemství jaderné bomby à la rok 1946. Oči mi otevřel jeden mystik (Eduard Tomáš), fyzik a pak vlastní intuice, která vedla můj rozum, když to vše analyzoval a zpracovával.

Předem upozorňuji, že se nejedná o vědomé dýchání do čakr ani o stav rozšířeného vědomí, nýbrž o vrcholnou pránájámu. Měli jste možnost se seznámit s Idou a Pingalou, nyní vám představím jejich sestru jménem Šušumna. Matkou těchto sester je bohyně Šaktí a otcem bůh Šiva*).

Ačkoliv již samotná čtvercová pránájáma i Ida s Pingalou mají významné terapeutické i spirituální účinky, následující dýchací technika je, co se týče účinnosti, o několik řádů výše. Navíc se může stát, že určité probuzené osoby s duchovní praxí ze současného nebo z minulých životů toto dýchání dostane skokově hodně vysoko a tuto knihu můžou s klidným srdcem někomu věnovat, protože ji již nebudou potřebovat. Vám ostatním se otevřou nové a nevídané obzory, asi jako když Kryštof Kolumbus ze své Pinty spatřil San Salvador. A jak sami víte, čekalo ho ještě něco mnohem úchvatnějšího.

*) Podle védské mytologie jsou archetypálně tyto tři nádi posvátné indické řeky. Ida je Ganga, Pingala Jamuna a Šušumna Sarasvatí. A právě Sarasvatí je jako jediná podzemní řekou, která jednou za 12 let v přesně dané astrologické konstelaci planet a hvězd vyvěrá na zemský povrch, kde se spojí u města Prajága s Gangou a Jamunou. Miliony lidí na toto místo zvané Trivéní Sangam (tříramenný cop, kam podle legendy dopadla kapka nektaru nesmrtelnosti) jezdí provádět očistnou ozdravnou koupel, jež je zbavuje karmy a vysvobozuje z reinkarnačního koloběhu. Samotná pouť k tomuto posvátnému soutoku se nazývá Kumbhaméla.

Provedení



1. Tibeťan

Urychluje otáčení čaker, přijímá se při něm velké množství kosmické energie prány. Zlepšuje krevní oběh a navozuje pozitivní přístup k životu. Rozpouští deprese, stresy a špatné nálady.

Jde o dětskou káču aneb rotaci těla. Ve vzpřímeném postoji s vodorovně nataženými pažemi a dlaněmi dolů se co nejrychleji 21× otočíte kolem osy svého těla ve směru hodinových ručiček. Otáčet se začínáte s nádechem nosem a pak již jen pravidelně dýcháte. V začátcích je lepší mít zavřené oči, aby se vám netočila hlava. Po 1. Tibeťanovi prodýchnete s rukama v bok 2× páteř Šušumnou.



2. Tibeťan

Stimuluje všech sedm čaker. Zlepšuje trávení a vylučování. Čistí na tělesné i duchovní úrovni (strach, tíseň, starosti). Zbavuje vás zhoubných názorů a myšlenek.




Jedná se o zdvihání natažených nohou vleže na zádech s nataženými rukama a dlaněmi směřujícími k zemi. S nádechem nosem plynule zdvihnete nohy do svislé polohy mírně přes úhel 90 stupňů a současně přitáhnete bradu co nejvíce k hrudi. Pohyb nohou i hlavy musí

být současný. Nohy se snažte mít stále u sebe a v kolenou nepokrčovat, celá páteř i ramena jsou po celou dobu cviku stále v kontaktu se zemí. S výdechem ústy pak pokládáte nohy a vracíte současně s nimi na zem i hlavu. Toto opakuje 21×, pak vstanete a prodýchnete s rukama v bok 2× páteř.






0,20–0,26 Hz	působí na bolest zubů
0,3 Hz	<i>zastavují se vnitřní hodiny, ztráta pojmu o čase, stav hluboké relaxace podobné bezvědomí</i>
pod 0,5 Hz	<i>stavy rozšířeného vědomí, transcendentální meditace, hluboké duchovní vhledy, zážitky mimo tělo, zastavení myšlenek, extatické vědomí, mistrovské jogínské stavy</i>
Oblast 0,5–3,5 Hz Delta frekvence	
Oblast velmi nízkých frekvencí. Mozek se nachází v hlubokém, bezesném a regeneračním spánku. Vysoce léčebný stav pro fyzické tělo (pokles hormonu kortizol a naopak uvolňování melatoninu a DHEA), způsobující uzdravování a omlazení. Nevědomí se na nejhlubších úrovních fragmentuje a třídí prožitky a myšlenky z uplynulého dne v bdělém stavu.	
0,5–1,5 Hz	ulevuje od bolesti, tvorba endorfinů, hypnotický spánek
0,9 Hz	bláženost, euforie
1,0 Hz	pocit pohody, uvolnění růstového hormonu, harmonie a rovnováha
1,05 Hz	růst vlasů, eliminace šedivění, uvolnění růstového hormonu, podporuje tvorbu svalové hmoty, léčí zranění, efekt omlazení
1,2 Hz	zmírňuje bolesti hlavy
1,5 Hz	Abrahamova univerzální léčivá frekvence, léčí chronický únavový syndrom (i IV. stupeň)
1,8 Hz	uvolňuje a čistí ucpané dutiny
2,0 Hz	regenerace nervové soustavy
2,5 Hz	ulevuje od bolesti, relaxace, produkce endogenních opiátů, sedativní účinek – použití na krvácení, modřiny, nespavost a zánět nosních dutin, sexuální stimulace
Oblast 3,5–7,5 Hz Théta frekvence	
Stav mezi bdělostí a spánkem, vstup do podvědomí, čerpání z obsahu nevědomí, objevují se „mystické pravdy“. Hluboká relaxace, trans, snění, zaměření a představivost, kreativita, hypnotický stav. Mírní úzkost, podporuje učení a aktivuje paměť – látku, kterou člověk vědomě vstřebal. Snižuje krevní tlak. Mozek dětí do 13 let setrvává v této oblasti podstatně déle než mozek osob vyššího věku.	
3,44 Hz	léčí vaječníky, vitalita, život na všech úrovních



INDIGOVÁ REALITA



Tato kniha je volným pokračováním bestselleru Indigový svět. Jejím hlavním tématem je spirituální a osobní rozvoj. Ve společnosti panuje hlad po účinných technikách a praktických vedoucích k osobnímu a duchovnímu růstu, neboť úzce souvisejí se šťastným a naplněným životem. V současné době nastávajících převratných změn se lidé chtějí podílet na evolučním vývoji lidstva a přispět k transformaci, která na této planetě začala v roce 2012. Publikace, kterou držíte v rukou, je doslova nabitá relevantními informacemi, jež jsou převážné části populace neznámé, a technikami využívajícími silné kosmické energie, která mění realitu kvantovým skokem. Alternativně jsou v ní uvedeny i jiné metody osobního a duchovního pokroku a mnoho postupů, jak v dnešním světě šťastně žít. Mezi ně patří i očista těla a mysli od negativních energií a programů, řešení zdravotních problémů a dosažení finanční svobody.



11:11

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय



9 788075 542717

Doporučená cena 299 Kč

www.anag.cz

ANAG[®]
ANDRAGOGOS
AGENCY