

Lotosový květ jako duchovní cvičení

Anastasia Novych hovoří se svým učitelem Sensei, který jí (v době jejího dospívání) vysvětluje duchovní praktiku Lotosový květ. Následující text je ukázkou z knihy **Anastasia NOVYCH: SENSEI ZE ŠAMBALY I. Moudrostí Ducha odhalí on Poznání tajné.** (V knize naleznete i odpovědi na skryté, zcela osobní otázky. Odkrývá se vám nový pohled na svět a v duši se probouzí ohromná duchovní síla, což napomůže čelit krutosti a nespravedlnosti tohoto světa. Vydalo ji nakladatelství IBIS, P.O.Box 45, 251 70 Dobřejšovice, e-mail: info@ibisbooks.cz, www.ibisbooks.cz)

* * *

„Podstata tohoto cvičení je následující. Člověk si představí, že do svého nitra, do oblasti sluneční pleteně, zasadí semínko lotosu. Toto malé semínko v něm začne klíčit díky síle Lásky, kterou si vytvořil pomocí pozitivních myšlenek. Tím, že člověk neustále kontroluje růst květiny, se uměle zbavuje negativních myšlenek, které se mu neustále honí hlavou.“

„Chcete říct, že pořád myslíme na něco špatného?“

„Samozřejmě,“ odpověděl Sensei. „Zkuste pečlivě sledovat své myšlenky. Lidé věnují hodně času představám různých konfliktních situací, negativním vzpomínkám z minulosti, myslí na to, jak se s někým dostali do sporu, jak někoho zklamali nebo osídili, přemýšlí nad svými nemocemi nebo materiálními problémy a tak dále. Tím si tedy neustále udržují negativní způsob myšlení. A právě tímto cvičením se člověk záměrně, svou vnitřní kontrolou, zbavuje všech těchto negativních myšlenek. Čím častěji udrží pozitivní způsob myšlení, tím rychleji v něm toto semínko Lásky vyrůstá. Nejprve si člověk představuje, jak semínko klíčí, objevuje se malinkatý stonek. Roste dál, na stonku se rodí listy, pak malé poupě květu. A nakonec, kdy se mu dostává stále více a více síly Lásky, poupě rozkvetne v překrásný lotos. Na začátku má lotos zlatavou barvu a jak postupně roste, mění se na oslnivě bílý.“

„A jak dlouho trvá, než vyroste?“ zeptala jsem se.

„Vlastně záleží na vás. Někteří lidé potřebují léta, jiní jen několik měsíců, další několik dní nebo dokonce pár okamžiků. Záleží na tom, jak moc si to člověk přeje a jak se snaží. Je nutné tuto květinu nejen pěstovat, ale stále ji živit silou své Lásky, aby nezvadla a nezahynula. Toto vědomí neustálé péče o květinu udržuje člověk na úrovni podvědomí nebo konkrétněji na úrovni kontrolovaného vzdáleného vědomí. Čím více Lásky dává člověk této květině, v duchu ji hýčká, stará se o ni,

chrání ji před negativním vlivem okolí, tím víc květina roste. Tato květina se živí energií Lásky, zdůrazňují, vnitřní energii Lásky. A čím více Lásky cítíte vůči celému světu, ke všem lidem a ke svému okolí, tím větší květ vyrůstá. A pokud se začnete hněvat, pak květina slábne, když ztratíte kontrolu nad svým hněvem, pak květina zvadne a onemocní. Pak musíme vynaložit veškeré úsilí, aby se uzdravila. To je svým způsobem určitý druh kontroly. Když tato květina rozkvetá a květ se začíná zvětšovat, začne vydávat vibrace namísto vůně, tak zvané gravitony nebo leptóny, říkejte jim, jak chcete, to je energie Lásky. Člověk cítí chvění okvětních lístků, od kterých vibruje celé jeho tělo, celý prostor kolem něj a tím vyzařuje do světa Lásku a Harmonii.“

„A můžeme to pocítit nějak fyzicky?“

„Ano. Projevuje se to pálením v oblasti sluneční pleteně, teplem, rozlévajícím se po celém těle. Tyto pocity vznikají v místě, kde je, jak říkají legendy, ukryta naše duše. Odtud začíná být cítit teplo. Hlavní smysl spočívá v tom, že ať už jste kdekoli, s kýmkoli, nezáleží na tom, co děláte nebo si myslíte, měli byste vždy toto teplo cítit, teplo, které zahřívá nejen vaše tělo, ale i vaši duši. Tato vnitřní koncentrace Lásky se nachází v samotném květu. Nakonec, čím víc člověk o květ pečuje, velebí tuto Lásku, tím víc pocituje, že se květina rozrůstá a těsně obepíná jeho tělo svými okvětními lístky. Člověk se pak ocitne uvnitř obrovského lotosu. A zde nastává velmi důležitý moment. Když člověk dosáhne toho, že ho lotosové lístky obklopují ze všech stran, cítí dvě květiny. Jednu uvnitř sebe, která se nachází pod srdcem a stále ho zahřívá vnitřním pocitem Lásky. A druhou, větší, jakoby astrální skořápku tohoto květu, která jej obklopuje a vyzařuje na jedné straně vibrace Lásky k celému světu a na druhé straně chrání před negativními vlivy okolí. To vyvolává zákon příčiny – následku.“

Čeho docílíme každodenním cvičením Lotosový květ? **Za prvé člověk má vždy pod kontrolou svoje myšlenky,** naučí se soustředit jenom na pozitivní věci, což automaticky znamená, že nikomu nemůže přát nic zlého a ani nikomu ubližovat. Vždyť toto cvičení probíhá neustále, každý den a každou sekundu. A je to na celý život. Je to neobvyklý způsob, jak se zbavit špatných myšlenek, s nimiž nelze bojovat silou. Příklad špatná myšlenka, člověk se soustředí na svoji květinu, začne ji předávat svoji Lásku a vědomě tak zapomené na všechno špatné. Nebo soustředí svoji pozornost na něco pozitivního.

Ale květinu cítí neustále: když se ukládá k spánku, když se probouzí, v noci, ve dne, ať už se zabývá čímkoli.

Takže **za druhé, a to je velmi důležité – člověk se naladí na frekvenci.** A dobro znamená úspěch, štěstí, zdraví. To je vše! Člověk má dobrou náladu, což má příznivý vliv na jeho psychiku. Právě centrální nervový systém je klíčovým regulátorem životně důležitých funkcí organismu. Proto tato duchovní praktika zlepšuje především váš zdravotní stav. Kromě toho se člověku začíná dařit v životě, protože se umí smířit a vypořádat se vším, co přichází. Nikdo se s ním nechce hádat a všude je vítán. Nikdy nemívá žádné velké problémy. Proč? Protože i když v jeho životě dochází k všelijakým událostem, vždyť život je život, vnímá tyto události úplně jinak než obyčejní lidé. Protože se v něm probouzí nový pohled na život, který mu pomáhá učinit přijatelné rozhodnutí v dané situaci. V tomto člověku se probouzí Moudrost života.

A za třetí, což je nejdůležitější – v člověku se probouzí duše, on sám se cítí jako Člověk, který začíná chápat, kdo je Bůh, že Bůh je všudypřítomná entita a nikoli fantazie několika bláznů. Začíná v sobě cítit boží přítomnost a násobí tuto sílu svými pozitivními myšlenkami a pocity. Už se nikdy na tomto světě necítí osaměle, protože Bůh je s ním a je v něm, cítí jeho skutečnou přítomnost. Říká se: Kdo přebývá v Lásce, přebývá v Bohu a Bůh v něm, protože Bůh je Láska sama.

Je také velmi důležité, že člověk začne cítit auru květiny, která se nachází uvnitř něho a kolem něj. S odstupem času můžete vidět tuto vibraci v podobě slabého světelného záření. Vzduch kolem se zdá být jakoby lehčí a průzračnější a okolní svět má pro vaše oči intenzivnější barevné tóny. Ale nejvíce fascinující je to, že i ostatní lidé si u vás začnou všimnout těchto změn. Existuje takový lidový výraz „člověk září“. Toto je vlastně záření vlnového pole, které vytváří Láska samotného člověka.

Duchovní cvičení Lotosový květ se používá odnepaměti. Od dávných dob se věřilo, že z lotosu se rodí bohové, že Bůh se probouzí v lotosu. A to v tom smyslu, že božská podstata – duše – se probouzí v květu lotosu, v Harmonii a Lásce uvnitř vás.

Ve skutečnosti to znamená, že si díky svým pozitivním myšlenkám a pocitu Lásky vytvoříte určité silové pole, které na jedné straně působí na okolní svět a na druhé straně změní frekvenci vnitřního vnímání samotného člověka.

Anastasia Novych