

PADMA A ANAIYA AON PRAKASHA

Modrost lúna

*Probuzení zapomenutého tvořivého
potenciálu ženství*



MAITREA

Moudrost lina

PADMA A ANAIYA AON PRAKASHA

Modrost lina

*Probuzení zapomenutého tvořivého
potenciálu ženství*

Přeložila Martina Melounová



MAITREA

KATALOGIZACE V KNIZE – NÁRODNÍ KNIHOVNA ČR

Prakasha, Padma Aon

[Womb wisdom.]

Moudrost lůna : probuzení zapomenutého tvořivého potenciálu ženství / Padma a Anaiya Aon Prakasha ; z anglického originálu Womb wisdom ... přeložila Martina Melounová. -- První vydání v českém jazyce. -- Praha : Maitrea, 2018
ISBN 978-80-7500-303-4

316.346.2-055.2 * 159.922.1-055.2 * 2-58-055.2 * 22/24-582/-587 * 159.9.016.1 *
2-584.5 * 133.2 * 130.12+2-188.2/.3-584.5 * 118:613.88 * 615.851 * 2-58-021.56 *
(100) * (0.062)

– ženy

– feminita

– ženská spiritualita

– sebepoznání

– duše a tělo

– duchovní cesta

– duchovní síla

– sexuální energie

– sebeuzdravování

– duchovní tradice -- země světa

– populárně-naučné publikace

159.92 - Vývojová psychologie. Individuální psychologie [17]

Padma a Anaiya Aon Prakasha

Moudrost lůna

Womb Wisdom

Copyright © 2011 by Padma and Anaiya Aon Prakasha

Translation © Martina Melounová, 2017

Czech edition © MAITREA a.s., Praha 2018

ISBN 978-80-7500-303-4

Obsah

Předmluva (Padma Aon Prakasha)	IX
Předmluva (Anaiya Aon Prakasha)	XV
Úvod	XIX

ČÁST PRVNÍ

První spirála

1	Přístup k nevědomým emocem a jejich léčení	3
	<i>Rozpouštění masek</i>	
	Spojení s lúnem prostřednictvím měsíce	4
	Spojení s lúnem prostřednictvím sexuality	9
	Léčba zapomenutých spojení	11
2	Význam zdravých vztahů	17
	<i>Udržujte své hranice nedotčené</i>	
	Mandala lúna	17
	Uvolnění sexuální energie z bývalých vztahů	21
	Čistění obloukové linie srdce	24
	Rovnováha mužských a ženských aspektů v nás	28
	Nikdy nekončící spirála	30
	Závazek	30

ČÁST DRUHÁ

Druhá spirála

3	Rozkvétající lúno	35
	<i>Vnímání srdcem lúna</i>	
	Hlas lúna	35
	Tep lúna	42
	Plynutí s proudem lúna	45

4 Síla lůna **49**

Noříme se do víru lůna

Původní síla lůna	49
Zrození života a skutečného pochopení	52
Živost otevřeného lůna	54
Průlom	56

5 Obnovení posvátnosti lůna **63**

Naslouchání vnitřnímu hlasu

Jméno lůna	64
Placenta: naše prvotní pouto	70
Léčení našeho prvotního spojení	75

ČÁST TŘETÍ

Třetí spirála

6 Lůno přitažlivosti **81**

Cesta vlastním stínem

Setkání se světlem a temnotou	83
Otevřené lůno	85
Sedm bran grálu lůna	86
Dvě řeky	93
Černá řeka hovoří	99
Počátek cesty	101
Ochrana otevřeného lůna	103
Vznik nového světa prostřednictvím vášně a nestrannosti	106

7 Sít života **107**

Propojení intuitivních frekvencí

Gaia: lůno světa a brána k božství	110
Zrcadlení: život v lůně / dnešní život	112
Duchovní zrození	115
Život ze srdce lůna	122
Naprosté pohroužení: cesta k plné síle	124
Význam vděčnosti a krásy	127

ČÁST ČTVRTÁ
Lůno Gaii a jeho strážci

8 Přesažení individuálního já **133**
Mystická cesta

Posvátný vztah	134
Hlas první ženy	136
Splynutí s prázdnotou	138
Úplná žena	140
Význam vědomé jednoty	141
Spojení jako ochrana	143
Biologické změny a léčení lůna	144
Lůno světa	150

9 Brány do Lůna světa **161**
Posvátná místa Země

Vaišnodévi, Indie	162
Avebury, Anglie	166
Rennes-le-château, Francie	168
Kostel svatého Sulpicia, Paříž, Francie	172
Střední pobřeží Austrálie	174
Teotihuacán, Mexiko	176
Moray, Peru	177
Pyramida Eset, Gíza, Egypt	180

ČÁST PÁTÁ
Nekonečný prostor

10 Čirá svoboda a neustálý rozvoj **193**
Další úroveň evoluce

Propojení veškerého života	195
Černá díra	197
Tvoření prostřednictvím černého světla	199
Doba klíčení	200
Vzkříšení	202
Temnota	204

Léčení	206
Černé slunce	208

11 **Zrození z lůna** **213**

Počátek nicoty

Ego umírá v lůně	214
Znovuzrození nevinnosti	218
Příchod nového světla	219
Propojení s vesmírným lůnem	221
Vzkříšení vlastního já v galaktickém jádru	224

12 **Konec hry** **228**

Stav dospělosti

Nabytí odpovědnosti	228
Přesun do vědomí	229
Rozpuštění já	231
Představa o sobě	235

DODATEK **Často kladené otázky** **237**

Zdroje	246
O léčení lůna	246
O workshopech	247

Poděkování	248
-------------------	------------

Milí čtenáři,

snažíme se, aby naše knihy byly perfektní. Pokud i přesto objevíte v knize nějakou chybu, napište nám na *nakladatelstvi@maitrea.cz* a my ji rádi opravíme.

Děkujeme, Váš nakladatel.



Předmluva

Padma Aon Prakasha

Kniha Moudrost lůna: Probuzení zapomenutého tvořivého potenciálu ženství nepřináší radikálně nové informace, spíše představuje opětovně vynořenou moudrost skryté síly žen, jež byla po dlouhou dobu ztracena a zapomenuta. Tato kniha vznikla na základě mých zkušeností, při nichž jsem byl zasvěcen do mnoha posvátných učení, jejichž odkaz můžeme nalézt v indické, tibetské, gnosticko-křesťanské, egyptské a hebrejské duchovní tradici. Tato moudrost byla původně součástí Jednoho učení, jež bylo praktikováno před tisíci lety. Později se rozdrobilo do různých tradic, a zůstala tak zachována jeho posvátnost a transformační síla. Tyto linie učení nás propojují s přímým prožitkem vědomí lůna. Jeho pravdivost si ověřily tisíce žen, které pocítily léčení či otevření lůna na seminářích a workshopech.

V Indii se tento postup nazývá smriti a šruti – cesta tradičního zasvěcení a moudrosti. Poté, co žák dosáhne v učení určitého stupně, začne přijímat moudrost prostřednictvím přímého prožitku. Tento aspekt je důležitým bodem každé posvátné tradice. Když učitel začne učit, otevírá se před ním široké pole moudrosti daného učení. V minulých třinácti letech jsem byl zasvěcován tak, abych mohl posbírat a přinést různé střípky moudrosti lůna zpět. Má cesta mě

vedla do více než šedesáti zemí, na stovky známých i neznámých posvátných míst, k mnoha učitelům, z nichž většina je nám neznámá, a někteří dokonce ani nemají jméno. Nikdo z nich si však nepřeje, aby se stal známým.

Tyto cesty zahrnovaly nejhlubší formy meditací vsedě i šamanských rituálů na posvátných místech, rozprostírajících se od australských pouští Aboriginců přes úrodné půdy druidů v Irsku po kamenné kruhy v Anglii. Ať už jsem se nořil do hloubek světla a stínu tantrických vztahů, zkoumal hlubiny těla a sílu životní a světelné energie v Egyptě nebo se spojoval s léčivým srdcem a duší na jihu Francie, vždy bylo mou úlohou otevřít se moudrosti těchto linií, abych ji pak mohl sdílet v podobě, která je pro nás v současnosti přístupná a pochopitelná.

Přenos učení jednotlivých linií není lineární. V okamžiku, kdy je člověk autenticky zasvěcen, jeho život se dramaticky změní – získá přístup k nahromaděné moudrosti různých linií za tisíce let. Potvrzují to stařešinové z těchto tradic, z nichž mnozí opustili svá těla a odešli do duchovní dimenze.

Než jsem začal učit druhé, musel jsem mít hmatatelný prožitek. Zkušenost s uměním mystiky jsem poprvé získal ve dvou letech, kdy jsem byl zasvěcen do linie bráhmanů. Ve čtyřech letech jsem četl *Bhagavadgítu*, v sedmi letech jsem pokračoval *Koránem*, *Biblií* a díly evropských filozofů. Když mi bylo jednadvacet let, zažil jsem takové propojení s Bohem, že to navždy změnilo můj život.

Brzy nato jsem byl zasvěcen Matkou Boží v Indii. Mé kroky vedly do starověkého chrámu vysoko v Himálaji. Když jsem vstoupil do chrámové svatyně a blížil se k oltáři, vyrojily se kolem mne stovky lidí, kteří halasně a vesele zpívali „*Jai Má, Jai Má!*“ („Budiž pochválena, drahá Matko. Budiž pochválena, drahá Matko!“). Stál jsem před starověkou, jednoduše vyřezanou sochou Matky, jen jsem pozoroval

Její obličej a vše kolem mne se zastavilo. Z mého okolí zmizely všechny zvuky, všichni lidé, a v tom okamžiku ke mně přišla Ona.

Zůstal jsem v tichosti. Slyšel jsem jen třikrát zopakovat: „Čeho si žádáš?“ a pochopil jsem, že v tomto okamžiku mohu požádat o cokoli. Dostal bych vše, co jsem si přál, jakýkoli dar, kdybych o něj požádal. V mém srdci se objevilo jediné, a nic jiného jsem ani nedokázal v ten moment říci: „Přeji si být tvým služebníkem, Matko.“ Jakmile jsem to vyslovil, přistoupil ke mně kněz, kolem krku mi pověsil věnec z květů a dal mi *prasad* (pokrm jako obětinu) a sladkosti, aby požehnal mému rozhodnutí.

Tento zážitek otevřel průchod k mému zasvěcení do saivitské tantry a jejího učení o lůně a Šakti, o ženské životní síle, prostřednictvím význačných kněží Kédarnátha, Badrinátha a Pašupatinátha a do sámavedy například prostřednictvím Arunačála Sampradája. Pravděpodobně ta nejmocnější zasvěcení přišla skrze Sri Om – probuzeného učitele z linie buddhistických mistrů Congkhapy a Buddhy Maitréji. U něj jsem vstoupil do *samádhi*, nejvyšší formy a cíle meditace, a v tomto stavu jsem setrval po dobu dvou měsíců.

Brzy poté, v roce 1997, jsem odjel na Havaj a cvičil jsem zde jógu v místním jógovém studiu. Byl jsem požádán, abych místním ženám předal některá učení, která jsem obdržel. Souhlasil jsem a očekával, že se pár žen objeví. Přišlo jich dvacet a během tří hodin plakaly a uvolňovaly i otevíraly svá lůna natolik silně, že jsem si uvědomil, že se zde děje něco velmi důležitého, vzácného a potřebného.

Mé hlavní zasvěcení do tibetské tantry se událo prostřednictvím dvou žen-učitelek. Jejich moudrost a praxe spojené s lůnem mi pomohly nahlédnout do tepu života, který je v každé ženě – do tlukotu srdce zrození. Následovaly iniciace do Melchizedekova řádu

a Magdalénské linie gnostických křesťanů, o čemž píše podrobněji ve své knize *Kristův otisk* (*The Christ Blueprint*, NAB 2010). Tato linie mě naučila mnohé o tom, jak hlubokou lásku v sobě ukrývá děloha a jak je důležité šířit toto povědomí do světa – mezi ženy i muže. Techniky spojené s tímto učením nyní využívají tisíce žen a mužů na seminářích a workshopech po celém světě.

Abych mohl napsat tuto knihu, musel jsem se na mnoho let ponořit do lůna a jeho hlubin, zejména se svou milovanou partnerkou Anaiyou, jejíž lůno se mnou sdílelo hloubky lásky. Schopnost napsat tuto knihu vyplynula z mužské a ženské jednoty, která je součástí moudrosti lůna. Kniha vznikala spoustu let a ve své současné podobě mohla spatřit světlo světa díky našemu propojení.

Tyto informace mají pro lidstvo v dnešní době značný význam, jelikož se blíží rok 2012. V nadcházejících letech bude mnoho lidí zažívat překvapující symptomy vzestupu a evoluční změny ve svých biologických procesech i ve svém vědomí. Budeme se velice rychle měnit a s námi se bude proměňovat také země.

Způsoby, jak zrodit sebe sama i zemi prostřednictvím tohoto zvláštního nového jevu, můžeme nalézt v lůně a ve způsobech bytí, které nám všem jsou postupně znovu představovány. Lidstvo zraje. Jakmile dosáhne dostatečný počet lidí emoční a spirituální úrovně „dospělého“, a nikoli „teenagera“, objeví se větší množství této nekonečné moudrosti.

V současné době otevírají všechny mystické tradice své brány tajemství, aby urychlily transformaci osob, které po ní upřímně touží a jsou ochotny zavázat se k hluboké vnitřní práci, nutné k dosažení tohoto vznešeného cíle.

Kniha *Moudrost lůna* obsahuje již známé informace, ale také úplně novou moudrost. Při čtení se vydejte na průzkumnou cestu po chybějících dílcích skrytých v přímém prožitkovém propojení

s lůnem. Tato kniha je založena na zkušenostech – na skutečných transformačních prožitcích určitých lidí. Nyní je zapotřebí, aby se navrátila síla Ženy – je to tak jednoduché a zároveň hluboké. Proto opět sdílíme, vyučujeme a šíříme tuto knihu a v ní obsažená učení.

Moudrost lůna je starobylá, a přesto nadčasová, jelikož se týká všech lidských bytostí, bez ohledu na kastu, barvu, rasu nebo náboženství. Byla praktikována již v dávných dobách a je udržována v mnoha posvátných učeních, která nyní poskytují podporu pro její znovuoobjevení. Ve skutečnosti jsou tyto linie univerzální, protože se zaměřují na střed veškerého tvoření a lidské zkušenosti, dotýkají se zrození a smrti prostřednictvím ženského proudu životní síly, který je svobodný a milující, bez jakýchkoli hranic, konceptů a názorů. Některé části *Moudrosti lůna* se překrývají s mou předchozí knihou *The Power of Shakti (Síla Šakti)*. Cítil jsem však, že je důležité, abych sem určité části této knihy zahrnul, a poskytl tak čtenáři komplexní pohled.

Moudrost lůna je jednoduchá a využitelná pro všechny. Může vás osvobodit od nutnosti (na někom či něčem) záviset a přinést vám bezpodmínečnou lásku tím, že si dovolíte dát. To je pravděpodobně ten největší dar ze všech.

Padma Aon Prakasha
Rennes-le-Château, Francie



Předmluva

Anaiya Aon Prakasha

Vydala jsem se na cestu, když mi bylo dvanáct let. Tenkrát jsem vycházela z katedrály Sacré Coeur v Paříži a na schodech jsem spatřila „žebračka“. Hlavu měl skloněnou a dlaně v pozici, jako by o něco žádal. Držela jsem za ruku svého otce, ale stále jsem se za tím mužem otáčela. Pak jsem sebrala odvahu, uvolnila se z otcova sevření a rozeběhla se k němu.

Vložila jsem své dlaně do jeho dlaní. Pomalu zvedl hlavu a podíval se mi do očí. Naše oči se setkaly a já jsem věděla, že jsem pohlédla do nejhlubšího vyjádření lásky na této planetě. Co to jen bylo? Byla jsem úplně unesená, a jak se říká, život již nikdy nebyl stejný. Pohlédla jsem do tváře Boha, do srdce Kristova.

Tuto zkušenost jsem si uchovala po celý život – byla jako plamínek světla v mých nejtemnějších okamžicích. Od tohoto momentu jsem kráčela cestou lásky a každický kousek mé inkarnace byl jejím vyjádřením. Když jsem dospívala, mým tělem začaly proudit vlny energie *bhakti* (oddanosti), a já neměla tušení, co si mám s touto energií počít.

V roce 1996 jsem se začala věnovat kundaliní józe a už jsem jí neopustila. Na své první hodině jsem si vzpomněla na oba druhy energie – *śakti* (životní sílu) a *bhakti* (milující oddanost). Naučila

jsem se, jak stimulovat a harmonizovat vnitřní jemné energie těla, mysli a duše. Cvičila jsem dlouho a tvrdě, abych posílila svou šakti a upevnila si postavení ve vnějším světě. Pracovala jsem na nedostacích své osobnosti a toužila být silnou, stabilní a odhodlanou ženou. Studovala jsem jemnou anatomii, návyky mysli a způsoby, jak si udržet pozornost. Byla jsem plná vášně, živosti, inspirace, ale něco zde chybělo... Někdo, s kým bych to mohla sdílet.

V roce 2006 jsem přijala slib bódhisattvy, podle něhož jsem ve stylu tibetské tradice zasvětila svůj život službě druhým. Zavázala jsem se, že nenechám jediný kámen na své cestě nedotčený a využiji všechny dostupné prostředky na cestě lásky, služby a prozření. Modlila jsem se, ať v tomto životě potkám svého duchovního partnera. Věděla jsem, že díky mé vášni je to možné. Nikdy jsem si nepřála potkat svého milovaného a žít s ním šťastně až do smrti. Ne, modlila jsem se za to, abych ho potkala a abych prostřednictvím naší jednoty *sdílela* tuto lásku se všemi. Z této jednoty bylo možné věnovat cokoli.

Když jsem začala učit kundaliní jógu, přišel ohromný nával energie. Lidí na hodinách přibývalo, byla jsem požádána, abych napsala knihu pro vydavatelství Harper Collins, jezdila jsem a vyučovala po celém světě. Dala jsem tomu všechno a těžištěm mé práce byla svoboda milovat. Každá lekce končila láskou – svobodou, pozváním vstoupit do velikosti sdílení. Lekce a semináře byly euforické, lidé se koupali ve vlnách extáze. Někdy jsem cítila, že došlo ke zrození revoluce.

Většinou jsem vyučovala ženy, což je velice neobvyklé, jelikož na Západě přitahuje kundaliní jóga zejména muže. Mým záměrem bylo obnovit vnitřní krásu a vitalitu žen, posílit jejich endokrinní a nervový systém, aby měly sílu kráčet životem, i když se jim právě nedaří. Čistily jsme jejich sexuální minulost i zranění

související s láskou a inspirovala jsem je k tomu, aby toužily hluboce milovat.

A pak... jsem potkala Padmu. V několika málo okamžicích jsem si uvědomila, že jsem vynechala obrovský kousek puzzle – lůno a stín. Díky Padmově laskavosti jsem se setkala s oběma těmito chybějícími články, objala jsem je a spojila je. Když jsem psala s Padmou tuto knihu, procházela jsem procesem otevření lůna a kromě několika drobných zdravotních potíží s mou pohlavní soustavou mi byla diagnostikována rakovina děložního čípku v prvním stadiu. V době, kdy jsme knihu dokončili, jsem již byla zcela vyléčená a těšila se plnému zdraví. Trvala jsem na tom, aby byl tento léčivý proces zachycen a popsán na stránkách této knihy a sloužil jako podpora těm lidem, kteří by touto branou také mohli procházet. Z pohledu sjednoceného bytí vám přináším svůj kousek puzzle. Jsem živoucím důkazem síly lůna a lásky.

Anaiya Aon Prakasha
Rennes-le-Château, Francie.



Úvod

*Stvořitel svolal všechny živé bytosti a pravil:
„Potřebuji něco ukrýt před zraky lidí, dokud na to nebudou
připraveni. Jde o uvědomění, že oni sami si tvoří svou
realitu.“*

Orel praví: „Dej to mně. Já to vezmu až na Měsíc.“

*Stvořitel odvěti: „Ne. Jednoho dne se tam dostanou
a naleznou to.“*

Losos praví: „Ukryji to na dně oceánu.“

Stvořitel odvěti: „Ne, tam se také dostanou.“

Bizon praví: „Schovám to v prériích Velkých planin.“

*Stvořitel odvěti: „Budou řezat do kůry země a naleznou to
i zde.“*

*Moudrá babička Krtková, která žije v útrokách Matky
Země, nemajíc oči, ale vidíc vnitřním zrakem, praví:
„Vlož to do nich samých.“*

A Stvořitel odvěti: „Staň se.“

PŘÍBĚH STVOŘENÍ – KMEN HOPIŮ

Blížíme se k okraji kvantového posunu, ale co to vlastně znamená? Co si můžeme představit pod touto evoluční změnou, u jejížž

břehů se nalézáme? Mohly by součástí této změny být ženy, které opětovně naleznou svou láskyplnou sílu a zaměří ji na ta správná místa?

Možná jsme pouze zapomněli, kde tu sílu hledat. Nejhlubší a nejstarší tajemství života spočívají v lůně každé ženy. Lůno je posvátným chrámem těla, silně energeticky propojeným místem. Je to místo, ze kterého vychází váš vnitřní hlas, hluboké vedení a jasnost, klid, tvořivé vyjádření a síla. Je to váš prvotní přirozený hlas, propojení se sítí života, sítí vzájemné závislosti, jež spojuje všechny živé bytosti dohromady.

Všichni jsme zrozeni z lůna, přesto je to jedna z částí těla, o které toho víme velmi málo. Není to překvapivé. Lůno totiž obsahuje největší sílu, jíž žena vládne: sílu vyživit, nechat vyrůst a stvořit nový život. Tuto tvořivou sílu má každá žena, ale většinou ji projeví pouze v průběhu těhotenství a při porodu dítěte.

Lůno však není pouze místem, které dá život děťátku, je to místo, stav bytí, jenž rodí *nás samé*, nové skutečnosti a světy. Místo, které obsahuje schopnost hluboké transformace nás samých i ostatních, s nimiž přicházíme do styku. Lůno je středem ženské esence, původcem ohromného tvořivého potenciálu, vitality, bezbřehého pocitu přirozeného klidu, smyslné síly a manifestace. Lůno rodí nejen děti, ale také plný ženský duchovní potenciál, přináší osobní léčení a hloubku vztahů, po které všichni toužíme. Rodí a spojuje božské mužství a ženství, přináší rovnováhu a láskyplnou sílu do našich nejhlubších vztahů. Srdce nevykonává tuto práci samo: provádí ji v jednotě s lůnem.

Jen si to představte: uvnitř nás existuje místo, které je branou k životu a smrti, avšak my tuto bránu použijeme jen jednou nebo dvakrát za život. Většinu času si jí nevšímáme, její síla je skrytá, nepochopená a zapomenutá.

Tak tomu však vždycky nebylo. V minulosti (a v současných domorodých kulturách) ženy znaly zvyky lůna a dělohy, jejich moudrost, praktiky i sílu a věděly, jak je využívat k tvoření a hluboké lásce. Můžeme zmínit např. význačné ženy Východu i Západu jako Máří Magdalénu, Matku Marii, ženské zosobnění Buddhy Ješe Cchogjal, kněžku Eset, taoistická a africká sesterstva nebo druidské šamanky z Anglie a Irska.

Jako ženy jsme se natolik odpojily od svého lůna – svého těžiště a prvotního centra radosti, tvořivosti a duchovního spojení – že jsme zapomněly, kdo jsme a kým bychom mohly být. Místo toho se snažíme soutěžit podle mužských pravidel a podmínek, abychom držely krok se současným světem. Rozkvět ženské růže byl zastíněn pilířem mužství, místo toho aby obě pohlaví spočívala bok po boku v harmonii a vzájemné rovnosti.

Tato nerovnováha je způsobena tím, že jsme zapomněly na lůno a jeho pravý účel a sílu. Muži zapomněli na to, jak žít ve vztazích s ženami a jak být skutečně lidští. Staví si zdi intelektuálního ospravedlnění a vzteku na zranění a bolesti, které tímto oddělením vznikly. Tento rozkol ovlivnil také řadu náboženství a způsobů chování, a vytvořil tak značně pokroucený pohled na spiritualitu a sociální chování současné společnosti. Tyto struktury byly stvořeny muži bez žen, což se stalo zárodkem nevyrovnaného, defektního pohledu na svět a společnost.

Dopady, které má tato nerovnováha na lidskou společnost, jsou mnohé a působí na každou oblast lidského života, od životního prostředí přes nukleární zbraně, kulturní a vzdělávací hodnoty, duchovní tradice a příkázání, ztrátu rodinných hodnot a ztroskotání mnoha intimních vztahů mezi mužem a ženou. Ztráta moudrosti lůna zkrátka stvořila ohromnou nerovnováhu na planetě Zemi, která nás všechny ovlivňuje a vytváří nejistý základ

našich kultur a životů. Ty doslova hrozí zhroucením v každyčském okamžiku.

Nárůst intelektualizace, odtržené od moudrosti lůna, odráží fakt, že ženy hledají své těžiště spíše v hlavě a méně ve svém lůně a srdci. Je to reakce na názory a koncepty, jež ovládají zejména muži a představují základ dnešních náboženství a společnosti.

Ženským středem není hlava, nýbrž propojení lůna a srdce. Žena žije na zemi, propojená vztahy, ne nějakým abstraktním konceptem nebo představou o tom, co je život. Když se ženské centrum přesune do lůna, žena se stane vystředěnou, uzemněnou, přítomnou, plnou síly. Je-li ženské těžiště v hlavě, žena trpí a ztrácí sílu, soutěží s muži, kteří „jsou v hlavě“, a ztrácí spojení se svou ženskou esencí.

Má-li žena svůj střed v hlavě, je smutná. Hluboko uvnitř tuší, že to takto není správně. Pokud začne pracovat se svým lůnem, všechen smutek a vztek začnou vyvěrat napovrch a těžiště se přirozeně začne přesouvat do původního středu, do zdroje radosti a ženství. Srdci se uvolní prostor, aby mohlo rozkvést, hluboce a organicky, spontánně proudit a napojit se na síť života, na vše, co život podporuje a sytí.

Po mnoho tisíc let neměly ženy žádný vzor, nevěděly, na koho se mají obrátit nebo u koho mohou hledat inspiraci. Nevěděly, kam patří. Měnící se role, které jim přiřkla společnost orientovaná na rozum a intelekt, ještě hlouběji izolovala přirozenou esenci ženství, a vytvořila tak napodobeninu opravdového ženství. To můžeme vidět v dnešní moderní, konzumní společnosti, kde je tento pokřivený obraz využíván k prodeji výrobků, svádění a manipulaci.

Hluboko uvnitř víte, že se musíte vydat za kulturní a přijatelné normy chování, abyste zůstaly samy sebou. Ničeho velkého nedosáhnete, pokud nevystoupíte ze zajetých kolejí – v jakémkoli směru

či oblasti. Žena se znovuzrodí, pokud uvolní své vazby s kolektivním vědomím a vymaní se z tradičních přesvědčení o tom, jaké ženské role a hodnoty jsou společností považovány za přijatelné.

V tomto oddělení začnete plně věřit samy sobě a tomu, co je pro vás jedinečné. Tento proces transformace závisí na vaší schopnosti cítit a prožívat ženské hodnoty vycházející z lůna. Mít o nich povědomí nebo o nich přemýšlet však nestačí. Ženství musíte žít, žít plně dle své hluboce procítěné moudrosti břicha, svých břišních instinktů, aby život mohl dál plynout.

Vše živé bude vzkvétat a prosperovat, pokud ženy budou milovat svá těla a žít podle své pravdy. Lůno utváří a udržuje život, lůno je zdrojem dokonalého ženského projevu. Lůno a vaječníky zažehávají ženské světlo a radost. Když jsou vyléčené ze zranění – z těch mnoha momentů, kdy byly zbaveny síly a utlačovány – žena se může plně spojit se svým ženským středem, kterým jasně, radostně a svobodně proudí životní energie, orgasmická energie požehnání.

Aktivace lůna je mocným okamžikem, který léčí mnoho hlubokých, prastarých zranění ženského i mužského vědomí. Nejenže dochází k léčení na osobní úrovni, dochází také k aktivaci a léčbě kolektivní psyché. Je-li lůno ženy vyléčené a propojené se srdcem, žena je ve své plné síle. Díky tomu se léčení přenáší také na muže, který se dostává do rovnováhy a ke své celistvosti. Oheň ženy je základem pro vztahy vycházející ze srdce.

Pokud ženy žijí v souladu se svým centrem síly a radosti, schopností udržovat a pečovat o život a muži je v tomto ohledu podporují, dochází u obou pohlaví k hlubokému vyživení a otevření. Když žena i muž integrují oba své aspekty, dokážou se povznést nad to, že jsou jedním či druhým. Uvědomí si, že muž a žena jsou pouhé role, které hrají, jako by si navlékali vhodné kabáty podle situace.

Schopnost pohybovat se mezi těmito polaritami přichází tehdy, když je žena schopná být plně ženou a muž mužem.

Základní kámen probuzené, sociálně vědomé společnosti, uznávající rovnost všech bytostí, je postaven na účtě k lůnu, které si váží života ve všech jeho formách. Tento božský model se aktivuje a manifestuje organickým rozkvětem lůna a aplikací jeho pravidel a rytmtů. Tento božský model přivádí duchovní energii dolů do hmoty a manifestuje ji. V současnosti dochází k manifestaci dvěma způsoby: pomocí mentální energie, jež klesá dolů, a pomocí energie kořenové čakry a témat souvisejících se silou a sexualitou, jež stoupá nahoru.

V okamžiku, kdy bude na světě dostatek otevřených a vyléčených žen (a jejich lůn), skončí války. Žádný muž naslouchající hlasu lůna a ženy, která s ním sdílí schopnost uchovat a podpořit sílu života, nepůjde bojovat. Kdyby více ženských představitelk vytvořilo, sdílelo a šířilo struktury umožňující lidem stát se soběstačnými a žít v opravdových vztazích, byla by vymýcena chudoba.

Síla a hloubka lůna nám poskytují pevný základ pro to, abychom se vyjádřili svobodně ze srdce. Mají-li hlava a srdce oporu v ukotveném lůně, spolupracují. Hlava sama o sobě nemůže přijít do srdce. Pomocí probuzeného lůna se mysl ponoří do našeho skutečného středu a poté stoupá a vyjádří se na úrovni srdce.

Lůno je autonomní, má svůj vlastní hlas a reaguje podle toho, jak je v daném okamžiku třeba. Hlas lůna je moudrý, pradávný, mocný. Je zanořen do hlubin, zatímco srdce otevírá prostor vášni, inspiraci a vyjádření lásky. Lůno je oporou, srdce dává. Srdce touží po jednotě, ukončení oddělení. Lůno k tomu poskytuje prostor a zažehává oheň, aby se jednota mohla zrodit, manifestovat.

Srdce manifestuje lůno a lůno poskytuje srdci bezpečný prostor, aby mohlo pracovat s hlubšími vrstvami a nezůstávat pouze

na povrchní, pocitové rovině. Lůno zajišťuje stabilní oporu, neochvějný základ tvoření, pevný, tichý a spolehlivý – studnici tvoření. Srdce se cítí dostatečně bezpečně, cítí, že se má o co opřít, kde spočinout, odkud čerpat moudrost a sílu, a díky tomu je schopné jasně vidět a tvořit v souladu s nejvyšším možným potenciálem daného okamžiku.

Dalo by se říci, že lůno je břehem řeky a srdce je řekou. Lůno je nádobou, ve které může vzniknout a uskutečnit se alchymie lásky. Mysl je služebníkem „srdce lůna“, provádí jejich pokyny. Bez zralého, probuzeného lůna je srdce nekompletní. Lůno staví na jasnosti, tichosti a vnitřním vedení, oddanosti a vitalitě. Představuje místo, do kterého se můžeš uchýlit, když procházíš svými nejtěžšími životními zkouškami.

Uvnitř sebe máte spolehlivý zdroj ticha. Máte odvahu jej odhalit? Pokud ano, pak vám tato kniha může pomoci.

V Moudrosti lůna odhalíte:

- ☉ jak jsou v každém ženském těle zakódována mysteria tvoření,
- ☉ jak se pomocí svého lůna stát svým vlastním guruem a průvodcem,
- ☉ jak pět spirál rozvíjejícího se lůna tvoří Vesmírnou ženu,
- ☉ jak nalézt svou vlastní cestu k lůnu v Mandale lůna,
- ☉ meditace k oživení energetických drah lůna,
- ☉ informace o sedmi branách, které aktivují vaše posvátné, smyslné já,
- ☉ hlas svého lůna, rozhovor s lůnem a jak se můžete s tímto hlasem spojit,
- ☉ proč muži potřebují lůno, aby se mohli spojit s posvátným mužstvím,
- ☉ posvátná místa lůna na zemi.

Tato kniha obsahuje také CD *Esence lůna*, jež nabízí širokou škálu krásných a mocných zvuků vycházejících ze srdce posvátných tradic celého světa. Tyto zvuky, propojené s psychoakustickými frekvencemi, vás vezmou na hlubokou cestu do středu tvoření, života, smrti a znovuzrození. *Esence lůna* vám pomůže v procesu otevírání lůna.

Práce s lůnem vám umožní, aby váš posvátný vnitřní prostor vzkvétal a rozvinul se do svého plného potenciálu. Se vzkříšením lůna přichází vzkříšení člověka. Pokud člověk žije v harmonii se svým probuzeným „srdcem lůna“, nalezne svou novou identitu – nekonečnou, původní, pravou identitu.

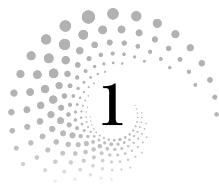
Tak tedy muži... povstaňte a podpořte ženu ve svém životě! Nebojte se, že ztratíte sílu, protože ve skutečnosti získáte tu největší sílu ze všech: lásku zrozenou z pokory, takovou, která dělá muže mužem, králem a vůdcem, chránícím svou královnu a průvodkyni. Věřte a naslouchejte lůnu. Pomůže vám nahlédnout pravdu, dosáhnout té největší blaženosti, něhy a nejhlubší síly. Pomůže vám dotknout se moudrosti, která vás učiní skutečnými muži.

Ženy, ponořte se do své původní síly, hluboko pod všechny zvyky a pravidla současného světa. Ponořte se do moudrosti, kterou jste vždy měly a vždy mít budete – moudrosti, kterou žádné náboženství ani žádná kultura nedokáže obsáhnout a definovat. Ponořte se hluboko do svého břicha a mozku, který zde spočívá: primárního mozku, vašeho původního hlasu, hlasu, jenž vás nikdy nezradí a vždy vás povede k pravdě lásky, radostnému bytí a míru. Hlasu Života samého.



ČÁST PRVNÍ

První spirála



Přístup k nevědomým emocem a jejich léčení

Rozpouštění masek

Vědci objevili, že v našem břiše se nachází více neuronů než v mozku. V břiše máme 72 000 nervových zakončení, v mozku je to „pouhých“ 50 000. Podle čínské medicíny je místem, kde se ukládají hluboká emoční témata spojená se srdcem, tenké střevo (součást energetického okruhu lůna). V tibetské medicíně je břicho centrem pocitů a spojení.

V tomto bodě první spirály se musí daná osoba potkat s nevědomými emocemi uloženými v lůně, aby dokázala vidět s nadhledem. Ženská bystrost, jasnost a intuice se teprve začínají rozvíjet. Řídíme se zejména názory druhých lidí, pevný základ ještě není utvořen, a když je, stojí na strukturách mysli.

Začínáme se nořit hlouběji do zranění první spirály lůna. Z hloubi svého nitra cítíme nevysvětlitelné volání vydat se na tajemnou cestu do lůna. Můžeme hledat odpovědi a zkoušet mnoho

různých přístupů. Žádný z nich však nedokáže umlčet pocit, že zde něco chybí, nepřivede nás k tomu hlubokému místu, o němž *víme*, že existuje uvnitř nás.

Pro většinu dnešních žen je děloha pouze jedním z orgánů, který dává život našim tělům a myslím. Podobně jako u srdce, jater, žlučníku a ledvin víme, že dělohu máme, ale myslíme na ni také jinak než v souvislosti s menstruací nebo těhotenstvím? K čemu jinému by tady ještě mohla být? Co když si položíme otázku: K čemu jinému má děloha sloužit než k rození dětí? Jaká síla a moudrost je skrytá v mém lůně?

Položte si upřímně tuto otázku: Existuje v mém životě oblast, která není naplněná, jíž něco schází, aniž se mi daří něco s tím udělat?

Cesta lůna je pro ženu, která touží být plně ve své síle, žít dle svého duchovního poslání, v naplňujících, posvátných vztazích, aktivně se účastnit spontánní radosti a toku života. Je to cesta ženy, jež hluboce touží vyjádřit své opravdové já, žít naplno své ženství, bez jakýchkoli tajností, rozpaků nebo nutnosti činit kompromisy. Je to cesta ženy, která touží vést otevřený, naplňující sexuální život a s touto energií nakládá tak, aby podpořila svou evoluci, zdraví a životní elán.

Lůno je upřímným zrcadlem duše, odráží pravdu o pokroku, kterého dosahujeme na své cestě. Proudí, zklidňuje, laská a pečuje jako klidný oceán a vyrovnává přemíru mužských postojů a projevů.

SPOJENÍ S LŮNEM PROSTŘEDNICTVÍM MĚSÍCE

Těhotenství, menstruace a měsíční cyklus představují první prožitky, díky nimž se můžete dotknout tvořivých, hlubokých sil lůna. Na dělohu obvykle nemyslíme, pokud v ní právě nenosíme dítětko

nebo pokud se toto dělátko nedotýká nožičkami nebo svými malými ručičkami jejích stěn, aby nám tak připomnělo, že je zde. Jedenkrát měsíčně se obvykle chytáme za břicho, když na sebe upozorní menstruační bolesti. Překvapuje mě, když slýchám, jak ženy hovoří o svém lůně: „Auu, moje břicho!“

Tyto křeče jsou voláním, abyste přivedly svou plnou pozornost do středu svého lůna, dělohy. Bolesti jsou spojencem, cestou zpět k moudrosti lůna. Příště, až se budete snažit bolest otupit, zastavte se. Použijte ten fyzický vjem a nechte se jím vést dovnitř, do hloubky. Ujišťuji vás, že už se nikdy neohlédnete zpět.

Aby se ženy vyhnuly menstruaci o prázdninách nebo v jiném nevhodném čase, snaží se kontrolovat nebo zastavit přirozený rytmus svého měsíčního cyklu tím, že spolknou pilulku. Tento zásah narušuje spojení s cykly života a smrti, které se projevují skrze vás. Příště, až budete uvažovat o tom, že byste si mohly vzít lék nebo použít nějakou jinou záplatu, která váš cyklus pozdrží, zastavte se. Na úkor sebe samých dáváte přednost pohodlí a názorům dnešní konzumní společnosti.

Menstruace je obdobím, kdy se můžete ponořit dovnitř, cítit a zaznamenávat zprávy, které vám lůno sděluje v napojení na oceány, Měsíc a krev, která daruje život. Když krvácíte, vaše pozornost se rozostřuje, jste více niterné. Referenční body, které obvykle používáte jako své průvodce, se rozplývají. Vstupujete do jiné, temnější dimenze, která vás volá, abyste ji prozkoumaly a pustily svou racionální stránku, svou mentální stabilitu. V tomto okamžiku nestačí život pouze pozorovat, ale je třeba zanořit se hluboko do té ohromné síly uvnitř sebe.

Zanořit se do vnitřní temnoty – je tu, ať krvácíme, nebo ne. Právě v období menstruace se můžeme dotknout této nekontrolovatelné, nezkrotné části sebe samé.

Období menstruace je časem ústupu, odpočinku, ponoření se do vnitřní svatyně, do prostoru, jenž poskytuje přístřeší a ukrývá jednu z vašich tváří. V tomto období můžete hlouběji prožívat vztahy a přivést milování na úroveň posvátna. Dovolíte-li muži vstoupit do své krve, obou se vás to hluboce dotkne. Bengálští Baulové, provozující tantru, dopodrobna rozvinuli nauku o měsíčním cyklu, zejména křivku pěti dní menstruace. Jako nejvhodnější dobu pro milování označili čtvrtý den.* V daném období jste více zranitelné, upřímné, otevřené tomu, jak se cítíte pod povrchem, pod maskou každodennosti. Jste blíže ke zdroji síly, zranitelnosti a své ženské esence.

V období menstruace jsme více sladěné s přírodou, citlivé na změny nálad, zvuky a energetické změny. Mnoho věcí nás irituje, jelikož se setkáváme s vlastním stínem. Jsme méně tolerantní, stahujeme se do ústraní, s nadšením následujeme své tužby a instinkty. Často se však snažíme tyto hlasy potlačit, fungovat jako obvykle, nasadit si masku, která se nosí v dnešní společnosti, odvést pozornost od bolesti a pocitů a nasměrovat je ven, zůstat potřebné a užitečné pro všechno, co se od nás požaduje. Tato přesvědčení jsou však daleko od pravdy. Následujte své impulzy stáhnout se, nepřizpůsobovat se, být těmi, jakými chcete být, ne těmi, jaké vás chtějí mít ostatní.

Všimli jsme si, že největší potíže s premenstruačním syndromem mají ženy, které se cítí potlačené nebo mají nějaké zranění luna. Období menstruace odhalí zranění, očekávání a věci, které nechceme ve skutečnosti dělat, i když nám naše mysl říká, že bychom je dělat měly. Luno je opakem mysli. Nezajímají ho důvody,

* Dobrým zdrojem informací týkajících se tohoto tématu je kniha *The Place of the Hidden Moon* od Edwarda C. Dimocka Jr. (Chicago, Illinois: University of Chicago Press, 1989).

naslouchá pravdě. Je na vás, zda ho budete následovat. Pokud nevyjádříte to, co se skrývá za bolestí a podrážděním, objeví se to ve vašem životě a vztazích jiným způsobem.

Menstruace je darem, díky němuž můžeme odkrýt místa, kdy k sobě nejsme upřímné a kdy svou energii zaměřujeme špatným směrem. Vztek, smutek, strach, podráždění, zoufalství jsou pouze blokovanou energií stínu, který je v tomto období vynesena na světlo. Je jen na vás, zda prozkoumáte, vyjádříte a uvolníte to, co se skrývalo pod povrchem a čekalo na tento okamžik. Pak může dojít k uvolnění potlačené tvořivosti měsíčního cyklu: budete dělat, po čem vaše luno touží.

Obejměte svůj stín v měsíčním čase

Jedenkrát měsíčně se setkáváte se svým stínem. Pokud se v danou dobu spojíte se svým lünem, může pro vás mít toto setkání cenu zlata. Váš osobní stín a někdy také kolektivní stín ženství odhalují svá tajemství. Mnohokrát jsem sebe samu i jiné ženy slyšela říkat: „To přece vůbec nejsem já, nerozumím tomu, proč jsem to řekla, proč jsem to udělala.“ Správně – není možné rozumět transformační síle vaší stinné stránky, která nad vámi v určitém období přebírá vládu.

Stojí-li u kormidla stín, nevědomá žena si ani nevšimne, kdo ji vlastně řídí. Ale právě v tom spočívá ono kouzlo – zaměřit se na okamžik, kdy se cítíte rozrušená a rozčilená. Stín se probouzí. Přichází čas procítit jeho otisk ve vašem těle a zeptat se, po čem skutečně touží, co potřebuje. Nevinnost, skrytá v jeho samotném středu, je léčivou zprávou, kterou s vámi chce stín sdílet. Jeho tužby a potřeby jsou klíčem k hlubšímu otevření a počátkem trvalého rozhovoru a věrného přátelství.

Pokud se vědomě vydáte na cestu ženského já a své síly, vaše luno se bude dále otevírat. Připustíte a přijmete, že nejste a nikdy jste

nebyly obětmi, ale mocnými stvořitelkami všech svých prožitků. Uvědomíte si, že vám nikdo nic neprovedl. Prožijete pocit pokory.

Odpovědnost za sebe samu a vnitřní síla krácejí ruku v ruce. Pokud přijmete skutečnost, že jste stvořily vše, co se vám přihodilo, potom můžete vyléčit všechna osobní i kolektivní zranění. V tom okamžiku se žena dotýká své opravdové síly, má odvalu procítit to, co bylo dříve odmítnuto, zapovězeno. Existuje-li odvaha čelit něčemu nepříjemnému nebo bolestivému, pak se může spící lůno začít probouzet a zvkvétat.

Abyste se mohly spojit se svým pravým já, musíte nechat přijít vše neprocítěné, potlačené, zamítnuté nebo nepovšimnuté.

Existuje nespočet strategií, které jsme si osvojily, abychom se chránily. Abychom se vyhnuly nepříjemným nebo zahlcujícím pocitům, vytváříme si způsoby, jak tyto pocity zablokovat nebo je obejít. Ve skutečnosti vyžaduje daleko více energie a úsilí udržet na místě poklici zakrývající zranění a bolest než poklici sejmut a volně dýchat.

Stahujeme tělo, zadržujeme dech a břicho, abychom udržely tuto ochrannou pozici a zamaskovaly své pocity. Tyto nepříjemné pocity zůstávají zaseknuté v našich lůnech a mohou nás svazovat celý náš život. Snažíme se vyhnout a vzdorovat stejným emocím, které nás mohou osvobodit. Pokud je plně procítíme, zavalí nás vlny vyživující energie a síly, dostaví se pocit celistvosti a integrity. Mohou zmizet pocity, že nám něco chybí, něco postrádáme nebo jsme méněcenné. Nepřijetí emocí vede ke strachu, zmatku a neklidu. Emoční stres si obvykle držíme v lůně, trávicím systému a kolem análního otvoru. Obejmeme-li emoce a obtížnou cestu, která se s nimi často pojí, nalezneme radost, krásu a klid. Vyléčené emoce nám umožní odevzdat se životu a být šťastné, aniž budeme závislé na druhých. Jestli je pro vás těžké odevzdat se a prožívat štěstí, které se neváže na

určitou osobu, situaci, místo nebo věc, pak máte ve svém lůně pravděpodobně bloky. Otevřeme-li se potěšení emocí, nasloucháme jazyku ženské duše.

Spojení s lůnem

Potřebujeme-li zaměřit pozornost na prostor lůna, položíme si dlaně na břicho a dýcháme do něj. Můžeme ho jemně pohladit, masírovat. Vyzkoušejte to.

1. Posadte se pohodlně na zem – plošky chodidel se dotýkají, kolena jsou rozevřená do stran. Toto je pozice, která vám umožňuje sedět na své ženské koruně, vystředěné ve své síle.
2. Zavřete oči, položte si dlaně na lůno (palce a ostatní prsty tvoří trojúhelník, směřující k zemi) a dýchejte do něj. Uvolněte se do meditace. Můžete nechat zaznít hlas lůna, spontánně vyjádřit jakýkoli zvuk. Úplně se tomu odevzdejte. Možná budete překvapené, co s vámi chce vaše lůno sdílet.

Vstupujete-li do první spirály otevření svého lůna, dochází k fyzickému a emočnímu čištění. Uvolnění toxinů po fyzické i emoční stránce umožňuje očistu lůna na buněčné úrovni. Poté se lůno může otevřít a kvést.

SPOJENÍ S LŮNEM PROSTŘEDNICTVÍM SEXUALITY

Zranění lůna zahrnují vzpomínky a emoce, které v nás zasely nedůvěru v život i druhé lidi a které oslabují ženskou schopnost tvořivosti, inspirace, stability, plodnosti a úspěchu v láskyplných vztazích. Prvním krokem na cestě léčení lůna je schopnost nechat vyplavat

a rozpustit studnici smutku a bolesti, masku tvrdosti, cynismu a zranitelnosti.

Tento prvotní krok ovlivňuje mnoho aspektů života, ale viditelný je zejména v oblasti milování a sexuality. V první spirále lůna pro vás může být těžké zažívat orgasmus. Možná se držíte zpátky, cítíte bolest nebo smutek, frustraci, povrchní rozkoš, cítíte se nepřítomné a nenaplněné, ale nemluvíte o tom nahlas. Možná si milování dokonce užíváte, ale cítíte, že jste dosáhly určitého vrcholu a dál se nic nemění. Z hloubi nitra vás vábí a volá pradávná vzpomínka, šeptá o čemsi, co stojí mimo vaši dosavadní zkušenost, ale přitom to tak důvěrně znáte.

Je-li lůno čisté a bez omezení, může přijít nový prožitek orgasmu jako přirozeného uvolnění svobodného projevu. Může se jednat o vaginální orgasmy, orgasmy celého těla, při nichž proudí blaženost celou vaší bytostí, nebo orgasmy v děloze, srdci a jemnohmotných tělech. Existuje tolik druhů orgasmů, jako je hvězd na obloze. Není možné je jakkoli definovat nebo se porovnávat s jinými ženami.

Sexuální energie podporuje a nabíjí váš imunitní systém. Celých devadesát procent této energie proudí přímo do imunity. Bez vitální sexuální energie bude váš ochranný systém podvyživený, budete více náchylné k nemocem, slabosti a depresi. Orgasmus, zahrnující celou vaši bytost, přináší tělu léčivou energii. Vyzkoušejte to, až budete příště nemocné, a uvidíte, co se stane.

Žijete-li v souladu s tímto proudem, žijete dle tužeb svého srdce, svého nejvnitřnějšího volání, následujete svůj vnitřní hlas a nasloucháte svým přirozeným cyklům ve spojení se zemí, svými milovanými a životem samotným. Naše životní jiskra nacházející se v lůně nás posouvá směrem k radosti, tvořivosti a svobodné sexuální energii. Námi a zemí neustále proudí vlny energie. Tyto vlny

si uvědomíte, když je váš emoční stav v akci, v pohybu. Emoce doslova znamená energii v pohybu.

Abyste se sladily s rytmy lůna, musíte se stát tekutými, proměnlivými. Poté budete schopny prožít kdykoli jakýkoli pocit. Budete cítit potěšení, lásku, vztek nebo slzy, aniž se k nim budete poutat. V tom okamžiku vámi bude proudit Duch, který je vždy plynoucí a otevřený. Čím méně vstupujete do kontaktu se svými pocity, tím více se jich bojíte a jste jim vydány na milost. Čím více si dovolíte pocity prožít, tím méně vás zotročí. Pokud jim dovolíte, aby vámi protékaly, stanete se průzračnými, aniž byste k sobě někoho či něco poutaly.

Naučíte se uvolňovat své tělo, pocity a mysl, tak aby vámi mohl proudit Duch. Pak budete v jednotě se vším uvnitř i okolo sebe. Svět a váš vztah k němu se změní... stanete se součástí procesu tvoření, v každém okamžiku. Vy tvoříte svět a svět tvoří vás. Bylo to tak vždy, my jsme však příliš zaneprázdněné a nevšímáme si toho.

Stalo se vám někdy, že jste o něco požádaly a ono se to magicky následujícího dne, či dokonce za hodinu objevilo? To znamená žít v souladu s proudem – život se manifestuje skrze vás.

LÉČBA ZAPOMENUTÝCH SPOJENÍ

Když se odvážně ponoříte do přerušených spojení, která jste našly v první spirále, a budete je milovat, vytvoří se ve vás pocit důvěry, že dokážete léčit sebe samy a žít v pravdě. Léčení touto spirálou nekončí. Naopak – vydáváte se na cestu lůna, prohlubující se cestu do tajemství a úžasu života, na cestu růstu, transformace, tvořivosti, zrození sebe samých, svého naplnění a celistvosti.

Na této cestě se můžete setkat se svými skrytými dary, získat hlubší citlivost a poznání, proč jste tady. Tyto dary nemusí být

nutně podmíněny zralostí. Jste teenagery, kteří zakouší slasti i strasti spojení se svou plodnou, úrodnou silou, s jejíž pomocí můžete tvořit a naslouchat tužbám svého „srdce lůna“. Následující cvičení vám pomůže spojit se svým pravým já.

Rozhovor s lůnem

V první spirále lůna se toho o sobě můžete hodně dozvědět. Zhluboka se nadechněte do svého lůna, ponořte se do své posvátné jeskyně. Dejte si dlaně na prostor dělohy a položte si následující otázky:

- ☉ Je prostor břicha, lůna a sexuálních orgánů místem, kde máte nějaké potíže?
- ☉ Byla jste někdy na operaci břicha, dělohy či pochvy?
- ☉ Jak se na své tělo a sexualitu dívá vaše matka?
- ☉ Trpíte premenstruačním syndromem nebo hormonální nerovnováhou?
- ☉ Znáte svůj porodní příběh? Jaké pocity ve vás vyvolává? Narodila jste se císařským řezem, za pomoci kleští, předčasně? Měla jste okolo krku omotanou pupeční šňůru, byl porod nějak traumatický? Jaké léky dostala vaše matka? Byla v nebezpečí? Byla jste adoptovaná?
- ☉ Cítíte dopady porodu na svůj současný život?
- ☉ Měla jste prostor plakat a truchlit po potratu, interrupci nebo smrti dítěte v bříšku?
- ☉ Zažila jste sexuální, emoční nebo fyzické zneužití?
- ☉ Uvědomujete si, jak můžete zneužívat a trestat samu sebe prostřednictvím svého vnitřního dialogu a konání?
- ☉ Užíváte si akt milování?
- ☉ Jste plně otevřená tomu, aby vás váš partner hluboce prostoupil?
- ☉ Zadržujete při milování zvuky rozkoše?

- ☉ Jste schopná plně přijímat a milovat své tělo a ženství?
- ☉ Prožíváte orgasmy? Máte orgasmy celého těla?
- ☉ Důvěřujete plně mužům?
- ☉ Vážíte si a respektujete své břišní instinkty a intuici?
- ☉ Míváte zažívací potíže, precitlivělý žaludek, pálení žáhy, menstruační bolesti, nadýmání?
- ☉ Kde ve vašem těle žije strach? Kde žije síla?
- ☉ Víte, jak znějí vaše zranění? Uvolnila jste někdy hlas těchto temných, skrytých míst? Chtěla byste to udělat?
- ☉ Jaké to bylo, když jste začala poprvé menstruovat? Oslavila jste to? Jaké přechodové rituály prožíváte se svými dcerami a přítelkyněmi? Účastníte se ženských kruhů a obřadů? Chtěla byste se jich účastnit?
- ☉ Důvěřujete jiným ženám, nebo s nimi soupeříte?
- ☉ Provádíte nějaká duchovní cvičení, která kultivují vaši břišní energii?
- ☉ Dýcháte rytmicky a zhluboka? Potřebovaly byste více energie?
- ☉ Kolik blaha a radosti si dovolíte denně prožít?
- ☉ Milujete život na Zemi?
- ☉ Co ve vás probouzí vášně? Co vás inspiruje a vede k prožitku plnosti života?

Další možnosti, jak léčit lůno

Existuje mnoho způsobů, jak otevřít první spirálu lůna. Fyzická děloha je prostředníkem, který nás propojí s emoční rovinou. Síla záměru, v návaznosti na fyzickou očistu, může otevřít a pročistit mnoho vrstev lůna, a tento proces probíhá neustále.

Raw strava a šťávy vám mohou pomoci vypláchnout lůno a celý systém. V tomto ohledu můžete zapátrat v knihách Davida Wolfa