

# Jóga pro samouky

(25)



Zvětšení magnetické síly

zveřejněno na [www.ceskaakademiejogy.cz](http://www.ceskaakademiejogy.cz)

a [www.rudolfskarnitzl.cz](http://www.rudolfskarnitzl.cz)

Plástev medu z mého srdce

Šrí Paramahansa Jógánanda

Ve dnech, kdy je v mém životě léto, sbírám nektar ze sladkých květů rostoucích v zahradě lidských duší.

Schraňuji esence z drsných květů odpuštění, ze slabounce vonících poupat pokory a ze vzácných kvítků lotosových myšlenek.

Když kolem mne víří vložky zimních zkušeností a pozemského odloučení, hledám teplo a radost v medové plástvi mého srdce. Tam jsem Tě mnohokrát objevil, ó, božská včelo, upíjet nasbíranou sladkost mé oddanosti. V tom Tebou posvěceném úlu jsem našel místo útěchy.

## Modlitba

Ó, Otče, pohleď na mě skrze póry v obloze. Skrze třpyt hvězd. Dívej se na mě skrz slunce a měsíc. Laskej mě vánkem. Miluj mě pomocí mé lásky. Tepej ve mně mým srdcem. Dýchej Tvou nesmrtelnost skrze toto moje smrtelné tělo. Mluv mým hlasem. Pomáhej druhým pomocí mých rukou. Používej moji mysl, abys inspiroval ostatní. Dýchej mým dechem. Protože ty jediný na této polámané viole umíš zahrát svou úplnou věčnou píseň.

## Zvětšení magnetické síly

### Magnetická síla je universální

Všechny věci v tomto materiálním světě manifestují duální síly přitažlivosti a odpudivosti. Mají své náklonnosti a odpory. Když do magnetického pole dáte kovové piliny a kousky kamene, uvidíte, že magnet přitahuje pouze částice kovu. Je evidentní, že existuje vztah mezi magnetem a typem předmětů, které přitahuje. Přitažlivost magnetu nemá vliv na kámen. Zjevně tu musí být podobnost v atomové struktuře magnetu a předmětů, které jím jsou přitahované.

Stejně magnetické síly pracují ve vás, třebaže jiným způsobem. Přitahujete živé tvory, kteří mají vztah k vaší magnetické síle. Člověk nemůže přitáhnout kámen nebo dům, protože kámen k němu nemá žádný

vztah, ale může se pokusit najít individualitu, jejíž vzhled a kvalitu má vybudovanou ve své mysli v podobě mentálního obrazu. Může si říci: „Jednou toho člověka potkám,“ a často díky této přitažlivé síle takového člověka skutečně potká. Takové případy ukazují, že bezpochyby nějaká síla v éteru pracovala a přivedla k setkání dvě duše, které by se jinak držely od sebe za masou několika stovek milionu lidí. Jak se stane, že dva lidé (rozdělení množstvím lidstva stejně jako časem a vzdáleností) jsou přivedeni k sobě, pokud by tu nebyla neviditelná spřízněnost vysílaná z jejich srdcí, která je přivede do vzájemné blízkosti? Když se vysílací pásmo srdcí stane dostatečně silným, tehdy se potkají.

## Druhy magnetů

Od obyčejného magnetu se můžeme dozvědět, že všechny druhy magnetů přitahují podle druhu své síly. Malý magnet přitahuje malé předměty. Větší magnet přitahuje větší předměty. A tak lidský magnet přitahuje podle své síly přitažlivosti. Ve světě existují různé druhy lidských magnetů. Některé přitahují fyzické věci a jiné přitahují mentální síly. Některé přitahují duchovní kvality – jemné kvality, které jsou tak často skryté a zapomenuté.

První otázka teď je, jakým druhem magnetu chcete být? Materiální, byznysový magnet, nebo duchovní? Který je nejlepší? Tak vás napadne, že nemůžete být jen materiálním magnetem, ale chcete prosperovat i duchovně. Na druhou stranu nemůžete být čistě duchovní, dokud nejste

vyvinutí tak, že jste odrostli všem potřebám materiálního života. Nemůžete jen tak říci: „Zapomenu na své tělo a jeho potřeby a budu se věnovat jen přitahování duchovního požehnání.“ Pouze pokročilý jogín nebo svatý je toto schopen udělat. Povím vám o jednom takovém oddaném stoupenci.

## Jak jogín snídal

V Tibetu žil jeden jogín, který strávil všechn svůj čas v uvědomění Boha. Žil v džungli, kdy jeho jedinou obživou byly plody, listy nebo tráva, které sbíral, kde je našel růst. Měl mimořádné schopnosti. Jednoho dne sem byl přiveden muž, který hledal Boha. Strávil tu noc. Následujícího rána řekl jogín: „Pojďme si dát snídani.“ Hodil do hrnce pár listů a začal je vařit. Ale

host byl zvyklý na luxusní život a s obavami se zeptal: „Toto je vše, co jíš?“ Jogín odpověděl: „Ano.“ Po pár minutách řekl muž nejistě: „Ale já bych rád skutečné jídlo.“

Jogín navrhl: „Ukážu ti, jak si to jídlo vylepšit.“ A vzal kousek listu a pravil: „Toto je sůl.“ Potom vzal jiný kousek listu a řekl: „Tohle je tvoje oblíbené kari koření, a toto je máslo, které si vždycky dáváš. A teď má polévka všechny příchutě, které jsem tam dal. Ty to nebudeš schopen cítit, ale já ano, protože jsem tak nasměroval svoji mysl.“

## Omezená síla materiálních magnetů

Tento jogín oprostil svůj život do úplné jednoduchosti, takže se mohl koncentrovat na to, aby byl duchovním magnetem. Protože jste navyklí na drobné materiální



potřeby, myslíte si, že je musíte přitahovat. Cesta moudrosti je zjednodušit své potřeby. Vyvinout dostatek materiálního magnetismu, abyste uspokojili své nutné potřeby, ale většinu svého úsilí vynaložit na nabytí duchovního magnetismu – protože co je nabýváno nižšími formami magnetismu, to je pomíjivé.

Když vyvinete všechno svoje úsilí, abyste získali materiální magnetismus, na konci svého života zjistíte, že jste promrhali svůj čas. Dětské touhy patří ke světu. Proč byste je měli vyživovat? Jestli máte nějakou potřebu, pokuste se ji naplnit a poskytujte adekvátní péči tělu, ale neplýtvajte svůj čas na to, abyste přitahovali bezcenné materiální objekty.

Vzpomeňte si na legrační věci, po kterých jste toužili jako děti. Možná jste

chtěli panenku, nebo jste toužili po vláčku a tak dále. Nyní se vám ty touhy zdají hloupé, ale tenkrát byla panenka nebo vláček největší touhou ve vašem životě. Dnes už nejste schopni znovu vzbudit stejnou touhu. Mnohé tužby, které právě ukrýváte ve své hlavě, jsou zrovna tak dětinské. Některým z nich odrostete během tohoto života. A pokud někdy v této inkarnaci navštívíte království moudrosti, tak veškeré vaše touhy se rázem budou jevit jako dětinské.

Nepokouším se vás demotivovat. Ale vzpomeňte si na čas, který věnujete oblékání a shánění věcí, o kterých se domníváte, že je potřebujete. Pozorujte lidi, kteří ty věci mají, a podívejte se, jestli jsou šťastní. Shledáte, že nejsou spokojení. Shánějí něco dalšího. Neplýtval jsem svým magnetismem na získávání materiálních

věcí dlouho. Použil jsem svůj magnetismus na přitažení nepomíjejícího – na Nekonečno.

Když přitáhnete Boha, nebudete už více chtít vydávat svůj magnetismus k jakémukoli jinému účelu: majíce Jeho, budete mít všechno. Většina lidí toto neví. Je faktem, že když jedenkrát najdete nepomíjejícího Boha, všechny touhy po věcech pomíjejících budou jistě uspokojeny. Při rozlišování toho, co je pomíjející a co je trvalé, byste měli uvážit, že vše, co patří k tělu, je pomíjející a vše, co patří k duši, je nepomíjející. Učte se rozpouštět své touhy, dokud vás veškeré touhy neopustí.

Peníze ne vždy znamenají dobrý vkus. Mnoho lidí, kteří mají peníze, nakupují tolik věcí, že ze svých domovů vytvoří sklad haraburdí. Abychom vytvořili hezký domov,

potřebujeme dobrý vkus, a nikoli velké peníze. Ale potíží s touto myšlenkou je v tom, že někteří lidé jsou tak strženi myšlenkou, aby si vytvořili útulný a atraktivní domov, že ztratí možnost povznést se nad materiální věci. Nebyl bych schopen vidět, jak snadno člověk upadne do bláhovosti, kdybych neměl za sebou trénink v Indii. Víím, že každý z vás, kdo musí platit složenky, se modlí za to, aby měl svobodu, kterou náš učí Indie. Ale svoboda nikdy nepřijde, pokud upadnete do lenosti, ani ji nezískáte tím, že všechno vzdáte. Jeden muž řekl: „Och, ztratil jsem své bohatství, ztratil jsem ženu, a tak opouštím všechno a stávám se mnichem.“ On neopustil nic. Všechno opustilo jeho!

Když díky moudrosti budete schopni eliminovat nepotřebné touhy, lidé vám budou závidět. Mentální prostředí a jistota

přesvědčení jsou velmi důležité. Poté, kdy rozpustíš svoje chtění, můžeš říci: „Dobře, musím mít tyto hmotné nezbytné věci. Neschopnost přitáhnout tyto nezbytné věci je slabost.“

## Druhy magnetismu

Člověk může vyvinout magnetismus různého druhu: k přitáhnutí nejvyšší síly Boha, k získání mentálních schopností, nebo k přitáhnutí si věcí denní potřeby. Bůh ti dal tělo a ty se o něj musíš starat. Pokud ale vyvineš všechny síly a svůj magnetismus použiješ k získání materiálních věcí a mentálních sil, budeš nakonec rozčarován. Pokud vyvineš božský magnetismus, bude se tato síla starat také o všechny tvoje materiální potřeby. Proto říkal Ježíš: „Hledejte nejprve boží království a vše

ostatní vám bude přidáno.“ Ale musíte tento zákon žít! Já vím, že funguje. Viděl jsem, jak pracuje.

## Jak vyvinout fyzický magnetismus

Především musíte vybudovat tělo, které je silné a jisté si samo sebou – ne tělo, které je ukázkou marnivosti, ale tělo, které máte zvládnuté. Představte si líného člověka, který chodí okolo své práce bez ambicí, bez energie. Pak si představte závodního koně, který je připravený vyrazit na prásknutí biče. Takové musí být vaše tělo. Všichni známe staré lidi, kteří jsou velmi zdraví a tělesně mladí, mají vše pod kontrolou a jsou plni magnetismu. Nehledě na věk jsou to skvělé osobnosti.

Neposedávejte líně, to vás zbavuje energie. Vaše tělo musí být stále v pozoru

připravené na vaše příkazy, i přesto, že třeba právě sedíte. Všimněte si způsobu, jakým lidé sedí. Některý člověk třeba sedí velice líně a povadle. V té minutě, kdy ho uvidíte, začnete se cítit unavení. Jiný sedí vzpřímeně a vy vidíte, že je živý. Jak ho uvidíte, patřičně zareagujete. A musíte se naučit stát rovně. Svého mistra jsem nikdy neviděl zhrouceného. Boha nikdy nenajdete, pokud z lenosti nebo nepozornosti dovolíte své páteři, aby byla zhroucená ve špatné pozici. Učte se sedět a stát rovně. Někteří muži a ženy chodí se svěšenými rameny. Jiní kráčí s energií. Když se neudrží v kondici, u žen se to projeví v bocích a u mužů na břicho. Pamatujte na důležitost držení těla a na pravidelné cvičení.

## Vliv diety na magnetismus

Abyste zvýšili magnetismus, jezte hojně ovoce a zeleninu. Obzvláště ovoce má magnetickou kvalitu a nezanáší zažívací systém. Příliš mnoho proteinů a škrobů zadržuje ve vašem těle jedy. Zejména žaludek musí být udržován v bezvadné kondici. Pokud máte například problémy s plyny v břiše, bude to významně ovlivňovat váš magnetismus. Přejídání je velmi špatné. Naopak půst magnetismus podporuje – ale nemyslí se tím, že máte hladovět. Lidé, kteří jedí třikrát denně maso, mají tupý výraz, zatímco lidé, kteří jedí dostatek ovoce, mají oči jasné. Přesto vhodná dieta sama nestačí, vše musí být podpořeno myslí stále ochotnou poslechnout vaši vůli.



## Získávání mentálního magnetismu

Vždy zaměřujte svoji celou mysl na to, co právě děláte, ač je to zdánlivě zcela nevýznamná věc. Také se učte udržovat si mysl flexibilní, abyste byli schopni rychle pozornost zaměřit jinam. Ale především vše dělejte se stoprocentní koncentrací. To vytvoří skvělý magnetismus. Mnoho velkých byznysmenů a mužů úspěšných v různých oblastech, ví, jak tuto magnetickou sílu používat.

Pokud jste otrokem kteréhokoli ze smyslů, budete magnetismus ztrácet. Získání kontroly nad smysly magnetismus vytváří. Ale nejšťastnější ze všech je ten, kdo má schopnost ovládat svoji mysl, aby zůstala bez emocí. Emocionalita musí být přeměněna na sílu, na mocnou mysl. Nechte svým emocím vládnout moudrost –

pak máte magnetismus. Emocionální lidí, kteří jsou zároveň inteligentní, jsou pro ostatní přitažliví. Ti, kteří jsou zároveň inteligentní a emocionální mají sílu přitahovat. Když Markus Aurelius pronesl svoji řeč, jeho posluchači si mysleli, že je emotivní, ale on řekl: „Přátelé, Římané, rodáci, přejte mi sluchu. Já přicházím, abych Caesara pohřbil, ne ho chválil.“ Pak když utišil lid, použil sílu. Dal jim důvod s emocemi, aby je rozvášnil. Inteligence kombinovaná s emocemi vytváří magnetismus. Magnetický člověk mluví s přesvědčením. Markus Aurelius, když přednášel svou řeč, byl upřímný. Musíte být opravdoví, ať říkáte cokoli. Ale být opravdový nevyžaduje, že každého porazíte na hlavu svou pravdou.

## Efekt magnetismu

Vaše pozornost musí vždy být koncentrovaná, když jste v kontaktu s lidmi. Být duchem nepřítomný ničí osobnost více než cokoli jiného (nemám na mysli duševní nepřítomnost velkých mužů, jejichž pozornost je absorbovaná v subjektu). Budte stále plně probuzení a vědomí a budete přitažlivým magnetem. Nikdo nechce být ignorován. Všichni chceme dostat pozornost, když pro nic jiného, tak pro to, abychom byli s lidmi – a to je nejdůležitější. Aby se to stalo, musíte být „živým vodičem“. Mrtvý muž mě nemůže inzultovat, ale duchem nepřítomný ano.

Když jste ve společnosti, vždy buďte vědomí sebe sama, ale buďte opatrní v tom, abyste mluvili o sobě. Každý mluví rád o sobě, ale to je ubohá strategie. Nechte

mluvit o sobě ostatní, buďte dobří posluchači. Nechte druhé mluvit o jejich problémech a pocitech, ale o vás nechte mluvit váš magnetismus. Když do místnosti vstoupí „živý vodič“, mluví o něm jeho vibrace. Tak myslete na to, že je lepší být přitažlivý touto tichou vibrací.

Málokdo ví, že můžete ostatním jejich magnetismus krást. Když si s někým podáte ruku, magnet je zformován. Chodidla druhé osoby a vaše vlastní utvoří jeden magnet a obě vaše hlavy vytvoří vyšší magnet. Ten silnější předává své vibrace tomu druhému. Slabší osoba obdrží vibrace. A když se setkáváte s duchovní osobou, výměna magnetismu bude probíhat na vyšších vibračních úrovních. Magnetismus si vyměňujete nepřetržitě, často nevědomě, myšlením na někoho, podáním si ruky

s někým, i pouhým patřením do očí s jinou osobou.

Je to zvláštní, ale pravdivé, že jakmile máte někoho v srdci, přetáhnete si všechny defekty a dobré kvality toho člověka. Proto se chraňte myšlení na zkažené lidi, protože si můžete přitáhnout jejich špatné kvality. Jiný případ je, pokud chcete pomoci těm, kteří to potřebují, ale musíte být silnější, než jsou oni, jinak místo toho, abyste jim něco dali, přitáhnete si jejich slabosti. Chcete-li být velký spisovatel, myslete na velké spisovatele. Koncentrováním se na jakoukoli osobnost si můžete tuto osobnost přitáhnout. Z toho důvodu musíte dát svoji lásku skutečným osobnostem.

Když usilujete o vybudování magnetismu, ujistěte se, že jdete správným směrem. Proč byste kupříkladu měli strávit

roky koncentrace k tomu, aby vaše šedivé vlasy měly znovu černou barvu? Nemá smysl věnovat svoji sílu získání něčeho, co budete zase muset ztratit. Je to jedno velké bláznovství, kterého se mnoho lidí není schopno vzdát.

## Duchovní magnetismus

Největší ze všech je magnetismus duchovní. Většina lidí se modlí jen chvilku a pak na Boha zapomene. To je příčinou, proč nedosáhnou žádného výsledku. Milenec, který si touží přitáhnout milovanou, usiluje všemi způsoby. Nevzdá to jen tak. Získat finanční nezávislost a všechny materiální věci, po kterých toužíte, stojí hodně síly vůle. Ale když všechno toto získáte, co vám zbyde? Tak dlouho, dokud vaše materiální potřeby

diktují vaše chování, budete cítit potřebu po určitém vlastnictví. Ale pamatujte si, že kdykoli ztrácíte sílu sháněním zbytečných materiálních hodnot, jste vzdálenější od svého nekonečně potřebnějšího cíle, od božského magnetismu, který přitahuje Boha, Dárce všeho.

## Inspirace

### Marnotratný syn

Bloudil jsi v pustině rozptýlení daleko od míru svého domova. Jsi marnotratný syn. Chceš jít zpátky do domova štěstí. Otec čeká. Nemodli se jako žebrák uvězněný ve zdech, které sis sám postavil ze svých omezení. Zboř ty zdi. Zkus být dobrým synem, a ne lenivým. Tvoje modlitby zůstávají uvězněné ve tvých omezeních.

Když je tvůj mentální mikrofon rozbitý kladivem nepokoje, oprav ho dříve, než začneš vysílat svoje modlitby. Neposílej marné modlitby po větru. Oprav svůj mentální mikrofon za pomoci zručného mechanika meditace a pak začni vysílat své láskyplné žádosti dožadující se tvého přirozeného práva na hojnost, zdraví a vědění skrze tvůj klidný mentální mikrofon. Nejprve hlasitě, potom jemně, a nakonec s jistotou řekneš afirmaci: „Otče, Ty a já jsme jedno,“ až ucítíš jednotu, ne pouze ve tvé inteligenci nebo podvědomé představivosti, ale v intuitivním přesvědčení tvé super vědomé mysli. Roztav slova afirmace v inteligentní plameny intuitivního vnímání. Poté vlij tuto planoucí, cituplnou afirmaci do formy tvé klidné a pevné víry. Tam se tvá syrová slova promění v třpytící se zlatou girlandu – hodnou toho, aby byla



nabídnuť k položení na nohy Vesmírného Božství.

Když se tvoje oběť dotkne Nekonečného, když tvoje zpráva o toužebném přání dosáhne Boha poté, co je řádně odeslaná skrz mikrofon meditace, tehdy ucítíš, že Jeho odpověď přichází. Jeho odpověď je zřetelná, nikdy není nejasná. Udržuj svoje vnitřní rádio naladěné za pomoci jemných doteků nejhlubší oddanosti, majestátní nejstálejší lásky. Potom se náhle On může rozletět k tobě jako píseň nebo jako Kosmický Hlas nebo jako vůně trilionu mystických květin. Může jemně tančit na tvém překypujícím srdci nebo může vysílat svou zprávu jako ohnivou aureolu tančící na podlaze tvé vize, nebo tvé patro může zaplavit milion sladkých nektarů, nebo může sextilion vjemů a pocitů nekončících hnutí radosti tančit v každé tvé

buňce, na každé myšlence, na každém oltáři tvé otevřené inspirace.

Ať Bůh vysílá cokoli, pamatuj, že nejjistější známka Jeho Přítomnosti je rozbřesnutí úsvitu míru, což je první posel ohlašující Jeho skrytý příchod. Pak se mír promění v oslnivé světlo nikdy nekončící radosti. Pak Ho jistě spatříš ve světle rostoucí, vždy nové, vždy okouzlující, stále zábavné radosti. Tato radost není výplod fantazie. Nikdy nemůžeš přivítat tohoto posla, pokud neotevřeš tajné dveře nejhlubší meditace. Skrze tyto majestátní dveře přichází radost a ve světle této radosti můžeš spatřit Mocné Božstvo rozložené přes nebeské dálky, ve všem.

Pak, když je kontakt vytvořen skrze vzrůstající mír a radost, řekni svému Otci, že už nejsi marnotratný syn. Jsi zpátky doma,

abys mu říkal znovu a znovu, z hloubi a s nadvědomým přesvědčením, že ty a On jste jedno. Jsi zpátky, abys zůstal v jeho sídle. Říkej mu to znovu a znovu, dlouze a z nitra. Pak, když tvůj Otec akceptuje tvůj nejvyšší požadavek jednoty s Ním, požádej o druhořadé věci – prosperitu, sílu, moudrost nebo cokoli, co chceš, a dostaneš je.

## Afirmace

Dnes budu vyznávat Boha v hlubokém tichu a budu čekat, až uslyším Jeho odpověď skrze můj vzrůstající mír meditace.