

MEDITACE O MODRÉ PERLE

Přilož dlaně k sobě a polož je na srdce
zvedni je vysoko nad hlavu a opakuj po mně:
Nejvyšší Bože, boží otče, boží matko,
děkuji za tvá neocenitelná požehnání, boží světlo, boží lásku, boží vedení,
boží lásku, milosrdenství, vnitřní uzdravení, fyzické uzdravení,
děkuji za boží pomoc a ochranu, za osvícení,
za hojnost a prosperitu.
Děkuji.

Dej ruce trochu níž a v duchu řekni:
Mistře Choa Kok Sui, Bodhisattvo Mei Lingu,
všichni duchovní velikáni, svatí guruové, nanebevzatí mistři, svatí andělé, duchovní pomocníci
a má vyšší duše,
děkuji vám za vaše neocenitelná požehnání.

Dej ruce na vrchol hlavy a řekni – s vděčností,
z hluboka se nadechni,
dej ruce na adžnu – s úctou,
děkuji,
dej ruce na srdce – s láskou,
Děkuji vám v plné víře.

V duchu po mně opakuj:
Já jsem to, co jsem.
Nejsem tělo,
nejsem emoce,

nejsem myšlenky,
Nejsem mysl.
Mysl je pouze nástrojem duše.
Jsem duchovní bytost božské inteligence, božské lásky a božské síly.
Jsem spojen(a) a v jednotě se svou vyšší duší.
Já jsem to, co jsem.
Jsem boží dítě
spojené s Bohem,
jsem v jednotě s Bohem
a v jednotě se vším.
Je to pravda bez ohledu na schopnost mozku si tuto pravdu uvědomit.
Já jsem to, co jsem.

Uvolni se.

Přilož jazyk na patro,
jemně stoč špičku jazyka na patro.

Nesoustřeď se příliš, nespěchej.

Představ si přímku procházející od horní špičky pravého ucha k horní špičce levého ucha.

Představ si přímku spojující bod mezi obočím se zadní částí hlavy.

V průsečíku těchto čar se nachází šišinka, kde je umístěna modrá perla.

Uvědom si oblast nad svým jazykem a patrem.

Velmi jemně a pomalu přesuň (špičku jazyka) směrem ke středu hlavy.

Posuň ji k průsečíku těchto pomyslných čar.

Pomalů najdi místo, kde prožiješ vnitřní ticho, vnitřní klid a božskou blaženost.

Nespěchej, nepoužívej vůli, uvolni se, není třeba spěchat.

Pomalů prozkoumej toto místo.

Až najdeš to místo, automaticky zažiješ vnitřní ticho, vnitřní klid a božskou blaženost.

Nespěchej.

S jemností a uvědoměním, nikoli silou, medituj o vnitřním klidu, tichu a božské blaženosti.

Pokračuj v meditaci.

Současně si představ zlatý plamen, kde se nachází klid a mír a blaženost.

Medituj o zlatém plameni

a současně vnímej vnitřní klid a blaženost

vnímej to ticho

buď klidný a vnímavý

medituj o tom zlatém plameni

vnímej klid v sobě,

vnímej ticho,

vnitřní mír

a božskou blaženost.

Pokračuj v tom, co děláš,

a současně v duchu zpívej mantru OM

medituj o mantře OM

medituj o zlatém plameni,

medituj o vnitřním klidu

vnitřním míru a božské blaženosti.

Vnímej vše současně.

Pokračuj v meditování o vnitřním tichu,

vnitřním klidu a božské blaženosti,

a nech to plynout.

pomalů se vrať do svého těla,

pomalů zahýbej prsty,

vrať se do svého těla teď.

Zvedni dlaně dopředu,

představ si malou Zemi před sebou,

uvolni přebytečnou energii a požehnej celé Zemi.

Ať je celá Země požehnaná Božským Světlem, Božskou Láskou, Božskou Silou,

ať je každý člověk, každá bytost požehnaná štěstím,

dobrým zdravím, úspěchem, hojností, osvícením.

Požehnání všem.

Jemně požehnej Zemi pomocí svých chodidel nebo základny páteře.

Představ si světlo, které proudí hluboko do země.

Ať je Matka Země požehnaná Božským Světlem, Božskou Láskou, Božskou Silou.

Ať je Matka Země zregenerována.

Požehnání naší božské milované Matce Zemi.

Ať je Matka Země požehnaná Božím Světlem, Boží Láskou, Boží Silou.

Ať je Matka Země zrevitalizována a zregenerována.

Požehnání naší božské milované Matce Zemi.

Pro rozvedení přebytečné energie ji oběma rukama jemně smet' ze středu hlavy do trupu, do svého těla.

Do levé nohy a do pravé nohy.

Udělej to znovu

smet' energii oběma rukama ze středu hlavy

dolů, dolů, dolů do trupu,

do pravé nohy a do levé nohy.

udělej to znovu,

smet' přebytečnou energii z hlavy dolů do trupu,

Dolů do pravé nohy a do levé nohy.

Znovu smet' přebytečnou energii z oblasti hlavy do trupu,

do levé nohy a do pravé nohy.

Je velmi důležité, abychom se vyhnuli zahlcení oblasti hlavy.

Znovu prosím smet' přebytečnou energii z oblasti hlavy

z celé oblasti hlavy

smet' přebytečnou energii dolů, dolů, dolů

do trupu, paží a nohou.

Dolů, dolů, dolů

do pravé nohy a do levé nohy.

Smet' také nějakou přebytečnou energii to levé paže a do pravé paže.

Znovu, znovu, znovu, znovu.

Přilož dlaně k sobě,

zvedni je vysoko nad hlavu:

Nejvyšší Bože,

božský Otče, Matko,

Děkuji za tvá neocenitelná požehnání.

Děkuji.

Dej ruce níže:

Bodhisattvo Mei Lingu,

všichni duchovní velikáni, svatí guruové, svatí Mistři, svatí andělé, duchovní pomocníci,

má vyšší duše

a Mistře Choa Kok Sui,

Děkuji za vaše požehnání.

temeno – s vděčností – zhluboka se nadechni,

adžna – s hlubokou úctou – zhluboka se nadechni,

srdce – s láskou – hluboký nádech,

děkujeme v plné víře.

Můžeš otevřít oči a doširoka se usmát.

MEDITATION ON BLUE PEARL – MEDITACE O MODRÉ PERLE

(s anglickým textem)

Put your hands together on your heart

Přilož dlaně k sobě a polož je na srdce

rise them high above your head and repeat after me:

zvedni je vysoko nad hlavu a opakuj po mně:

to the Supreme God, Divine Father, Divine Mother,

Nejvyšší Bože, boží otče, boží matko,

thank you for your priceless blessings, for divine Light, divine Love, divine Guidance,

děkuji za tvá neocenitelná požehnání, boží světlo, boží lásku, boží vedení,

divine love, mercy, inner healing, physical healing,

boží lásku, milosrdenství, vnitřní uzdravení, fyzické uzdravení,

thank you for the inner strenght to practice regularly,

děkuji za boží pomoc a ochranu, za osvětlení,

for abundance and prosperity.

za hojnost a prosperitu.

Thank you.

Děkuji.

Lower your hands slightly, silently say:

Dej ruce trochu níž a v duchu řekni:

To Master Choa Kok Sui, Lord Bodhisattva Mei Ling,

Mistře Choa Kok Sui, Bodhisattvo Mei Lingu,

all the Great Great Ones, Holy Gurus, Holy Masters, Holy Angels, spiritual helpers,

všichni duchovní velikáni, svatí guruové, nanebevzatí mistři, svatí andělé, duchovní pomocníci

and to my higher soul

a má vyšší duše,

thank you all for your priceless blessings.
děkuji vám za vaše neocenitelná požehnání.

Put your hands on your crown – with gratitude,
Dej ruce na vrchol hlavy a řekni – s vděčností,
take a deep breath,
z hluboka se nadechni,
put your hands on the ajna – with respect,
dej ruce na adžnu – s úctou,
thank you,
děkuji,
put your hands on the heart – with love,
dej ruce na srdce – s láskou,
thank you in full faith.
Děkuji vám v plné víře.

Silently repeat after me:
V duchu po mně opakuj:

I am that I am.

Já jsem to, co jsem.

I am not the body,

Nejsem tělo,

I am not the emotions,

nejsem emoce,

I am not the thought,

nejsem myšlenky,

I am not the mind.

Nejsem mysl.

The mind is just an instrument of the soul.

Mysl je pouze nástrojem duše.

I am a spiritual being of Divine intelligence,

Jsem duchovní bytost božské inteligence, božské lásky a božské síly.

I am connected and one with my higher soul.

Jsem spojen(a) a v jednotě se svou vyšší duší.

I am that I am.

Já jsem to, co jsem.

I am a child of God,

Jsem boží dítě

connected with God,

spojené s Bohem,

one with God,

jsem v jednotě s Bohem

and one with all.

a v jednotě se vším.

This is the truth regardless of the capacity of the brain to experience the truth.

Je to pravda bez ohledu na schopnost mozku si tuto pravdu uvědomit.

I am that I am.

Já jsem to, co jsem.

Relax.

Uvolni se.

Connect your tongue to your palate,

Přilož jazyk na patro,

curl your tongue gently to the palate.

jemně stoč špičku jazyka na patro.

Do not overconcentrate, take your time.

Nesoustřed' se příliš, nespěchej.

Just imagine a line passing from the upper tip of your right ear to upper tip of your left ear.

Představ si přímku procházející od horní špičky pravého ucha k horní špičce levého ucha.

Imagine a line between your eyebrows connecting to the back of your head.

Představ si přímku spojující bod mezi obočím se zadní částí hlavy.

The intersecting point is where the pineal gland is located, where the blue pearl is located.

V průsečíku těchto čar se nachází šišinka, kde je umístěna modrá perla.

Be aware of the area above your tongue above your palate.

Uvědom si oblast nad svým jazykem a patrem.

Very gently and slowly move toward the center of your head.

Velmi jemně a pomalu přesuň (špičku jazyka) směrem ke středu hlavy.

Move toward the intersection to these imaginary lines.

Posuň ji k průsečíku těchto pomyslných čar.

Gently locate the area where you experience inner peace, inner stillness, and Divine bliss.

Pomalu najdi místo, kde prožiješ vnitřní ticho, vnitřní klid a božskou blaženost.

Take your time, do not use your will, just relax, there is no hurry,

Nespěchej, nepoužívej vůli, uvolni se, není třeba spěchat.

gently explore and locate this spot.

Pomalu prozkoumej toto místo.

When you have found the right spot you will automatically experience inner stillness, inner peace and Divine bliss.

Až najdeš to místo, automaticky zažiješ vnitřní ticho, vnitřní klid a božskou blaženost.

Take your time.

Nespěchej.

With gentleness and awareness, not with force, meditate on this inner peace, on this stillness and on the Divine bliss.

S jemností a uvědoměním, nikoli silou, medituj o vnitřním klidu, tichu a božské blaženosti.

Continue with your meditation.

Pokračuj v meditaci.

Simultaneously imagine a golden flame where the inner peace, stillness and bliss are located.

Současně si představ zlatý plamen, kde se nachází klid a mír a blaženost.

Meditate on the golden flame

Medituj o zlatém plameni

be simultaneously aware of the inner peace, the inner bliss

a současně vnímej vnitřní klid a blaženost

be aware of the stillness

vnímej to ticho

be still and aware

bud' klidný a vnímavý

meditate on the golden flame

medituj o tom zlatém plameni

be aware of the stillness within you,

vnímej klid v sobě,

be aware of the stillness

vnímej ticho,

the inner peace

vnitřní mír

and Divine bliss.

a božskou blaženost.

Continue with what you are doing

Pokračuj v tom, co děláš,

simultaneously and silently chant the mantra OM

a současně v duchu zpívej mantru OM

meditate on the mantra OM

medituj o mantře OM

meditate on the golden flame,

medituj o zlatém plameni,

meditate on the inner stillness

medituj o vnitřním klidu

the inner peace and the Divine bliss.

vnitřním míru a božské blaženosti.

Be aware all of them simultaneously.

Vnímej vše současně.

Continue meditating on the inner stillness,

Pokračuj v meditování o vnitřním tichu,

the inner peace and the Divine bliss,

vnitřním klidu a božské blaženosti,

and just simply let go.

a nech to plynout.

Gently return to your body,

pomalů se vrať do svého těla,

gently move your fingers,

pomalů zahýbej prsty,

return to your body right now.

vrať se do svého těla teď.

Put your hands facing out,

Zvedni dlaně dopředu,

imagine small Earth in front of you,

představ si malou Zemi před sebou,

release the excess energy by blessing the entire Earth.

uvolni přebytečnou energii a požehnej celé Zemi.

Let entire Earth be blessed with Divine Light, Divine Love, Divine Power,

Ať je celá Země požehnaná Božským Světlem, Božskou Láskou, Božskou Silou,

let every person, every being be blessed with happiness,

ať je každý člověk, každá bytost požehnaná štěstím,

with good health, with success, abundance, and illumination.

dobrým zdravím, úspěchem, hojností, osvětlením.

Blessings be to all.

Požehnání všem.

Very gently bless the Earth either through your feet, or through the base of your spine.

Jemně požehnej Zemi pomocí svých chodidel nebo základny páteře.

Imagine light going down deep deep into the earth.

Představ si světlo, které proudí hluboko do země.

Let Mother Earth be blessed with Divine Light, Divine Love, Divine Power.

Ať je Matka Země požehnaná Božským Světlem, Božskou Láskou, Božskou Silou.

Let Mother Earth be regenerated.

Ať je Matka Země zregenerována.

Blessings to our Divine beloved Mother Earth.

Požehnání naší božské milované Matce Zemi.

Ať je Matka Země požehnaná Božím Světlem, Boží Láskou, Boží Silou.

Let Mother Earth be revitalized, and regenerated.

Ať je Matka Země zrevitalizována a zregenerována.

Blessings to our Divine beloved Mother Earth.

Požehnání naší božské milované Matce Zemi.

To distribute the excess energy gently sweep the energy down from the center of the head with both hands down to your trunk to your body,

Pro rozvedení přebytečné energie ji oběma rukama jemně smet' ze středu hlavy do trupu, do svého těla.

To your right leg and left leg.

Do levé nohy a do pravé nohy.

Do this again,

Udělej to znovu

sweep the energy from the center of your head with both hands

smeť energii oběma rukama ze středu hlavy

down, down, down to your trunk,

dolů, dolů, dolů do trupu,

your right leg and your left leg.

do pravé nohy a do levé nohy.

Do this again,

udělej to znovu,

sweep the excess energy from your head down to trunk,

smeť přebytečnou energii z hlavy dolů do trupu,

down to your right leg and your left leg.

Dolů do pravé nohy a do levé nohy.

Again sweep the excess energy from your head area to your trunk,

Znovu smeť přebytečnou energii z oblasti hlavy do trupu,

your right leg and your left leg.

do levé nohy a do pravé nohy.

This is very important to avoid congestion of the head area.

Je velmi důležité, abychom se vyhnuli zahlcení oblasti hlavy.

Again please sweep the excess energy from your head area,

Znovu prosím smeť přebytečnou energii z oblasti hlavy

from all over of your head area,

z celé oblasti hlavy

sweep the excess energy down, down, down

smeť přebytečnou energii dolů, dolů, dolů

to your trunk, to your arms and legs.

do trupu, paží a nohou.

Down, down, down

Dolů, dolů, dolů

to your right leg and to your left leg.

do pravé nohy a do levé nohy.

Sweep also some of the excess energy to your left arm and to your right arm.

Smeť také nějakou přebytečnou energii to levé paže a do pravé paže.

Again, again, again, again.

Znovu, znovu, znovu, znovu.

Put your hands together,

Přilož dlaně k sobě,

rise them high above your head.

zvedni je vysoko nad hlavu:

To the Supreme God,

Nejvyšší Bože,

Divine Father, Mother

božský Otče, Matko,

thank you for your priceless blessings.

Děkuji za tvá neocenitelná požehnání.

Thank you.

Děkuji.

Lower.

Dej ruce níže:

To Bodhisattva Mei Ling,

Bodhisattvo Mei Lingu,

to all the Great Great Ones, Holy Gurus, holy masters, holy angels, spiritual helpers,

všichni duchovní velikáni, svatí guruové, svatí Mistři, svatí andělé, duchovní pomocníci,

to my higher soul,

má vyšší duše

and to Master Choa Kok Sui,

a Mistře Choa Kok Sui,

thank you for your blessings.

Děkuji za vaše požehnání.

Crown – with gratitude – take a deep breath,

temeno – s vděčností – zhluboka se nadechni,

ajna – with deep respect – take a deep breath,

adžna – s hlubokou úctou – zhluboka se nadechni,

heart – with love – take a deep breath,

srdce – s láskou – hluboký nádech,

in full faith – we thank you.

děkujeme v plné víře.

You may open your eyes with a big, big smile.

Můžeš otevřít oči a doširoka se usmát.