



Vidíme i bez očí

ZÁZRAKY ZA OPONOU TMY

Asi desetiletý chlapec sedí za stolem a na očích má černou neprůhlednou masku, která vzdáleně připomíná velké lyžařské brýle. Před ním sedí lektorka, listuje dětskou ilustrovanou knihou s obrázky a pokládá mu všetečné otázky: „Co vidíš na tomhle obrázku? Správně. A kolik je tam domečků. Jakou barvu má ten největší z nich? Kolik je tam kytiček?“ Pak přelituje: „Jaká zvířátka jsou na této stránce?“ Chlapec bezchybně odpoví. Úkoly, které mu lektorka dává, jsou rozmanité a k jejich bezchybnému splnění dochází bez zaváhání, a to dokonce i v případě, že se ilustrovaná knížka otevře na náhodné straně za jeho zády. *Zdá se vám to naprosto nereálné? Určitě nejste sami, kdo si to myslí.*

Ale pokud byste si dali práci, na internetu byste našli bezpočet takových videí a zjistili byste, že něco takového skutečně existuje. Přesto snad každého člověka, který o fenoménu extraokulárního vidění slyší poprvé, musí nejspíš zákonitě napadnout, že v tom bude nějaký háček či podvod. Jak jinak si totiž

vysvětlit, že někdo může vidět, i když má zakryté oči? *Na toto téma jsem si do hloubky popovídala s certifikovanými lektorkami Pavlou Pospíšilovou a Ing. Kateřinou Kuřátkovou. Dozvíte se mnohé.*

A co víc, v některém z dalších vydání najdete i reportáž přímo z absolvova-

ného čtyřdenního kurzu, který je určený pro dospělé. Sama jsem zvědavá, co mi to přinese, a už se nemohu dočkat, až pořádně prozkoumám ony záhadné černé brýle, které vzbuzují tolik emocí v diskuzích pod videi. *Opravdu jsou neprůhledné a neprůsvitné? Mám tolik otázek. Snad mi na ně oslovené lektorky už dnes dají odpovědi.*



HLEDÁTE KONTAKT?

PAVLA POSPÍŠILOVÁ a KATEŘINA KUŘÁTKOVÁ
certifikované letorky a školitelky nových lektorů EO
pod záštitou asociace *Viendo por el Mundo*
a Verence Carvajal
www.kurzyeov.cz

zajímalo, jak to s touthle metodou ve skutečnosti je. Říkala jsem si, jak je to možné, na jakém principu to funguje a zvládla bych to taky? Jak něco tak nepředstavitelného, jako je vidění bez očí, může být vůbec reálné? Takže můj zájem byl probuzen ryzí zvědavostí a naprostou náhodou.

ZÁHADY ŽIVOTA *Miluji náhody. Co se stalo?*

Pracovala jsem v oblasti zdravotnického marketingu a v jednom období jsem si uvědomila, že pracuji v kolektivu, kde mi není úplně dobře. Že nejsme na stejné vlně, nemáme stejné hodnoty ani cíle a poprvé padla myšlenka na změnu.

„Celý život jsem si myslel, že se dívám z okna, a já koukal do zrcadla.“

Jaroslav Dušek, Zrcadlení tmy

Práce mne začala vyčerpávat a přestávala jsem v ní vidět smysl. Pak jsem odjela na dovolenou, kde se točil jeden z rozhovorů k filmu Jaroslava Duška *Zrcadlení tmy*, který režíroval Viliam Poltikovič. Tam jsem poprvé slyšela pojem extraokulární vidění a dozvěděla se o dětech, které vidí i jinak než skrze fyzické oči. A v neposlední řadě jsem zde zazname-

nala zmínku o mexické školitelce této metodiky Verence Carvajal. Uběhlo několik měsíců a zavolala mi kamarádka, že si na mě vzpomněla, protože mne zajímalo »vidění bez očí«. Upozornila mě, že k tomu bude nějaké školení v Praze a mají ještě jedno volné místo, a ptala se, jestli nechci jít. Nebylo o čem přemýšlet – chtěla jsem zjistit, jak extraokulární vidění funguje, a udělat si vlastní názor.

ZÁHADY ŽIVOTA *A co jste zjistila?*

Kateřina: Byla jsem velmi překvapená. Za prvé jsem nějak přešla fakt, že jdu na lektorský kurz. Automaticky jsem totiž očekávala, že budu na kurzu jen pozorovatelem. Zkrátka jsem předpokládala, že se všechno bude točit jen okolo dětí a »zázračného vidění s maskou«, a proto mě naprosto ohromil rozsah celé metodiky a celková náplň kurzu včetně práce s naším podvědomým nastavením. Tato metoda se do hloubky dotkla mě samotné. Odкрыla určitá vnitřní nastavení a vzorce, které ovlivňovaly to, co se mi v životě dělo, a daly odpovědi na mnoho nezodpovězených otázek.

Okamžitě jsem pochopila, že to, co je důležité, není schopnost vidět extraokulárně jako taková, to byl pouze zajímavý bonus. Dar, který člověk díky této metodě získává, je mnohem hodnotnější. Navíc se tam moje cesta spojila i s Pavlou, která tu dnes sedí s námi. To jsme ale v té době ještě ani jedna netušily.

ZÁHADY ŽIVOTA *Kateřino, Pavlo, na úvod mi samozřejmě nedá se nezeptat, jaká jsou vaše původní povolání a co vás osobně přivedlo k metodě extraokulárního vidění?*

Kateřina: Mám vystudovaný mezinárodní marketing a management ve zdravotnictví a ještě před pár lety bych popravdě ani v tom nejdůležitějším snu nepomyslela na to, že bych se v budoucnu mohla a chtěla extraokulárním viděním zabývat profesně. Jen mě zkrátka, stejně jako teď vás, kdysi nesmírně

Pavla: Mou původní profesí je instruktorka plavání malých dětí. Ale v době, kdy mě stejně jako Káťu uchvátilo extraokulární vidění, jsem se už původnímu zaměstnání nevěnovala a pouze se okrajově zabývala rodinnými konstelacemi. Moc jsem toužila tímto kurzem projít osobně, ale cena kurzu mi přišla vysoká. Pak se ale stala zvláštní věc: Pro budoucí lektory se v rámci výuky hledali dobrovolníci, děti, které by si kurzem EOV mohly projít zdarma. Chopila jsem se tedy této příležitosti a nabídla do praxe svého jedenáctiletého syna, protože jsme v té době řešili nějaké problémy.

Pokračování na str. 54 - 55 »

První zmínku o této pozoruhodné technice jsme našly v nádherném filmu Jaroslava Duška *Zrcadlení tmy*...

ZÁHADY ŽIVOTA *Jaké problémy jste měla se synem?*

Pavla: Měl poruchu soustředění, takže by se dalo říci, že byl aktivnější než jiné děti. Záměrně neříkám, že je hyperaktivní (ADHD), protože to je něco, s čímž se vnitřně příliš neztotožňuji. Protože i když na ADHD dítě od odborníků získá »papír«, žádné extra úlevy ve škole ani nikde jinde stejně nemá. Dostane však »diagnózu«, která se s ním táhne dál do života a sama o sobě mu způsobuje celou řadu zbytečných problémů. Proto jsem se rozhodla hledat jinou formu pomoci než přes pedagogicko-psychologickou poradnu.

ZÁHADY ŽIVOTA *Nemohl pomoci dětský psycholog?*

Pavla: Problém je, že dobrých dětských psychologů není v republice mnoho a je nesmírně těžké se k nějakému vůbec dostat. Z tohoto důvodu jsem pod tlakem okolí oslovila i dětské psychiatry, ale první možný termín byl až za půl roku. Přesto jsem vnitřně cítila, že tohle stejně není cesta, a byla by to až ta úplně poslední možnost, kterou bych pro syna chtěla. Právě v tomto nesnadném období hledání alternativních řešení přišla nabídka zúčastnit se kurzu extraokulárního vidění (EOV).

ZÁHADY ŽIVOTA *Jak to probíhalo?*

Pavla: V rámci jednoho odpoledne si můj syn prošel s budoucími lektory první lekcí EOV, kdy během pár minut viděl skrze masku na několik metrů před sebe. Byla jsem v šoku nejen z toho, že viděl hned na první lekci, ale i z toho, jak mého syna všichni chválili, jak skvěle spolupracuje. Tohle jsem třeba ze škol nikdy neslyšela. Ještě v rámci kurzu jsem dostala velmi zajímavá doporučení, co vůči mému synovi změnit, a pochopila jsem, co ode mne potřebuje jinak, než na co jsem byla já zvyklá třeba od svých rodičů. Začala jsem se těmito doporučeními řídit a synovo chování se postupně měnilo.

Pochopila jsem přesah této metody a finance přestaly hrát roli. Přihlásila jsem se hned na další lektorský kurz, abych do metodiky EOV pronikla více a lépe ji pochopila.

ZÁHADY ŽIVOTA *V čem konkrétním se váš syn změnil?*

► Kurzy extraokulárního vidění navštěvují i dospělí

Pavla: Například nikdy dřív nechtěl usínat ani spát sám, ale jakmile začal procházet kurzem, přišel mi oznámit, že by chtěl svůj pokoj a svou postel. Asi si umíte představit můj užaslý výraz. Zároveň jsem v té době procházela rozvodem, který hodně doléhal i na syna, a já nevěděla, jak mu v tom mohu pomoci. Netušila jsem, jak pomoci sobě, natož jak pracovat s ním, aby mu bylo lépe. Ale během kurzu jsem si všimla, že se syn začal emocionálně stabilizovat i v tomto směru.

ZÁHADY ŽIVOTA *A nakonec jste se obě dvě,*

vy i vaše kamarádka Kateřina, začaly metodice věnovat profesionálně na plný úvazek.

Pavla: Přesně tak. Po kurzu bylo nutné si splnit půlroční praxi. A protože v době, kdy jsme kurz dokončily, došlo z důvodu pandemie ke značným (nejen) pracovním omezením, tak se nám otevřel prostor. Pracovaly jsme společně s Káťou u ní v obýváku a reakce rodičů i dětí na kurz byly tak příjemné, že jsme se rozhodly v tom pokračovat dál. Na začátku bylo pár nadšených lektorek, které našly prostory v Praze a začaly se mexické metodice EOV pod vedením Verenice Carvajal věnovat.

ZÁHADY ŽIVOTA *Kdybychom to měly shrnout a zjednodušit, co tedy kurzy extraokulárního vidění dětem přináší? Předpokládám, že je rodiče přikládají hlavně kvůli tomu, aby získaly zázračnou schopnost vidět i se zavázanýma očima. Nemám pravdu?*

Kateřina: Máte. Jenže schopnost vidění »s maskou« určitě není to nejdůležitější – i když ji máme v názvu a právem přitahuje pozornost. Obvykle se zájemci rozdělují do dvou skupin. Na zájemce, kterým jde hlavně o tuto schopnost vidět se zakrytými očima, a ty pak směřujeme spíše na ruskou školu (*pana Komissarova nebo Bronikova, kteří se zaměřují pouze na to*). Mexická cesta, kterou v Česku vyučujeme a zaštiťujeme my, pracuje s tím, že pokud se nám přirozeně nedaří aktivovat tuto schopnost vidět v masce, znamená to, že vnitřní proces něco blokuje. Naše metodika hledá příčinu a zaměřuje se na skryté bloky, které v sobě dítě nebo dospělý má. Je to hluboký iniciační proces, který uzdravuje psychiku a posiluje důvěru v sebe sama.

ZÁHADY ŽIVOTA *Takže když přes očekávání, že po absolvování kurzu budu vidět i přes černou masku, nevidím nic, je to způsobeno...*

Kateřina: Často za tím může být rozum. Je to logické. Odmala nám říkají „Dívej se pořádně, otevři oči, jinak spadne.“ A pokud nevěříme, že by to mohlo fungovat, tak ani jinak než očima vidět prostě nemůžeme. To je také důvod, proč si tolik lidí myslí, že je tohle všechno podvod a naši práci zpochybňují, protože jejich rozum dokáže pracovat pouze s tím, co je jim známé a co si dokážou vysvětlit. V momentě, kdy rozum nedokáže najít logické vysvětlení-

Rozum nám říká, že něco takového, jako je vidění bez fyzického zraku, nemůže být možné...

ní, nebo to sami nezažili, nabízí se jim jediné možné vysvětlení – tedy že jde o podvod.

ZÁHADY ŽIVOTA *Odmítáte tvrzení, že je to klam?*

Kateřina: Samozřejmě. Naším cílem rozhodně není někoho obelhávat. Jaký by měl benefit z toho, že by koukal přes díрку v masce? Žádný. Masku v běžném životě nepoužíváme. Ale stav mysli, do kterého se díky práci s maskou dostáváme, již ano. Vždycky říkáme, že je lepší, když dítě v masce vůbec nic nevidí, než aby jakýmkoliv způsobem podvádělo. Všichni naši lektoři jsou vedeni k tomu, aby si na to dávali pozor. Čili pokud byste si masku nasadili se záměrem, že chcete podvádět, samozřejmě si ji dokážete posunout tak, aby jste něco viděli. V takovém případě ale bývá »zkoumavé oko« vždycky zvenčí vidět, což dokáže lektor snadno odhalit.

ZÁHADY ŽIVOTA *Takže připouštíte, že by se podvádět dalo?*

Kateřina: Podvádět se dá asi vždy a ve všem. Stále ale zůstává stejná otázka: co by nám to přineslo? Ten, kdo podvádí, ví, že podvádí. A uchyluje se k tomu většinou ze strachu ze selhání, nebo že není dost dobrý. A to jsou právě témata, která můžeme skrze tuto metodiku řešit. Někdy si masku snaží posouvat i děti, které vidí extraokulárně napros-

CO VŠECHNO EO V DĚTEM PŘINÁŠÍ?



► Rozvíjí kapacitu a schopnosti mysli, pracuje s rozšířeným vědomím a extraokulárním viděním. Pomáhá rozvíjet kreativitu, soustředěnost, posiluje vůli, intuici a sebevědomí, odstraňuje různé emocionální zátěže, výkyvy nálad, traumata či problémy v rodině nebo ve škole. Umí také řešit problémy spojené s šikanou.

Když se bezokulární vidění začíná prohlubovat, lidé křičí: „Já musím mít dole v molitanu nějakou škvíru..!“

to perfektně. Prostě jen proto, že to nevyžaduje takové úsilí. Posílení vůle je pak další z témat, kterými se zabýváme. Jakékoliv chování nebo jednání dítěte či dospělého v lekci na něco poukazuje. My se to snažíme rozklíčovat a s daným problémem pak pracovat a pomoci.

ZÁHADY ŽIVOTA *Popište mi masku, kterou dětem i dospělým dáváte.*

Kateřina: My pracujeme se dvěma typy masek, které se snažíme v lekci střídát, aby si dítě nezvykalo nebo nemyslelo, že EOV funguje pouze skrze tu jednu. Jedna maska je látková, čtyřvrstvá, ale není tak pohodlná, abychom mohli mít otevřené oči. Druhý typ masky je kombinace plastu a molitanu a je vyrobena tak, aby nepropouštěla světlo a byl v ní prostor i pro otevřené oči. Je to velmi důležité, protože se tím snažíme trochu ošálit mozek. Je v nás totiž zakódováno to, co už jsem zmiňovala – že pokud otevřeme oči, měli bychom automaticky »něco« vidět. Máme několik dětí, které byly schopny vidět, respektive číst v masce i se zavřenými očima pod maskou, ale to je další level, kterého nedosáhne každý.

Pavla: Většina rozumových dětí a dospělých klientů mi během lekce říká, že se tam objevila škvíra, přes kterou asi něco začínají vidět a mají tendenci si masku posouvat, aby si byli opravdu jisti, že je správně utěsněná. Vždycky se usmívám, když toto slyším.

Kateřina: Ano, je to zábavné. Když se jich s maskou na očích ptáme, kudy tedy vidí, sahají si někdy prstem do místa, kde mají fyzické oko. Jenže tam je jen černý plast, žádný molitan.

ZÁHADY ŽIVOTA *Jak si to vysvětlujete?*

Pavla: Rozum nemá žádné logické vysvětlení pro to, že je vidět přes nějakou bariéru, a nabízí nám jedinou možnost – chce nás přesvědčit, že koukáme nějakou škvírkou. Jenže při EO V někdy dokážete vidět obrázky, které jsou nejen přímo pod vámi, ale i nad, ze strany nebo za zády. Když se to daří, veškeré

pokusy vyhodnotit to jako podvod se hroučí. Kdo ale nechce, stejně neuvěří. Je třeba to vyzkoušet sám na sobě. Spolupracujeme a vedeme debaty i s odborníky v oblasti neurologie a ti třeba tuto schopnost vůbec nezpochybňují.

Kateřina: Když totiž nasadíte dítěti masku na oči a řeknete mu, ať se někam podívá, udělá to. Pokud ale tohle řekneme dospělému, začíná s vámi diskutovat nebo přemýšlet, kudy koukat a jak to udělat. Dítě do toho nejde primárně rozumem, a proto se také drtivá většina dětí ve věku od 6-12 let v kurzu pod maskou rozkouká už během prvních lekcí.

ZÁHADY ŽIVOTA *A dospělí?*

Kateřina: Dříve bylo jen malé procento dospělých, kteří s maskou viděli. Ale i to se mění. Tato metodika přitáhne ty, kteří na sobě už nějakou formou pracují nebo jsou tomu prostě jen otevření. Je to možná dáno i tím, že se tato metoda dostává více do povědomí a mnozí rodiče k ní získávají důvěru skrze viditelné posuny u svých dětí. Pak připouští možnost, že by tuto schopnost mohli získat také a chtějí to zkusit. Už si v sobě nevytváří tak silný blok, že »to není možné«. Pokud bychom srovnali naše kurzy pro dospělé před čtyřmi lety s těmi dnešními, vidíme ohromný skok kupředu. Zatímco dříve z celého kurzu dvanácti dospělých viděli jeden až dva, minulý rok ve stejně velké skupině vidělo s maskou deset účastníků kurzu.

ZÁHADY ŽIVOTA *Co uvidím, když si masku nasadím bez jakéhokoliv nácviku? Vždycky a za všech okolností jen černočernou tmou?*

Kateřina: Někdo ano a někdo ne. Maska skutečně nepropouští světlo, takže většina dospělých lidí nevidí na začátku nic. Někteří nasadí masku a popisují místa, kde vidí světlo, jedno nebo více. Jiní popisují jakési probleskující třpytky. Občas se setkáváme i s popisem, že vidí uvnitř masky plátno, na kterém se jim všechno promítá.

Pokračování na str. 56 - 57 ►►

Pokud se dítě učí s maskou básničku, nebo slovíčka cizího jazyka, mnohem rychleji si je zapamatuje.

ZÁHADY ŽIVOTA *Není na děti vyvíjen velký tlak, aby se pod maskou rozkoukaly? Přeci jenom to od nich rodiče, kteří jim kurz zaplatili, nejspíše očekávají.*

Pavla: Veškeré takové tlaky zvenčí se snažíme odstraňovat, ať už při práci s dětmi, nebo rodiči. Pro mě jako pro lektora je ale důležité, aby dítě vidělo – pokud stále nevidí, je to známka toho, že se ještě nepodařilo nalézt a odstranit to, co tuto schopnost blokuje. Může to být nějaká skrytá negativní emoce jako strach, vztek, lítost, smutek, přesvědčení, že to nedokáže, nebo jakákoliv jiná emocionální zátěž či vnitřní nastavení.

ZÁHADY ŽIVOTA *Nemají děti tendenci podvádět, když se jim nedaří?*

Kateřina: Občas ano, pokud nemají dostatečnou vůli setrvat ve svém snažení. Pak pochopitelně hledají jednodušší cestu. Praxe totiž ukazuje, že současné děti jsou obecně velmi šikovné, vše jim jde, a proto nebývají zvyklé vynakládat žádná větší úsilí k dosažení cíle. Pokud mají pocit, že jim to nejde tak rychle, jak by si představovaly, začnou hledat jiné alternativní cesty. A děje se to i v případech, kdy už my lektorky víme s jistotou, že toto dítě skutečně vidí. Takový přístup většinou reflektuje i to, jak dítě přistupuje ke složitějším výzvám v běžném životě.

ZÁHADY ŽIVOTA *Co je tedy považováno za úspěch?*

Kateřina: Říkáme, že dítě »vidí« až v momentě, kdy dokáže s černou maskou přečíst předložený text.

ZÁHADY ŽIVOTA *Jaký je rozdíl mezi normálním viděním a EOV?*

Kateřina: EOV je schopnost vidět materiální věci bez použití fyzických očí tak jako očima, ale je tam několik rozdílů. Když se člověk dívá fyzickými očima, dokáže vidět jen to, co je v jeho zorném poli. Zkrátka, kam zaměří svůj zrak, tam dohlédne. Pokud si chce něco dobře prohlédnout a zaostřit zrak, musí tím směrem otočit hlavu nebo oko. Při EOV, kdy máme masku na očích, často dochází k tomu, že máme hlavu otoče-

nou na jednu stranu, a karta, kterou si prohlížíme, je položena úplně mimo náš zorný úhel – a přesto ji dokážeme popsat a přečíst. Ale ve chvíli, kdy to zaujme naši pozornost a otočíme hlavu tím směrem, obraz úplně mizí. To se děje poměrně často.

ZÁHADY ŽIVOTA *Jaké jsou další výhody toho všeho?*

Kateřina: Černá neprůhledná maska, kterou používáme, je ve své podstatě »jen« nástroj, díky němuž je možné utlumit zrakový smysl. Právě přes oko totiž člověk přijímá více než 75 procent všech vjemů, takže jakmile jsou oči »vyřazeny«, dokážeme se mnohem rychleji napojit na svůj vnitřní svět (*intuici*) a rozvíjet i ostatní smysly.

Pavla: Navíc se bez vjemů, které nám

zprostředkovávají oči, naše vědomí rychleji dostává do hladiny alfa, do stavu hluboké relaxace až meditace. V hladině alfa jsme schopni využívat další kapacity mysli. Přirozeně se v ní nacházíme třeba v době, kdy usínáme, nebo se probouzíme, a na této frekvenci mozku jsme schopni si věci lépe zapamatovávat, nebo si je vybavovat.

Kateřina: Máme zkušenost, že pokud se dítě učí s maskou například básničku do školy, nebo slovíčka cizího jazyka, mnohem rychleji si je zapamatuje. Na kurzu se ale děti učí, jak je možné si tento stav vnitřního klidu a napojení se samo na sebe navodit i bez masky. V tom vidím obrovskou výhodu. Dokáží se pak lépe soustředit, jsou kreativnější a schopnější lépe pracovat v intuitivním stavu. To všechno pomáhá i k větší emocionální vyrovnanosti.

ZÁHADY ŽIVOTA *A proč kurzy vyhledávají dospělí?*

Pavla: Jejich motiv je buď pomoci dítěti, anebo práce na sobě. Záleží, co řeší za životní situaci. Může to být jen zvědavost a chuť poznávat nové, rozvíjet svoje schopnosti, anebo se jim

Jak tato metoda vznikla a jakou má historii?

Metoda EOV je kombinace práce s extraokulárním viděním a mentálními technikami vedoucími ke změnám našeho podvědomého nastavení. Jeden z prvních, kdo se zmínil o schopnosti vidět extraokulárně a současně jí i popsal, byl Mexičan Guillermo Altamirano.

Ten se již v sedmdesátých letech při práci s dětmi zaměřoval na přirozený rozvoj intuice a používal k tomu určité mentální techniky, při kterých měly děti zakryté oči. Některé z nich začaly popisovat, že vidí materiální svět kolem sebe i bez použití fyzických očí.

Všechny techniky pro práci s podvědomým nastavením pocházejí od mexické léčitelky a vědky, která si říkala Maria. Celým jménem *Maria del Socorro Pérez Farfán*. Měla velice komplexní přístup ke zdraví a pohled na člověka jako multidimenzionální



bytost. Dokonce školila i lékaře, kteří se neomezovali pouze na fyzické tělo, ale i to energetické a vnímali jejich propojenost. „Veškeré meditace, které dnes na kurzech EOV používáme, pocházejí od této vědky, která je získala »z vyšších sfér«. Osobně se nám s ní bohužel již nepodařilo potkat, protože zemřela před 4 lety. Její odkaz a učení ale předáváme dál pod záštitou generální ředitelky mexické asociace *Viendo por el Mundo*, Verenice Carvajal, která tyto techniky ucelila a doplnila do formátu kurzu, který dnes učíme,“ vysvětluje lektorka Kateřina Kuřátková.

v životě děje něco, co chtějí změnit, ale třeba nevědí jak, nebo si nevěří. Díky této metodice se přestávají bát, stávají se tedy vědomější, tzn. zodpovědnější za své myšlenky, emoce, činy. Stávají se konečně aktivními tvůrci svých vysněných životů. Dám vám otázku: Proč se tak často říká, že se lidé nemění?

ZÁHADY ŽIVOTA *To opravdu nevím.*

Kateřina: Protože to, co se nám v životě děje nebo jak reagujeme, je do velké míry zrcadlo našich vnitřních nastavení. Dokud tato vnitřní nastavení neopravíme, pak nemůže dojít ke změně. Změna v chování vychází většinou jen na základě rozumu, ale to není dlouhodobě udržitelné. Protože nevědomí je silnější a v určitý moment přebírá vedení. My své reakce třeba někdy nechápeme. Je to proto, že nevíme, jaké programy nás řídí. Obrazy v mysli, s nimiž v EOJ pracujeme my, dokážou tyto staré programy odhalit i účinně přepsat tak, abychom s novým nastavením dosáhli úplně jiných výsledků.

ZÁHADY ŽIVOTA *Dejme tomu, že mám dítě, které bych chtěla zapsat na kurz EOJ. Co mohu očekávat, že tam s ním budete dělat?*

Pavla: Kurz má 10 lekcí a každá lekce je rozdělena do několika částí. Úplně na úvod s dětmi provádíme čištění jejich negativních emocí. Druhé cvičení je zaměřeno na to, aby se unavila mysl a přestala přemýšlet, což využíváme při práci s podvědomými obrazy, a pak přichází na řadu ta zábavnější část: práce s maskou a hry. U prvního cvičení si děti představují, že mají kolem sebe energetický vír, s jehož pomocí postupně čistíme celé tělo. Jdeme odspodu směrem nahoru a děti ze sebe »vyhazují« prostřednictvím víru všechny negativní emoce, které se v nich třeba během dne nashromáždily. Vysvětlujeme jim to tak, že se jich ptáme, jestli si každý den čistí zuby, nebo se myjí a na to kývají, že samozřejmě, jinak by byly špinavé. A pak jim položíme další otázku: Ale jak čistíte mysl? V tu chvíli nastane ticho.

ZÁHADY ŽIVOTA *Stejně by nejspíš zareagovali i dospělí.*

Kateřina: Právě. Proto tato meditace není určena jen dětem, ale i dospělým. Neustále se opakující negativní myšlenky, které většinou máme ve větš

míře než ty pozitivní, nám mysl zanáší a ovlivňuje její strukturu. A to, jak se díky těmto myšlenkám cítíme, ovlivňuje i čistotu našeho energetického těla. Tato »špína« není navenek vidět; neznamená to však, že tam není a není potřeba ji pravidelně čistit. Ve chvíli, kdy je naše mysl přetížená a chaotická, si totiž nedokážeme udělat jasný úsudek, jsme vystresovaní a podráždění. K tomuto čištění slouží právě meditace. My máme pro tento účel *Očistnou meditaci vírů*, která je k dispozici i ke stažení na e-shopu



► Dítě »vidí« až v momentě, kdy dokáže s černou maskou přečíst předložený text

našeho webu. Většina dětí i dospělých s ní nepracuje jen na lekcích, ale zařadí si ji do každodenního života. Díky ní, prostřednictvím představy víru, ze sebe odstraňujeme nepříjemné pocity, které nám již neslouží. Později, když je tělo čisté, plníme ho světlem a tím pozitivním, co nám chybí. Radost, sebedůvěra, touha uspět atd. Naprostá většina lidí na sobě takřka okamžitě cítí pozitivní účinky. Každé cvičení, které je zařazeno do lekce, má svůj důvod.

ZÁHADY ŽIVOTA *Jak reagují děti?*

Pavla: Skvěle. Protože cítí, že jim to pomáhá. Pravidelná očistná meditace vírů pomáhá s jejich emocionálním stavem a kurz mění jejich vnitřní nastavení. Pracovaly jsme s dětmi, které mají deprese či úzkosti, tendence

k sebepoškození nebo již uvažovaly o sebevraždě. Kurzy se nevyklučují s návštěvami psychologa či psychiatra. Pokud ale najdeme příčinu těchto potíží, zmizí následek. Poslední dobou naše lektorské kurzy přitahují i odborníky, terapeuty, psychiatry a psychology, kteří v nich začínají vidět velký smysl a mohou s touto metodou pracovat i v rámci své praxe.

ZÁHADY ŽIVOTA *Může se stát, že nějaké techniky dítě dělat vůbec nechce?*

Pavla: Děti do aktivit nikdy netlačíme,

vždycky s nimi otevřeně komunikujeme a průběh lekce se odvíjí od toho, s čím konkrétním potřebují pomoci. Některé děti, které už léta chodí k psychologům, k nám občas přichází s nedůvěrou a nevěří, že bychom jim mohli pomoci. Každé dítě ale z lekce odchází veselé a radostné a to je právě to, co tahle metoda umí – rozzářit dětskou duši. Ve své práci vidím zázraky každý den. Není to v tom, že dítě nebo dospělý vidí s maskou na očích, ale jak se mění jejich životy.

ZÁHADY ŽIVOTA *Už jste někdy pracovaly se zrakově postiženými dětmi? Můžete jim pomoci vidět to, co nemohou vidět fyzickými očima?*

Pavla: Bohužel nepracovaly, zatím o to žádná organizace, která jim pomáhá, ani jejich rodiče neprojevili zájem, ale nás samotné by velmi zajímalo, jaké by byly výsledky. Věříme však, že i pro ně by mohl být kurz přínosem... □