

Kdo je zodpovědný?

– *Dr. Ihaleakala Hew Len*

Děkuji vám, že se ke mně přidáváte čtením tohoto dodatku. Jsem vám vděčný.

Miluji techniku Nalezení vlastního Já pomocí ho'oponopono i drahou Mormnah Nalamaku Simeonu, kahunu Lapa'au, která se o ni se mnou tak milostivě podělila v listopadu 1982.

Tento článek se zakládá na myšlenkách zaznamenaných v mém zápisníku v roce 2005.

9. ledna 2005

Problémy můžeme řešit **bez ohledu, zda víme, co se skutečně děje**. Toto zjištění mi poskytuje nesmírnou úlevu a radost.

Nalezení vlastního Já pomocí ho'oponopono je způsob, jak řešit problémy, což je **část smyslu existence**. Abychom mohli problémy řešit, musíme si položit dvě otázky: „Kdo jsem?“ a „Kdo je zodpovědný?“

Chceme-li pochopit povahu vesmíru, měli bychom začít podle Sokrata: „Poznej sám sebe.“

21. ledna 2005

Kdo je zodpovědný?

Většina lidí, včetně vědecké komunity, přistupuje ke světu jako k fyzickému objektu. Současné výzkumy DNA za účelem

zjištění příčin nemocí srdce, rakoviny a cukrovky a nalezení příslušných léků jsou toho příkladem.

Zákon příčiny a následku - fyzický model

Příčina	Následek
vadná DNA	onemocnění srdce
vadná DNA	rakovina
vadná DNA	diabetes
fyzická	fyzické problémy
fyzická	problémy životního prostředí

Intelekt, **vědomá mysl**, věří, že je řešitelem problémů a že řídí, co se děje a co je prožíváno.

Vědecký žurnalista Tor Norretranders ve své knize *The User Illusion: Cutting Consciousness Down to Size* vytváří jiný obraz vědomí. Cituje vědecké studie, zejména profesora Benjamina Libeta z Kalifornské univerzity v San Francisku, který dokazuje, že k rozhodnutí dochází předtím, než je vědomí vytvoří, a že si toho rozum není vědom, ačkoli je přesvědčen o tom, že rozhoduje.

Norretranders rovněž cituje výzkum, který dokazuje, že si rozum z milionů informačních bitů za sekundu uvědomuje pouze 15 až 20.

Kdo je tedy zodpovědný, není-li to intelekt či vědomí?

8. února 2005

Vzpomínky, které se přehrávají, **diktují**, co zažívá podvědomá mysl.

Podvědomá mysl zažívá věci zprostředkovaně, **napodobuje** a **odráží** přehrávané vzpomínky. Vědomá mysl funguje, aniž by si byla vědoma toho, že se vzpomínky přehrávají. Studie ukazují, že vzpomínky určují, co vědomá mysl prožívá.

Zákon příčiny a následku - Nalezení vlastního Já pomocí ho'oponopono

Příčina	Následek
vzpomínky přehrávané v podvědomé mysli	fyzický - onemocnění srdce
vzpomínky přehrávané v podvědomé mysli	fyzický - rakovina
vzpomínky přehrávané v podvědomé mysli	fyzický - diabetes
vzpomínky přehrávané v podvědomé mysli	fyzické potíže - tělo
vzpomínky přehrávané v podvědomé mysli	fyzické potíže - svět

Tělo a svět sídlí v podvědomé mysli jako výtvar přehrávaných vzpomínek, málokdy jako inspirace.

23. února 2005

Podvědomá mysl a vědomá mysl, tvořící duši, nevytvářejí vlastní nápady, myšlenky, pocity ani činy. Jak bylo dříve řečeno, jejich prožitky jsou zprostředkované skrze přehrávané vzpomínky a inspiraci.

Lidé si ale mnohdy různé jevy vysvětlují v opačném významu.
William Shakespeare

Je důležité si uvědomit, že duše sama od sebe prožitky netvoří. Ona vidí očima vzpomínek, cítí tak, jak to cítí vzpomínky, jedná tak, jak by jednaly ony, a rozhoduje tak, jak by ony rozhodovaly. Zřídka tedy vidí, cítí, jedná tak, jak by viděla, cítila, jednala a rozhodovala inspirace.

Při řešení problémů je nutno pochopit, že tělo a svět nejsou

samy o sobě problémem, nýbrž projevem či důsledkem vzpomínek přehrávaných podvědomou myslí. Kdo je tedy zodpovědný?

Ó duše ubohá, střed hříšné hlíny mé,
v plen daná žádostem, jež se kol tebe vzpoují,
proč uvnitř zůstáváš v té bídě bezedné
a zevně odíváš v zlato a lesk svou nouzi?

William Shakespeare, Sonet 146 *

12. března 2005

Prázdnota je základem nalezení vlastního Já, myslí, vesmíru. Je to **stav, který předchází** vstupu inspirace od Božské Inteligence do podvědomé myslí. (viz schéma C.1)

Jediné, co vědci vědí je, že vesmír byl počat z nicoty a do nicoty, z níž vzešel, se znovu vrátí. Vesmír začíná a končí v nule.

Charles Seife, *Zero: The Biography of a Dangerous Idea*

Nalezení vlastního Já Stav prázdnoty

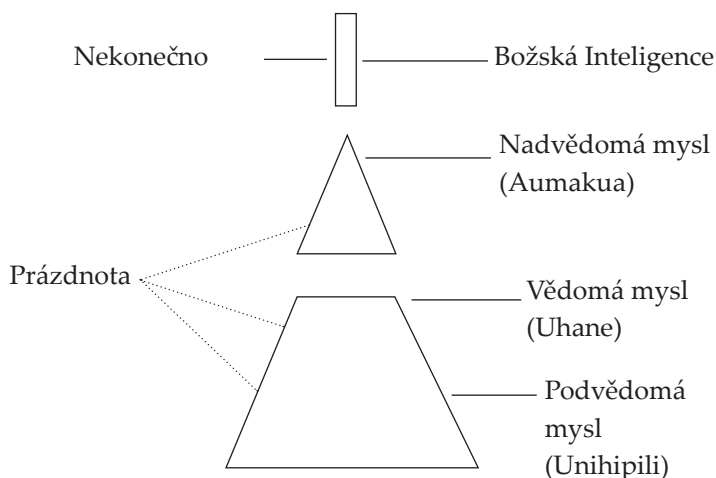


Schéma C.1 - Stav prázdnoty

* Přeložil Jan Vladislav, *Mladá fronta*, 1970

Přehrávané vzpomínky odhánějí prázdnotu vlastního Já a znemožňují zhmotnění inspirace. Pro nápravu této situace a nalezení vlastního Já je potřeba, aby se vzpomínky přetvořily v prázdnotu skrze **transmutaci** prostřednictvím Božské Inteligence.

Čisti, vymazávej, vymazávej a nalezni svou
vlastní Šangrilu. Kde? Uvnitř sebe.

Morrnah Nalamaku Simeona, kahuna Lapa'au

Ani kamenná věž, ani stěny z tepané mosazi,
ani vzduchoprázdná kobka, či železné mříže
nemohou uvěznit sílu ducha.

William Shakespeare, dramatik

22. března 2005

Bytí je darem Božské Inteligence. Tento dar jsme dostali za **jediným účelem**, a to znovuvytvoření vlastního Já prostřednictvím řešení problémů. Technika Nalezení vlastního Já pomocí ho'oponopono je obnovená verze starého havajského procesu řešení problémů s použitím **pokání, odpuštění a transmutace**.

Nesud'te, a nebudete souzeni; nezavrhuje, a nebudete zavrženi; odpouštějte, a bude vám odpuštěno.

Ježíš, podle Lukáše: 6.37

Ho'oponopono vyžaduje plnou účast každé ze čtyř složek vlastního Já - Božské Inteligence, nadvědomé mysli, vědomé mysli a podvědomé mysli, které společně tvoří jednotu. Každá složka má svou jedinečnou úlohu a funkci při řešení problémů způsobených přehráváním vzpomínek v podvědomé mysli.

Nadvědomá mysl je prostá vzpomínek a není poznamenána jejich přehráváním v podvědomé mysli. Nachází se stále v jednotě s Božskou Inteligencí. Cokoliv učiní Božská Inteligence,

učiní i nadvědomá mysl.

Vlastní Já **funguje na základě inspirace a vzpomínky**. Avšak v jednom okamžiku může pouze jedna z nich, inspirace nebo vzpomínka, velet podvědomé mysli. Duše vlastního Já slouží současně pouze jednomu pánu, a to většinou trnu vzpomínky místo růži inspirace. (viz schéma C.2)

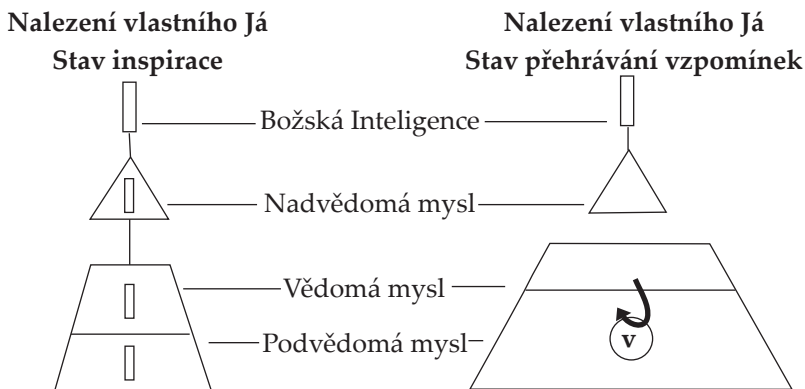


Schéma C.2 - Stav inspirace a stav přehrávání vzpomínek

30. dubna 2005

Pojídám své vlastní strasti.

John Clare, básník

Prázdnota je **společná základna**, vyrovnavač všech vlastních Já, jak „živých“, tak „neživých“. Je to nezničitelný a věčný základ celého vesmíru, viditelného i neviditelného.

Máme za to, že tyto pravdy nepotřebují dalšího důkazu: že totiž všichni lidé (všechny formy života) jsou stvořeni stejně ...

Thomas Jefferson, Deklarace nezávislosti USA

Opakované vzpomínky přesouvají společnou základnu vlastního Já, odvádějí Duši myslí od přirozeného stavu prázdnoty a nekonečna. Přestože všechny vzpomínky přemísťují prázdnotu, nemohou ji zničit. Jak by mohlo nic být zničeno?

Dům proti sobě rozdělený zpustne.

Abraham Lincoln

5. května 2005

Aby vlastní Já bylo vlastním Já v každém okamžiku samo sebou, je zapotřebí provádět **ho'oponopono nepřetržitě**. Stejně jako vzpomínky, **nemůže ho'oponopono nikdy přestat a jet na dovolenou. Nemůže odejít do penze ani si nesmí dovolit usnout. Nepřerušované ho'oponopono nemůže nikdy přestat jako ...**

... ve svých šťastných dnech měj na paměti neznámé zlo (přehrávané vzpomínky), pracující v pozadí!

Goeffrey Chaucer, Povídky Canterburské

12. května 2005

Vědomá mysl může spustit proces ho'oponopono a nechat odejít vzpomínky, anebo je může propojit s vinou a myšlením. (viz schéma C.3)

Nalezení vlastního Já pomocí ho'oponopono

(Řešení problémů)

Pokání a odpouštění

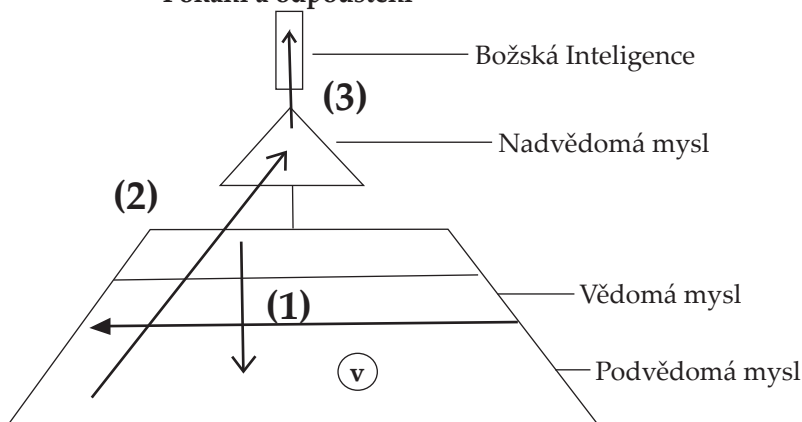


Schéma C.3 - Pokání a odpouštění

1. Vědomá mysl dává impuls k řešení potíží pomocí ho'oponono a vysílá žádost Božské Inteligenci, aby přetvořila vzpomínky v prázdnotu. Uznává svou stoprocentní zodpovědnost za vzpomínky přehrávané v podvědomé mysli. Žádost se pohybuje směrem dolů z vědomé do podvědomé mysli. (viz schéma C.4)
2. Žádost, která směřuje dolů do podvědomé mysli, dá vzpomínkám jemný impuls k přeměně. Pak se z podvědomé mysli přesouvá nahoru do mysli nadvědomé.
3. Nadvědomá mysl vyhodnotí žádost a učiní příslušné změny. Vzhledem k tomu, že je vždy v souladu s Božskou Inteligencí, je schopna je posuzovat a měnit. Žádost je posléze odeslána nahoru k Božské Inteligenci ke konečnému vyhodnocení a zvážení.
4. Poté, co Božská Intelligence zhodnotila žádost, kterou odeslala vzhůru nadvědomá mysl, pošle směrem dolů do nadvědomé mysli transmutační energii.
5. Transmutační energie pak proudí z nadvědomé mysli dolů do mysli vědomé.
6. A konečně - transmutační energie se přesouvá z vědomé mysli do podvědomé mysli. **Transmutační energie nejprve zneutralizuje příslušné vzpomínky. Zneutralizované energie jsou pak přesunuty do skladu a zanechávají po sobě prázdnotu.**

12. června 2005

Myšlení a vina jsou přehrávané vzpomínky. (viz schéma C.2)

Božská Intelligence může inspirovat duši, která si nemusí být vědoma, co se skutečně děje. Jedinou skutečností, kterou inspirace, tedy Božská tvořivost, vyžaduje, je, aby nalezení vlastního Já bylo samo sebou a k tomu je zapotřebí neustálé očišťování vzpomínek.

Vzpomínky jsou věční společníci podvědomé mysli. Nikdy jí nedají volno, ani ji nepustí do důchodu. Vzpomínky se nikdy nevzdají svého nekonečného přehrávání.

Nalezení vlastního Já pomocí ho'oponopono
(Řešení problémů)
Transmutace pomocí Božské Inteligence

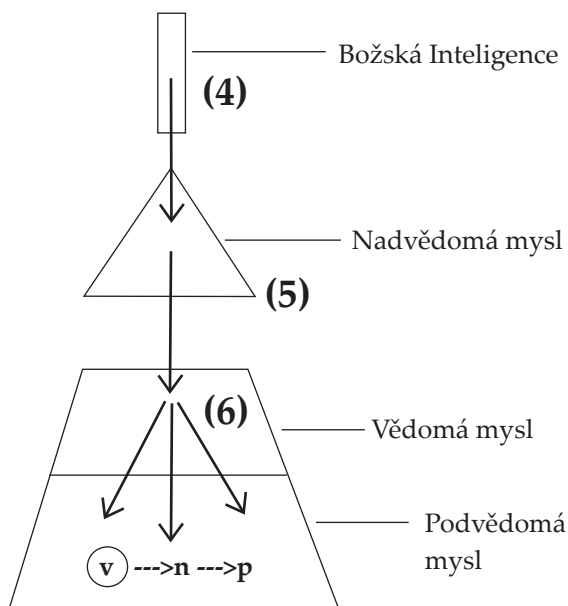


Schéma C.4 - Transmutace pomocí Božské Inteligence

Povídka juristova*

O', nenadálý bole, smutku!
Vždy umně slyš bližního světské blaženosti.
Což nebude tě nikdy dosti?
Skrápěny jsouce prškou kruté zloby,
ty konce radosti z veškeré naší činnosti,
marnící úsilí své pozemské doby.

* Přeložila Blanka Chrostková (2008)

Náš cíl, k němuž se upínáme.
Zde zármutek přebývá,
zde jej též nalézáme.
Však na paměti mějte,
kvůli své vlastní bezpečnosti,
že v oněch šťastných dnech,
jichž nikdy není dosti,
neznámé zlo, kované vaší bezbranností,
v patách vzápětí kráčí
a vyrazí vám dech.

Vypořádat se jednou provždy se vzpomínkami znamená jednou provždy je očistit.

V roce 1971 v Iowě jsem se podruhé bláznivě zamiloval. Z naší lásky se narodila M, naše drahá dcerka.

Když jsem se díval na svou ženu, jak se o M stará, prohlubovala se má láska k oběma. Nyní byli na světě dva lidé, které jsem hluboce miloval.

Poté, co jsem toho léta dokončil vysokou školu v Utahu, byli jsme se ženou postaveni před volbu: vrátit se domů na Havaj, nebo pokračovat ve vyšším studiu v Iowě.

Rozhodli jsme se pro Iowu a hned zkraje jsme čelili dvěma výzvám - první byl neutišitelný pláč naší dcerky od chvíle, kdy jsme ji přivezli z porodnice.

Tou druhou byl příchod nejkřutější zimy století. Několik týdnů jsem každé ráno kopal do spodní části vchodových dveří našeho bytu a rukama tloukl do jejích okrajů, abych rozlámal led, který se tvořil z druhé strany a hodlal nás pohřbit za živa.

Kolem prvního roku života se na přikrývkách M objevily krvavé skvrny. Až nyní, když píši tyto řádky, zjišťuji, že její neutišající pláč byl reakcí na vážné kožní problémy, které jí byly později diagnostikovány.

Každou noc, při pohledu na M, která se v neklidném spánku neustále škrábala, jsem plakal bezmocí. Ani steroidové léky jí nepomáhaly.

Ve třech letech jí bez přestání vytékala z prasklin v ohybech loktů a kolen krev. Řinula se i z popraskané kůže kolem kloubů na prstech rukou i nohou. Vnitřní stranu jejích paží a krk pokrývaly vrstvy hrubé kůže.

O devět let později, poté, co jsme se vrátili na Havaj, jsem jel s M a s její sestrou domů. Najednou, bez vědomého záměru, jsem otočil auto a namířil směrem ke své kanceláři ve Waikiki.

„Ach, přišli jste mě navštívit, přátelé,“ řekla tiše Morrnah, když jsme všichni tři vstoupili do její kanceláře. Od papírů na svém stole se podívala na M a tiše pravila: „Chtěla ses mě na něco zeptat?“ řekla něžně.

M natáhla obě ruce, do nichž, jako na fénické svitky, byla vyleptána léta bolesti a utrpení. „Dobrá,“ odpověděla Morrnah a zavřela oči.

Ptáte se, co udělala? Jako tvůrkyně techniky Nalezení vlastního Já pomocí ho'oponopono nemohla použít nic jiného než právě tuto techniku. O rok později skončilo mé dceři třináct let trvající krvácení, zjizvení, trápení, bolest a užívání léků.

Student techniky Nalezení vlastního Já pomocí ho'oponopono.

30. června 2005

Smyslem života je nalezení vlastního Já, tak jak Božství vlastní Já stvořilo podle přesného obrazu - prázdné a neko-nečné.

Všechny životní zkušenosti jsou vyjádřením přehrávaných vzpomínek a inspirace. Deprese, přemýšlení, vina, chudoba, nenávisť, odpor a utrpení jsou „štkané už proštkané“, jak napsal Shakespeare v jednom ze svých sonetů.

Vědomá mysl stojí před volbou - zahájit nepřetržitě očišťování, anebo pokračovat v neustálém přehrávání vzpomínek.

12. prosince 2005

Vědomí samo o sobě neví o nejvzácnějším daru Božské Inteligence o nalezení vlastního Já. Jako takové si neuvědomuje problém. Tato nevědomost ústí v neefektivní řešení problému. Ubohá duše je ponechána napospas nekonečnému, zbytečnému utrpení po celou dobu své existence. Jak smutné.

Vědomá mysl potřebuje být probuzena k daru nalezení vlastního Já „hojnost mimo hranice veškerého chápání“.

Vlastní Já je nezničitelné a věčné, stejně jako Stvořitel, Božská Inteligence. Důsledkem nevědomosti je falešná skutečnost nesmyslné a vytrvalé bídy, nemoci, válek a smrti vinoucí se napříč generacemi.

24. prosince 2005

Fyzično je vyjádřením vzpomínek a inspirací, které se odehrávají v duši vlastního Já. Změňte stav vlastního Já a změní se váš skutečný svět.

Kdo je zodpovědný? Inspirace nebo přehrávané vzpomínky? Rozhodnout může vědomá mysl.

7. února 2006 (skok do roku 2006)

Zde jsou vyjmenovány čtyři procesy řešení problémů technikou Nalezení vlastního Já pomocí ho'oponopono, které slouží k „vyprázdnění“ vzpomínek způsobující problémy v podvědomé mysli:

1. **„Miluji tě.“** Když duše zažívá problémy přehrávaných vzpomínek, řekněte jim v duchu nebo potichu: „Miluji vás, drahé vzpomínky. Jsem vděčný za to, že mám příležitost osvobodit vás i sebe.“ Rčení „Miluji tě“, můžete opakovat znovu a znovu. Vzpomínky se nikdy nevydají na dovolenou, ani neodejdou do důchodu, pokud jim to nenařídíte. Větičku „Miluji tě“ můžete použít, i pokud si nejste vědomi problémů. Můžete ji použít předtím, než se pustíte do jakékoli činnos-

ti, od telefonování po cestu autem.

Milujte nepřátele své, dobře čiňte těm, kteříž vás nenávidí.
Ježíš, podle Lukáše: 6:27

2. **„Děkuji ti.“** Tento proces se používá současně s předchozím procesem nebo místo něho. Stejně jako v předcházejícím případě si slova „Děkuji ti“ můžete v duchu neustále opakovat.

3. **Modrá sluneční voda.** Pití velkého množství vody je výtečnou technikou řešení problémů, zejména pokud používáte modrou sluneční vodu. Tu připravíte tak, že modrou skleněnou nádobu s nekovovým uzávěrem naplníte vodou z vodovodu. Pak nádobu umístíte na slunce anebo k žárovce (nikoli zářivce) nejméně na jednu hodinu. Po ozáření lze vodu používat různými způsoby. Můžete ji pít, vařit z ní, či si jí omývat tělo po koupeli nebo sprchování. Také v ní lze oplachovat ovoce a zeleninu. Stejně jako procesy „Miluji tě“ a „Děkuji ti“, čistí modrá sluneční voda vzpomínky, které se přehrávají v podvědomé mysli. Tak ji popíjejte.

4. **Jahody a borůvky.** Toto ovoce čistí vzpomínky. Lze je jíst čerstvé i sušené, ve formě džemů, marmelád, a dokonce i jako sirup na zmrzlině.

27. prosince 2005 (skok do roku 2005)

Před pár měsíci jsem dostal nápad vytvořit slovníček, v němž „promlouvají pojmy“, s nimiž pracuje technika Nalezení vlastního Já pomocí ho'oponopono. S každým z nich se můžete seznámit, kdykoli to budete potřebovat.

Vlastní Já: Já jsem vlastní Já. Jsem tvořen čtyřmi prvky: Božskou Inteligencí, nadvědomou myslí, vědomou myslí

a podvědomou myslí. Můj základ, prázdnota a nekonečno, je dokonalou reprodukcí Božské Inteligence.

Božská Inteligence: Já jsem Božská Inteligence. Jsem nekonečno. Tvořím vlastní Já a inspirace. Přetvářím vzpomínky v prázdnotu.

Nadvědomá mysl: Já jsem nadvědomá mysl. Dohlížím na vědomou a podvědomou mysl. Vyhodnocuji žádosti ho'oponono tvořené vědomou myslí a adresované Božské Inteligenci a provádím na nich příslušné změny. Nejsem zatížená vzpomínkami, které se přehrávají v podvědomé myslí. Jsem vždy v jednotě s Božským Stvořitelem.

Vědomá mysl: Já jsem vědomá mysl. Mám dar vlastní volby. Mohu se rozhodnout, zda dovolím neutichajícím vzpomínkám, aby řídily mne i podvědomou mysl, anebo dám popud k jejich rozpuštění pomocí nepřetržitého procesu ho'oponono. Mohu požádat Božskou Inteligenci, aby mě vedla.

Podvědomá mysl: Já jsem podvědomá mysl. Jsem úložiště všech nashromážděných vzpomínek od počátku stvoření. Jsem místem, kde jsou zážitky zažívány jako přehrávané vzpomínky nebo inspirace. Jsem místem, kde tělo a svět sídlí jako přehrávané vzpomínky a inspirace. Jsem místem, kde problémy žijí jako reakce na vzpomínky.

Prázdnota: Já jsem prázdnota. Tvořím základ vlastního Já i vesmíru. Jsem to, kde inspirace tryská z Božské Inteligence, z nekonečna. Vzpomínky přehrávané v podvědomé myslí mě nahradí, ale nezničí mě. Pouze brání inspiraci, aby do mě proudila z Božské Inteligence.

Nekonečno: Já jsem nekonečno, Božská Inteligence. Inspi-

race ze mne tečou jako křehké růže do prázdnoty vlastního Já a jsou snadno nahrazeny trny vzpomínek.

Inspirace: Já jsem inspirace. Jsem stvořením nekonečna, Božské Inteligence. Projevuji se z prázdnoty do podvědomé mysli. Jsem prožívána jako cosi úplně nového.

Vzpomínka: Já jsem vzpomínka. Jsem záznam předchozího zážitku podvědomé mysli. Když jsem spuštěna, přehrávám minulé zážitky.

Problém: Já jsem problém. Jsem vzpomínkou, která znovu přehrává minulé zážitky do podvědomé mysli.

Zážitek: Já jsem zážitek. Jsem projevem přehrávaných vzpomínek nebo inspirací v podvědomé mysli.

Operační systém: Já jsem operační systém. Obsluhuji vlastní Já prostřednictvím inspirací a vzpomínek.

Ho'oponopono: Já jsem ho'oponopono. Jsem starý havajský proces řešení problémů, který pro dnešní účely aktualizovala Morrnah Nalamaku Simeona, kahuna Lapa'au, jmenovaná v roce 1983 *Žijícím pokladem Havaje*. Tvoří mne tři prvky: pokání, odpuštění a transmutace. Jsem prosbou, kterou poslala vědomá mysl Božské Inteligenci, s prosbou o „vyprázdnění“ vzpomínek a obnovení vlastního Já. Začínám ve vědomé mysli.

Pokání: Já jsem pokání. Jsem počátkem procesu ho'oponopono, který vychází z vědomé mysli jako prosba Božské Inteligenci, aby transmutovala vzpomínky v prázdnotu. S mou pomocí vědomá mysl přiznává svou zodpovědnost za vzpomínky v podvědomé mysli, která je vytvořila, přijala a shromáždila.

Odpuštění: Já jsem odpuštění. Společně s pokáním jsem prosbou vědomé mysli k Božskému Stvořiteli, aby přetvořil vzpomínky podvědomé mysli v prázdnotu. Vědomá mysl je nejen zarmoucená, ale současně prosí Božskou Inteligenci o odpuštění.

Transmutace: Já jsem transmutace. Božská Inteligence mě používá, aby v podvědomé mysli zneutralizovala a uvolnila vzpomínky do prázdnoty. Pouze Božská Inteligenci mě může použít.

Hojnost: Já jsem hojnost. Jsem vlastní Já.

Chudoba: Já jsem chudoba. Jsem vzpomínka. Odsouvám vlastní Já a bráním průniku inspirace z Božské Inteligence do podvědomé mysli!

Než ukončím exkurzi, rád bych připomněl, že prostudování tohoto dodatku je předpokladem k účasti na víkendového kurzu techniky Nalezení vlastního Já pomocí ho'oponopono.

Přeji Vám nekonečný klid a mír.

O Ka Maluhia no me oe.

Klid a mír s vámi,

Ihaleakala Hew Len, Ph.D.