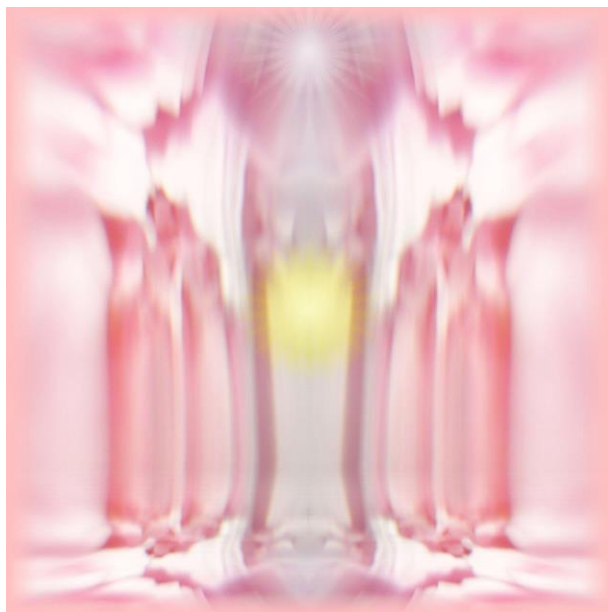


MEDITAČNÍ TÉMATA



Fotoobraz HMK: „Porada s KRISTEM“

ÚVOD

Tato meditační témata jsou dána jako pomoc všem hledajícím a pracujícím na svém duchovním vývoji, očistě sebe sama... Byla sepsána pro toho, kdo už na sobě nějakou dobu alespoň trochu duchovně pracuje a snaží se více poznat sebe sama, svoji duchovní složku – vnitřní Podstatu a kdo již započal s poznáváním PRAVDY, NEJVYŠŠÍ ŽIVÉ SKUTEČNOSTI a snaží se hledat BOHA, STVOŘITELE všeho a všech a snaží se o vnitřní Spojení s NÍM.

Meditační témata byla sdělována (skrže HMK) v letech 2016 - 2026 a jsou stále nově doplňována na webových stránkách EKO – ESOTERICKÉHO KLUBU V OSTRAVĚ, WEB: <https://ekoklub6.webnode.cz/> , kde jsou pravidelně, dle aktuálního novoluní, doplňována.

Všechny meditace jsou vypracovány dle aktuálního horoskopu novoluní, kdy konjunkce Slunce (Ducha, tvořivé zákl. energie) a Luny (nitra, cítění) v

aktuálním znamením astrologicky (a symbolicky) představují největší možné spojení nitra (Luny) s Duchem (Sluncem) a tedy přináší poselství, na co je třeba se v tomto období zaměřit, aby došlo k většímu niternému propojení s vlastním vnitřním já - energetickým zdrojem člověka a tak k harmonii psyché (osobnosti) a Ducha. Tak také i tímto způsobem může člověk lépe naplnit svůj duchovní plán na této zemi a pomocí této meditace rozvinout nové uvědomění, které vede k očistě a novému pochopení.

Bylo mi však vnitřně řečeno, že témata mohou sloužit i mimo období, dané aktuálním novoluním, tedy nejen v celém měsíci (od novoluní do dalšího novoluní), ale dle intuitivní potřeby hledajícího kdykoliv, kdy je to zapotřebí, jelikož v duši hledajícího mohou vyvstat otázky či stavy mysli, kdy může být odpověď skrze tato meditační témata nápomocná.

I proto vznikla tato „knížечka“ s tématy k meditaci.

Pokud se čtenář vnitřně zamyslí a zvnitřní, mohou mu také samozřejmě „přijít“ další (již jeho vlastní) témata k jeho individuálnímu stavu, situaci či otázce, problému apod., kdy mu jeho vlastní Duch či otevřená duchovní mysl sama poradí či dá niterný náhled a on pak intuitivně pocítí to správné, co by měl učinit, či jak lépe myslet atd...

Pokud tato témata pomůžou alespoň trochu oživit mysl či otevřít duchovní Srdce, Lásku, je jejich účel dobrý, pozitivní a podpůrný a jejich „mise“ byla splněna. ☺

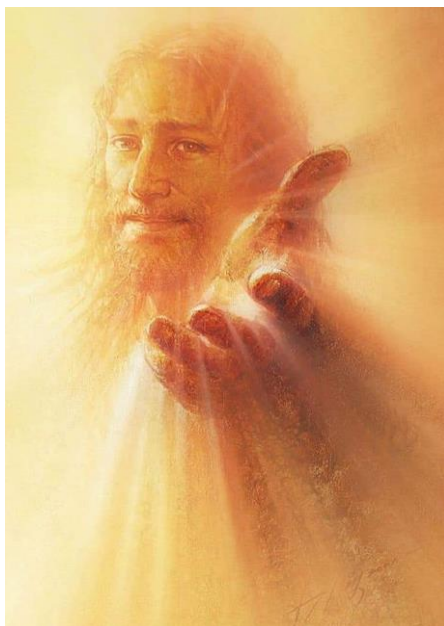
Pro EKO – ESOTERICKÝ KLUB OSTRAVA, WEB: <https://ekoklub6.webnode.cz/>

a ATL – ASTROTHeOLOGII OSTRAVA, WEB: <http://www.astrotheologie.wz.cz/>

připravila Hana M. Kupková

NA WEBU EKO JSOU NYNÍ NEUSTÁLE PŘIDÁVÁNA DALŠÍ MEDITAČNÍ TÉMATA
ZDE: <https://ekoklub6.webnode.cz/meditace/>

U tohoto zveřejnění vznikla otázka, zda všechna témata zveřejnit v odstavcích bez číslování, jen s pomlčkou apod., avšak bylo mi řečeno, že je možné použít číslování, jelikož **pokud hledající položí otázku, může si pomyslet na číslo, které mu jeho mysl intuitivně řekne a meditační téma u daného čísla mu sdělí odpověď či jen dodá téma k aktuálnímu zamyšlení apod.**



Meditace jsou v rozmezí čísel 1 - 515:

1. Zrodil(a) jsem se nyní v Duchu a BOHU?
2. Cítím Své Srdce? Zviditelňuji ve svém volném čase tvořivým způsobem vlastní duchovní Energii, duchovní směr a svoji vnitřní životní filozofii takovým způsobem, aby se mohla aktivně projevit Láska mého Srdce, Duch BOŽÍ skrze vyzářenou mou originální Jiskru a niterný Oheň, sálající směrem ven?
3. Uvědomuji si, že opravdu Jsem Milující Bytost, kterou BŮH STVOŘIL, aby zde projevil Sám Sebe?
4. Uvědomuji si, že Já Jsem touto Živou Bytostí, která je plně Tvůrčí, a která má Dar být zcela jedinečnou, aby působila spolu s BOHEM a naplnila KRISTOVU LÁSKU zde na této zemi způsobem radostným?

5. Uvědomuji si, že Já Jsem KRISTOVA Láska, že Já Jsem KRISTOVA Moudrost a že Já Jsem KRISTOVA Vůle?

6. Uvědomuji si, že aktivace duchovní Lásky a duchovního Srdce (v rámci duchovní Trojjednosti) v mém nitru okamžitě způsobí, že půjdu Vědomě správným směrem, že budu působit na správném místě "teď a tady" mezi a se správnými lidmi na jednom velkém Cíli, který představuje Poznání a Žití PRAVDY a LÁSKY v BOHU?

7. Uvědomuji si a zviditelňuji to, že Jsem Milovníkem všech lidí, a že vnímám jejich Božský Aspekt, který mají všichni bez rozdílu hluboko ve svých nitrech, přestože si Ho ne zcela uvědomují, či někteří vůbec ne, avšak i přesto se snažím tento Živý a nejdůležitější Prvek jejich životů roznítit svým vlastním vyzařujícím Ohněm Mé Lásky?

8. Projevuji a Zapaluji Ohněm svého Slunce všechny pohasínající jiskérky, které pod tíhou zimy světa skoro vyhasly?

9. Uvědomuji si SKUTEČNOU LÁSKU KRISTOVU, která se mne nyní DOTÝKÁ SILOU BOŽSKÉHO VŠEPROSTUPUJÍCÍHO A SÁLAJÍCÍHO SRDCE nejen teď a tady, ale vždy a všude a za všech okolností a je zde stále PŘÍTOMNÁ?

10. Uvědomuji si důležitost vlastního života a to, jak je cenná každá má zkušenost, každý můj čin a každá má myšlenka? Uvědomuji si, že za každé mé životní situace a stavu JSEM MILOVÁN(A)?

11. Uvědomuji si, že tato BOŽSKÁ LÁSKA SE ZRODILA, RODÍ, A BUDE RODIT proto, aby BYLA SDÍLENA, ROZŠÍŘOVÁNA A ZVĚTŠOVÁNA?

12. Uvědomuji si, že přestože nejsem dokonalý(á) a dělám často chyby, že i když občas upadám a často jsem neuvědomělý(á), ne-vědomý(á), a má mysl je zaměřena jinam, než do vlastního duchovního Srdce, vždy tu JE BŮH, KTERÝ NEUSTÁLE SÁLÁ, DOTÝKÁ SE mne, KTERÝ JE ve mně, a který na mne STÁLE ČEKÁ, až se k NĚMU ve své mysli a nitru obrátím, abych se nechal(a) zahřát JEHO SÁLAJÍCÍM SVĚTLEM A TEPLEM JEHO LÁSKY A PRAVDY, aby mne opět PROBUDIL, abych mohl(a) opět pocítit To, Co Je Skutečné, Podstatné, Živé a Jasné, Co je Skutečně Pravé a Trvalé, Co Je skutečně mým pravým DOMOVEM, MÍSTEM, kde mohu opravdově Spočinout a kde se mohu opravdově Radovat, a kde mohu skutečně Cítit a Prožívat To, že Já Jsem Milována JÍM a že Já Miluji JEHO... A ŽE JE JEN ON... VŠUDE A VE VŠEM... JELIKOŽ JE TO JEN JEHO LÁSKA, KTERÁ ŽIJE A KRALUJE NAVĚKY, ABY SE STÁLE ROZVÍJELA, TVOŘILA NOVÉ ASPEKTY

BYTÍ A VYTVÁŘELA NOVÉ A NÁDHERNÉ SVĚTY PLNÉ RADOSTNÉHO SDÍLENÍ.

13. Snažím se ostatním a lidem ve svém okolí ukazovat vlastní hloubku, duchovní směr a vnitřní čistotu a snažím se působit jako transformovaná bytost, to znamená bytost, která se snaží o vnitřní proměnu?
14. Snažím se komunikovat s druhými o tom, co je opravdu Podstatné (nejen v mém životě), a co souvisí s opravdovou hloubkou našich životů?
15. Snažím se hledat vlastní životní duchovní cestu dle spojení s Duchem ve mně? Hledám opravdu Pravdu a to NEJVYŠŠÍ POZNÁNÍ?
16. Cítím, že to, co je pro mne Podstatné, a to, k čemu mne vede niterný Duch, mám také vyjádřit a sdílet?
17. Uvědomuji si, že vždy mám možnost vnímat věci né vnějším, ale hlubokým vnitřním způsobem a tedy – dívat se nejen do sebe, ale tam také hledat, v hlubině svého nitra všechny odpovědi, které jsou takto pro mne vkládány „shora“ – čili zevnitř mne samého a tedy jsou od Ducha?
18. Uvědomuji si, že mám nyní více naslouchat Tichému vnitřnímu Hlasu, který mi z nitra dává najevo, skrze intuici, niterné cítění a pocity, co je a co není správné a také, jak mám jednat směrem navenek?
19. Uvědomuji si, že meditace, rozjímání a vnitřní usebrání je nyní to nejlepší, co mohu udělat ve smyslu práce na sobě?
20. Uvědomuji si, že když se niterně otevřu vyššímu Vnímání a Zdroji Života, dostanu také to správné Vedení a Inspiraci?
21. Uvědomuji si, že je třeba to v první řadě opravdově a plně (na 100%) chtít, toužit po tom a modlit se za to?
22. Uvědomuji si, že tento vnitřní vztah – ke svému nitru – Duchu, a BOHU, má být pro mne ta největší priorita? Uvědomuji si, že jediné tak mohu žít v opravdové Harmonii? Chci toto opravdu? Chci být v tomto krásném duchovním vnitřním Spojení a vědomý(á) si svého pravého, duchovního Já a tak žít opravdový a tvořivý Život? Anebo mě baví pořád dokola hrát si „role v různých lidských dramatech“, komediích či pod. příbězích a zase a znova se stávat jen hercem na scénách divadla zvaném svět?
23. Uvědomuji si, že můj život je již od počátku zrození velkým a důležitým transformačním vývojovým procesem, plným důležitých lekcí, návazností,

uvědomění, učení se a také – neustálého čištění, třibení, souvisejícím s duchovním vývojem ve smyslu Sebe-Poznávání?

24. Uvědomuji si, že každý můj okamžik je vlastně jeden velký transformační proces a přerod a to vše proto, abych si uvědomil svou vnitřní duchovní Podstatu a své Já Jsem?

25. Uvědomuji si, že Život mne neustále vybízí k tomu, abych poznal sám sebe ve své Podstatě?

26. Uvědomuji si, že je třeba jít vlastní a jedinečnou cestou poznání, vlastní cestou působení, práce, činnosti a že tento správný směr (či vnitřní Vedení) naleznou pouze v hlubině své duše u svého Ducha?

27. Uvědomuji si, že veškeré mé vztahy mají základ vždy na vnitřní (duchovní) rovině bytí a vždy závisí na mých niterných tužbách, předpokladech či přáních?

28. Uvědomuji si, že bych se měl nyní více soustředit (a praktikovat) na slovo: „čistota“? Uvědomuji si také nutnost vyčištění či vyharmonizování všech mých vztahů?

29. Uvědomuji si, že změnou či transformací své duše se také promění mé osobní vztahy s ostatními lidmi?

30. Snažím se ve svém životě praktickým způsobem projevovat své duchovní Srdce?

31. Uvědomuji si, jak jsou důležité konkrétní a hmatatelné projevy Lásky? Uvědomuji si, jak je důležité stále více a více otevírat své Srdce a Milovat?

32. Uvědomuji si, že namísto kritiky, odsuzování či posuzování ostatních, vyvyšování se či ponižování někoho bych měl(a) rozvíjet aspekty vstřícnosti, naslouchání, tolerance, milosrdenství, úcty a respektu, a měl(a) bych dojít k pochopení, že i v druhých bytostech je přítomen duchovní aspekt Jáství, který se projevuje (vědomě či nevědomě, dle vývoje duše) různými způsoby?

33. Uvědomuji si, že ze všeho nejvíce nás všechny propojuje a stmeluje opravdová duchovní Láska?

34. Uvědomuji si, že ze všeho nejdříve bych měl(a) zapracovat (s pokorou) na vyčištění vlastní mysli - duše?

35. Chápu, že teprve, až vyčistím staré a nepotřebné myšlenkové nánosy a odhodím je, se mohu niterně otevřít BOHU a přijmout HO ve svém nitru a

uvědomit si tak JEHO aspekt - duchovní Individualitu, kterou Já Jsem? Uvědomuji si, že teprve tehdy se v mém nitru probudí a ožije opravdová Láska?

36. Uvědomuji si, že Láska mi najednou ukazuje nové působení, novou radost, novou tvořivost, a že mi přináší také novou inspiraci k aktivitám, které vycházejí z Ducha - Dobra - Míru - vnitřního Štěstí a Radosti?

37. Jdu ve svém životě správnou vnitřní i vnější cestou?

38. Cítím a prožívám, zda má můj život pozitivní význam pro své okolí, pro širší společnost, a hlavně - pro celé duchovní stvoření?

39. Jsem a cítím se být platným a dobrým "článkem" či "střípkem" v "MOZAICE" ŽIVOTA?

40. Uvědomuji si, že každý den mohu započít s nějakým novým pozitivním záměrem, myšlenkou, činem, předsevzetím, prací na sobě, aktivitou či že mohu nově projevit vlastní duchovní energii a vyzařování?

41. Vnímám, že mám neustále novou příležitost se očistit od starých a nepotřebných nánosů své mysli, duše a také, že se mohu nyní ještě více zabírat věcmi okolo vlastního fyzického zdraví a pracovat na vylepšení stravy, a že mohu více zaktivovat zdravý životní styl, pohyb a především více aktivovat vnitřní živé duchovní vědomí?

42. Uvědomuji si, že zdrojem opravdového zdraví a současně krásy duše je to, jak v sobě vědomě prožívám Ducha - Boží Lásku - zářivou Bytost v hrudi, kterou Já Jsem?

43. Uvědomuji si, že je to duchovní Láska, která léčí a posiluje moji duši i tělo, a přináší opravdový Klid, Mír, a také - Sílu konat a tvořit vše správně, lehce a radostně?

44. Uvědomuji si, že vědomé duchovní prožívání (aspekt probuzeného duchovního Srdce) ve mně je stav, kdy se cítím povznesen(a), rozradostněn(a), posílen(a), kdy Jsem plný(plná) Lásky, schopnosti něco tvořit atd... a také - kdy si uvědomuji, Kdo skutečně Jsem ve své Podstatě a také to, že vnímám a jsem schopen(schopna) rozlišit a vnímat rozdíl, kdy Jsem či nejsem vědomě duchovně pro-*Bůh-Zen*(á)?

45. Uvědomuji si, že tento krásný stav duchovního vědomého Bytí - Života ve mně je moje pravá přirozenost, která okamžitě aktivuje také mé zvýšené osobní

vyzařování směrem navenek, které vnímaví jedinci okamžitě vycítí a tak se jich může také dotknout duchovní Energie?

46. Vnímám, že to nejlepší, co mohu udělat, co se týká práce jak pro sebe i pro společnost je právě aktivování této duchovní Energie - Zdroje ve mně, Boží Lásky a vědomého vnímání Ducha ve mně - mého pravého Já Jsem... Podstaty... a že okamžitě bude vše konáno s pomocí této Živé a tvořivé duchovní Energie ve prospěch všeho a všech?

47. Uvědomuji si nutnost většího procitování v mém životě?

48. Projevuji (zviditelňuji) takové vlastnosti jako jsou něha, citlivost, vnímavost, srdečná "náruč" a vstřícnost, mateřská jemná energii chápavosti a jemnosti, empatie a cit, vnímavost k potřebám druhých?

49. Uvědomuji si vlastní spojení s niternou Podstatou, duchovní Základnou, mým BOŽSKÝM RODIČEM - STVOŘITELEM? Vnímám, že jsem součástí většího duchovního celku, kde sebe mohu procitovat jako dítě, své bližní jako bratry a sestry a BOHA jako RODIČE?

50. Uvědomuji si, že se nemám bát dát najevo vlastní citlivost a to, že vnímavost je pozitivní vlastnost a že mám pracovat na co největším zvnitřňování se a spojování se s niterným Zdrojem - duchovním Aspektem, Jiskrou a BOHEM - PÁNEM JEŽÍŠEM KRISTEM?

51. Uvědomuji si, že PRAVÁ RODINA JE VŽDY DUCHOVNÍHO VÝZNAMU A TAKÉ TO, ŽE NÁS SPOJUJE ENERGIE A TO, JAKÝ MÁ KDO VZTAH S BOHEM, URČUJE NAŠI VZÁJEMNOU BLÍZKOST? Uvědomuji si, že i trvalost ve vztazích je závislá na přítomnosti vědomé duchovní Energie v nás a našem kontaktu a spojení s BOHEM? Uvědomuji si, že svazky založené jen na povrchních (či hmotných) záležitostech nemusí být dlouhého trvání, ale že jedině opravdová duchovní spojení mohou mít trvalou hodnotu?

52. Dávám si pozor na to, s kým a s jakými energiemi se spojuji a co si k sobě přitahuji a proč?

53. Uvědomuji si, že na duchovní cestě je důležité správně přemýšlet a snažit se pravdivě chápat a porozumět duchovní PODSTATĚ všeho?

54. Uvědomuji si důležitost mysle a myšlení? Uvědomuji si nutnost myslet Srdcem? Uvědomuji si také, že myšlení jest tvoření?

55. Snažím se neustále duchovně vyvíjet a učit se být stále více a více sám (sama) se sebou, spojen(a) s vlastní duchovní složkou, Individualitou, Já Jsem?

56. Uvědomuji si, že jediné mé vlastní duchovní Srdce a v něm BŮH – JE mým největším, UČITELEM, RÁDCEM, PŘÍTELEM, POMOCNÍKEM A TVŮRCEM mého vlastního a zcela jedinečného Života?

57. Snažím se sdílet s ostatními (a projevovat) své pravé Já Jsem?

58. Snažím se být užitečný v této společnosti způsobem, abych vyjádřil(a) své Srdce skrze konkrétní skutky Lásky?

59. Uvědomuji si, že i sebemenší konkrétní pomoc může mít pro mého bližního velký význam?

60. Vnímám, že třeba i tím, že ukazuji druhým nějaký aspekt vlastní radosti či nějakou činnost, kterou dělám ze srdce, jim mohu pomoci aktivovat jejich srdce?

61. Snažím se (nejen) ve své práci (a společnosti) projevit Ducha také jemným, citlivým způsobem vnímání, pochopení, soucítění?

62. Uvědomuji si důležitost zklidnění duše, kdy dochází ke zvnitřnění a obrácení se do sebe sama, kde může započít vnitřní rozhovor s Duchem – BOHEM? Uvědomuji si, že je třeba tento klid aktivně vyhledávat (a soustředit se na něj) a nenechat se strhávat neustálými vnějšími podněty a tlaky světa mimo sebe sama, ale zachovat si spojení s vlastním Já – Duchem – BOHEM?

63. Uvědomuji si, prožívám, cítím, projevuji, konám a zviditelňuji své vlastní, niterně přirozené duchovní Já Jsem?

64. Uvědomuji si, že tak, jako se PÁN JEŽÍŠ KRISTUS zrodil do zemského znamení Kozoroha, i já se nyní mám znovu-zrodit (a tedy zviditelnit) ve svém nově probuzeném duchovním Jáství - skrze svou vlastní nadělenou novou Jedinečnost a duchovní Individualitu?

65. Uvědomuji si, že nyní není doba stáhnutí se dovnitř a vyčkávání, či upozadování se, ale doba Projevení se?

66. Uvědomuji si, že se nemám bát dát najevo své vnitřní Cítění?

67. Učím se a chápu, že jediné správné přemýšlení či vzdělávání se je to, které mne vede k poznání sebe sama formou meditace, napojování se na nejvyšší Zdroj ŽIVOTA ve mně a vnímání, že má bytost obsahuje hlubší roviny bytí a tedy uvnitř složku, která má vyšší, duchovní rozměr a která je mojí Podstatou?

68. Vnímám, že je zapotřebí (co se týká duchovního poznávání, nauky a cesty) kromě čtení a studia hlavně skrze aktivní meditaci cítit a prožívat niterně (emočně) aspekt Božství?

69. Vnímám, že nestačí jen“ TO“ vědět ale je třeba „TO“ cítit?

70. Uvědomuji si, že kde je ON/ONA (BŮH – BOŽSTVÍ – Jiskra DUCHA) v duši oživen(a), netřeba již slov, ani čtení, studia, nýbrž vědomého soustředění se na aspekt Já Jsem v duchovním Srdci?

71. Vnímám, že největší škola života je (má být) poznání vlastní Božské Jiskry ve mně? A následně: Tam, kde se Jiskra rozhoří, je zapotřebí tento Oheň Lásky (+Poznání), šířit, a sdílet HO/JI... s ostatními?

72. Uvědomuji si (a žiji) svoji opravdovou vnitřní přirozenost, podstatu a to, že mám své zcela jedinečné poslání zde, které souvisí právě s mým zcela jedinečným nadáním, duševními schopnostmi a vlohami, které jsem dostal(a) do vínku?

73. Snažím se díky těmto mým aktivovaným vlohám a nadáním také spolupracovat s ostatními a ukazovat jim nějakým praktickým způsobem, kdo jsem a co mám ke sdílení?

74. Snažím se pracovat na novém vývoji vlastních tvůrčích aktivit, snažím se aktivovat něco nového, tvořivého, co mohu nabídnout také ostatním?

75. Hledám nějaké nové způsoby mého projevu a vyzařování duchovního Srdce nějakým novým konkrétním viditelným způsobem?

76. Ukazuji ostatním vnitřní hloubku své bytosti?

77. Uvědomuješ si, že je nyní třeba v sobě znovu-zrodit vlastní Já Jsem – jedinečný aspekt Krista, který byl určen k tomu, aby se nyní znovu probudil a oživil zase zcela novým způsobem? Mám ve vědomí toto Já Jsem?

78. Cítím, že tento jedinečný aspekt – Ducha – lze nalézt jedinečně uvnitř vlastní bytosti, kde sídlí toto Já Jsem a že Jej lze oživit jen soustředěnou pozorností na Něj?

79. Uvědomuji si vlastní Jedinečnost a tuto duchovní Individualitu a také – úkol, poslání, který je s tímto spojen(o)?

80. Uvědomuji si, že jsem spojen(a) s PÁNEM JEŽÍŠEM KRISTEM?

81. Vnímám, že ON/ONA je mým opravdovým a JEDINÝM PRAVÝM RODIČEM?

82. Prociťuji hluboce to, kdo doopravdy jsem, jaký zde mám úkol a specifické duchovní poslání a snažím se to ve svém životě mít ve vědomí, aktivně naplňovat a uskutečňovat? Snažím se neustále být spojen(a) s duchovní Moudrostí?

83. Vnímám svou jedinečnost, pravou duchovní podstatu a také to, že mé vlastní nadání či schopnosti a vlohy vždy nemusí být v souladu s nadáním či vlohami (a povahami, názory) druhých lidí? Stojím si pevně v Pravdě a následuji vnitřní duchovní Vedení? Jsem sám(sama) sebou?

84. Snažím se druhým pomáhat tím, že budu svůj (svá) a konat ne to, co chtějí druzí, abych konal(a), ale to, co vnitřně cítím, že mám konat? Uvědomuji si, že tím, jaký Já Jsem (ve své duchovní rovině a projevu), mohu být druhým velkou Inspirací, příkladem a tím pádem užitečný(á)?

85. Uvědomuji si, že je nyní ideální čas na hloubkové sebezpytování a vnitřní proměnu?

86. Uvědomuji si, že vnitřní práce a činnost – meditace vyžaduje hluboké soustředění a opravdové naladění se na hloubku nitra, kde sídlí Zdroj Života a nejvyšší Rádce, který nám může nejlépe pomoci? Uvědomuji si, že je třeba si vymezit dostatek času (v mysli) na tuto vnitřní práci se sebou a věnovat se jí co možná nejintenzivněji?

87. Uvědomuji si, že je nyní třeba vyčistit vše nezdravé, co se v mé bytosti a mysli skrývá a že je třeba se hluboce očistit od přebytečných nánosů, myšlenek zvenčí, a také – dbát na zdravý životní styl? Tedy – dělat to, co cítím, že je pro mne správné a vhodné?

88. Uvědomuji si, že bych měl(a) o sebe nyní více pečovat, chránit se a také – myslet na své zdraví? Uvědomuji si svoji „smrtelnost“?

89. Uvědomuji si, že bych měl(a) změnit své staré návyky a zlovyky? A nastolit dodržování vnitřního vlastního pozitivního "řádu", projevit větší pravdivost a Dobrotu, jedinečnost, originalitu svého Bytí?

90. Uvědomuji si, že jsme všichni nějakým způsobem (nejen) na této planetě vzájemně propojeni a můžeme se vzájemně obohatit vlastními individuálními tvořivými procesy a činy?
91. Uvědomuji si svůj vliv na ostatní? Vnímám, že mám velkou odpovědnost a zodpovědnost za to, jak žiji, co konám, a co vyzažuji do svého okolí?
92. Uvědomuji si, jak je důležitý můj správný postoj ke sdílení a také, princip sdílení obecně? Uvědomuji si, že mám nyní možnost více sdílet svůj život s ostatními? Uvědomuji si důležitost přispění a sdílení svých zkušeností a myšlenek s ostatními?
93. Uvědomuji si, že je nyní doba většího sebeprosazení a individuální tvořivosti ve skupině podobně laděných bytostí či přátel?
94. Uvědomuji si, že v konečném důsledku je to vždy duchovní Láska, která nás všechny spojuje, živí, inspiruje, harmonizuje, a „nabádá“ ke Sdílení?
95. Uvědomuji si vlastní duchovní Sílu, Lásku, která chce být nyní více projevena, sdílena?
96. Uvědomuji si také, že BŮH – STVOŘITEL – JE – A TOUŽÍ BÝT mým největším PŘÍTELEM?
97. Uvědomuji si, že u člověka, který jde už roky nějakou „duchovní Cestou“, nestačí jen neustálé čtení, teoretizování, meditace, kontemplace a vnitřní práce s myslí, ale je zapotřebí také zviditelnit nějaký konkrétní viditelný projev Ducha na této hmotné úrovni určitými konkrétními činy? Uvědomuji si, že Duch by měl být také Viděn a nějak projeven?
98. Uvědomuji si, že tím, že žijeme na této planetě, je zapotřebí také konat (samozřejmě v souladu s Duchem) spoustu aktivit, které mají nějaký pozitivní praktický dopad a význam?
99. Rozlišuji, zda jsou mé skutky opravdu vedeny Duchem (BOŽÍ VŮLÍ) ve mně a skrze mě? Vnímám tak, komu (KOMU) sloužím?
100. Konám, tvořím (z Lásky) a tak vyzažuji a zviditelňuji své Srdce? Uvědomuji si, že můj základní „pracovní nástroj“ je mé duchovní Srdce? Uvědomuji si, že tento základní nástroj mohu používat v jakémkoliv zaměstnání a činnosti?

101. Uvědomuji si, prožívám, vyzařuji své duchovní Srdce (Lásku – Tvořivost – duchovní Energii – Radost)? Pokud ne, jsem si vědom(a), že jsem to já, kdo musí aktivovat (hlavně ve své mysli – tím, že budu směřovat svou pozornost) soustředěním se na své duchovní Srdce – Lásku, která pak (znovu-„oživena“) automaticky začne vyvolávat hřejivý pocit v mé hrudi, automaticky začne vyvolávat novou potřebu něco konat, tvořit, žít...!

102. Jsem si vědom(a), že tuto srdeční Radost můžu aktivovat kdykoliv, když se budu soustředit na zářivou Bytost ve své hrudi, která je aspektem Božství, Prvkem, který mi byl do vínku dán, a kterým jsem, Andělem Světla, částí BOŽÍ, Jiskrou, která je zcela jedinečná, originální a cenná!!!?

103. Uvědomuji si, že mám v sobě velkou Sílu, Moc?

104. Uvědomuji si to, že pokud jdu světem a cítím smutek, skleslost, bolest, pocit samoty či mám pocit, že není možné nikde vidět BOHA či aspekty JEHO LÁSKY, že Ho musím sám (sama) v sobě oživit (a překonat vlastní lenivost!) a sám(sama) tak usednout na JEHO „Trůn“ (ve vlastní hrudi) a stát se Jím (Aspektem – Andělem Božím – oživenou Jiskrou - JEHO)? A že teprve pak mohu procítit znovuobnovenou energii, která mi dodá novou Sílu, nádherný pocit vnitřního Spojení, vycházející z JEHO LÁSKY a mé vlastní duchovní Části, v JEDNOTĚ..., a uvědomím si, že mám nyní novou možnost, že jsem nyní dostal(a) nový Dar, novou schopnost něco vytvářet, konat, a také... že mám nyní nové možnosti To Vše nově Sdílet?

105. Vnímám nyní, že Jsem Srdcem? Že Jsem Láskou? Že Jsem Tvůrčí Energií? A také – že mi dává nyní jediný a správný směr Moudrost, obsažená v JEDNOTĚ BOŽÍ TROJEDINOSTI (LÁSKA – MOUDROST – VŮLE) a započiná nyní má nová etapa - nové Konání, dle nové Vůle, která se nyní znovu-aktivovala z mého rozžehnutého Srdce?

106. Vnímám, že vše, co jsem doposud prožil(a), můžu nyní pročistit a přetavit Ohněm Lásky a tak se povznést... očištěn(a), znovu-prozářen(a), k nově „pro-Bůh-Zené“ Energii, Tvořivosti, Sdílení?

107. Uvědomuji si, že tato nově uvědomělá duchovní Síla, Energie (ve mně – ve spojení s mou myslí) neobsahuje žádné, ani ty nejmenší negativní aspekty? Uvědomuji si, že je Ji třeba nyní hlídat a dobře strážit, abych se nenechal(a) „zašpinit“ a znovu ovlivnit všemožnými tlaky světa či jiných, nižších vibrací, které se samozřejmě budou o to více nyní všemožně snažit, aby mne zase stáhly dolů?

108. Jsem dobře ukotven(a) a "zasazen(a)" ve své vnitřní Podstatě, opravdové "Domovině" a duchovní Základně - a vnímám BOHA jako svého nejlepšího a JEDINÉHO RODIČE? Jsem schopn(a) toto emočně - niterně hluboce procítit? Uvědomuji si, že toto je mé jediné trvalé a stabilní Spojení, které je věčné, živé, podstatné, a na něm záleží celý můj ž(Ž)ivot?

109. Pracuji v meditaci na tomto základním propojení (které má být prožito) s touto vnitřní duchovní Základnou ve mně? Cítím vnitřní Radost v meditaci?

110. Uvědomuji si, jaký velký význam v mém životě mají emoce, cítění a prožitky?

111. Přemýšlím nad tím, zda prožívám pozitivní city a emoce a pokud ne, co je příčinou mých negativních pocitů?

112. Uvědomuji si, že podle toho, jaké emoce prožívám, se mění i struktura mého fyzického těla?

113. Uvědomuji si, že dlouhodobě prožívané negativní emoce (mezi něž patří i strach, bolest, utrpení, strádání, užírání se atd...) mohou způsobovat vážné nemoci?

114. Přemýšlím a komunikuji správně tak, abych byl(a) v souladu s vlastní vnitřní Moudrostí, smyslem života a individuální duchovní Cestou?

115. Uvědomuji si, že mám velkou zodpovědnost, co se týká mého slovního vyjadřování a komunikace?

116. Snažím se vyjadřovat tak, abych opravdu skrze mé slovo projevil(a) nějakou hlubší Moudrost?

117. Studuji hlubší duch. principy NEJVYŠŠÍ DUCHOVNÍ MOUDROSTI, která je nám (opravdovým hledačům) neustále nabízena?

118. Snažím se šířit To, co mi bylo vnitřně dáno (duch. Moudrost) a co jsem během svého života načerpal(a) a pochopil(a) svým bližním vlastním jedinečným příkladem, uvědoměním, radou, poučením?

119. Snažím se svůj život žít radostně a lehce? S povznesením sebe sama, s pozitivní tvůrčí silou, která ve mně je a touží se projevit?

120. Snažím se ve svém životě více radovat a dělat to, co mne opravdu baví? To, co bych rád(a) konala v souladu s tím, kde mne vede mé Srdce?

121. Snažím se vnímat, že mé Já má působit nyní nějakým novým tvůrčím způsobem?

122. Snažím se konat tak, abych byl(a) v souladu s vlastní duchovní cestou a způsobem dle vedení vnitřní Moudrosti?

123. Uvědomuji si, že práce či činnost, kterou konám, mi má způsobovat radost (tím pádem se bude přenášet i na druhé) a né utrpení, ale pohodu a klid a né zotročení (jinými), ale dobrý vnitřní pocit a né pocity tíže, slabosti či dokonce ne-moci?

124. Uvědomuji si také, že to, co činím, nemohu dělat způsobem jiných lidí či dle jejich vzoru, či tlaku, ale mám najít vlastní způsob v souladu s možnostmi (i omezeními) svého Ducha, myslí, i těla?

125. Snažím se plnit svůj vlastní a jedinečný úkol na této zemi?

126. Vím, kdo Jsem Já?

127. Uvědomuji si vlastní jedinečnost (Individualitu) a to, že jediné tím, že budu žít vlastní duch. potenciál a aktivovanou niternou Podstatu (Jiskru), pocítím opravdové životní naplnění (což se také projeví pozitivním niterným prožitkem) ?

128. Projevuji ve svých přátelských vztazích či spolcích empatii, vstřícnost a citlivost? Vnímám, že každý jedinec má své vlastní životní poslání a úkoly, které mohou být zcela rozdílné než ty mé a snažím se být k druhým lidem tolerantní, mít pochopení k jejich jinakosti? Snažím se obohatit také i touto jejich „jinakostí a jedinečností“? Snažím se však vždy na ně pohlížet z hloubky svého duch. Srdce (Lásky a Moudrosti) a snažím se v nich také vidět vždy To Dobré, co mají v sobě? Snažím se však také současně být vnímavý(á) ke svým vlastním potřebám a jedinečnosti (neztrácet sám(sama) sebe a sdílet s druhými své vlastní vnitřní obsahy a myšlenky tak, jak mne vede má vlastní Intuice?

129. Snažím se vybírat si především takové přátele, kteří se mnou souzní na hlubších rovinách mé bytosti a mého Bytí (nejen na povrchní rovině vnější)?

130. Snažím se radovat se z kontaktů s lidmi a vážím si všech bytostí, které mi nějakým způsobem přijdou do cesty, protože mi mohou pomoci odhalit i některé mé skryté stránky, které jsem dříve neviděl(a)?

131. Uvědomuji si nutnost být i ve společnostech lidí sám sebou, takový(á), jaký(á) jsem ve svém vnitřním duchovním Vědomí? A ne se jen přizpůsobovat jejich (často jen povrchním) tématům apod., ale zachovat si vnitřní vhled (snažit

se pohlížet za scénu) a nadhled...Uvědomuji si, že i já jsem byl(a) přiveden k některým lidem proto, abych je o něčem „poučil“(a)?

132. Vnímám, že vše (i styky s ostatními) má nějaký hluboký duchovní význam? Přemýšlím nad tím, jaký?

133. Uvědomuji si, že ten nejzákladnější vztah, který mám vytvořit, je vztah s vlastním jedinečným Duchem, základnou a duchovní Podstatou, která se nachází v mém nitru?

134. Uvědomuji si, že jedině takto se mohu lépe spojit s BOHEM – v Jeho Aspektu, Paprsku, který mám zde projevit?

135. Uvědomuji si, že opravdová rodina, domov a mí praví Rodiče nejsou pouze ti v tomto hmotném světě, ale mám také vlastní duchovní Rodinu ve světě duchovním?

136. Uvědomuji si vnitřní povahu opravdových vztahů a sice to, že jsme všichni vlastně bratři a sestry a máme JEDNOHO RODIČE – BOHA?

137. Uvědomuji si, že opravdové (živé) přátelství může být založeno jen na společném Jmenovateli a tím je BŮH, a vnímám, že jedině takto vzniká opravdová duchovní spřízněnost?

138. Dokážu se vnitřně osvobodit od všech nezdravých vazeb, lidí či bytostí, které mi nedopřávají či mi brání v mém svobodném duchovním projevu?

139. Uvědomuji si plně, že je nyní období zaměřit se na to, co je mým opravdovým a hlavním smyslem mého života?

140. Žiji svou vlastní Pravdu?

141. Zabývám se také tím, co je pro mne opravdu to pravé, dobré a podstatné? Anebo se nechávám jen vláčet či dokonce manipulovat světem, hmotou, a jeho pravidly (ale také mnohými názory jen světsky laděných lidí) a podřizuji se jen světu a jeho požadavkům?

142. Uvědomuji si, že by mělo být pro mne prioritní duchovní Poznání, a tedy hledání a poznávání NEJVYŠŠÍ PRAVDY?

143. Vnímám vědomě, že bych měl(a) více zviditelnit hlubší Podstatu svého bytí, tím pádem se s ní více spojovat (+očistit se od nánosů nižších balastů a špíny) projevovat Ji i v tomto hmotném světě?

144. Uplatňuji ve svém životě aspekty produchovňování všeho? Ať už se to týká vlastní duše, skutků, či také těla? Zviditelňuji své Slunce směrem navenek (v tomto světě)?

145. Rozlišuji, nakolik je pro mne opravdu vhodné a prospěšné věnovat se záležitostem hmoty, světa a věcem této povahy tak, abych nezapomínal(a) na svůj pravý vnitřní (a duchovní) potenciál a Podstatu mé bytosti?

146. Uvědomuji si, že bych měl(a) žít tak, abych byl(a) v souladu na všech 4 rovinách (duchovní složka - jádro, duševní složka – mysl, emoční složka – pocity a prožitky, konkrétní zviditelněná složka – projevy ve hmotě)?

147. Vnímám, že to, jak budu nyní vědomě žít a projevovat se, že tím přispívám celé společnosti a světu?

148. Pracuji na tom, aby mé myšlenky byly „přetaveny“ vždy ohněm mého duchovního Srdce (Lásky) a ohněm Moudrosti a projeveny a sdíleny tak ve své čisté, transformované formě novým, pozitivnějším způsobem?

149. Pracuji na tom, abych tyto své hlubší vnitřní myšlenky a hlubší ideje správným a pozitivním způsobem (slovně, písemně či jinak) vyjádřil(a) tak, aby i skrze ně vyzařovala duchovní Lásky a Moudrost? Uvědomuji si, že mé myšlenky mohou působit také jako šípy, kterými mohu někoho bodnout, zranit, ale také - pokud je přetavím do roviny Srdce, pohládit, zahřát a posílit?

150. Uvědomuji si, že „vyřčené slovo má velkou sílu“ a to, že je velmi důležité, jakým způsobem své myšlenky sdílím s ostatními? Uvědomuji si v tomto velkou zodpovědnost?

151. Uvědomuji si, že pokud na sobě už roky vnitřně pracuji a snažím se být lepším člověkem a vnímám život a sebe hlubším způsobem, je třeba, abych se také takto projevoval(a) skrze komunikaci a sdílení s ostatními, abych opravdu a správně mohl(a) „svědčit“ o tom, kdo doopravdy uvnitř Jsem? (Ve smyslu „Po ovoci poznáváme se...“)

152. Uvědomuji si, že bych měl(a) okamžitě zpracovat a povznést nízké způsoby a projevy mé mysli a chování, pokud se stane, že upadnu do nižší osobnosti? Uvědomuji si, že i když vidím a vnímám tlaky, nástrahy a negace světa i lidí, je nejdůležitější vidět toto vše uvnitř mne samého a vyčistit „nízkost a negace“ nejdříve u sebe sama?

153. Uvědomuji si, že jen v čisté nádobě, tedy očištěn(a) od všech vnějších nánosů a nízkostí, se může projevit a rozvíjet můj duchovní aspekt a pozitivita?

154. Osvobozuji se od zastaralých nánosů, pout a lpění, negativních myšlenek, dedukcí, starých a nepotřebných vazeb, některých věcí či „potřeb“?

155. Uvědomuji si, že je třeba opustit staré způsoby myšlení a otevřít se novým myšlenkám, které mohu aktivovat tím, že budu pracovat na transformaci vlastní bytosti pomocí meditace – cesty do nitra a spojením se s vnitřním Zdrojem – mou Základnou - aspektem Ducha ve mně?

156. Uvědomuji si, že význam slova „Svoboda“ je především záležitost mého vnitřního uvědomění a postoje?

157. Uvědomuji si také, že tím, co se ve mně odehrává, co prožívám, procituji a promýšlím, také ovlivňuji ostatní okolo mne (ať už vědomě či nevědomě), a tím si také vytvářím okruh bytostí, kteří budou chtít být v mé přítomnosti?

158. Uvědomuji si, že skrze vlastní transformaci mám větší možnost rozvíjet a používat vnitřní Sílu, která tak může měnit „realitu“ mého života? Uvědomuji si, že mám nyní možnosti změnit svůj život?

159. Uvědomuji si nutnost aspektu změny, a tedy to, že nejdůležitější je žít a projevovat to, co mám v hloubce svého nitra: jádro – aspekt Ducha, tak, abych se projevil(a) zase nějakým novým a lepším způsobem?

160. Chápu správně své vztahy a jejich význam v mém životě? Snažím se lépe porozumět jak svým bližním, tak svému partnerovi či partnerce? Jednám s nimi tím správným způsobem? Chápu lekce, které se skrze ně učím a uvěřuji si, že situace, které s nimi zažívám, mne mají posunout více k vlastní duchovní Podstatě a k hlubšímu poznání vlastního Já?

161. Uvědomuji si, že i skrze partnera či lidi okolo (vztahy) mám možnost se lépe poznat a uvědomit, kdo jsem (a vnímat tak více svoji přirozenost) a kdo už nejsem (pokud hraji jen nějakou roli či se jen přizpůsobuji)?

162. Uvědomuji si, že také skrze harmonizaci, třibení a čištění svých vztahů mám možnost řádně pochopit, vyčistit (a poléčit) i vlastní bytost?

163. Uvědomuji si, že pokud v sobě aktivuji základní vztah – se svým duchovním Zdrojem, a uvědomím si své Jáství, budou se podle toho následně odvíjet i další mé vztahy? Uvědomuji si, že pak mohu také své vztahy (a lidi) léčit, a to Láskou?

164. Dělán opravdu radostnou a smysluplnou práci, která souvztaží s mým jedinečným nadáním, talentem a vlohami? Snažím se dělat takovou práci či konkrétní činnost, která je v souladu s mým nitrem?

165. Cítím, že mé konkrétní činnosti, aktivity a zaměstnání mají hlubší význam a užitek? Rozlišuji mezi tím (aktivitami), které jsou opravdu prospěšné a které nikoliv?

166. Uvědomuji si, že svým jedinečným přispěním jsem součástí většího Celku a mohu tak pomáhat a sloužit nejen svému okolí či společnosti, ale také duchovnímu světu?

167. Snažím se, i když pracuji např. v zaměstnání, které nemusí být až tak v souladu s mou duchovní přirozeností a mnoho věcí musím dělat z „povinnosti“, vkládat či projevovat v něm alespoň nějaký aspekt duchovní Síly a Tvořivosti?

168. Uvědomuji si, že smysl mého života souvisí s aktivitami, vycházejícími z mého duch. Srdce a že jediné tyto aktivity mi mohou způsobovat opravdovou radost?

169. Uvědomuji si, komu (KOMU) sloužím (Sloužím) a pro koho (KOHO) pracuji (Pracuji)?

170. Zviditelňuji svou duchovní podstatu - své duchovní Srdce a duchovní Individualitu?

171. Projevuji se ve své vnitřní přirozenosti takový(á), jak(ý)á doopravdy Já Jsem?

172. Nebojím se ukázat svého Ducha světu?

173. Tvořím ze své Lásky? Uvědomuji si, že Láska je tou nejzákladnější Silou v celém nekonečnu?

174. Projevuji do svého okolí více Lásky? Projevuji Ji nyní zcela jedinečným způsobem tak, abych ukázal(a) své Srdce zase v nějakém novém aspektu Lásky?

175. Uvědomuji si, že ten nejdůležitější vztah je vztah s vlastním duchovním Já, kdy si mám uvědomit vnitřní spojení s Já, pravou duch. základnu a pravou přirozenost mého individuálního a jedinečného nadání, které jsem dostal(a) od BOHA?

176. Uvědomuji si, že opravdové vazby, jak partnerské, tak rodinné se posuzují podle toho, jak je kdo spřízněn se základním životním zdrojem – BOHEM a nakolik si uvědomuje toto nejzákladnější spojení?

177. Pracuji na větším osobním spojení s BOHEM?

178. Projevuji ve vztazích opravdu sebe sama ve své přirozenosti a pozitivním Duchu? Anebo se snažím přizpůsobovat ostatním natolik, že ztrácím vědomí sebe sama (pocit Já Jsem)?

179. Uvědomuji si, že vnitřní duchovní partnerství je to nejceněnější, co mám ve svém životě? A uvědomuji si, že toto duchovní spojení je jediné věčné, trvalé a stálé?

180. Uvědomuji si, že bych měl(a) vnímat a dát vždy svým myšlenkám i v komunikaci vnitřní duchovní hloubku?

181. Jsem naladě(n)a na své nitro a vnímám skrze něj, které myšlenky mají pro mne opravdu smysl a význam a že podle toho se vytváří také i mé následné přemýšlení a komunikace?

182. Vnímám (a naslouchám), že existuje za slovy i řeč, která je daleko podstatnější než vyřčená slova?

183. Jsem otevřen(a) novým vyšším způsobům vnímání a snažím se naslouchat vyšší Pravdě (vnitřnímu Hlasu) ve svém nitru?

184. Jsem ochoten učit se vnímat a poznávat víc a víc vyšší duchovní Moudrost (kterou niterně procítím) a podle toho také utvářet vlastní život?

185. Uvědomuji si, jaké jsou podstatné hodnoty v mém životě? Vnímám, co je skutečně cenné a jedinečné a co bych měl(a) více zdokonalovat a na čem konkrétně pracovat?

186. Cítím vnitřní stabilitu a pevnost, oporu svého vlastního Já Jsem, Ducha ve mně? Uvědomuji si, že tento Duch je tvořivý element a má snahu neustále něco vytvářet?

187. Přemýšlím nad tím, co bych měl(a) lépe konkrétně vytvářet, jak lépe pracovat a vykonávat tvůrčí činnost či být prospěšný(á) ostatním svým vlastním přičiněním?

188. Snažím se projevovat nějakou radostnou práci, či činnost, která bude přinášet pozitivní naladění nejen mi, ale i ostatním?

189. Uvědomuji si, že podle toho, co vytvářím pro ostatní, se stávám také šťastnějším (či naopak)?

190. Prociťuji opravdově a hluboce pocit Já Jsem v mém nitru? Uvědomuji si tak, že Moudrost tohoto Já Jsem mi ukazuje správný směr mé Lásky a tím pádem vytváří snahu něco nového tvořit a konat a také – vyzařovat skrze nástroj – mé tělo – duchovní Sílu?

191. Uvědomuji si ten velký rozdíl, kdy dávám prostor ne-životu ega mezi tím, kdy Žije Já Jsem?

192. Pokud již občas zažívám stavy živého duchovního prožitku a procítění Já Jsem, ale po nějakém čase opět mizí a navracím se do stavu osobnosti či ega, soustředím se ihned, když poznám, že nejsem v prožitku Já Jsem, na aktivaci mého duchovního Srdce – Lásky, stavu Já Jsem Láska, a započnu ihned vědomou aktivní meditaci na znovuzpřítomnění tohoto blaženého stavu Já Jsem? Uvědomuji si, že toto „přepínání“ mezi stavem nižšího já a vyššího Já jsem určuji svojí myslí, pozorností a soustředěním se na to či ono?

193. Uvědomuji si, že pokud svoji pozornost budu směřovat ven, do světa či na problémy vnějšího rázu apod., okamžitě nastává stav, kdy se vědomí Ducha a vnitřní Síly oslabuje a utlumuje?

194. Uvědomuji si, jak je důležité aktivovat a setrvávat ve vlastním prožitku – procítění stavu Já Jsem – Ducha, který vnímám ve své hrudi a který mi způsobuje nevyslovitelnou vnitřní blaženost a radost?

195. Uvědomuji si, že nastává čas pro očistu vlastní bytosti? Uvědomuji si, že je třeba se zbavit všech starých a nepotřebných nánosů (a tlaků ega) a udělat si místo pro uvědomění a větší prosazení vlastního niterného duchovního Já Jsem?

196. Uvědomuji si, že musím nejdříve provést „uzdravení“ sebe sama způsobem, kdy odložím ego a dám prostor vnitřní Podstatě, Jiskře, kterou jsem dostal(a) od BOHA, abych Ji rozžehnul(a)?

197. Uvědomuji si, že je třeba začít na vlastní sebeočistě a tedy uvidět a rozlišit v sobě to, co jsem doposud dělal(a) nesprávně (uvědomit si své chyby a hříchy apod.) a započít (odevzdat se) zaměření se na pravé Já Jsem – skutečný rozvoj vlastního Ducha, ve své jedinečné a aktivní formě, tedy začít opravdově Žít dle vnitřního Vedení?

198. Uvědomuji si, že je čas konečně projevit opravdového Člověka, který Žije dle vnitřního Puzení duchovního Srdce?

199. Uvědomuji si, že vnitřní duchovní Já Jsem je Síla, skrze kterou mohu žít plnohodnotný, radostný a naplněný život?

200. Uvědomuji si, že je nyní důležité více se věnovat meditaci, hlubšímu spojení s vnitřním Já, naladění se na opravdový duchovní Zdroj ve mně a prožívání tohoto božského Já? Uvědomuji si, že jediné skrze toto vnitřní živé spojení mohu vést plnohodnotný život?

201. Uvědomuji si také, že pro správnou meditaci je zapotřebí nejdříve aktivovat vlastní mysl správnou duchovní Moudrostí?

202. Uvědomuji si, že bych měl(a) změnit své myšlení a nazírání na mnohé situace, lidi či jejich činy, takovým způsobem, abych se vždy nejdříve ukotvil(a) ve své hrudi a na vše snažil(a) dívat duchovním Srdcem, chápat duchovním Srdcem a Milovat duchovním Srdcem (ve spojení s Moudrostí)?

203. Uvědomuji si, že ať se okolo mne děje cokoli, mohu procházet vším ve své vnitřní Svobodě, která vychází z té NEJVYŠŠÍ SVOBODY, která je u BOHA a která je přítomna i v Božském aspektu ve mně?

204. Uvědomuji si, že mohu svobodně volit, jak budu pohlížet na vše, a je tedy na mě, jak budu o věcech přemýšlet, zda pod vlivem ega (či ovlivňování ostatních) či vlastního niterného vyššího Já?

205. Uvědomuji si potřebu vnitřních očištných změn, abych se zbavil(a) starých nánosů, které mohou ulpívat na mé duši a tak se osvobodil(a) od nepotřebného a zastaralého?

203. Uvědomuji si, že je nutné nyní uvolnit v sobě větší prostor pro otevření se Zdroji – Jádro – Podstatě a osvobodit se tak od starého způsobu myšlení?

204. Snažím se opravdu žít a zviditelňovat navenek svoji duchovní cestu a to, kým opravdu ve svém jádru Jsem?

205. Snažím se zviditelňovat Ducha ve hmotě? S tím samozřejmě souvisí i správné používání hmoty, uvědomuji si to?

206. Uvědomuji si také, že mám velkou zodpovědnost za to, jak žiji a co navenek prezentuji? Vnímám, že každý můj čin, vycházející z určitých mých myšlenek, způsobuje nějaké konkrétní následky, důsledky a výsledky a na základě toho se bude odvíjet má další budoucnost?

207. Vnímám, že není náhoda, že se JEŽÍŠ KRISTUS zrodil (kol. 7. ledna) do tohoto období zn. Kozoroha, aby přinesl NOVÉ SVĚTLO – SLUNCE – DUCHOVNÍ ASPEKT do tohoto světa?

208. Naslouchám a následuji ve svém životě Hlas vnitřní Moudrosti?

209. Žiji a kráčím opravdu svou vlastní individuální duchovní Cestou? Snažím se také sdílet se svým okolím To Podstatné, co se skrývá uvnitř mé bytosti (Duch)?

210. Uvědomuji si, že nejhodnotnější myšlenky a komunikace mezi lidmi se mají týkat právě sdílení vnitřní duchovní Podstaty?

211. Uvědomuji si, jak je důležité snažit se vidět ve všem Pravdu, tedy snažit se vidět „za scénu“ a hledat vždy Podstatu všeho?

212. Uvědomuji si, že mohu být platným pozitivním článkem společnosti a „Střípkem do Mozaiky stvoření“ jen tehdy, když budu žít a vyjadřovat Pravdu, Ducha, vnitřní Božský aspekt v sobě a ze sebe směrem navenek? Uvědomuji si, že tímto způsobem mohu nejlépe pomoci i svým bližním?

213. Uvědomuji si, že na prvním místě (místo zkoumání, posuzování a „řešení“ všeho možného v okolí a ve světě) mám jít do sebe sama a prozkoumat vše v sobě samém, a snažit se přetransformovat a přetavit Ohněm Lásky, Moudrosti a Pravdy své nitro tak, aby zůstala jen Podstata – Svíce, kterou mám zapálit a nechat Zářit?

214. Jsem opravdu a živě ve vztahu a vnitřní harmonii sám se sebou, se svým Duchem, se svou duchovní Rodinou, a hlavně - se svým zdrojem – BOHEM?

215. Uvědomuji si, že toto spojení musím zaktivovat nejdříve ve své mysli (soustředěným myšlením)?

216. Uvědomuji si, že na této duchovní Základně (vědomí tohoto pevného spojení) stojí můj život a od něho se vše odvíjí vždy a všude správným a pozitivním směrem?

217. Uvědomuji si, že mohu nyní, v této přítomnosti zas a znova vnímat a zlepšovat skrze svoji mysl a myšlenky svůj vztah s BOHEM a následně také s ostatními?

218. Uvědomuji si, nakolik a jak jsem propojen(a) s mnoha různými lidmi, a také i s mnoha různými bytostmi neviditelné sféry? Uvědomuji si tak zodpovědnost svého myšlení a projevu?

219. Uvědomuji si, že mé myšlenky, komunikace, aktivity a činy mohou ovlivňovat tyto lidi a bytosti a na základě toho se potom odvíjejí naše společné vztahy?

220. Tříbím a čistím své myšlenky a snažím se být myšlenkově (a niterně) otevřen(a) hlavně NEJVYŠŠÍMU PROUDU - BOHU?

221. Snažím se zachovávat si pokud možno co nejvyšší vědomou rovinu svého duch. Já ve styku se svými přáteli? Jsem sám (sama) sebou?

222. Snažím se uvědomovat si, projevovat a vyzařovat své vnitřní Slunce (duch. Srdce – Lásku, Tvořivost) jak ve svém partnerském vztahu, tak ve vztazích s ostatními lidmi?

223. Snažím se více vnímat (a působit na) vnitřní Slunce u ostatních (bez posuzování, kritik a pitvání jejich osobních nižších či nezpracovaných povahových složek)?

224. Snažím se si vždy a všude uvědomovat (obzvláště ve styku s druhými), že jsem duchovní láskyplná, pozitivitu si uvědomující, Světlem prozářená bytost a tedy se dívám na ostatní z pozice svého vnitřního Já Jsem (Láska)?

225. Snažím se se neustále povznášet nad běžnou lidskou rovinu vnímání a oprostít se od běžné lidské povahy? Uvědomuji si, že je mým úkolem zapálit vlastní Svíci a šířit její Světlo do okolí?

226. Uvědomuji si, kdo ve svém nitru doopravdy Jsem? Vnímám svoji niternou přirozenost a duchovní podstatu? Projevuji ji? Snažím se ve svém životě prosadit vlastní jedinečnost a originalitu, vycházející z mého nitra, kde si mohu uvědomovat vlastní spojení se Zdrojem – duchovní Základnou – BOHEM? Vnímám tak svoji původní pravou duchovní Rodinu-RODIČE?

227. Uvědomuji si, jak jsou důležité v mém životě emoce? To, jak vše prožívám a cítím? Vnímám, že podle toho se také projevuje má vitalita, zdraví a schopnost něco vykonat? Uvědomuji si, že je třeba rozlišit a vytříbit, jaké emoce v mém životě převažují (zda pozitivní či negativní) a snažit se být v první řadě v souladu s vnitřním Zdrojem, který je základem pozitivní Energie?

228. Uvědomuji si také důležitost projevovaného citu, jemnosti, vstřícnosti, něhy?

229. Uvědomuji si v sobě rozdíl mezi egem a pravou vnitřní Přirozeností Já Jsem?

230. Uvědomuji si, že co se týká duchovní cesty, není důležitá jen aktivace samotné Lásky, ale také Moudrosti (a následné Vůle) a tedy, co se týká nutnosti duchovního studia, je třeba správné nauky.

231. Hledám či studuji tu nejlepší a nejvhodnější duchovní nauku?

232. Uvědomuji si, že BŮH – STVOŘITEL – PRAVDA (PÁN JEŽÍŠ KRISTUS či jak JEJ kdo nazývá) má být především správně poznáván (je třeba se o BOHU učit) a tedy pochopen? Uvědomuji si, že v duchovních záležitostech je velmi nutné jejich správné pochopení? Uvědomuji si vůbec, že duchovní cesta souvisí s duchovním studiem? Uvědomuji si, že je s tím spojeno důkladné tříbení (informací), čištění a rozlišování?

233. Beru na vědomí, že v nynější době, kdy jsou vedeny jisté tlaky na znehodnocení či zničení všech zbytků dobra, které zde ještě jsou, je třeba o to více pracovat (započít myšlenkově) na rozvoji správného duchovního Vědomí, Poznání, VĚDĚNÍ?

234. Uvědomuji si fakt, že i ten každý pekař či holič a pod. se musí několik let poctivě vzdělávat, aby se něco naučil, a teprve pak mohl vykonávat svoji profesi? Vnímám, jak je nutné správné (duchovní) VZDĚLÁNÍ v mém životě? Usiluji o něj?

235. Vnímám, že je nyní nutné velmi rozlišovat mezi všemi mnohými informacemi (které si pustím do vědomí), které se nyní valí na člověka a nutí ho jak ke zbytečné přeinformovanosti, tak ho odvádí od Podstatného? Uvědomuji si, že není opravdu nutné vědět všechno, co se na internetu či ve světových médiích nabízí, ale je nutná především práce s mojí pozorností, abych se zabýval jen tím, co je pro mne opravdu nutné?

236. Vnímám, že jen díky kvalitní duchovní nauce a učení se je možné správně pochopit a rozvíjet duchovní aspekty v mém životě? Uvědomuji si, že jediné díky tomu se mohu dostat a započít správnou životní cestu, která mne povede tím správným směrem?

237. Uvědomuji si, že mám více než dříve rozvíjet nyní nějaké tvořivé aktivity, vycházející z mého Srdce, a více se radovat ze Života? Napojuji se na opravdový ZDROJ Života? Uvědomuji si, že jediné ON (BŮH) je Zdrojem opravdové niterné Síly, Tvořivosti, Radosti a také - zdraví?

238. Uvědomuji si, jak jsou důležité pozitivní emoce, vycházející z aktivované Lásky? Uvědomuji si, že špatnou náladou, napojováním se a vsakováním všemožných negací zvenčí nikomu nepomůžu a navíc, oslabím i sebe sama?

239. Snažím se rozvíjet svůj skutečný niterný tvořivý (pozitivní) potenciál? Dělán to, k čemu jsem nadán(a), určen(a)? Dělán to, co mne doopravdy baví? Jsem v souladu se svým Srdcem? Myslím také na své koníčky a uvědomuji si, jak je důležitý v životě také odpočinek?

240. Uvědomuji si, že skutky Lásky mohou aktivovat a projevovat neustále v různých formách, i tím nejjednodušším způsobem (úsměvem, vstřícností, atd...)?

241. Snažím se vnímat a také prosazovat (žít) to, co je doopravdy správné a tedy moudré? Snažím se nyní více naladovat na procitování Pravdy ve svém nitru, kterou mám možnost více vnímat skrze tichý Hlas skrze svou Intuici?

242. Uvědomuji si, že jsme všichni nějakým způsobem „propojeni“ a tedy svým způsobem žijeme „na jedné lodi“?

243. Uvědomuji si, že otevření mého duchovního Srdce (Lásky) má velkou schopnost působit také skrytým způsobem na mnohé? Snažím se být co nejvíce platným pozitivním článkem v „mozaice stvoření“?

244. Necháávám vyšší duchovní Moudrost působit v sobě a skrze sebe? Vyzařuji Ji do svého okolí? Vnímám, že jen Světlo může rozpustit tmu? Vnímám, že nyní je obzvláště nutné, abych ještě silněji za(roz)pálil(a) svou Svíci?

245. Uvědomuji si, že ať se kolem mne děje cokoli, je to jediné vyšší (duchovní) MOC a SÍLA, kterou mohou skrze spojení s vyšší MOUDROSTÍ (jejímž základem a podstatou je LÁSKA), jediné správně vše řešit? Snažím se tyto základní duchovní atributy projevit i konkrétním praktickým způsobem?

246. Snažím se pochopit, že mám nyní započít myslet jinak, nově a snažit se, abych byl(a) v souladu především se svým niterným Já Jsem? Snažím se více porozumět svému Já Jsem? Chápu, Kdo doopravdy Jsem?

247. Snažím se porozumět také potřebám svých bližních a z pozice Já Jsem jim pomáhat a spolupracovat s nimi?

248. Naslouchám vždy vlastní Intuici?

249. Zviditelňuji ve svém životě nějakou tvořivost, která vychází z hloubky mého nitra - srdce? Dělam nějakou pozitivní činnost, která mi přináší pocit naplnění, radosti a při které se cítím opravdu šťastný(á)?

250. Uvědomuji si, že bych měl rozvíjet a usilovat o to, abych vytvářel(a) a zviditelňoval(a) v tomto světě nějaké pozitivní hodnoty?

251. Uvědomuji si, že se mohu projevit všemi možnými způsoby, které skrze mou jedinečnou osobnost mohu použít, i tím nejjednodušším způsobem (např. úsměvem, vlídností, vstřícností, pochopením...) a tak vykonat „mnoho malých skutků, ale s velkou láskou...“ Uvědomuji si, že základ toho všeho je – otevření vlastního Srdce?

252. Uvědomuji si nyní své vlastní úkoly projevení pozitivního přispění do mé „Knihy Života“? Snažím se do Ní psát (Žít) jen takové skutky, abych se za ně nemusel(a) stydět?

253. Uvědomuji si sílu aktivního žití ve vědomé přítomnosti? Soustředuji se na to, abych to nejlepší udělal(a) právě nyní?

254. Jdu opravdu svou vlastní (duchovní) Cestou? Následuji niterné Volání svého Ducha a nechávám se Jím Vést anebo se nechávám často strhávat vnějšími záležitostmi a informacemi, či energiemi, které mne odvádějí od tohoto významného úkolu a Cesty?

255. Nezabývám se příliš záležitostmi a aktivitami, které nemají z duchovního hlediska žádný (či jen minimální) význam? Uvědomuji si tak, že mám pak daleko více času, abych konal(a) a žil(a) díky nadání mé vlastní Individuality?

256. Uvědomuji si, že to nejdůležitější, co se počítá, není to, jakou jsem dosáhl(a) pracovní pozici či kolik jsem vydělal(a) peněz či jakou „hmotu“ jsem kolem sebe shromáždil(a), apod., ale to, jaký jsem rozvinul(a) vlastní duchovní vývoj?

257. Jsem v souladu a harmonii (kromě svého nitra – se svých Duchem, Podstatou a Základnou, zdrojem) také se svými kořeny, původní rodinou, rodiči a jednám tak, abych správně nacítil(a) a projevil(a) své Já tak, abych vnímal(a), co je správné a podle toho jednal(a)?

258. Projevuji ve vztahu se svojí původní rodinou více empatie, vstřícnosti a snažím se pomoci takovým způsobem, aby bylo pomoheno opravdu z duchovního hlediska?

259. Zachovávám si za každé okolnosti své Bytí ve svém středu - a zůstávám sám (sama) sebou?

260. Uvědomuji si, že je nyní nutno ještě více transformovat a povznést své niterné vnímání a cítění a ještě více se propojit se svým duchovním Zdrojem, než tomu bylo doposud?

261. Jsem schopen (schopna) se (hlavně vnitřně) zastavit i uprostřed různých tlaků světa a úkolů, negativních vibrací zvenčí (často skrze projevené energie ostatních lidí) a ponořit se do svého nitra – Ducha a vnímat a naslouchat vnitřní duchovní Moudrosti? Uvědomuji si, že bych měl dobu setrvání ve svém nitru neustále prodlužovat a snažit se v něm setrávat neustále?

262. Uvědomuji si, že BŮH a splynutí s NÍM je ten nejhlavnější vztah a partnerství, na kterém mám pracovat (vztah duše se svým Duchem, a BOHEM)?

263. Uvědomuji si také důležitost aspektu duch. Sdílení, co se týká mých vztahů s lidmi, tak, abych se snažil sdílet a projevovat svoji duchovní cestu + předávat (a také naslouchat duch. moudrosti ostatních) niternou duchovní moudrost také v kontaktech s ostatními?

264. Pracuji na změně, co se týká mé potřeby svobodně se projevovat, žít a pracovat?

265. Uvědomuji si, že svoboda je důležitý aspekt v mém životě a že mám právo žít tak, abych byl(a) především v niterném souladu se svým Duchem?

266. Vím, že pokud musím v rámci svého působení zde (či zvoleného zaměstnání apod.) dodržovat jistá pravidla a úkoly, které jsem si předsevzal(a), měl(a) bych se snažit i v takových (často omezujících) podmínkách hlavně svobodně myslet, a snažit vnést vlastní originalitu a jedinečnost do všeho, co dělám. Uvědomuji si tak, že i tímto mým „novátorským“ přístupem mohu pak mnohé změnit v podmínkách, které jsou nějak nastaveny?

267. Snažím se nějakým novým způsobem vylepšit svou činnost a tak můj (konkrétní, hmatatelný) život? Uvědomuji si, že základem toho všeho je důkladná vnitřní duševní očista, čištění a rozlišování, co je ještě v mém životě dobré konat a co by se mělo vylepšit či nahradit něčím novým?

268. Uvědomuji si, že to nejdůležitější, co je, je uvědomění si, život a tvořivost mého duchovního Srdce? Uvědomuji si, že bych se měl(a) neustále soustředit na vnímání svého duchovního Srdce-Lásky? Spolupracuje vědomě má mysl s mým Srdcem?

269. Uvědomuji si, že jediná správná filozofie, duchovní cesta či náboženství je ta, kterou chce žít a vyjádřit mé duchovní Srdce?

270. Uvědomuji si, že jedině tím, že dám průchod svému vlastnímu duch. Srdci, vyjádřím zcela jedinečný a originální aspekt Lásky, Paprsek, který nemůže vyjádřit nikdo jiný než já a jedině Láska mého srdce mu může dát správný směr v jeho dalším projevu?

271. Uvědomuji si tuto velkou šanci – projevit na této Zemi - teď a tady – aspekt Boha skrze tento Mnou oživený Paprsek Jeho Lásky skrze moji bytost, individualitu, s použitím vlastních specifických talentů, nadání, tvořivosti a osobního vyzařování a projevu?

272. Dělán opravdu to, co cítím, že je v souladu s mým niterným založením?

273. Uvědomuji si, že mám nyní možnost svobodněji jednat a že mohu započít nějaké nové aktivity, ke kterým mne to vnitřně táhne již nějakou dobu?

274. Uvědomuji si, že mám vnitřní sílu a potenciál k tomu, abych se řádně postavil(a) na svém opravdovém niterném základě (šel(šla) ke své vnitřní Podstatě) a propojil(a) všechny složky své bytosti s niterným duchovním Bytím, Jádrem v sobě samém, a takto, sjednocen(a) se stala aktivní tvůrčí bytostí tak, abych vnesla do života něco zcela nového?

275. Pracuji na očistě a zdokonalení svého myšlení a komunikace?

276. Zabývám se ve své mysli jen tím, co je opravdu důležité a pro můj život podstatné, anebo zahlcuji svoji hlavu informacemi, plynoucími z povrchního myšlení druhých či z přemíry informací v tomto světě a nechávám tak svoji mysl vláčet se ve víru či tlaku okolí a světa?

277. Uvědomuji si, že myšlení = tvoření? Uvědomuji si sílu myšlenky a to, že žiji ve své mysli? Uvědomuji si, že pro mne bude mít realitu to, na co budu soustředit svoji mysl?

278. Uvědomuji si, že jsem tvůrce vlastních myšlenek a mám svobodnou volbu s nimi pracovat?

279. Uvědomuji si, že pokud se ve svém nitru soustředím na vlastní duchovní zdroj – pravé duchovní Já, a spojuji se s ním ve své mysli, současně začínám vše správně chápat, správně všemu rozumět a také správně vše posuzovat, s čímž souvisí také správné vnímání všeho a komunikace. Uvědomuji si, že toto by měla být moje současná nejdůležitější práce?

280. Uvědomuji si, že práce (služba) má být zviditelněná Láska?

281. Jsem věrný(á) svému Srdci?

282. Snažím se pracovat tak, abych nějakým způsobem také projevoval(a) tvořivost vlastního nitra (Srdce)? Snažím se zviditelnit ve hmotě (světě) své srdce (a také produkovat hmotu)?

283. Uvědomuji si, že Láska = Štěstí - Radost?

284. Uvědomuji si své pravé Já, svoji niternou duchovní jedinečnou přirozenost? Snažím se na sobě pracovat a vidět rozdíl mezi působením ega a pravého duchovního Já?

285. Snažím se ve svém životě poznávat a neustále zesilovat své vnitřní Já, snažím se žít tento Božský jedinečný aspekt Ducha, který mi byl BOHEM dán?

286. Uvědomuji si, že jediná správná životní filozofie má být proces hledání a poznávání pravého Já a z toho pramenící Život z Něj? Uvědomuji si, že bez poznání a oživení pravého Já není možný opravdový Život? Uvědomuji si, že nestačí jen čtení duchovních knih, přemýšlení o nich, ale že je nutné právě toto oživení Ducha ve mně (praxe)?

287. Žiji vědomě a zviditelňuji svoji Cestu - vyšší Poznání a duchovní Moudrost, nauku, Pravdu, kterou jsem ve svém životě přijal(a)?

288. Snažím se ve všem vnějším, co se kolem mne děje, vycítovat (a hledat) to, co je „za scénou“ a tedy vnímat to, co je skryté? Snažím se nalézat hlubší příčiny všech dějů či problémů? Uvědomuji si, že vše hmotné vyjadřuje nějaký symbol pro něco, co je skryto a co se týká určité (něčí) filozofie (či pseudofilozofie)?

289. Uvědomuji si, že jedině poznání Pravdy může pomoci pochopit tento svět? Zabývám se tímto hledáním PRAVDY?

290. Uvědomuji si, že je třeba něco změnit ve svém životě, co souvisí s mými volnočasovými aktivitami?

291. Zamýšlím se v tomto období nad tím, že bych měl(a) započít nějaké nové tvůrčí aktivity či rozvinout nové koníčky?

292. Zamýšlím se také (v souvislosti s tímto) nad tím, jaké jsou mé opravdové touhy a přání, a přemýšlím nad tím, co bych chtěl(a) doopravdy dělat?

293. Uvědomuji si, že pokud začnu dělat něco nového, co vychází opravdu z hloubi mého nitra, kde objevím a projevím zcela novou část své duše, můžu nalézt také novou životní radost?

294. Snažím se nezapomínat a projevovat své vnitřní Světlo v tomto světě a fungovat v něm tak, abych zářil(a) a projasňoval(a) hmotu energií Ducha? Nebojím se Sebe-prosadit své vnitřní duchovní Já?

295. Pracuji na vytváření správného vztahu ke hmotě tak, aby hmota sloužila člověku a né aby byl člověk otrokem hmoty? Snažím se využít hmoty a tohoto světa také k tomu, abych z ní (v něm) vytvářel(a) něco krásného, co přinese užitek a radost ostatním?

296. Snažím se fungovat v rámci mnoha omezení či světských nařízení a pod. tak, abych byl v souladu jak s těmito (nutnými a povinnými) nařízeními, tak současně ve své vnitřní svobodě a zachovával si pozitivní mysl i aktivity?

297. Pracuji také na konkrétní a viditelné harmonizaci svých vztahů s ostatními? Respektuji odlišné názory svých bližních?

298. Pracuji na úklidu ve své duši i těle tak, abych (nejdříve uviděl(a)) a odstranil(a) vše nepotřebné a nadbytečné, veškerý balast a nánosy, aby zůstala má duše čistá pro přijetí a hlubší spojení se svým duchovním středem – niterným Já?

299. Zaměřuji se také i na ty opravdu drobné detaily (nánosy či chyby ve svém chování, zlozvyky, různé závislosti apod., přejídání a jiné neřesti) ve své duši, které jsem dříve opomíjel(a) vidět, abych se více na ně nyní soustředil(a) a odstranil(a) je?

300. Uvědomuji si potřebu čistoty, skromnosti a také jedno-DUCH-osti ve svém životě a také to, že je třeba se zbavit mnohých nesprávných chápání, co se týče různých pseudo-duchovních nauk a filozofií apod. a soustředit se na hledání a poznávání JEDNÉ JEDINÉ PRAVDY – ZDROJE-BOHA?

301. Pracuji na vnitřní transformaci sebe sama, jdu do jádra vlastní bytosti? Vidím své chyby? Anebo se jen soustředím na vše, co je kolem mne a hledám chyby v ostatních?

302. Snažím se rozžehnout vlastní vnitřní Oheň Lásky?
303. Snažím se procítovat a projevovat pozitivní emoce? Nechávám Zdroj z mého nitra sálat svoji Lásku?
304. Vnímám, zda má vlastní tvořivost vychází opravdu z hloubi mého nitra anebo se snažím dělat to, co mi diktují ostatní (či se snažím jim podobat)?
305. Uvědomuji si, že mám nyní možnost tvořit tak, abych projevil nějakou novou tvůrčí aktivitu zcela jinak, než to dělají ostatní? Naslouchám vnitřnímu Vedení, projevuji a rozvíjím své Srdce?
306. Soustředuji svou pozornost do svého nitra ? Spojuji se s energií BYTÍ ?
307. Jdu ve svém životě správným směrem?
308. Zviditelňuji ve svém životě To, co je ve mně opravdu Živé a uvědomuji si, že Duch se chce nyní více projevit i navenek?
309. Provádím pravidelně (neustále) jak vnitřní očistu (nitra, duše, mysli), tak i vnější očistu (svého těla)? Žiji zdravým životním stylem tak, jak mi radí mé vnitřní Já na rozdíl od ega a těla?
310. Soustředuji mysl na aktivaci svého duchovního Srdce?
311. Snažím se rozvinout žár Lásky duchovního Slunce tím, že udržuji svoji duševní pozornost na zářivou Bytost ve vlastním nitru?
312. Plním a žiji duchovní Vůli To, co mi říká mé duchovní Srdce – část BOŽSTVÍ ve mně?
313. Uvědomuji si, že mi může pomoci i myšlenková představa Duchovní Bytosti, se kterou se spojuji a kterou procítuji uvnitř sebe sama?
314. Uvědomuji si, co je to prožitek JÁ JSEM Já?
315. Snažím se správně pochopit, co mi říká vnitřní Hlas, mé opravdové duchovní Já (niterná Podstata)? Komunikuji s Ním a procítuji Ho?
316. Přemýšlím nad tím, jak lépe působit ve vztazích s ostatními tak, abych projev(a) sám(a) sebe co nejpozitivnějším způsobem?
317. Uvědomuji si, že je třeba zaujmout správný postoj ke všemu, co se nyní kolem mne děje, snažit se být co nejvíce zakotven(a) ve své niterné Základně a také – sdílet jen To opravdu Podstatné?

318. Vnímám, že v mém životě je již třeba něco podstatného změnit? Uvědomuji si a vnitřně prožívám, že začíná (či má se zrodit) něco nového v mém nitru? Jsem otevřen(a) tomuto novému „začátku“ v mém životě?

319. Uvědomuji si, jak je v nynější době důležitá komunikace, ať se to týká vztahů mezi partnery, ostatními lidmi či vlastním nitrem (komunikace s vyšším Já, BOHEM)?

320. Pracuji na vylepšení vlastního myšlenkového i mluveného projevu?

321. Uvědomuji si, že špatně zvoleným slovem mohu někomu velmi ublížit, aniž si to uvědomuji, ale také, že správným slovem mohu někomu velmi pomoci? Uvědomuji si, že mám zcela jedinečný dar (či úkol) – někomu pomoci svým Slovem, obzvláště, pokud je vysloveno z hloubi vlastního nitra?

322. Uvědomuji si, že tato doba přináší možnost učení se novými způsoby, kdy dochází k novým uvědoměním a chápáním, které mohou náš život změnit a obrátit úplně jiným směrem? Uvědomuji si, že tato doba může mít velmi očistný charakter, související s přehodnocením dosavadních aktivit, souvisejících se změnami, které také vedou a vybízí mysl, aby se obrátila daleko hlouběji a spojila se s vnitřním Já Jsem?

323. Uvědomuji si, že Já Jsem tvořitelem mého života? Vnímám, že myšlení = tvoření?

324. Snažím projevovat v této době také více pochopení, laskavosti? Mám pro druhé mírné, hřejivé, podpůrné a optimistické slovo, vycházející z Lásky svého nitra?

325. Uvědomuji si, že právě v této době si mám zase o něco více uvědomovat a také zviditelňovat, kdo doopravdy jsem?

326. Vnímám svoji jedinečnost a Individualitu – Jiskru (a Energii) Boží, která mi byla nadělena k tomu, aby byla více uvědoměna a projevena nějakým konkrétním způsobem?

327. Uvědomuji si (a transformuji) také své opravdové životní priority, a také to, zda žiji, tvořím a pracuji v souladu se svým vnitřním Já Jsem?

328. Konám ve smyslu Láska = zviditelněná práce takovým způsobem, abych vyzařoval klid a radost ze svého nitra?

329. Jsem si vědom(a) a působím na základě vlastního individuálního vnímání vnitřní duch. Moudrosti a jednám dle Vedení Ducha (naslouchám Intuici)?

330. Projevuji ve vztazích s lidmi aspekt vnitřní Moudrosti (vyšší Vůli)? Uvědomuji si, že s tímto projevem souvisí jistá síla vůle, odvaha a nebojácnost?

331. Jsem pevný(á), silný(á) sám(a) v Sobě? Není zde myšleno ego, ale vyšší, niterné Já Jsem. Prociťuji silně toto Já Jsem?

332. Uvědomuji si potřebu změny svého myšlení, abych žil(a) více v souladu s vnitřní duch. Moudrostí, která se nachází v mém nitru? Vnímám, že je nyní vhodné období pro nějakou změnu v mém životě, abych mohl(a) život prožívat pozitivnějším způsobem? Snažím se poznávat a rozvíjet nové aspekty, vycházející z jádra mé bytosti?

333. Spolupracuje má duše (mysl) se svým (Božským) Duchem na vědomé úrovni?

334. Zviditelňuji a projevuji také nějakým konkrétním způsobem svoji vlastní jedinečnost a Individualitu tak, abych vnesl do tohoto světa aspekt duchovního Slunce, které ve mně sálá? Snažím se tímto vlastním Paprskem působit také v kooperaci s ostatními lidmi?

335. Uvědomuji si, že přestože jsem Individualita, jsme všichni propojeni a tvoříme nějaký celek, do kterého mohu přispívat a působit tak na skupinu dalších bytostí?

336. Uvědomuji si, že je třeba šířit vlastní Světlo, které jsem v sobě probudil(a) a oživil(a) způsobem a "předáváním" dále... také s pomocí ostatních bytostí?

337. Usiluji o POZNÁNÍ NEJVYŠŠÍ PRAVDY?

338. Pracuji intenzivně na budování vlastní duchovní základny, která stojí jedinečně na základech, vycházejících z vnitřní BOŽÍ PODSTATY ve mně?

339. Uvědomuji si, že nejvyšší možná „kariéra“ na tomto světě je (zcela jedinečný a neopakovatelný) můj individuální život dle BOŽÍHO VEDENÍ, a tedy vytvoření souladu s BOHEM (NEJVYŠŠÍ DUCHOVNÍ LÁSKOU, MOUDROSTÍ A VŮLÍ), s čímž souvisí poznání, KDO JE BŮH a také poznání JEHO PŘÍTOMNOSTI ve mně?

340. Prožívám ve svém životě opravdu pozitivní emoce? Cítím se dobře? Pokud ne, přemýšlím nad tím, proč tomu tak je? Chápu, že zdroj pozitivních emocí je Oheň (Duch) v mém nitru?

341. Jsem v souladu (spojení) se svým nitrem (Duchovní Individualitou) ? Žiji dle Ní? Jsem sám(sama) sebou a jdu radostně svojí jedinečnou cestou? Dávám průchod zářivé Bytosti, která dlí v mém nitru, aby se projevila také skrze emoce?

342. Uvědomuji si, jak je důležité nyní pracovat na harmonizaci svých vztahů s okolím?

343. Vnímám, že je nyní třeba snažit se napravit veškeré nesrovnanosti, týkající se vztahů, a taktéž je třeba zabývat se tématy s tím souvisejícími: odpuštění, rozpuštění (starých křivd apod.)? Projevují aspekty milosrdenství, pochopení, empatie, vstřícnosti?

344. Vnímám, že je však nutné nejdříve si vše vyčistit a vyharmonizovat v sobě samém a z pozice Klidu, Míru, nadhledu a Lásky (spojení s vlastním, duchovním Já) přistupovat pak i k ostatním?

345. Vnímám, že harmonizace není o tom, abych druhým „na vše kýval(a)“ a s nimi se vším souhlasil(a), ale o tom, abych zůstal(a) sám(a) v Sobě, ve svém Středu a jen z této pozice chápal(a), vyslechnul(a), soucít(a), přijal(a) druhé takové, jací jsou, bez posuzování či odsuzování, bez potřeby (z ega) radit či poučovat, což často svádí k myšlence: „vím vše lépe než ty“, ale abych se také já obohatil(a) něčím, co mi bývá často řečeno „mezi řádky“ skrze druhé jako poselství pro mne?

346. Projevují aspekt pravé Pokory, Odevzdání se BOHU a trpělivě a soucitně působím i ve svém okolí?

347. Uvědomuji si, že je třeba nyní více zapracovat na ujasnění si záležitostí práce a služby společnosti a na tom, zda jsem v souladu s vedením svého nitra, abych věděl(a), co (a jakým způsobem) mám opravdu pro tuto společnost a svět konat?

348. Snažím se (i přes mnohdy náročné podmínky v práci a v životě) zviditelnit Sílu Ducha a projevit pozitivní emoce? Anebo se často (jako to rádi dělají ostatní) nechávám zatáhnout do různých nízkých spleťtých tahanic, problémů, sporů a kritik a přizvukuji?

349. Přestože vnímám negace tohoto světa a různé tlaky a problémy, zachovávám si vnitřní nadhled a snažím se nic a nikoho neposuzovat, nesoudit? Snažím se pohlížet spíše za scénu (a jít k jádru věci, řešit podstatu problému) a ne jen sledovat scénu? Uvědomuji si, že v každém zaměstnání či činnosti mohu (mám) projevit vnitřní duchovní aspekt?

350. Zaměřuji se nyní na své duchovní Srdce? Jsem ve svém Středu? Prožívám blažený, radostný stav Lásky svého Srdce? Jsem nyní opravdu Milující?

351. Cítím Živost vlastního Ducha – své Jáství – aspekt individuálního BOŽÍHO Paprsku? Cítím v tomto Spojení ve své hrudi Teplo a uvědomuji si toto krásné Vyzařování?

352. Uvědomuji si, že v tomto povzneseném Stavu mohu vytvořit a vykonat mnoho Dobrého a také, že vše, co v tomto Stavu učiním či vytvořím, bude požehnáno a na všem, co učiním, či vytvořím, bude patrný otisk Ducha a Jeho Energie?

353. Jsem v souladu Ducha se svou osobností a vnitřním založením, přirozeností a vybavením (dary a talenty), které mi bylo dány do vínku? Medituji nad tím?

354. Jsem opravdu sám(sama) sebou?

355. Žiji svůj vlastní život tak, abych cítil(a) opravdové vnitřní naplnění, pozitivní emoce, štěstí a radost? Konám takové skutky a činnosti, které jsou v souladu s vnitřním založením mé bytosti?

356. Pokud zažívám něco nepříjemného, sebezpytuji a ptám se ve svém nitru, co je příčinou těchto negativních emočních stavů?

357. Uvědomuji si, že největším přínosem celé společnosti a všem jsem právě tehdy, když jsem aktivní ze svého niterného Já Jsem (Individualitu) v souladu s jedinečnými projevy své osobnosti?

358. Pracuji na zlepšení své vnitřní komunikace (mysl-duše - Duch) a následně i vnější komunikace s ostatními lidmi? Snažím se sdílet ve své komunikaci s ostatními pouze ty myšlenky, které vycházejí z hloubi mého nitra – pravého Já?

359. Uvědomuji si nutnost zodpovědně komunikovat (dobře zvážit opravdu každé slovo, které navenek projevím)? Uvědomuji si, že i když ostatní lidé mají své vlastní myšlení a chápání, které nemusí být v souladu s mým, mohu si právě skrze tyto myšlenkové rozdíly ještě více uvědomit, kdo jsem já a jakou cestou

jdu a tak se ještě více upevnit sám(a) v sobě, ve svém Já a nebát se vyjádřit také své niterné názory, i když nemusí být druhými přijatý?

360. Snažím se při debatách s lidmi vnímat především vlastní vnitřní Hlas a také jen z této Pozice (Ducha) naslouchat lidem? Jsem věrný(á) Aspektu Božského Hlasu ve mně, anebo jen hltám a nechávám se ovlivnit vším, co přichází zvenčí ke mně (od lidí, či z tisku, veřejnosti, TV apod.)?

361. Uvědomuji si, že jedinou pevnost, klid, oporu, spočinutí a mír naleznu v hloubi svého nitra, kde dlí ZDROJ, NEJVYŠŠÍ OPORA A LÁSKA - BŮH, který skrze SVŮJ jedinečný Aspekt, který mi dal do vínku (a který se nachází v mém nitru), je se mnou neustále zajedno?

362. Snažím se pracovat na tom, abych byl/a v neustálém vědomém vztahu a spojení s Aspektem a ZDROJEM PRAVÉHO ŽIVOTA? Uvědomuji si, že jediné toto "spočinutí" (či co nejčastější, nejlépe neustálé zastavení se) a meditace v hloubi mého nitra (a vnitřní Spojení) mi dává sílu a inspiruje mne k těm správným skutkům, aktivitám, tvořivosti a veškerým činnostem v mém životě?

363. Jsem ve svém Srdci? Jsem sjednocen/a se svým Srdcem? Jsem tvořivý/á ze svého Srdce? Miluji ze svého Srdce? Vyzařuji/dávám ze svého Srdce?

364. Žiji v souladu se svým niterným Já Jsem? Učím se vnímat a vím, kdo vlastně Já Jsem? Poznávám a Žiji své pravé Já Jsem?

365. Uznávám, že žiji ve společnosti ostatních bytostí, které mají právo na vlastní život a tedy: učím se spolužít s druhými v rámci tolerance, ale současně se nebojím vyjádřit sebe sama?

366. Snažím se ve svých vztazích a v kontaktu s ostatními lidmi jednat opravdu jen dle vnitřního citění a Vedení (vnímání niterné Moudrosti)? Následuji Hlas duchovní Moudrosti, který mě vybízí, abych jednal(a) tím či oním způsobem? Anebo se nechávám druhými „zotročovat“ a plním jen jejich vůli, představy a očekávání?

367. Rozlišuji, dle vnitřního intuitivního citění, které vztahy jsou pro mne opravdu důležité a které nikoliv? Snažím se dělat si pořádek jak ve svých vztazích, tak také ve svém nitru a vnímání?

368. Naslouchám opravdové vnitřní Moudrosti svého nitra? Prožívám díky tomu pozitivní a radostné emoce?

369. Naslouchám a spolupracuji se svým Srdcem? Uvědomuji si, že mám právo na změnu a tedy se mohu vždy svobodně rozhodnout a jednat dle vedení svého Srdce?

370. Uvědomuji si, že jediné má vnitřní Základna (a spolupráce myslí se Srdcem) je To, na čem mohu opravdu stavět, budovat a rozvíjet svůj další život? Uvědomuji si, že tento život je zcela jedinečný a tudíž nemusí být v souladu s představami ostatních lidí? Uvědomuji si, že právě v odlišnosti od ostatních, vnímání a žití své jedinečné Individuality je moje opravdová síla?

371. Snažím se opravdu dávat najevo své nejnaternější pocity a myšlenky, které vycházejí z živého jádra mé bytosti a tak vnést do tohoto světa pouze své pozitivní obsahy?

372. Uvědomuji si, že před tím, než zviditelním (pozitivní) obsahy svého nejhlubšího nitra, je třeba si vyčistit své emoce a mysl od vnějšího neřádu (negativních myšlenek a jiných nánosů zvenčí) správným porozuměním věcí a jevů a správnou meditací, která vede ke spojení a procítění vnitřního Zdroje?

373. Uvědomuji si, že žiji jediné skrze Zdroj Života v mém nitru, který Jediný mne správně Vede, Zahřívá a Inspiruje neustále v mém životě; který, ač vnímá tlaky vnějšího světa a jeho nástrahy, přesto Je zde a čeká na mé uvědomění a procítění? Anebo jsem jen otevřen vnějšímu světu a jeho diktátům ze všech stran, lidem okolo a zabývám se hlavně přemýšlením nad vnějšími věcmi, lidmi a šířím o nich zkreslené a nepravdivé informace?

374. Uvědomuji si, že každá projevená věc v mém okolí a světě (ať už je to hmota či událost) má hluboký vnitřní význam, který je mi (ve většině případů) skryt a tudíž nemohu posuzovat nic a nikoho?

375. Uvědomuji si, že v dnešním světě, kdy má také slovo velkou sílu, je třeba se snažit více projevit vnitřní energii – Sílu, která se ukrývá v mém nitru a tu pak vložit také do slov, pokud je třeba?

376. Jsem opravdu napojen(a) na hlubokou Moudrost v mém nitru, která udává správný směr mého života? Snažím se nalad'ovat, vycit'ovat a emočně prožívat tuto Moudrost? Komunikuji s duchovní Moudrostí v sobě samém? Snažím se porozumět tomu, co mi sděluje? Vnímám, že tento vnitřní rozhovor je zcela intimní a jedinečný prožitek, skrze který si mohu uvědomit, že mám možnost projevit zcela individuální duchovní Aspekt Života, který chce být skrze mne vyjádřen?

Nezanedbávám tento vnitřní Hlas v mém nitru ustavičným zaměřováním své mysli na vnější věci a děje?

377. Uvědomuji si, že to, jaké prožívám emoce, má vliv na ostatní bytosti okolo mne? Vnímám tak, že pokud cítím nějakou negativní emoci, vytvářím kolem sebe taktéž negativní atmosféru, kterou druzí vnímají?

378. Uvědomuji si, že je třeba se zabývat svými emocemi a snažit se negativním emocím (pokud je v sobě objevím či je procit'uji) předcházet správným pozitivním myšlením?

379. Pracuji na tom, abych byl(a) v neustálém niterném spojení a prožíval(a) (procit'oval(a)) naplno Lásku-Srdce? Snažím se s ostatními sdílet své Srdce (Lásku) a také svoji tvořivost, vycházející ze Srdce?

380. Uvědomuji si, že skrze meditaci + vnitřní práci na sobě, vše, co souvisí s uvědoměním a vyzařováním Ducha je radostná činnost, které je plná pozitivních Emocí?

381. Uvědomuji si, že jsem součástí „společenství“ určitých bytostí, se kterými jsem „propojen(a)“ proto, abych se vyvíjel(a) a také, abych poznal(a) lépe sám sebe?

382. Uvědomuji si, že skrze vnímání jinakosti druhých mám možnost si uvědomit a lépe projevít vlastní jedinečnou kvalitu a individualitu? Chápu, že k rozvoji vlastní jedinečnosti často slouží také vztahy s ostatními?

383. Snažím se ve vztazích s lidmi o správné Sebe-prosazení a sdílím s nimi pozitivní kvalitu vnitřního Já? Dávám také prostor Sebe-vyjádření ostatním a snažím se od nich také o-Boha-tit?

384. Zamýšlím se nad svými skutky, prací, službou pro bližní?

385. Rozlišuji, co je a co není opravdu správné činit (snažím se nalad'ovat více na vnitřní Podstatu a duchovní Moudrost) a konám tak, abych byl(a) v souladu se svou vnitřní duchovní Přirozeností a Pravdou?

386. Přemýšlím také o své pracovní pozici v zaměstnání a o tom, jak bych mohl(a) být lépe prospěšný(á) a užitečnější společnosti tak, abych do ní opravdu vnášel(a) kus ze svého pravého (pozitivního) niterného Já? Nezapomínám při svých pracovních aktivitách, plnění úkolů a „požadavků světa“ také na „požadavky“ svého vnitřního Zdroje, duchovního Já, které zde má také své Poslání, Život, který je třeba naplnit?

Nezanedbávám tak Život vlastního duchovního Já? Uvědomuji si, že přítomnost a rozvoj, konkrétní projev niterného a zcela jedinečného duchovního aspektu - Paprsku, který mi byl BOHEM dán, je to nejdůležitější, čím bych se měl(a) zabývat?

387. Uvědomuji si, že je ve mně přítomna Láska – schopnost Milovat? Pracuji na tom, abych zviditelňoval(a) Lásku - své srdce? Uvědomuji si vůbec, co je to opravdová Láska? Uvědomuji si, že bez poznání NEJVYŠŠÍHO ZDROJE Lásky – BOHA – nemohu opravdově Milovat? Uvědomuji si rozdíly mezi lidskou (osobní) a Božskou (neosobní) Láskou?

388. Dovedu milovat opravdu "Bezpodmínečně"?

389. Jsem ve spojení s nejniternější hloubkou svého nitra a procit'uji jeho Živou Přítomnost a uvědomuji si tak své vlastní Já jsem Já (živoucí Jiskru, která mi byla nadělena BOHEM)?

390. Vnímám své nitro (a vědomí Já Jsem Já) opravdu vždy a všude?

391. Uvědomuji si rozdíly mezi egem a pravým Já Jsem Já (niternou duchovní Individualitou – vlastním Paprskem)?

392. Uvědomuji si obzvláště v této době potřebu nebát se a odvážně vyjádřit Toho/Tu, Kdo ve mém nitru doopravdy Jsem?

393. Jsem si vědom(a), že v dnešní době musím opravdu neustále překonávat negativní tlaky zvenčí a tlaky ega vědomou prací na sobě tak, že si budu neustále uvědomovat vnitřní duchovní Podstatu a Individualitu, své spojení s BOHEM, jedině díky němuž mohu projevit jedinečný aspekt opravdového Života na této Zemi?

394. Přemýšlím správně nad svým životem? Snažím se děje, vztahy s lidmi a věci pochopit pravdivým způsobem, to znamená: nahlížím na vše s pomocí své niterné Intuice, ve vnitřním zklidnění a spojení s nejvyšším Zdrojem uvnitř sebe sama?

395. Dělán si pořádek ve své mysli (třídím správně veškeré informace, které ke mně přicházejí)? Nezahlcuji svoji mysl nepodstatnými informacemi? Uvědomuji si tak, že pro mne opravdu není nutné "všechno vědět" (a také sdílet), co se kde napíše či řekne (povrchní informace), ale i když žijeme v době zvýšených možností komunikace a šíření (skrže technické vymoženosti, internet), je

nejdůležitější se zabývat hlavně tím, co mi opravdu poslouží ke zlepšení duševní a duchovní roviny mého vlastního bytí?

396. Vyzažuji pak ze sebe (energeticky i slovně) jen výsledky mého pročištěného myšlení a skrze duši (mající vztah se Zdrojem) také Hlas vlastního niterného Ducha?

397. Uvědomuji si, že co se týká duch. cesty či filozofie a mého vyššího smyslu života, je neustále pro mne připraveno nějaké nové pochopení a vnímání LÁSKY + MOUDROSTI – BOHA?

398. Jsem otevřený(á) novému Aspektu BOŽÍ PŘÍTOMNOSTI, který kromě toho, že chce být nově pochopen a přijat, chce být také skrze mne nově vyjádřen? Přemýšlím, jak bych mohl(a) dát více do souladu svoji životní filozofii (či duch. cestu, nauku) s praktickými činy tak, abych projevil(a) své Srdce novým, konkrétnějším způsobem?

399. Přemýšlím nad tím, zda se neprojevuje nějaký dogmatismus (či „zajaté koleje“) na mé cestě životem a jsem si vědom(a), že je třeba se posunout dále, přijmout nové Aspekty duchovní PRAVDY a projevit je skrze své otevřené duchovní Srdce?

400. Uvědomuji si, že největší hodnota, kterou mám, je mé vlastní niterné vyšší Já (jakožto nadělený jedinečný Paprsek od Boha)? Uvědomuji si, že právě skrze toto oživené vyšší Já mohu konat skutky Dobra a tak být BOŽÍM Nástrojem na této Zemi?

401. Pracuji na tom, abych viditelně projevoval(a) vnitřní kvalitu svého přirozeného a opravdového Já - duchovní Individualitu nějakým konkrétním způsobem (skutkem)? Uvědomuji si, jak je důležité v této době být BOHU nápomocen(a) při rozšiřování Lásky, Moudrosti a Vůle?

402. Uvědomuji si, že v konečném důsledku je mým NEJVYŠŠÍM "ZAMĚSTNAVATELEM" samotný STVOŘITEL a tedy spolupráce s NÍM by měla být pro mne na 1. místě? Pracuji tak na *"hledání Království Božího v sobě samém (a důvěřuji, že vše ostatní mi bude přidáno)"*?

403. Uvědomuji si, že práce na sobě samém (abych neustále oživoval(a) vlastní Boží Jiskru) by měla být tou nejhlavnější činností v mého životě?

404. Hlavní myšlenkou této meditace je očista. Pracuji na očistě sebe sama?

405. Mám se rád(a)?

406. Uvědomuji si, že abych mohl(a) správně „fungovat“, musím být nejdříve „já sám(sama) v pohodě a síle? Jsem sám(a) sebou ?! nebo stále hraji role vyžadované okolím?!!!

407. Uvědomuji si, že musím některé své vnitřní postoje změnit, abych se posunul(a) ve svém vývoji na vyšší rovinu?

408. Pracuji s myslí (nutím mysl přemýšlet novým, lepším způsobem) tak, abych naslouchal(a) a silněji procíťoval(a) hluboko ve svém středu vnitřní Moudrost (Hlas Ducha)? Uvědomuji si tím vlastní jedinečnost a originalitu Ducha a s tím související specifické Poslání (vycházející z vnitřního Nadání - jedinečného Daru-Paprsku Boha), které je zcela odlišné od poslání jiných lidí? Nebojím se být Tím (Tou), kterým, (kterou) jsem skutečně hluboko ve svém nitru?

409. Uvědomuji si, jak je důležité pracovat na tom, abych ve svém (i profesním) životě aktivoval(a) a zažíval(a) pozitivní emoce? Snažím se tomu také přizpůsobit svůj životní styl, zaměstnání, práci tak, že vnímám, že štěstí, dobrá nálada a opravdová radost nesouvisí s penězi ani s budováním kariéry, ale s tím, zda vytvářím bohatý a tvořivý život ze svého Srdce a také s tím, jakou dělám užitečnou činnost, vedenou svým Srdcem?

410. Vnímám, že i když jsem „nucen(a)“ vykonávat určitá zaměstnání (z důvodu „přežití“ na této Zemi) a musím se finančně postarat o živobytí, přesto mám mít neustále na paměti, že pokud má práce či jakákoli tvořivost bude vycházet především z mého nitra – Srdce, bude můj život daleko radostnější, než když se budu zabývat pouze takovými aktivitami, za které dostanu peníze?

411. Snažím se také – kromě zodpovědné práce (v zaměstnání) pro svět – pracovat na tom, abych i do těchto nutných (často omezujících) pracovních podmínek vnesl(a) něco pozitivního ze svého Srdce? Uvědomuji si tak, že opravdová „kariéra“ mého života má spočívat v tom, abych dal(a) najevo pozitivní energii z hloubky svého nitra?

412. Uvědomuji si nutnost neustálého znovuzrozování ve svém opravdovém Já tak, abych byl(a) v souladu s nejvyšší duchovní naukou, kterou mám od BOHA? Uvědomuji si důležitost svého vztahu s BOHEM a toho, jakým způsobem projevují svým životem JEHO individuální Aspekt?

413. Jsem si vědom(a) toho, že jsem odpovědný(a) a zodpovědný(á) za všechny své myšlenky, pocity a činy a že jednou z nich budu skládat své účty? Jsem si také vědom(a) toho, že pokud již nějakou dobu studuji a snažím se žít dle nějaké duchovní nauky (a tedy mám informace o tom, jak správně žít), budu zcela jinak posuzován než ostatní lidé, kteří tyto informace nemají?

414. Snažím se projevovat a Žít vlastní individuální duchovní Paprsek (vědomé Já) také tak, abych se stal(a) inspirátorem pro ostatní lidi?

415. Přemýšlím nad hlubším smyslem svého života?

416. Snažím se přemýšlet nad svými touhami a přáními a rozlišovat je, zda vycházejí z ega či je to „nutkání“ z pravé pozitivní vnitřní bytosti?

417. Uvědomuji si, že bych se měl(a) více soustředit, abych uskutečnil(a) své pravé životní poslání na této Zemi (či jeho další, novou část), které mohu zviditelnit jedine tím, že vstoupím do hloubky svého nitra a spojím se se svým niterným Zdrojem – živoucím Jádrem, které mi ukáže správný směr mého dalšího působení?

418. Vnímám, že jedine v hloubce svého nitra mohu procítit své pravé Já a uvědomit si tak také své opravdové touhy (Ducha), dle kterých mohu zaktivovat nějaký nový konkrétní směr - novou životní cestu?

419. Snažím se procit'ovat, že ta nejdobrodružnější cesta mého života je cesta dovnitř, k mému Já a posléze cesta (již ve společném spojení duše a Ducha) dle vnitřního Vedení?

420. Vnímám také, že BŮH má pro mne nyní připraveno své nové speciální Sdělení-Zjevení, které na mne čeká v mém nitru? Uvědomuji si, že BŮH touží po tom, abych k NĚMU přišel(la) a skrze hlubokou koncentraci se s NÍM spojil(a) a vnímal(a) JEHO NOVÉ POSELSTVÍ, které mne vybízí k nové životní Cestě?

421. Navazuji vztah se svým duchovním Srdcem? Jsem s Ním (skrze svoji duši) v harmonii? Vnímám, že tento vztah je (měl by být) mojí největší radostí?

422. Uvědomuji si také, že v rámci mých tvůrčích aktivit + dalších aktivit ve svém volném čase (koníčky a pod.) bych se měl(a) co nejvíce snažit o to, abych do nich vnesl(a) a projevil(a) hlubší Lásku ze svého Srdce?

423. Vnímám, že pokud konám volnočasové aktivity s přáteli (výlety a pod.), mám se snažit, abych byl/a já sám/a ve vnitřní harmonii (se svým Srdcem) a v

Lásce, kterou vyzáříím také směrem k nim? Miluji opravdu své přátele v jejich jedinečnostech a originálních individualitách?

424. Uvědomuji si tak, že bych měl/a vyzařovat pozitivní energii, vnitřní sílu a lásku (a být v tomto pevný/á) i v prostředí zcela rozdílných a odlišných individualit, které mají jiné myšlení a názory, než jaké mám já?

425. Snažím se tak (při kontaktu s lidmi) být pokud možno co nejvíce ve svém srdci (lásce) a tedy - být si vědom své niterné duchovní pozitivní energie (a zdroje), kterou vnímám prioritně, přestože také vnímám ostatní kolem mně, kteří se ne vždy projevují láskyplným a vstřícným způsobem?

426. Pracuji na tom, abych viděl/a aspekt Božství i v ostatních lidech?

427. Snažím se ve svém nitru neustále přemýšlet a v souladu se svým vnitřním já rozlišovat (vybírat tak zrna od plev) a tříbit informace, se kterými se setkávám ve svém životě? Snažím se tak vyčistit si svůj vnitřní myšlenkový prostor od nežádoucího balastu?

428. Vybírám si jen to, co je pro mne opravdu podstatné (nejen v oblasti různých duch. nauk, knih či setkání s lidmi a v komunikaci s nimi)? Anebo se nechávám (pasivně) vláčet všemi (často pseudoduchovními) směry či řeším a zabývám se nějakými nepodstatnými tématy a přijímám tak od nich bez rozmyslu všechny informace, které mi nabízejí?

429. Uvědomuji si, že bych se měl/a soustředit (a meditovat o tom) hlavně na to, co je podstatné a zajímavé pro mne a pro můj vlastní individuální duchovní rozvoj tak, abych naplnil/a co nejpozitivněji svůj jedinečný úkol na této Zemi?

430. Uvědomuji si, že mám v sobě Božský Paprsek, který mi byl z NEJVYŠŠÍHO ZDROJE dán k tomu, abych tento Paprsek v sobě oživil/a a dal/a mu správný směr?

431. Uvědomuji si, že k tomu, abych dokázal/a rozlišit a poznat pravdu v různých sděleních, přednáškách či knihách. atd., mi slouží kromě intuice a naslouchání vnitřního hlasu, který bych si měl/a čím dál tím více v sobě aktivovat (s POMOCÍ BOŽÍ), také logika, "zdravý selský rozum" ?

432. Jsem v souladu se svým vnitřním Životem? Snažím se uvědomovat si Život (Jiskru Ducha) v mé duši a také ho dát najevo? (V souvislosti s tímto mě napadla jedna dávná stará pravda z Talmudu: K tomu, aby zlo zvítězilo, stačí, aby dobrý člověk neudělal vůbec nic.)

433. Prociťuji a jsem spojen(a) při jakékoliv práci, službě a činnosti, se svojí vlastní niternou podstatou a základnou? Vnímám tuto vnitřní oporu-základní pozitivní Energii, o kterou se mohu kdykoli opřít a ze které mohu působit při svých aktivitách?

434. Pracuji na tom, abych si ve svém nitru neustále vytvářel(a) a prožíval(a) vědomým uvědoměním stav vnitřního Klidu a Míru, Lásky, a tuto pozitivní Energii začal(a) více a tvořivěji používat? Uvědomuji si, že bych měl(a) započít konat nějaké nové (další) prospěšné a užitečné aktivity?

435. Udržuji opravdu neustále vědomý kontakt se Zdrojem ve vlastním nitru a uvědomuji si, že jedině tam mohu nalézt kontakt se svojí skutečnou duchovní rodinou a Jediným opravdovým RODIČEM-BOHEM?

436. Jsem si vědom(a) toho, že jedině dle duchovního Vedení (prociťovaného) z nejhlubšího nitra mohu (s pomocí intuice) naplnit své skutečné (a jedinečné) poslání na této Zemi?

437. Je BŮH mojí opravdovou touhou, anebo se nechávám vláčet světem sem a tam a se zájmem sleduji, jaká lákadla a pozlátka mi stále nabízí a ukazuje?

438. Vnímám, jak je důležité si vědomě neustále aktivovat vnitřní pozitivní Energii a vědomí Lásky - niterného Božského Ohně? Uvědomuji si, že je to ta nejdůležitější práce v mém životě?

439. Uvědomuji si, že jsem právě nyní v těchto vnějších podmínkách a fyzickém prostředí (oblasti, kde se konkrétně nacházím) také proto, že je právě teď zapotřebí, abych se v nich snažil(a) projevovat a zviditelnit svou vnitřní Podstatu? Uvědomuji si, že také skrze mne může působit Lásky a pozitivní Světlo do okolí, a mohu tak ovlivnit svět pozitivním způsobem?

440. Snažím se vyzařovat své vnitřní Slunce (Lásku - tvořivost - pozitivní Energii) navenek a přemýšlím nad zdokonalením sebe sama a způsobů, jak mohu být prospěšnější ve svém okolí či světě? Usiluji o aktivaci nějaké nové tvůrčí činnosti či aktivity, která by měla pozitivní význam pro společnost?

441. Pracuji na uvědomění si toho, kdo ve svém nitru doopravdy jsem? Uvědomuji si svoji vlastní duchovní Individualitu, kterou jsem byl(a) obdařen(a)? Jsem vědomě (cítím) spojen(a) se svým niterným Zdrojem?

Vnímám, že s Bohem se mohu spojit jedině tím, že vstoupím do vlastního nitra? Uvědomuji si, že toto je možné pouze skrze emoční procítění - kdy je třeba mít vlastní duchovní prožitek Božského Aspektu?

442. Prociťuji svou niternou pravou (duchovní) Přirozenost (vnímám, že jsem Dítě BOŽÍ), vnitřní Kvalitu (aspekt Sebe-prosazení - osobní jedinečný Princip-Paprsek z BOHA), která souvisí s mým jedinečným nadáním a posláním na této Zemi, a snažím se Ji také aktivně prožívat ve svém životě?

443. Uvědomuji si také, že pokud chci cokoliv řešit, konat, vnímat a nahlížet na různé situace v běžném životě, je třeba nejdříve jít do nitra a spojit se se svojí Božskou Podstatou, neboť jedině Ta mi odhalí správný způsob vnímání a následného konání v té či oné situaci a dá mi také patřičný nadhled, poznání a sílu zaujmout správný postoj.

444. Důvěřuji více BOHU (v největší hlubině svého nitra), anebo světu a tomu, co přichází zvenčí? Vnímám, že ON je pro mne opravdu TEN NEJDŮLEŽITĚJŠÍ v mém životě?

445. Vnímám, co Láska vůbec je? Uvědomuji si, že souvisí s pocity a prožitky Štěstí, Radosti a Blaženosti, která Je a touží být sdílena? Snažím se procítovat více Radosti (načerpané vnitřním spojením s Boží Láskou v nitru) ve svém životě?

446. Vnímám, že opravdová pozitivní tvořivost (a opravdové správné Sebe-prosazení) může být rozvíjena pouze z nitra, z duchovního Srdce-Lásky?

447. Uvědomuji si důležitost svého vlastního myšlení? Uvědomuji si, že na můj zdravotní stav má vliv moje myšlení, díky kterému vznikají buď pozitivní anebo negativní emoce, které silně působí také na fyzické tělo a tedy mohou zapříčinit buď jeho uzdravování či naopak - mohou způsobit i nemoc? Uvědomuji si, že dlouhodobě prožívané a procítované negativní emoce (strach, zlost, deprese či různé obavy a starosti) mohou být původcem těch nejvážnějších chorob?

Uvědomuji si, že dlouhodobým pozitivním myšlením a následně prožívanými pozitivními emocemi si mohu harmonizovat zdrav. stav mého fyzického těla a také se vyléčit z mnoha chorob?

448. Vnímám, že svým myšlením tak mohu vytvářet a korigovat stav svých niterných emočních prožitků, které rozhodují také o tom, jakou individualitou se stanu (zda budu silná a Sebe-vědomá pozitivní Individualita ve svém Duchu, či

zda budu ovládána svým egem či nižší osobností, nebo (díky svému špatnému myšlení) budu ovládán(a) pocity nedostatečnosti, slabosti a pod.?

449. Uvědomuji si tak, že to, co niterně prociťuji a s čím se ztotožňuji, vytváří moji individualitu?

450. Snažím se tedy o to, abych pracoval(a) na zpozitivnění svého myšlení (zde je třeba započít), a trénoval(a) také nadhled a vnitřní Sílu (Ducha) a trénoval(a) ztotožnění se s Ním (svou niternou duchovní Podstatnou-Zdrojem)?

451. Uvědomuji si tak, že jedině s touto vnitřní Silou a ve vědomí opravdové (pozitivní) Individuality mohu nejlépe zvládat veškerý svůj život, své zaměstnání, a díky této vnitřní Síle-Duchu budu moci také vykonávat takové činnosti (a tak také "sloužit" ostatním), které mají opravdový smysl a význam?

452. Uvědomuji si, že jedině v niterném spojení s vlastním Já (aspektem BOHA) mohu žít opravdový plnohodnotný tvořivý život, čímž vlastně už sloužím a pomáhám společnosti a svému okolí? Uvědomuji si, že toto by měla být má opravdová práce, služba a životní poslání?

453. Uvědomuji si, že největší duch. hodnotu mají v této době takové konkrétní skutky, které vycházejí z mého nejhlubšího nitra, mé duchovní základny, kdy Duch může působit skrze přítomnost té nejpozitivnější emoční energie, která se vyznačuje také aspekty citlivosti, jemnosti, pochopení, vstřícnosti a milosrdenství? Uvědomuji si také tento ženský aspekt Ducha v sobě a ve svém konání a snažím se jej aktivovat v mé duchovní praxi?

454. Vnímám, že největší blaženost a radost mohu prožívat pouze ve svém nejhlubším nitru, kde je přítomen můj opravdový duchovní Učitel, který ke (ve) mně v nitru neustále vyzařuje, pokud se otevřu ve své tichosti této hluboké vnitřní pozitivní Energii a emočně Ji procítím?

455. Uvědomuji si, že daleko silněji, než přečtení nej. významné filozofické či duchovní knihy na moji duši může působit i živé vyzařování nějaké projevené duchovní Lásky? Uvědomuji si tak, že opravdový duchovní Mistr bývá často skryt i v těch nejobyčejnějších lidech, kteří však mají otevřené srdce a dávají skrze ně najevo Lásku Ducha touto konkrétní projevenou (a procíťovanou) jednoduchou formou?

Uvědomuji si tak, že jen Živé (vědomě procitované) poznává ŽIVÉ (BOHA) a tedy pravé duchovní Poznání je možno získat né myslí, ale pouze otevřením se a emočním procítěním Života, který tluče ve vlastním nitru - duchovním Srdci?

456. Uvědomuji si tak, že i když jsem přečetl(a) množství duchovních knih, a jsem teoreticky duchovně naplněný(á) a sečtělý(á), je cílem mého duchovního Poznání - procítit a projevit své duchovní Srdce - Lásku? Přemýšlím o tom, jak ještě lépe projevovat nějakým konkrétním (jedinečným) způsobem své srdce (Lásku)?

457. Snažím se pracovat tak, abych do každé své činnosti vnesl(a) kus sebe sama (své jedinečnosti)? Uvědomuji si, že je mým posláním v tomto světě projevit svoji specifickou Individualitu různými způsoby a jedním z nich je (a je to ta největší lekce a škola) projev mého pravého Já v mém zaměstnání?

458. Uvědomuji si, že i ve svém zaměstnání se mám neustále snažit být sám (sama) sebou a tedy - žít své Já i v rámci omezení dané určitou profesí? Uvědomuji si, že v jakékoliv práci mohu nějakým způsobem vyjádřit Božský aspekt?

459. Snažím se také pochopit, co mi ukazují různé situace v zaměstnání, abych se díky tomu (kromě jiného) učil(a) poznávat také svá slabá místa a pracoval(a) na rozvinutí větší duchovní Síly, abych zvládnul(a) tyto situace s větší pevností a vědomím vlastního duchovního Já?

460. Uvědomuji si, že jedinou opravdovou hodnotu mají skutky, vycházející z mého Srdce? Chápu tak, že nic, do čeho jsem byl(a) či jsem nucen(a), abych konal(a), a tedy to, co konám z donucení, nebude mít před BOHEM žádnou cenu, ale jedině to, co konám ze své vlastní svobodné volby, se počítá?

461. Rozvíjím pochopení, citlivost a vnímavost ke svému partnerovi (partnerce) a ostatním lidem tak, abych toleroval(a), respektoval(a) jeho (její) odlišné a jedinečné procitování života, jeho (její) víru a jeho (její) vnímání sebe a všeho v jeho (jejím) životě? Snažím se ke svému partnerovi (partnerce) zaujmout takový pozitivní postoj, který vychází z mého nejhlubšího nitra a tedy je naplněn vstřícností, něhou a Láskou?

462. Uvědomuji si, že jedině s vlastním láskyplným přístupem k ostatním a tedy s aktivací (živým emočním procítěním) Lásky v sobě samém mohu být svým bližním opravdovým vzorem a mít s nimi opravdový kvalitní vztah?

463. Uvědomuji si, že je třeba v sobě více rozvinout jemnou (ženskou) mateřskou složku vnímání (i když jsem muž) a skrze tuto složku sdílet své niterné emoce s partnerem (partnerkou) či s ostatními lidmi formou vcítění, naladování se na druhého, ale současně (a především) na naladování se na společného hlavního jmenovatele – ZDROJ, či NEJVYŠŠÍ BYTOST, který dlí (SVÝM jedinečným Paprskem) v nitrech nás všech a TOHO emočně v sobě prožívat?

464. Usiluji tak (hlavně) o vlastní prožitek aspektu Božství (spojení se s Ním) v sobě samém, abych Jej mohl vyzařovat a sdílet i se svým partnerem (partnerkou)?

465. Jsem si vědom(a), že jedině tento můj vlastní duchovní prožitek (uvědomění si niterného pravého Já – duchovní Jiskry) mi může přinést opravdové naplnění, štěstí a radost v jakémkoliv vztahu? Neboť si takto mohu uvědomit a prožívat (prociťovat), že můj nejdůležitější partner je BŮH SÁM.

466. Přemýšlím o tom, zda ve svém životě konám takové skutky Lásky, vycházející z hloubi mého Srdce, které vyjadřují nějaký jedinečný (a originální) aspekt mé niterné Bytosti?

467. Snažím se porozumět tomu, co mi (mé duši) neustále sděluje mé Srdce? Jsem otevřen(a) vnitřnímu Hlasu Ducha, který mne vede neustále k nějakému novému pochopení a také k nějaké nové činnosti (či vylepšení toho, co dělám, nějakým originálním způsobem)?

468. Uvědomuji si, že je dobré sdílet své Srdce také s ostatními a tedy nebát se komunikovat o duchovních záležitostech a snažit se druhé také o-Boha-tit o vlastní duchovní Poznání?

469. Uvědomuji si v každodenním životě nutnost vědomě prožívat své pravé Já? Pracuji na svém správném Sebe-prosazení?

470. Přemýšlím také o hlubším smyslu všech svých aktivit a tvůrčí činnosti a snažím se i v praktických činnostech projevat své Srdce?

471. Uvědomuji si, že jediná má opravdová práce a "kariéra" spočívá ve vyzařování duch. Lásky, Moudrosti a Vůle zcela jedinečným a individuálním způsobem.

472. Uvědomuji si, že mám zde na tuto planetu přinést Kristovské Světlo skrze vlastní aspekt Své duchovní originality (JEHO Paprsek)? Uvědomuji si Ho? Prožívám (procítuji) Ho? Zviditelňuji Ho?

473. Uvědomuji si, že se zde nabízí množství různých aspektů duchovní Moudrosti, od těch nejnižších (různé pseudoduchovní směry či myšlenky) po ty nejvyšší aspekty PRAVDY o BOHU, které bych měl(a) nejdříve řádně prohlédnout a probádat s pomocí vnitřní Intuice?

474. Uvědomuji si, že veškerou Moudrost (a také duch. knihy či nauky apod.), se kterou se ve svém životě setkám, je tedy třeba řádně prozkoumat do hloubky a hluboce niterně procítit a "uchopit" tak Pravdu v nich? Uvědomuji si, že je třeba v tom množství různých duch. informací vybrat jen ty, které rezonují s mým nitrem?

475. Uvědomuji si, že prožití opravdového duchovního aspektu (aktivace vlastní jedinečné Božské Jiskry a poznání Pravdy) v sobě samém je ta nejhlubší a nejsilnější emoční záležitost?

476. Uvědomuji si, že opravdové (a správné) emoční sdílení je pouze takové, které má duchovní základ?

477. Uvědomuji si, že všechny aspekty duchovní Moudrosti, které mne v mém životě vnitřně zasáhly (či myšlenky, které jsem přijal(a), bych měl(a) v rámci svobodné vůle použít u sebe sama a aktivovat zcela odlišným (a jedinečným) způsobem, než to dělá někdo druhý?

478. Uvědomuji si, že BŮH vytvořil (a neustále tvoří) své stvoření a jedinečné bytosti v něm kvůli tomu, aby s ním (nimi) sdílel SEBE a tak nekonečnými způsoby rozšiřoval BOŽÍ BLAŽENOST skrze různé bytosti a jejich vzájemné (duchovně-emoční) sdílení a tvorbu do dalších, nekonečných duchovních Krás?

479. Uvědomuji si (a tříbím-rozlišuji) své skutečné niterné touhy, pocity-emoce? Vnímám, které souvisí s mým Duchem a které s mojí nižší přirozeností-osobností?

480. Uvědomuji si, že je třeba očistit a vnést Světlo Ducha na své negativní cítění a nízké osobní touhy a Silou niterného Zdroje je transformovat - vejítím do hloubi nitra a spojením se s Ním?

481. Uvědomuji si, že nejdůležitější nyní je – dát průchod nejhlubší niterné pozitivní emoci – Lásce a otevření duchovního Srdce?

482. Uvědomuji si, že při výběru svého zaměstnání (či jiné služby lidstvu) bych se měl(a) řídit svým nejniternějším pocitem ve spojení s Intuicí? Uvědomuji si, že ten pocit by měl vycházet z touhy Ducha se zviditelnit světu (a sloužit BOHU) a tedy by měl obsahovat pouze duchovní pozitivní emoci?

483. Uvědomuji si, že i když nemám možnost pracovat v zaměstnání dle svých představ, přesto mohu do svých pracovních činností vložit a zviditelnit pozitivní duchovní emoční Energii a Lásku? Uvědomuji si, že tyto pozitivní emoce mají také pozitivní vliv na mé tělesné zdraví (a naopak)?

484. Snažím se komunikovat a navazovat vztah se svým Srdcem - Láskou? Snažím se porozumět tomu, co mi sděluje Láska v mém nitru? Naslouchám vnitřnímu "tichému Hlasu" a učím se žít dle niterného spojení s Ním (tímto božským Paprskem-Duchem)? Uvědomuji si, že by mělo být v této době prioritní získávat informace a poznání, které vychází především z niterného spojení (vztahu) duše (mysli) a Ducha (Srdce - Lásky)?

485. Uvědomuji si, že ta nejkrásnější a skutečně smysluplná komunikace mezi lidmi je možná jedině při sdílení jednotlivých otevřených srdcí u každého člověka? Uvědomuji si, že jedině tak se lidé vzájemně doopravdy o-Boha-tí a předávají si ty podstatné informace pro život?

486. Vnímám tak, že je velmi důležité se nyní učit používat své Srdce (být v neustálém niterném spojení s Ním) při kontaktech se svým okolím a lidmi, se kterými se denodenně setkávám?

487. Uvědomuji si, že tam, kde se setkají dva nebo tři ve JMÉNU MÉM, tam JÁ JSEM uprostřed nich a mohu tak projevit nové Aspekty SVÉ LÁSKY všem, kteří se navzájem dotknou svými Srdci a zažijí tak nové Poznání, vycházející z JEDNOHO, který navázal (navazuje) vztah se všemi.

488. Uvědomuji si, že bez navázání vztahu se svým Srdcem není možné poznat opravdovou Moudrost. Chápu, že bez tohoto niterného spojení nelze nic správně pochopit a bez tohoto vztahu nelze ani správně myslet?

489. Uvědomuji si, že Ten, kdo se učí poznávat BOHA (a studuje různé knihy a nauky), brzy pochopí, že jedině, po čem jeho duše prahne, je spojení s NÍM a poznání, že JÁ JSEM LÁSKA.

490. Uvědomuji si ve své mysli nutnost ujasnění priorit mého života?

491. Uvědomuji si nutnost vyčištění vlastní mysli (duše) od myšlenkového balastu a všeho nepotřebného, co se do mé mysli zvenčí dostává?

492. Uvědomuji si důležitost tříbení a rozlišování informací, které se zviditelňují v této době, obzvláště informací, týkajících se duchovních záležitostí a vnímání BOHA? Uvědomuji si, že je třeba mezi množstvím plevelu a různých falešných chápání BOHA hledat ty opravdu pravdivé informace (správnou duchovní nauku a tedy Cestu) - s pomocí niterné Intuice?

493. Uvědomuji si, že správný náhled na informace, které jsou kolem mne, mohu získat jedinečně s pomocí BOŽÍ a tedy je důležité, abych na ně pohlížel pouze ze svého nitra, kde sídlí Duch (a tedy pracoval na aktivaci vědomého Ducha v souladu s BOŽSKOU MOUDROSTÍ)?

494. Uvědomuji si, že bude v této době velmi těžké řešit vše s pomocí BOŽÍ a tedy s aktivací Ducha v nitru, protože negativní svět se bude všemožně snažit, aby nedal šanci Duchu - BOHU se projevit?

495. Uvědomuji si, že je v této době nejdůležitější zviditelnit niterné Já (jedinečný Boží Paprsek) a tedy projevit vlastní individuální duchovní Cestu (dle niterného Vedení) nějakým konkrétním způsobem? Snažím se při službě společnosti používat (zviditelňovat) zásady duchovní Moudrosti(?), anebo dělám jen to, co ode mne svět vyžaduje?

496. Přemýšlím nad tím, jak by se mohl můj život stát radostnější a tvořivější? Snažím se nyní více projevovat ve svém životě své Srdce - Lásku? Uvědomuji si, že je třeba nebát se nyní projevit větší vnitřní Radost Ducha a dělat věci, které mne opravdu baví (rozvíjet také své koníčky a volnočasové aktivity)?

497. Pracuji na tom, abych dosáhl(a) niterného stavu opravdové Radosti a Šťastí ve svém životě? Uvědomuji si, že tohoto stavu mohu dosáhnout pouze sjednocením se s Láskou ve svém srdci?

498. Věnuji co nejvíce svého volného času na soustředění se na vnitřní pozitivní energetický Zdroj - vlastní duchovní Srdce - jedinečný duchovní aspekt, který mi byl BOHEM dán, abych Ho nyní více aktivoval(a) a projevil(a) láskyplnějším, veselejším, humornějším a tvořivějším radostnou formou?

499. Uvědomuji si, že mne BŮH opravdu MILUJE? Aktivuji ve své hrudi vzpomínky na občasné větší niterné setkání s NÍM a pracuji na tom, abych se s BOHEM více scházel(a) ve svém nitru jako se svým nejvyšším MILENCEM -

MILENKOU a zažíval(a) tak radostné okamžiky niterného splnutí s NÍM?
 Uvědomuji si, že jedině ON je ZDROJEM OPRAVDOVÉHO ŠTĚSTÍ a
 životního naplnění v mém životě?

500. Dávám většinu svého volného času opravdu JEMU - PRAVÉMU ZDROJI
 ŠTĚSTÍ A RADOSTI anebo se zabývám jen plytkými a nízkými světskými
 "zábavami" ve svém volném čase?
 (sestavila HMK)

501. Uvědomuji si, že bych se měl(a) nyní více snažit projevit pozitivním
 způsobem navenek energii citu, dobra, laskavosti, jemnosti, pochopení,
 vstřícnosti, empatie? Uvědomuji si, že se mám dívat na svět okolo pouze z
 hloubky svého nitra?

502. Uvědomuji si, jak je v této době obzvláště důležité pohlížet za scénu
 (dovnitř) a nikoliv jen na scénu (ven)? Uvědomuji si, že přestože je svět, jaký je,
 mám hledat stabilitu, oporu, sílu a vedení v hloubce svého nitra (a ne v diktátech
 zvnějšku)? Uvědomuji si, že i všichni ostatní mají pod vnější skořápkou ve
 svém nitru tento nádherný Zdroj - duchovní Podstatu (Božskou Jiskru)?

503. Uvědomuji si, že největší prioritou nyní pro mne je - mít pravdivé poznání
 o NEJVYŠŠÍ SKUTEČNOSTI - BOHU? Uvědomuji si také, že největším
 úkolem nyní je - pochopit a naučit se poznávat BOŽÍ VŮLI v sobě samém a tak
 se učit rozvíjet a projevovat vlastní duchovní Jáství (jedinečný individuální
 duch. aspekt v nitru)?

504. Uvědomuji si, že je nyní velmi důležité si položit otázku, zda správně
 přemýšlím o BOHU a zda správně chápu BOHA (a taktéž mnohé informace o
 NĚM, se kterými se setkávám ve svém životě? Uvědomuji si, že bych měl
 vyvinout veškeré své úsilí (vůli) a prosadit si (ve své mysli-duši) abych se snažil
 nalézt správné a pravdivé duchovní POZNÁNÍ (nauku) o BOHU? Uvědomuji si,
 že je nutné zaujmout konečně ve svém nitru osobní vztah s BOHEM
 ("partnerství") a snažit se od NĚJ učit (a naslouchat MU)?

505. Uvědomuji si, že získat toto duchovní POZNÁNÍ vyžaduje také (kromě
 touhy) velmi silnou vůli a snahu nebát se prosadit si "vstup" do této "školy
 duchovního POZNÁNÍ" a zůstat v ní a usilovně studovat BOŽÍ PRAVDY?
 Uvědomuji si, že právě na této cestě se také mohou objevit značné překážky a
 těžkosti (a nástrahy různých pokušitelů), týkající se hlavně myšlenkového
 chápání?

506. Uvědomuji si tak, že nejvyšší duchovní Poznání zde mohu získat (poznat,
 zažít + projevit) jedině skrze otevření vlastního duchovního Srdce?

507. Uvědomuji si, že nejlépe posloužím (společnosti a ostatním lidem) hlavně tím, že se budu zabývat takovou prací, která vyjadřuje projevenou Lásku mého Srdce?

508. Uvědomuji si, že mé fyzické zdraví souvisí také s tím, zda konám dle vedení svého Srdce - Ducha, zda jsem s Ním spojen a vědomě projevuji (vyzařuji a tím zviditelňuji) ve svém životě Lásku?

509. Uvědomuji si, že v každém zaměstnání, ať už je jakékoliv, se mám snažit především projevovat své Srdce - Lásku - nějakým konkrétním způsobem? Uvědomuji si, že se mám snažit pracovat s Láskou? Uvědomuji si, že pokud budu pracovat (práce = zviditelněná Láska) tímto pozitivním způsobem, bude také současně postaráno i o mé další potřeby (hmotné aj.)?

510. Uvědomuji si, že pokud zapracuji na aktivaci svého duch. Srdce a viditelně Je projevím skrze skutky Lásky (či vyzařováním Ducha), současně zjistím, že jsem obdařen také Moudrostí?

511. Uvědomuji si, že Síla mého Ducha-Srdce a také má celková životní Energie se zvětšuje také tím, nakolik jsem aktivní konkrétními pozitivními činy?

512. Uvědomuji si, že jediná (pro mne) správná duchovní cesta a filozofie je Ta, která mne vede k poznání vlastního jedinečného božského „Paprsku“?

513. Uvědomuji si, že mi byl dán (BOHEM určen) speciální individuální projev niterného božského Já? Uvědomuji si tento jedinečný niterný duchovní aspekt - božskou Individualitu v sobě samém? Jsem schopen se ztotožnit s tímto „střípkem“ BOHA v sobě a vnímat tak Sebe (a prožívat) jako božské originální Já? Jsem schopen v sobě vnímat správné niterné vlastní Božské Sebe-Vědomí a rozlišit je od ega? Jsem schopen se řídit duchovní Vůlí v běžném praktickém životě a nebojácně prosadit aspekt Ducha (Božského Paprsku) v konkrétních činnostech?

514. Uvědomuji si důležitost poznání opravdových hodnot ve svém životě? Uvědomuji si, že tyto hodnoty nejsou hmotného, ale niterného charakteru a představují to, jak procit'uji svůj vlastní život a jak reaguji na pravdy, se kterými se v životě setkávám? Uvědomuji si důležitost prožívání vlastní "víry" ve svém životě? Uvědomuji si nutnost emočního rozlišování a vnímání toho, k čemu se přikláním ve svém nitru? Rozvíjím své niterné vnímání? Medituji? Spoluji se s opravdovým poznáním Pravdy?

515. Rozvívám také více svoji chápavost, porozumění ostatním, vcítění, soucit, milosrdenství?

Sestavila HMK, Ostrava, leden 2026

ODKAZY:

<https://meditacnifotoobrazyhmk.blogspot.com/> *MEDITAČNÍ FOTOOBRAZY*

<http://www.spisysebepoznani.wz.cz/> *DUCHOVNÍ SPISKY + MEDIT. FOTOOBRAZY*

<https://fotografiehmk.blogspot.com/> *NOVÉ FOTOGRAFIE HMK + SHINRIN YOKU*

<https://www.facebook.com/...ums> *FOTOALBA VLASTNÍCH FOTOGRAFIÍ NA FB*

www.facebook.com/...nmn ; profil-FACEBOOK

<https://ekoklub6.webnode.cz/...ce/> *EKO - ESOTERICKÝ KLUB OSTRAVA*

- AKTUÁLNÍ MEDITACE DLE NOVOLUNÍ

www.astrotheologie.wz.cz *webmaster+přepisy textů*

+ VÝBĚRY DUCHOVNÍCH CITÁTŮ, SEMINÁŘE 1-80

www.maliarik.wz.cz (webmaster - pův. knihovna VILA UNIVERS)

<http://www.maliarik.wz.cz/...tml> *ČASOPIS HLEDAJÍCÍHO - SDÍLEJÍCÍHO*

<http://www.maliarik.wz.cz/...tml> *příprava čtvrtletníků - ZPRAVODAJE*

