

v našem současném životě; vztahuje se i na naše minulé životy. Proto si tolik léčitelských duší vybírá život jako pachatel a život jako oběť. Čím hlubší je jejich zkušenost, tím větší je jejich schopnost pomáhat druhým, jakmile vše vyřeší a integrují.

Jak řekla badatelka v oblasti studu Brené Brown: „Teprve tehdy, když budeme dostatečně odvážní, abychom prozkoumali temnotu, objevíme nekonečnou sílu našeho světla.“*

Naším posláním je důvěřovat a vědět, že se odehrává velký plán, který je stejně skvělý a krásný jako planeta, na níž žijeme.

Temná noc duší je součástí tohoto plánu. Ve tmě nevidíme, pokud si na temnotu neposvítíme. Pravda nás může osvobodit. Poznání nás rozšiřuje a moudrost přináší mír a naplnění. Nemůžeme ocenit teplo slunce, pokud jsme nepocítili chlad noci.

Doufám, že každý z nás si může posvítit na své nejtemnější zážitky a vnést do svého života i do našeho světa více radosti, lásky a vděčnosti.

Doporučené zdroje

Brown, Brené. *Síla zranitelnosti*. Praha: Návrat domů, 2015. Užitečná kniha zkoumající význam zranitelnosti – vlastnosti, kterou všichni potřebujeme rozvíjet na svých duchovních cestách.

Zkoumání minulých životů s Karen Joy (podcast). V tomto podcastu se Karen zabývá lidmi, kteří prožili své minulé životy a/nebo navštívili svůj život mezi životy. Tito lidé pocházejí z různých společenských vrstev a mají mnoho různých problémů. Posluchači se dozvědí, proč Karenini hosté chtěli regresí podstoupit, jak je každý minulý život jedinečný, jaké to bylo znovu prožít minulý život, jaký byl vztah mezi jejich minulým a současným životem i jaký dopad měla tato zkušenost na jejich život, osobní vztahy a budoucnost. <https://lifebe-tweenlivesregression.com/podcasts/>.

Aplikace *Insight Timer Meditation App*. <https://insighttimer.com>. Tato bezplatná aplikace obsahuje více než 100 000 meditací. K dispozici je také možnost členství, která odemyká další funkce. Je to úžasný zdroj informací s mnoha kurzy a přednáškami (např. o józe a všímavosti) a také meditacemi pro spánek, ranní energii, úzkost a stres. Používám ji skoro pořád.

*Brown, Brené. *Síla zranitelnosti*. Praha: Návrat domů, 2015. Orig. str. 60. – pozn.aut.

Newton, Michael. *Osudy duší: Nová případová studie o životě mezi životy*. Eugenika, 2002. Druhá kniha dr. Newtona poskytuje více informací o našem životě mezi životy a obsahuje užitečné a poučné případy.

Newton, Michael. *Cesta duší V.: Případové studie o životě mezi životy*. Eugenika, 2002. První kniha dr. Newtona se podrobně zabývá místem, které nazýváme životem mezi životy, a obsahuje úryvky z jeho sezení s klienty.