

# OBSAH

<b>PŘÍMÁ CESTA K BOHU OD SAMÉHO ZAČÁTKU AŽ DO PLNÉHO NÁVRATU K NĚMU .....</b>	<b>11</b>
<b>PŘEDMLUVA K 2. DÍLU „ŽIVOT V DUCHU SVATÉM“ .....</b>	<b>12</b>
<b>BŮH JE TVOŘIVÁ MOC A VŠE STVOŘENÉ JE ONA.....</b>	<b>13</b>
Dva druhy existence projevu .....	13
Nesprávné chápání světa .....	14
Vše stvořené je božská energie .....	15
Zdroje energie .....	17
Božská síla v nás .....	19
O dýchání Boha .....	22
Podstata vnitřní pránájámy .....	24
Zevní a vnitřní pránájáma.....	26
Smysl zevní a vnitřní pránájámy .....	28
Co je stezka vnitřní pránájámy .....	32
Cíl stezky vnitřní pránájámou .....	34
Cvičení vnitřní pránájámy.....	35
Sestup světla do srdce těla .....	38
Neformální vnitřní pránájáma.....	39
Uplatnění vědomí ve vnitřní pránájámě .....	39
Vývoj vnitřní pránájámy.....	40
Vodorovné prodýchávání páteře .....	41
Neomezené možnosti vnitřní pránájámy .....	42
Vnitřní pránájáma se světlem a vědomím Já jsem .....	43
Slunce: zdroj moci a síly .....	44
Dýchání Ducha svatého.....	45
Cíle a účinky vnitřní pránájámy .....	47
Tajemný nektar nesmrtelnosti, amrta (amrita) .....	47
Pojídání Boha.....	54
Spánek.....	55
O našem hmotném těle na stezce.....	56
Energetická stránka sexu.....	59
Ovládání sexuální touhy.....	61
Vědomí a jeho moc.....	63

Otázka moci a síly .....	66
Energetický cash flow.....	67
O silách .....	69
Černá magie .....	71
Vědomí je i moc.....	75
Prorážení lebky .....	76
Jen jedno vědomí.....	77
Základní úkol: obnova vědomí jednoty a jeho tvořivé moci .....	78
Nesprávné extrémy: solipsismus a materialismus.....	80
<b>MYSL JE MOCNÁ SÍLA.....</b>	<b>82</b>
Co je mysl? .....	82
O správném chtění .....	84
<b>O MANTŘE .....</b>	<b>87</b>
Síla mantry .....	87
Mantra jako tvořivá síla .....	87
Nejvyšší mantra .....	89
<b>JAK VYTVOŘIT SVĚTLO A SVĚTELNÉ TĚLO .....</b>	<b>91</b>
O světle na cestě.....	91
Důležitost světla.....	92
Význam sahasráry .....	94
Vzkříšení těla .....	94
Zásady práce se světlem.....	95
Vytváření světla a světelného těla.....	96
Postupy na vytváření světla .....	97
Nejúčinnější postup vytváření světla .....	99
Dva druhy zasvěcení .....	99
Naše základní praxe a světlo .....	100
Vnitřní pránájama a práce se světlem .....	102
Světelné tělo.....	102
Vytváření světelného těla.....	102
Rozšiřování prostoru vědomí a světla.....	103
Vyrovnávání center .....	104
Jednota vědomí a světla .....	105
Světlo a hara .....	105

Rozšiřující cvičení .....	106
Vytváření světla vnitřní pránájámou .....	107
Praktické zkušenosti s vytvářením světla .....	111
Duch svatý je světlo? .....	112
Zkrácená cesta světla.....	113
Urychlení vývoje světelného těla .....	115
Zkušenosti se světlem .....	115
Oblast světla .....	116
Stezka denního přijímání .....	117
Obcování svatých a světců.....	118
Zevní světlo .....	118

## **USKUTEČNĚNÍ MILUJÍCÍHO PRINCIPU BOHA..... 120**

Jednota vědomí Já jsem a lásky.....	120
Láska jako Bůh.....	120
Bez lásky jsme nic.....	122
Otázka lásky .....	125
Mylné představy o lásce.....	126
O nedostatku lásky .....	128
Láska je moc.....	130
Já jsem je láska .....	131
Mimo církve není spásy.....	131
Moudrost lásky: milujme své nepřátele!.....	134
Vědomí Já jsem je láska.....	137
Meditace bez lásky.....	140

## **O MISTRECH I PRO MISTRY .....**

<b>141</b>	
Kdo je mistr? .....	141
Je jen jeden mistr .....	143
Kritika mistra .....	146
Mistr je Bůh.....	148
Největší mistr .....	148
Mistr v těle není osoba, ale je nositelem mistra .....	148
Ještě kdo je mistr.....	149
Kdo pomáhá? .....	152
Je mistr Bůh?.....	156
Cíl všech mistrů.....	157

Poslání mistrů .....	158
Jak si Jindra uvědomil Já.....	158
Jak působí jeden mistr ve více mistrovských osobách.....	161
Dobré rady mistrům .....	161
Já jsem je klid a mír .....	162
Nepřekážejme Bohu .....	163
Největší nebezpečí.....	164
Co je dovoleno mistrovi?.....	166
Pomoc mistra je stále potřebná a dobrá .....	167
Velké nebezpečí .....	168
O zástupném utrpení .....	169
Pátý den semináře ve Zlenicích 2014.....	171
Voda pomáhá .....	173
Další příčina utrpení světců a mudrců .....	173
Jak dole, tak i nahoře.....	174
Zkoušení žáků.....	176
Na mistry musí být přísnost.....	176
K mému psaní při meditaci.....	178
Potěšení mistrů v těle .....	179
Tajemné působení mistrů.....	180
Návštěva Mahárišiho.....	181
Mistr a meditační skupina.....	183
Druhy pomoci mistrů jednotlivcům i skupině.....	185
Obrana mistra .....	187
Zkušenosti s mistry .....	188
Jaké máme mistry .....	189
Máme chtít být mistrem?.....	191
O civilních mistrech .....	192
Nejvyšší úkol mistra.....	194
<b>ROZVOJ BOŽSKÉ MOUDROSTI .....</b>	<b>196</b>
Co je božská moudrost .....	196
Důležitost božské moudrosti .....	198
Obecný způsob poznání .....	199
Proč se máme ptát Boha? .....	201
Práce s myslí.....	202
Možek a mysl.....	203

Pýcha je nepřekonatelnou překážkou spojení s Bohem .....	206
<b>SVĚT .....</b>	<b>211</b>
Co se světem? .....	211
Spirála života ve světě.....	214
Výsledné poučení o světě.....	217
<b>O BOHU.....</b>	<b>219</b>
Co vše je Bůh?.....	219
Vidění Boha.....	219
Ramana Maháriši o Bohu.....	221
Je Já jsem Bůh? .....	225
Proč jsme odpadli od Boha .....	228
<b>CELÁ STEZKA SPOČÍVÁ NA OČISTĚ OD ZLA .....</b>	<b>231</b>
Všichni jsme pod zákonem!.....	231
Proč máme dodržovat přikázání .....	234
Nemáme nic chtít?.....	237
Rozlišování a oddělenost .....	238
K práci s vědomím v těle .....	239
<b>O ZLU .....</b>	<b>242</b>
Neštěstí pádu do zla .....	242
Zlo je vždy jen zlým zlem .....	245
Nevědomost plodí zlo a zlo plodí nevědomost .....	249
Jak se vyhnout zlu pokušení.....	250
Zlo hlouposti.....	252
Neuvěřitelné: nepoučitelní hledající .....	253
Poučení z knih .....	256
Jsou lidé dobří nebo zlí? .....	259
Poučení z krize teologie.....	262
V Osvětlení selhal člověk, ne Bůh.....	262
<b>VYBRANÉ STATĚ O JÓZE A MYSTICE.....</b>	<b>266</b>
Smysl a cíl statí.....	266
Strážce prahu a nástup stezky .....	266
Rozpor srdce a rozumu – velká překážka na stezce.....	267

Mystická smrt.....	267
Častá chyba v meditaci .....	268
Je vše jak má být?.....	270
Neduchovní duchovní příběhy.....	271
Kdy se protivíme Bohu .....	273
Rodičovství jako překážka na stezce .....	274
Kdy přejít na vyšší a účinnější cvičení.....	276
Vývoj vztahu ke světu, tělu a mysli neboli k projevu .....	277
Stavy poznávání vědomí a jejich vývoj .....	279
Zen: žít v tomto okamžiku .....	280
Hory a prázdnota.....	282
Osobnost není ego.....	282
Z dopisů .....	282
Usilovat musíme dokud jsme mladí a zdraví.....	284
<b>POZOROVATEL.....</b>	<b>286</b>
Vědomí Já jsem a pozorovatel.....	286
Rozhodující moc vědomí pozorovatele .....	287
Pozorovatel jsou dveře .....	287
Druhy pozorování a jeho vývoj .....	292
Výjimečnost átmavičáry s pozorovatelem.....	293
Pozorovatel a činitel .....	296
Vlna si uvědomuje oceán nebo oceán si uvědomuje vlnu?.....	299
Postup uvědomění vědomí Já jsem, našeho pravého Já, .....	
Krista v nás pomocí pozorovatele .....	301
Proč začínáme átmavičáru s pozorovatelem světa.....	303
Já a ne-já.....	306
Pozorovatel a co dál? .....	306
<b>VYSVOBOZENÍ.....</b>	<b>311</b>
Život vysvobozených po odložení hmotného těla .....	311
Život v božském projevu .....	311
Vysvobození v nirváně.....	313
Spasení z víry .....	314
<b>PROMLUVY K MEDITACÍM ZE SEMINÁŘŮ .....</b>	<b>316</b>
Úvodem .....	316

Naše veřejné meditace .....	316
Meditace na pozorovatele.....	317
Týdenní meditační semináře .....	321
Týdenní seminář na Morávce, Beskydy .....	322
Morávka, 4. 10. 2014, 8–9. hod., střídavá zevní pránájáma .....	329
Zlenice, pondělí 25. 8. 2014, 11.15-12.00 hod .....	331
Promluva – seminář Zlenice, pondělí 25.8.2014, 8–9. hod. střídavá pránájáma ...	334
Zlenice 30-8-2014, poslední den, sobota, 8-9 hod.....	337

## **STRUČNÝ PŘEHLED ZÁKLADNÍCH VÝVOJOVÝCH STUPŇŮ ČLOVĚKA.. 344**

Vývoj stavů bytí.....	344
Body obratu ve vývoji člověka .....	344
Nástup stezky k Bohu.....	347
Získání základních vědomostí a denní praxe .....	348
Uvědomění vědomí Já jsem .....	350
Stavy poznání Sebe a jejich vývoj .....	352
Nebezpečí ustrnutí na poznání Sebe.....	354
Stručné shrnutí denní praxe naší stezky.....	357

## **STRUČNÝ PŘEHLED VNITŘNÍ PRÁNÁJÁMY PRO POKROČILÉ..... 359**

Pránické tělo.....	359
Existuje pouze jedna energie a síla.....	360
Obnova pránického těla.....	361
Vnitřní pránájáma .....	363
Pokrok ve vnitřní pránájámě .....	364
Rozvrh cvičení pro vyšší stupeň .....	367
Důležité poznámky k vnitřní pránájámě.....	368
Vystřelování hadí síly .....	369
Cíl vnitřní pránájámy.....	371
Nebezpečí z nesprávného cvičení vnitřní pránájámy .....	371
Stupně vnitřní pránájámy .....	372
Umístění čakr .....	373
Spojení kolmého a vodorovného prodýchávání.....	373

## **NOVÝ WEB JIŘÍHO VACKA..... 374**

## **NABÍDKA DUCHOVNÍ LITERATURY .....**