

Dívání se do Slunce může lidi vyživovat !

(upravil B. Lipka, k 01. 02. 2019)

Nikolaj Dolgorukij z Ukrajiny je označován jako sun-eater („pojídač slunce“). Zírání do slunce se věnuje již 12 let a žije z větší části pouze ze sluneční energie. I jiní „zírači“ potvrzují, že po pouhých 9 měsících praktikování této metody se u nich vytratila nutnost přijímat potravu - za 9 měsíců se adept dopracuje k maximální době zírání, což je 45 minut. Po této 9-ti měsíční intenzivní praxi už postačí k udržování získaného stavu pouze 45 minut denně chodit naboso, a to vždy 6 dnů v řadě za sebou.

Co je zírání do slunce?

Zírání do slunce je technika spočívající v tom, že člověk očima přijímá sluneční světlo v době, kdy obsahuje nejméně ultrafialových paprsků, tedy při východu či západu slunce.

*Učitelé této metody výslovně doporučují dodržovat tato pravidla: **Za první**, provádějte ji během hodiny po východu resp. před západem slunce, abyste předešli poškození očí. **Za druhé**, musíte být bosí, v přímém kontaktu se zemí (míněná je holý přírodní povrch jako písek, hlína, tráva, kamení...), a **za třetí**, je nutné začít s pouhými 10 sekundami denně a tento interval postupně navyšovat o další 10-ti sekundový úsek každý následující den (tzn. 2. den 20 sekund, 3. den 30 sekund atd.). Budete-li dodržovat tato pravidla, nebude pro vás zírání do slunce představovat žádné nebezpečí.*

Pouze v případě větší citlivosti na světlo je lépe delší intervaly (cca od 30 minut) rozdělit na dvě části; jeden ráno, a druhý večer. Světlo slunce je už totiž cca 30 min po východu či před západem dost silné. Naopak, pokud tato přecitlivělost u vás není, můžete pro prvních pár minut postupovat takto: prvních 10 dní 100 sekund (necelé 2 minuty), dalších 10 dní 200 sekund, dalších 10 dní 300 sekund. Pak už dále přidáváme po 10 sekundách. V případě oblačnosti je možno nahradit zírání do slunce vizualizací, kdy se díváme do slunce jen v duchu, a při tom také navozujeme onen pocit tepla, přicházející zvenčí. V tomto případě však musíme celkový čas vizualizace prodloužit cca o 20%. Ostatně nasávání tepla a světla ze slunce celým tělem, nejen očima, můžeme použít i při normálním „zírání“.

Zírání do slunce se označuje také jako fenomén HRM - podle Inda jménem Hira Ratan Manek, jenž díky svému nadšení pro tento podivuhodný postup získal onu téměř „nadhledskou“ schopnost, obejít se bez jídla. Toto potvrdil i výzkum financovaný NASA, k němuž se Hira dobrovolně přihlásil. Tým lékařů z Pensylvánské univerzity jej pozoroval celých 100 dnů - 24 hodin denně, 7 dní v týdnu, a nakonec musel potvrdit, že Hira skutečně po tuto dobu potřeboval ke svému životu pouze sluneční světlo, občas doplňované trochou podmáslí nebo vody.

Co se během zírání děje v lidském těle?

Zastánci této metody tvrdí, že během prvních 3 měsíců praktikování zírání do slunce se sluneční energie dostává skrz oči do retino-hypotalamického traktu, který nabíjí energii. Tento trakt je, laicky řečeno, cesta vedoucí ze sítnice do mozku. Mozek se časem díky tomuto přísunu energie ze slunce stane aktivnějším. Jako první pocítíte úlevu od duševního napětí a starostí, neboť většinu starostí přživuje energie pocházející z pokrmů, které jíme. A protože jídlo získává svou energii ze slunce, „zírači“ si ušetří námahu spojenou se zažíváním tím, že tuto energii přijmou rovnou od zdroje. Ačkoli pocit hladu by měl nakonec zmizet, je zcela v pořádku během počátečních stadií pravidelně jíst a vyčkat, než chuť k jídlu sama od sebe přirozeně zmizí.

Dalším přínosem, který se objeví již po krátké době, je zvýšení sebedůvěry a schopnosti řešit problémy. Každý z nás je aspoň trochu neurotik, ale díky stavu bez psychického napětí, získanému během prvních několika měsíců praktikování, se osobnost stabilizuje a staré strachy jsou k naší úlevě postupně nahrazovány optimistickým přístupem k životu. Na konci 3. měsíce už bude každodenní interval zírání dlouhý 15 minut. Ze zpráv o zírání do slunce víme, že špatné vlastnosti adepta se pozvolna rozplynou, zatímco ty dobré zůstanou. Špatné vlastnosti se totiž rozvíjejí pouze při nedostatku slunečního světla. Takže ty horší projevy naší osobnosti, mezi něž patří hněv, strach, žárlivost a chtíč, zmizí a budou nahrazeny určitou sebedůvěrou a „duchovním věděním,“ díky němuž dokážeme přirozeným a čistým způsobem uchopit jádro každého problému.

Studie ukazují, že po 3 až 6 měsících zírání začínají mizet fyzické choroby. V této době už interval zírání dosáhne 30 minut (opakuji - přidávat pouze 10 sekund denně). Mozek už v té době bude umět vstřebat všechny barvy světla. Při barevné terapii je využíván k léčbě určitých nemocí postup, kdy jsou tělo a mozek zaplaveny konkrétní barvou, která organismu chybí - v závislosti na druhu onemocnění. Například nemocná játra vyžadují zelenou, ledviny červenou a srdce zas žlutou. Každý orgán našeho těla údajně reaguje na jinou barvu duhy. To je také jeden z důvodů, proč by náš jídelníček měl být barevně různorodý. Doporučuje se, využívat během tohoto 3-4 měsíce dlouhého období autosugesci - představovat si, že tělo je vyléčeno a všechny choroby i slabosti jsou pryč. Autosugesce usnadní náš návrat k celistvosti.

Další průběh procesu je neméně zajímavý. Po 6 měsících už tělo nemusí energii „investovat do oprav,“ a tak může být využita k jinému účelu - může nám pomoci získat superschopnosti.

Co následuje po fázi léčení?

Kolem 7,5 měsíců zírání (denní interval 35 min.) klesá potřeba jíst i touha po jídlu. Podle odborníků na tuto techniku tělo ke svému fungování v podstatě nepotřebuje jídlo. Zapotřebí je pouze energie, a tu nám právě zírání dodává. Kolem 9 měsíců zmizí kompletně chuť na jídlo - veškeré touhy, chutě i hlad. Ti, kdo se dostali takhle daleko, vyprávějí o markantní změně pocitů - „jako by měli nabitý

mozek.“ Po 9 měsících zírání, kdy už byla dosažena maximální doba (45 min.), je záhodno zanechat zírání do slunce a přesměrovat svou pozornost na zemi.

Vždy 6 za sebou následujících dnů je nutné 45 minut denně chodit po zemi bosí. Během chůze naboso je údajně aktivována šišinka. Profesionální zírači do slunce a badatelé v tomto oboru tvrdí, že každý prst na noze je propojen s určitou žlázou a tím, že po zemi chodíme bosí, tyto žlázy aktivujeme. Takže palec je spojen se šišinkou, ukazovák s hypofýzou, prostředník s hypotalamem, ukazovák s thalamem a malíček s amygdalou. Zkušení zírači jsou přesvědčeni, že kráčíme-li po zemi bosí se sluncem nad hlavou, v našem těle i kolem něj vzniká jakýsi druh magnetického pole, které dobíjí nás i náš mozek. S touto chůzí naboso můžete samozřejmě začít i dříve! Projít se bosky v přírodě nikdy neuškodí. Tato fáze spočívající v chůzi naboso je zřejmě nejdůležitějším aspektem celého postupu.

S každým dalším dnem se blížíte získání skutečně magických schopností. Šišinka je chůzí čím dál tím více aktivována. Inteligence údajně roste, paměť se zlepšuje. V šišince sídlí navigační a mimosmyslové schopnosti - to znamená telepatii, možnost levitace... to je už přece něco! Napadlo vás někdy, jaké by to bylo, kdyby vaše tělo umělo být na více místech najednou? Nuže, zírání do slunce by mělo být tím magickým klíčem k takovým schopnostem. Chtěli jste někdy být na více místech najednou? Správně, mluvím tu o super-schopnostech. Některé můžete získat díky metodě, jež je známa pod názvem „zíráni do slunce“ a jejíž přínosy nedávno potvrdila i NASA. Mnozí propagátoři této prastaré techniky, která byla provozována mj. starými Mayi, Egypťany, Aztéky, Tibetany a (V)indy, hovoří nejen o léčení běžných nemocí, ale i o možnosti získat díky ní nadpřirozené schopnosti, k nimž patří například rozvinutá telepatie nebo naprosté odbourání potřeby jíst.

Pokud vydržíte denně 45 minut chodit bosí po celý rok, máte vyhráno. Pak už vám budou stačit pouze 3-4 „bosé“ dny k udržení vašich nových schopností.

Existují nějaká nebezpečí?

Oční lékaři a optici varují před přímým pohledem do slunce, neboť by mohlo dojít k poškození sítnice. Studie však ukazují, že budete-li dodržovat doporučený postup a dívat se do slunce ve správnou denní dobu, žádné riziko poškození očí neexistuje. Nebylo objeveno ani při prohlídkách dlouholetých „zíračů.“ Doporučujeme však, abyste si během prvních týdnů nechali raději oči vyšetřit, ať máte jistotu.

Abychom to shrnuli...

Takže nezapomenout: první den 10 vteřin při východu nebo západu slunce a každý další den plus 10 vteřin k tomu. Až po 9-ti měsících dosáhne tento interval 45 minut, přestanete zírat a místo toho začnete s chůzí naboso - 45 minut 6 dnů v řadě za sebou. V případě větší citlivosti na světlo rozdělit cyklus na dvě části, jednu ráno, druhou večer. V případě zamračené oblohy možno použít vizualizaci světla

ze slunce a pocit tepla z tohoto slunce v naší vizi. V takovém případě je nutno čas zírání prodloužit o 20%.

Pokud máte skutečně zájem získat superschopnosti, navíc pomocí metody, jejíž efektivitu potvrdila i tak renomovaná organizace jako NASA, zírání do slunce podle všeho představuje celkem přímou cestu k osvícení. Na stránkách o **Pránické výživě** se můžete dozvědět více o této technice i o zkušenostech lidí, kteří ji osobně vyzkoušeli.

Tabulku západů a východů slunce můžete získat na této adrese: chiron.wz.cz/archiv/praha.pdf.

Napsala: Stasia Bliss, staženo z: www.osud.cz, doplnil B. Lipka

P.S. Jakékoliv poškození zraku, způsobené nesprávným použitím tohoto manuálu padá na vrub provozovateli takové chybné praxe. Předpokládáme však, že techniku provozují duševně příčetné osoby :-)