

Johanna Paunggerová / Thomas Poppe

# Liečivá moc

# Luna

Cesta k zdraviu  
v harmónii s rytmami prírody a Mesiaca

IKAR



Keď človek zistí, čo mu posilňuje telo i ducha, môže sa úspešne vyhýbať chorobám. A ak predsa len ochorie, môže vyzdraviť vlastnými silami. Len sa musí vo svojom živote naučiť rešpektovať a všímať si prírodné zákony a rytmy. Cestu k zdravému a hodnotnému životu nám pomôže nájsť táto kniha, ktorá sa opiera o prastaré a nadčasové poznatky o sile rytmov Mesiaca či o správnom okamihu. Dá nám návod, ako sa zdravo stravovať, zdravo bývať a brať do úvahy rytmus tela.

Pochopíme, aký vplyv má sila myšlienok na telo, ducha a dušu. Keď nás potom získané poznatky budú sprevádzať po celý ďalší život, urobíme si ho krajším a radostnejším, no predovšetkým zdravším.

[www.ikar.sk](http://www.ikar.sk)

ISBN 978-80-551-1742-3



9 788055 117423

Johanna Paungger/Thomas Poppe  
AUS EIGENER KRAFT

© 1993 by Wilhelm Goldmann Verlag, München,  
a division of Verlagsgruppe Random House GmbH  
Translation © 2009 by Barbara Semonská  
Cover design © 2004 by Viera Fabianová  
Slovak edition © 2004, 2009 by Ikar

ISBN 978-80-551-1742-3

## Obsah

<b>Predslov</b> .....	7
<b>Lunárne hodiny</b> .....	15
Na začiatku bolo vnímanie .....	15
Zabudnuté vo víre nových čias .....	18
Treba vykopať poklad .....	22
Okamih dotyku .....	24
<b>I. OD HLAVY PO PÄTY V RYTMU MESIACA</b> .....	27
Pohyb v rovnováhe .....	28
<b>1. Od splnu po spln</b> .....	33
Ubúdajúci Mesiac .....	33
Deň novu .....	35
Dorastajúci Mesiac .....	36
Deň splnu .....	37
Fázy Mesiaca v každodennom živote .....	37
<b>2. Putovanie po tele</b> .....	39
Cestovný poriadok .....	41
Pozvanie prostredníctvom myšlienok .....	41
Preventívne, posilňujúce a podporné opatrenia .....	44
Pomoc pri liečení .....	45
Mesiac v Baranovi – od temena po nos .....	47
Bolesti hlavy/migréna 48 Krvácanie z nosa 50 Chrápanie 51	
Nádory na sliznici (polypy) 51 Prechladnutie/chrípka 52 Problémy	
s prínosovými dutinami 53 Problémy s očami 54 Zápal	
epojíviek/jačmeň 54 Zápal rohovky 55	
Mesiac v Býkovi – čeľusť a krk .....	56
Bolesti hrdla/zápal mandlí 57 Bolesti a zápaly uší 58 Zvýšená	
funkcia štítnej žľazy (hypertyreóza) 58 Znížená funkcia štítnej	
žľazy (hypotyreóza) 59 Problémy so zubami 60	
Mesiac v Blížencoch – plecia, ramená a ruky .....	60
Problémy a plecami 61 Reuma 62 „Studené“ ruky 63	
Mesiac v Rakovi – od pľúc po členok .....	68



Zápal priedušiek (bronchitída) 64	Priedušková (bronchiálna) astma 64	Pálenie záhy (hyperacidóza) 65	Zápal žalúdka (gastritída)/žalúdočný vred 65	Problémy s pečenu a žľezníkom 66
Mesiac v Levovi – srdce a krvný obeh	67	Problémy so srdcom 68	Vysoký krvný tlak 69	Nízky krvný tlak 70
Chudokrvnosť (anémia) 70	Dna 71	Mesiac v Panne – tráviace orgány	72	Problémy s črevami 73
Zápcha 73	Hnačka 74	Nadváha (obezita) 75	Problémy s podžalúdkovou žľazou (pankreasom) 76	Mesiac vo Váhach – bedrá, obličky a močový mechúr
77	Problémy s obličkami 78	Zápal mechúra 78	Problémy s bedrami 79	Mesiac v Škorpiónovi – pohlavné orgány
80	Neplodnosť 81	Neschopnosť erekcie/ejakulácie (impotencia) 82	Problémy s menštruáciou 83	Mesiac v Strelcovi – stehná
84	Mesiac v Kozorožcovi – kolená, pokožka a kosti	85	Problémy s chrbticou 86	Mesiac vo Vodnárovi – predkolenie
87	Krčové žily 88	Krčce v lýtkach 89	Mesiac v Rybách – nohy	89
Kurie oká/zrohovatená pokožka 90	Bradavice 91	<b>3. Od A ako absces po Z ako zub</b>	93	Ziak vďaka strate – púšťanie žilou
93	Prax púšťania žilou 97	Správny okamih 98	Zlé dni v priebehu roka 101	Na pokožku a vlasy
102	Poruchy a choroby kože 102	Starostlivosť o pokožku a telo 107	Formy terapie – od pohybu k homeopatii	110
Pohybová terapia 114	Masáž a práca tela 116	Chiroprax 120	Farby ako liečebný prostriedok 122	Liečba rovnakého rovnakým – homeopatia/Bachova kvetová terapia 127
131	Metódy detoxikácie (sbavenia jedov)	131	Žihlava – od buriny k liečivej rastline 131	Šila slasnienevého oleja 133
Kvas 134	Pôst 134	Masáž reflexných zón na chodidlách 134		

„Nedotýkaj sa železom“ – o zásahoch do tela	136
Mesačné rytmy pri liečbe zubov	139
Odstraňovanie zubného kameňa 141	Korunky a mostíky 142
Zápal ďasien (paradontóza) 142	Trhanie zubov 143
Nápady na ozdravenie zubov a odstránenie amalgámu 143	Starostlivosť o zuby a prevencia 145
O zaobchádzaní s lekármi	147
<b>II. JEDNODUCHO – STRAVA</b>	152
V džungli pravidiel správneho stravovania	155
<b>1. Šesť pilierov zdravej výživy a trávenia</b>	159
1. Láska ide cez žalúdok 159	2. Individuálny rytmus stravovania 162
3. Jedlo, ktoré dáva vlastná krajina 168	4. Jedenie očami, nosom a jazykom 176
5. Poradie a kombinácia 177	6. Počúvať svoje telo 179
<b>2. Krátka náuka o bylinkách</b>	181
Tajomstvá nauky o liečivých bylinkách 182	Správny okamih v bylinkárstve 186
Liečivé bylinky do zásoby 190	Príprava a použitie 191
Výber správnej rastliny 194	
<b>III. PULZOVANIE ŽIVOTA</b>	199
<b>1. V silovom poli biorytmov</b>	201
Tri taktiky života	201
Fyzický biorytmus (23 dní) 204	Psychický biorytmus (28 dní) 205
Intelektuálny biorytmus (33 dní) 206	Biorytmus vo všedný deň
207	Problémy s naštartovaním starého poznania
210	Výpočet biorytmov
214	<b>2. Denný rytmus orgánov</b>
219	Od siedmej do deviatej hodiny ráno – žalúdok 220
Od deviatej do jedenástej hodiny predpoludním – slezina/podžalúdková žľaza (pankreas) 223	Od jedenástej predpoludním do jednej hodiny popoludní – srdce 224
Od jednej do tretej hodiny popoludní – tenké črevo 224	Od tretej do piatej hodiny popoludní – močový mechúr 226
Od piatej popoludní do siedmej hodiny večer – obličky 226	Od siedmej do deviatej hodiny večer – krvný obeh 226
Od deviatej	



do jedenástej hodiny večer – celkové zhromažďovanie energie 226	
Od jedenástej večer do jednej hodiny v noci – žľčník 227	
do tretej hodiny v noci – pečeň 227	
Od tretej do piatej hodiny ráno – pľúca 228	
Od piatej do siedmej hodiny ráno – hrubé črevo 228	
<b>IV. ZDRAVÉ STAVANIE A BÝVANIE</b>	<b>231</b>
<b>1. Výstavba, prestavba, renovácia – správny okamih</b>	<b>239</b>
Od obchôdzky pozemku po výstavbu ciest	241
Obchôdzka pozemku 242	
Vykopanie pivnice 243	
Základy 243	
Pivnica 244	
Strop pivnice, stropy poschodí 244	
Stavba nosných múrov, steny 244	
Krov 244	
Pokryvanie strechy 245	
Vonkajšie a vnútorné omietky, obklady vonkajších stien 245	
Priečky, betónové a kamenné schody, elektroinštalácia 246	
Drevené schody 246	
Práce s vodou a vodoinštalčné práce 246	
Drevené okná, drevené dvere 247	
Prvé podkúrenie 247	
Podlahové krytiny 247	
Drevené dlažky 248	
Drevené stropy, obklady stien 248	
Maliarske práce, lakovanie, impregnovanie, lepenie 249	
Ploty, stĺpy 250	
Kladenie dlaždíc, verandy, stavba ciest 251	
Záhrada 251	
Drevo v správnom čase – stavebný materiál číslo 1	253
Nehnijúce, tvrdé drevo 256	
Drevo, ktoré sa nevznietí 256	
Nezосychajúce drevo 256	
Drevo na náradie a nábytok 257	
Palivové drevo 257	
Drevo na dosky, rezivo a stavebné drevo 257	
Drevo na dlažky a náradie 257	
Nepraskajúce drevo 258	
Drevené šindle na vonkajšiu stenu a strechu, drevené odkvapové žlaby 258	
Tipy na zdravé stavenie a bývanie	260
Čistenie drevených dlaždíc a parkiet 261	
Čistenie okien a skla 261	
Čistenie odkvapových žlabov 266	
Napadnutie plesňou 266	
Právne vetranie 266	
<b>2. Voda o dobrom mieste</b>	<b>267</b>
Práca dračích jazdeov	268
Žiariaci svet	269
Majstri správneho miesta	273
Miesto činu „slé miesto“	277
Rakovina – choroba z ožarovania od úplného začiatku	280
Česty k dobrému miestu – schopný práčikár	284
Česty k dobrému miestu – vlastnými silami	286
<b>V. SÍLA MYŠLIENOK</b>	<b>293</b>

## Predslov

Zachovať si zdravie a vyzdraviť, a to vlastnými silami. O to by malo v tejto knihe ísť a my by sme vám chceli pri tom pomôcť. Chceme vám sprístupniť poznanie, ktoré vás môže sprevádzať po celý život a ktoré vám prekliesni cestu k bezprostrednému, osobnému zážitku toho, čo vás posilňuje či oslabuje na tele, duchu a duši – bez okľuky vytvorenej radami expertov a autorít.

Zostať zdravý a liečiť sa, dokonca prejsť celým životom s jeho výšinami a hĺbkami nie je vlastne ani ťažké, ani komplikované a nemusí to byť ani náročné či namáhavé. Moderné vedy, z nich najmä klasická medicína a psychológia, v tesnom prepojení s politikou, cirkvou, ekonomikou, priemyslom a reklamou – mnohé z nich po dlhý čas úspešne spolupracovali, aby nás presvedčili o opaku a nahovorili nám, že len špecialista so svojou tajnou vedou a tajným jazykom môže liečiť alebo ukazovať cestu k zdravému a zmysluplnému životu. Tento cieľ sledujú sčasti vedome, sčasti nevedome a z viacerých dôvodov: Ich trón zostane nedotknutý, ich väčšinou zbytočné výrobky (tovary a ideológie) sa naďalej dobre predávajú, ale predovšetkým my konzumenti a príjemcovia týchto „dobrodiení“ ostávame lepšie ovládateľní, závislí a nesvojprávní.

Toš! nás, že toľko ľudí chce dnes ísť inou cestou. Pri tomto pomalom procese zmeny myslenia chceme pomôcť – všetkým, čo je v našich silách. Pritom sa vrátíme k tomu, čo vždy fungovalo, k základným prvkom a oporným bodom zdravého, dynamického a hodnotného života.

Chceme znovu prebudiť k životu to, čo je prirodzené, jednoduché a prosté, ale bez toho, aby sme „hotové požehnanie“, ktoré nám priniesla nová doba, ihneď hodili cez palubu. Budúcnosť nám aj tak nedá na výber – prečo by sme teda neurobili prvé kroky dobrovoľne a s radosťou?

Nič z toho, čo na vás čaká na nasledujúcich stránkach, nie



je nové. Je to prastaré poznanie, vyskúšané po celé tisícročia a pokladané za účinné a liečivé – zákony a rytmy prírody, na ktoré sme v priebehu niekoľkých desaťročí jednoducho zabudli, alebo sme sa ich naučili ignorovať: vplyv rytmov Mesiaca a umenie konať v pravý čas, rytmy tela a biorytmy, zdravú výživu bez fanatizmu, poznatky o bylinkách, zdravé bývanie, silu myšlienok, vplyv všetkých týchto aspektov na telo, ducha a dušu a mnoho iného.\*

Niektoré informácie nenájdete v nijakej učebnici, ba mnohé neboli ešte nikdy uverejnené. Možno preto znejú niektoré informácie pri prvom prečítaní neuveriteľne alebo až dobrodružne – azda preto, lebo ich počujete po prvý raz, či azda preto, lebo to odporuje vášmu presvedčeniu alebo naráža na predsudky.

Lenže každá informácia, každé pravidlo, každá rada vychádza z osobnej skúsenosti – nielen z našej vlastnej, ale zo skúseností mnohých ľudí, mnohých liečiteľov minulosti a súčasnosti. Postupne budete mať sami podiel na týchto skúsenostiach, pretože každodenná práca s pravidlami z tejto knihy a ich skúšanie vyostrí vaše vnímanie prírody a vecí, ktoré vás obklopujú, a tak pochopíte doteraz skryté vzájomné súvislosti medzi telom, dušou a životným prostredím. Toto pochopenie vás napokon vyvedie zo strnulých zákonitostí a priblíži stavu, ktorý vás urobí nepodplatiteľnými a vždy imúnnymi proti množstvu negatívnych vplyvov životného prostredia. Predovšetkým vás ochráni pred všadeprítomným pokusom udržať vás nejakou formou v duchovnej alebo telesnej závislosti.

Čít, pozeranie a skúsenosť sú kľúčom k mnohým veciam v prírode, ktoré veda nevie odhaliť, aspoň nie svojimi obmedzenými prostriedkami a z postoja nadradenosti, ktoré rada zaujíma. Neočakávajte teda nijakú „fundovanú vedeckú“ príručku či zbierku saručených receptov, čo vám odníme prácu, ktorú musíte sami urobiť. Nechceme vyvolať novú módu ani

\* Ak ste čítali našu knihu Pod vplyvom Luny, niektoré informácie vám budú známe. Zaradili sme ich sem, pretože touto knihou sme nechceli napísať „druhý diel“. Niektoré opakovania sú nevyhnutné, ak majú byť súvislosti jasné a pochopiteľné.

robiť reklamu novej diéte či novému spôsobu života, ani nechceme ponúknuť tisíci zázračný všeliek. Nikomu nechceme vsugerovať myšlienku, že musí žiť podľa niečoho. Každý človek je jedinečný a výnimočný. To, čo jednému pomôže, druhého sa nemusí dotknúť alebo mu to môže dokonca uškodiť. Niekedy nejaký prostriedok či opatrenie pomôže, inokedy vytúžený úspech nepríde. Nepomôže vám nijaká štatistika vyliečených, nijaký „neomylný recept“, ak to, čo „vždy“ pomohlo, práve u vás nezaberie. Musíte si hľadať svoju vlastnú cestu, každý deň odznova.

Dosiahli sme všetko, ak sa nám podarilo prebudiť vaše spomienky. Ak si spomeniete, že vlastníte všetko, čo potrebujete – všetky prostriedky, všetky sily a schopnosti, aby ste žili život, ktorý si naozaj zaslúži svoje meno: život! S radosťou zo života a silou. A so srdcom pre seba a svojich blízkych. Život! Nepleťte si to s chaotickým striedaním očakávania a sklamaní, omámenia a bolesti, strachu a uľahčenia, radosti a frustrácie, stresu a záhaľky.

Človek nie je ani na sekundu niečím cudzím na Zemi a vo vesmíre. Príroda nevedie boj proti ľudstvu, ale dáva mu všetko, čo potrebuje, ak sa každý naučí žiť v priateľstve so sebou samým a v priateľstve s prírodou. Je to váš vlastný, osobný výkon, vaše vlastné, osobné rozhodnutie. Vždy máte na výber, akokoľvek by vás chceli presvedčiť o opak. My všetci – ľudia, zvieratá, rastliny, hviezdy, planéty, slnko a mesiac, vy a my – sme na jednej lodi. Naším jediným zmyslom života je, aby sme jeden druhého prebudili a boli tu pre druhých. Nezáleží na tom, koľko času bude ľudstvo ešte potrebovať, kým to pochopí. Najlepšou medicínou človeka je človek.

Našťastie sú mnohí ľudia na celom svete dnes na najlepšej ceste zanechať nanútené a nahovorené, prekrútené myslenie – orientácia na hmotné veci, presadenie sa a kariéru, na strach a istotu, nárast moci, na to, čo iní ľudia a inštitúcie pokladajú za normálne a správne, ako aj na nudnú a niekedy smrtonosnú ideológiu: „Verím len tomu, čo vidím,“ na omamujúce a ochromujúce presvedčenie, že „jednotlivec nemôže predať nič dosiahnuť“. Mnohí ľudia dnes začínajú žiť s oveľa



väčším rozhladom, s rozumom, mierou a cielavedomosťou. Cítia, koľko radosti, koľko rozvahy, koľko vnútorného pokoja prináša život pri absolútnej zodpovednosti za seba samého a vnútornej neviazanosti. Aké hlboké, skutočné uspokojenie dáva ochraňovanie blízkych a životného prostredia – nie ako životný štýl podľa nanútenej ideológie alebo umelej morálky, ale vďaka jasnému pochopeniu skutočnej povahy človeka. Spoznávajú, akú radosť im urobí, ak budú žiť podľa vlastnej intuície – akým bezvähovo jednoduchým a priehladným sa stáva život aj uprostred osudových búrok. Mnohí už vedia, že existuje táto skutočná povaha človeka a že je možné sa k nej v ľubovolnom okamihu života vrátiť – bez toho, aby sa človek predtým týral nekonečnými teologickými, psychologickými alebo prírodovedeckými štúdiami. Všetko skutočné a podstatné je od prírody jednoduché a prístupné každému človeku na svete. Boh a mnohí jeho priatelia vo viditeľnom a neviditeľnom svete sa neostýchajú.

Naša doba nepotrebuje nijaké zhora nariadené zmeny, nijaké nové zákony, nijaké moralizujúce kázania, a predovšetkým nijaký boj proti „zlu“. To, čo naša doba potrebuje, sa dá jasne sformulovať: prebudenie a pozdvihnutie jednotlivca. Nechceme vám dať do rúk meč, ale misu. Ani blúzky z umeľých vláken, ani azbest či ožarované potraviny nemajú šancu, ak si ich nikto nekúpi. Lekári, učitelia, právnici, politici, obchodníci, ktorí nie sú priateľmi človeka – nemajú šancu, ak ich už nikto nebude počúvať. Úradníci z EÚ, ktorí uzákonnili stupeň zakrivenia banánov a robia poľnohospodársku politiku, hoci nikdy nezasadili jediný strom, „štátni zamestnanci“, ktorí vyhadzujú naše peniaze von oknom tým, že menia štvormiestne poštové smerovacie čísla na päťmiestne, politici, či už čierni, zelení, žltí, červení alebo hnedí (označenie politických strán – čierni = kresťanskí demokrati, červení = socialisti, zelení = ochranári životného prostredia, hnedí = fašisti, pozn. prekl.) – ktorí chcú svojvoľne zmanipulovať ctenie, myslenie a konanie človeka podľa stupňa svojho fanatizmu, podľa svojho strachu zo života – nemajú nijakú šancu, keď už nikto nedovolí robiť zo seba hlupáka. V tejto knihe preto nebudú chýbať ani informácie, ktoré sa menej zaobera-

jú čistými faktami, ale skôr niektorými našimi navyknutými spôsobmi myslenia a ctenia, nadobudnutými výchovou, ktoré otvárajú dvere negatívnym vplyvom a sú oveľa silnejšími pôvodcami ochorení ako ktorýkoľvek vírus, baktéria či jed poškodujúci životné prostredie.

Naším želaním a zámerom je preto v prvom rade prebudiť vo vás odvahu a nezlomnú vôľu, aby ste dôverovali svojmu vlastnému citu a žili podľa osobného ctenia a intuície. To je náš zámer a právo i povinnosť všetkých ľudí od narodenia. My vám však môžeme len otvoriť dvere. Chuť na dobrodružstvo a odvahu prejsť cez ne musíte mať sami. Nikdy nezapbudnite na to, že v hre je vaše telo, vaša duša a váš život. Nikto nemôže a nesmie žiť váš život za vás. Podľa toho, čo cítite a vidíte, máte a smiete žiť – aj keď tento váš pocit nemá nikto iný na celom svete!

Pocit, o ktorom hovoríme, sa niekedy prejavuje ako tichý „vnútorný hlas“. V jazykovom úze všedných dní ho poznáme pod najrozličnejšími názvami, a to intuícia, srdce, vnímanie, ctenie, tušenie, svedomie, citlivý zmysel, čuch, inštinkt, ňuch, často aj šiesty zmysel. Sila vnímania, ktorá slúži tomuto vnútornému hlasu, vie, čo naozaj podporuje – vnútorne aj navonok – v každom okamihu váš rast a pozná príčiny problémov a chorôb. Hlas hovorí, čo treba robiť na vyličenie – či je na samoliečenie potrebná pomoc priateľa, alebo to človek dokáže sám. Hovorí, kedy treba plávať po prúde a kedy proti prúdu, hovorí, čo človeku pomáha a čo mu škodí – často v protiklade k jeho mysleniu, jeho strachu a nádejiam.

Všetci sme sa k tomu dali zviešťať, alebo sme sa nevedome rozhodli – mimochodom, nie až za moderných čias – ignorovať tento tichý hlas, ktorý nám rozpráva o všetkých týchto veciach. V detstve sme ho dôverne poznali ako najlepšieho priateľa a strážneho anjela a v tom krátkom úseku života nás len zriedka sklamal. Vtedy nebolo nijakým problémom spoznať, že cisár je nahý.

Prečo sme pripustili, že tento hlas tak stíchol? Pretože je nestranný. Pretože hovorí pravdu bez ohľadu na postavenie, meno a následky, ktoré vyplývajú z čistej pravdy, ktorú hlása.



Pretože je neovplyvniteľný či nemanipulovateľný. Pretože nemyslí ani pozitívne, ani negatívne. Pretože nám nastavuje neoplatiteľné, vyleštené zrkadlo. Pretože vidí veci také, aké sú.

Tam, kde zlyhajú naše zmyslové orgány, ukazuje hlas správnu cestu. On komusi vnukol myšlienku, aby preskúmal, či je azbest zdraviu škodlivý. Iného človeka donútil, aby bez váhania skočil do vody a zachránil topiace sa deti – napriek všetkým svojim obavám, napriek všetkým úvahám.

Ktorá politika, ktoré hospodárstvo štátu, ktorá reklamná firma, ktorá ideológia by mohla v súčasnosti obstáť v oslepujúcom svetle, v liečivom silovom poli pravdy? Tak veľmi sme si zvykli na to, že zamieňame názor s poznaním a že žijeme s klamstvom, s kotrmelcami intelektu, s neprestajným šumom myšlienok prehlušujúcich pravdu, že tento tichý hlas v nás sotva dostáva šancu, že ho bude počuť. Pri všetkom tom neplodnom úsilí obrátiť pravdu na jej protiklad prehliadame, ako telo postupne upadá a vysiluje sa – to je najlepšia živná pôda pre všetky druhy porúch a chorôb.

A tak sme postupne strácali dôveru v tento hlas, pričasto sme boli zavádzaní inými, cudzími hlasmi, vlastnými hlučnými hlasmi a hlasmi „expertov“. V pravom zmysle slova sme boli zavádzaní „za svetlo“. Do tieňa života.

Pomôžeme vám pribrzdiť, spomaliť a stíšiť sa a v tichu sa zastaviť, aby ste mohli opäť počuť tento hlas a vziať si k srdcu jeho múdrosť. Pomoc je niekedy nevyhnutná, pretože tento hlas sa odlišuje od všetkých ostatných stimulov v nás – nie je to cit v zmysle emócie, sentimentality alebo pudu, nie je to myšlienka v zmysle počítania, plánovania alebo nádeje. Kto ho pozná, vie, že niekedy príde a odíde, bleskovo ako krátky hudobný akord v diaľke alebo prudký elektrický úder. Potom nás zasa vedie ako vreckový lampášik temnou nocou – s nevyčerpatelnými batériami. Okrem toho sa tento cit nemôžete naučiť tak, ako sa človek vyučí remeslu. Niekedy je jednoducho potrebný dlhší čas na skúšanie, a pokusmi a omylmi v rozmanitých podobách, aby sme rozlíšili vnútorný hlas od vdušných zámok, vytúžených predstáv a sebaklamov a aby sme ho počúvali.

Radi by sme vás však ubezpečili o jednom – keď ste presvedčení, že nemáte neomylný cit, je to tak len preto, lebo

vám chýba odvaha súhlasiť s ním a dôverovať mu. Je to výlučne otázka odvahy – a lásky voči sebe samému. Prístup k tejto odvahe, k sebaláske a citu vedie cez bezpodmienečné prevzatie zodpovednosti za svoj život, za každý jednotlivý krok, za každú svoju myšlienku, slovo, čin, dnes aj v budúcnosti. Potom sa dostaví aj úspech. Utíchnutie búrky vo vašom srdci a ticho po nej zbystrí váš sluch pre hlas srdca.

Aj keď vám potom cit ukáže cestu k údajnému neúspechu alebo k chybe, k nepríjemnej alebo bolestnej situácii, je to vždy to jediné správne a možné. Lebo jedine z chýb – sto-percentne, s celým srdcom a bez neskoršieho hľadania vinníka – sa môžeme naozaj učiť a vďaka nim sa zdokonaľovať.

Načúvanie tomuto hlasu môže zmeniť život človeka od základov. Otvoria sa dvere k slobode, ktorú dnes nachádzame len zriedka a pred ktorou máme strach – ku skutočnej slobode, ktorá nemá nič do činenia so „slobodou voľby“. Naopak, oslobodzuje od voľby! Dovoľuje človeku tak rýchlo a bezpečne posudzovať, že už nemá na výber, pretože správne konanie z minulúty na minútu je mu úplne jasné. Rozhodnutia, ktoré potom urobí, sa zakladajú na skalopevnom presvedčení, že neexistuje nijaká iná alternatíva, vôbec nehovoriac o tom, že by ich mohlo byť viac. Takýto človek je slobodný dokonca aj na invalidnom vozíčku či za bránami väzenia. A len takíto ľudia pomôžu ľudstvu zvládnuť všetky výzvy, ktoré mu prinesie budúcnosť.

Liečiteľstvo budúcnosti bude obojstranným obohatením, splyvaním prastarých spôsobov liečby s tým najlepším z modernej medicíny. Umenie mágie a liek, láskyplný dotyk a skalpel, liečivá práca myšlienok, modlitba a meditácia sa po stáročiach neprírodného rozdelenia spoja do jedného celku, ktorý vidí aj človeka znovu ako celok. Je to jediná možná cesta.

Vnútorný cit, pozorovanie a priama skúsenosť ukázali našim predkom cestu k rytmom prírody a Mesiaca, k poznaniu, ktoré si zaslúži, aby bolo s vďačnosťou prijaté. A tak vás teraz chceme oboznámiť s časťou tohto poznania.

Johanna Paunggerová  
Thomas Poppe