

## **Cvičenie (meditácia č.4) :** **“Definovanie (vytvorenie) Poľa Prítomnosti“**

Pre transformáciu minulosti sa potrebujeme pevne „zakoreni“ v Prítomnosti.

Ale na to musíme byť skutočne „tu a teraz“. To znamená, že ak začneme potrebovať vstúpiť v terajší čas alebo Prítomnosť.

Pre mnohých z nás môže byť Prítomnosť naozaj veľkým prekvapením preto, že tam málokedy trávime svoj čas. (bvykle sme zamknutí vo svojej minulosti, kam nás ťahajú všetky naše obavy, strachy, starosti, problémy, pocitby, zlosti, atď. alebo lietame v pobytnosti).

Keď sa vrátíme do Prítomnosti, máme možnosť znížiť alebo dokonca eliminovať tlak, ktorý na nás vyvíja, všetky tieto bytosti a minulé potreby, obavy a starosti.

– apríklad sa potrebujete rozvojiť. Aj v prípade, že váš rozum ponúka rozličné možnosti, ktoré sú pre a proti skutočným potrebám, ktoré sa obvykle vykonávajú pri odložení, či váš „emočné“ /astrálne/ centra /1n) /2ie a /astrálne/ 3a. A základom rozvoju nutia to /1n) /2ie a a vždy budú len to, čo mu zabezpečuje úroveň anie pocitu bezpečnosti a lásky.

Ale pri „ospelom“ rozvoji nutí musí byť vyvážený medzi rozumom a srdcom, ktoré zabezpečuje len harmonickú spoluprácu vášho „centra“ /rosti“ /4 1y\*\*ie/ 3a! a „emočné“ /centra“ /4 Astrálne/ 3a.

Pri om taká spolupráca sa nemôže vykonávať v prípade prítomnosti, zlosti a strachu. Je to možné len v prípade, keď ste sa už naučili zbaviť sa minulosti.

– ávrat v Prítomnosť nám umožňuje eliminovať množstvo vnútorných blokov, ktoré zabezpečujú existenciu tejto arcie.

Po cvičení .6 a .ti