



© Petr Hloušek, Právo

Henry Monfrot

Přednáška v Brně
Divadlo Bolka Polívky, 23. listopad 2011

Obsah

Úvod	3
Prána	3
Půst	5
Můj příběh	5
21 denní proces	7
Tři kritéria	9
Otázky a odpovědi	9
Poděkování	18

Dobrý večer všem.

Jsem moc šťastný, že jsem tady v České republice a vděčný za to přijetí, které se mi tady všude dostává. V Čechách jsem ještě nebyl, takže toho využívám k tomu, abych si z toho udělal takovou turistickou cestu oběžnou a navštívil krásná místa, kterých tady máte spousty, jsou opravdu úžasná.

Předmětem dnešní debaty je pránická výživa. Myslím, že všichni víte o čem se dneska budem bavit. První věc, kterou bych chtěl říct je, že po nikom nežádám, aby to dělal stejně jako já. Já přináším svědectví. Nejsem žádný duchovní vůdce ani guru. Cesta pránické výživy je podle mě cestou do neznámé země a každý den, když vstávám, tak si s pokorou říkám, že pokud to půjde, tak budu pokračovat. A stejně tak jako kolonizátoři, když přijeli do Ameriky, tak dobývali svoje území každý den více a více. Každý den, každé ráno naráželi na novou hranici. Takže já spolu s 30-40 000 lidmi, který tuto zkušenost podstupují každý den na celém světě máme záměr nebo ambici něco předat, ne vaší hlavě, ale vašemu tělu.

Komunikace, která tady dneska večer proběhne bude komunikace mezi mými a vašimi buňkami. A proto se stává, že po těchto přednáškách lidé několik dní nejedí. Protože na základní úrovni, o které se budeme bavit, tady máme společné a kvantové pole a to, co moje buňky pochopily už před devíti lety, tak to ty vaše pochopí také a chápou. Proto se o tuto cestu zajímá stále více a více lidí. A čím více lidí se dává na pránickou výživu, tím je to jednodušší. Takže vám tady neudělám didaktickou mentální přednášku, ale podělím se o svoji zkušenost. Ještě jednou zopakuji, že jde o moji osobní zkušenost. Myslím, že na zemi je 7 miliard lidí a na světě je také 7 miliard různých cest. Každý jde tou svojí cestou. Takže nemůže být žádný mistr ani guru. Každý má tu svoji zkušenost. A je to cesta svobody. A nedokážeme si představit, jak nás to osvobodí, když se osvobodíme od jídla a změní se nám celý život.

Už jste někdy slyšeli, co je to „prána“? Slovo prána pochází z hindské tradice, z védské tradice a nacházíme tento pojem i v čínském taoismu a to jako „či“, „či kung“, „taiči čuan“ a překládají to jako „energie“. V japonštině je to „ki“. V Polynésii a Jižní Americe se tomu říká „manas“. Takže prána je jednoduše životní energie. Zeptáte-li se vědce nebo lékaře, co to je život, tak vám popíše všechny nezbytné podmínky k tomu, aby život existoval, ale tajemství života vám neřekne. Jak může takto malé semínko vyrůst do stromu, který má 25 metrů. Je to nekonečná síla. Je to síla, která je ve vzduchu, je to síla, která je v tekutině a stejně tak i v pevném skupenství v pevné hmotě. Je to ta stejná substance, ale na různých vibračních úrovních. Pokud je ve vzduchu, tak je nazývána prána. Pokud jste byli v lese nebo na horách tak jste viděli takové malé částičky ve vzduchu, které se

pohybují velkou rychlostí. Pokud jste to zažili tak máte otevřené svoje třetí oko, to znamená vaše schopnost vidět subtilní vidění. Existuje i v tekutém stavu. Když dám na krk moje ruce, tak se sliny změní v něco, co je sladké jako med a to mě bude živit a této tekutině říkáme „sóma“. Ve védských textech máme zmínku v 9. mandale, tam se mluví jen o sómě. Na úrovni pevné hmoty je to prach, ze kterého všechno vzniká a té se říká „vibhuti“. Někteří duchovní mistři jako třeba Sári Bába, těm vibhuti prýští z rukou, to znamená, že dokáží materializovat tu pevnou pránou. A z této hmoty vzniká všechno, veškeré stvoření. Mohou jim dokonce z rukou vznikat šperky, zlato, drahé kameny. Takže všechno je možné.

Takže jak se budeme živit touto energií, které říkáme životní energie? Je tady ta možnost, kterou jste našli vy a vaši předkové. To znamená jít sehnat potravu někde ven a potom ji pozřít. Možná to nevíte, ale v tom co jíte je pouze 15 % toho, co slouží vašemu tělu a zbytek jsou odpady a toxiny. Hmotnou stravou do sebe samozřejmě také dostáváte pránou, ale zároveň i toxiny, které se budou hromadit ve vašem těle. A proč se ty toxiny hromadí? Protože zpravidla jíme moc, vzhledem k tomu kolik aktivit máme v našem současném životě. Pro mě je představa jíst 3x denně úplné bláznovství. Pokud jíte, tak musíte nejdřív žvýkat, potom vám potrava sejde do žaludku, musíte ji trávit, potom jde do střev, odkud se z ní vstřebávají výživné látky a potom se zbavíte těch zbytků a poslední fází je detoxikace. Pokud se opět v této fázi najíte, tak nedáte prostor této detoxikaci. Takže pokud např. sníte steak, tak ho musíte trávit 4 - 6 hodin, jenom proto, abyste ho strávily. Toxiny, které nemohou být vyloučeny, tak se budou hromadit ve vašem těle, ve svalech, tucích a také ve vašich kloubech. A toto vede časem k opotřebování těla, k nemocem, stárnutí a smrti. Takže pokud přestanete jíst a žijíte se pouze pránou, odpadnou vám všechny tyto problémy. Takže já vám říkám, že je možné živit se pouze pránou a nemusíte podstupovat všechno toto o čem jsem hovořil.

Proč už se to nestalo dřív? V historii už byli tací lidé, kteří žili bez toho, aby jedli a pili, ale můžeme říci, že to byli pouze svatí nebo asketové nebo mystici, takže jedineční duchové. Musíme si uvědomit, že vibrační stav planety je teď tak pokročilý. Od roku 1983, kdy na planetu přišla zvláštní síla, které říkáme nadmentální, tuto sílu popsal člověk jménem Sri Aurobindo, hindský mistr, který žil na začátku 20. století a napsal o tom čtyřdílnou knihu, která se jmenuje Božský život. A v této knize je předposlední kapitola, kde popisuje gnostickou bytost, která popisuje tuto nadmentální bytost, takže je potřeba připomenout, že v roce 1983 se svět třikrát dostal na hranici nukleární války a když to viděly světelné bytosti, tak si řekli, že je potřeba okamžitě zasáhnout a poslali tuto nadmentální energii. V tuto chvíli tedy sestoupila tato energie, které říkáme nadmentální a výsledkem bylo ukončení studené války, pád Berlínské zdi a změna sil, které jsou

přítomné. Říkáme tomu vibrační zrychlení a momentálně se to děje každý den. Takže toto se stalo i v roce 1983 a umožnilo to, že nyní všichni mohou žít tímto způsobem, pránickou výživou. Těch 30–40 tisíc lidí, co tímto způsobem už tak žijí, jsou svým způsobem určitými prototypy. Je to tak, jako když se tvoří nové auto, tak se nejdřív vytvoří prototyp a když je prototyp dostatečně vyvinutý, tak přechází do výrobních linek. V evoluci to bylo vždycky takto, že to postupovalo metodou pokusů. A my jsme, dá se říct, novým prototypem tohoto druhu lidstva.

Takže jaké jsou naše předpoklady k tomu, abychom mohli žít z prány? Nejdříve je nutné říci, že je potřeba rozlišovat půst a pránickou výživu. Půst má začátek a konec. Nemůžeme držet půst déle než 4 měsíce, protože jinak potom člověk umírá. Takoví atleti půstu, jako třeba Gándhí, tak ho drželi 4 měsíce a chudák, po čtyřech měsících ho museli tři lidé nosit, protože byl skoro mrtvý. V Irsku drželi vězni protestní hladovku a po 4 měsících zemřeli. Takže při půstu využíváte své rezervy a když už nemáte rezervy, tak spadnete na zem a umřete, což je totálně dualistická představa, kdy existuji já na jedné straně a na druhé straně vesmír. A pokud mám už velice slabé síly, tak potom postupně už nemám žádné. Pokud se bavíme o pránické výživě, tak je tam to slovo výživa. My nepřestáváme jíst, jenom změníme způsob jakým se živíme. A to je velice důležité pochopit, protože tím naprogramujeme naše buňky. Místo toho, abysme řekli od toho a toho dne přestávám jíst, řekneme svým buňkám, že se budeme živit pránou. Rozumíte tomu rozdílu? Je to velmi důležité, protože vaše buňky poslouchají všechno, co jim říkáte. Když jim řeknete pozor, dostanu chřipku, tak ji za chvíli dostanete. Ty buňky jsou strašně hodné. Oni udělají přesně to, co jim řeknete. Je velice důležité, aby to, co po nich chceme, to poselství, bylo jasné, jednoduché a přesné. Takže se nebudeme bavit o obecných pravidlech, kromě toho mého.

Jde to i ze dne na den, což je můj případ, ale to se netýká úplně každého. Obecně je potřeba určitá příprava, potom je potřeba proces, kdy se pránická výživa zavede do našeho života. A po 21 dnech jsou tři kritéria, která nám ukáží, jestli jsme opravdu přešli na pránickou výživu. A pokud splníme tato tři kritéria, pak můžeme žít tak dlouho, jak budeme chtít. Příprava musí být velmi pečlivá a musí trvat tak dlouho, jak je to nutné. K této přípravě je absolutně nutné, abychom byli sladění na všech čtyřech úrovních, tzn. fyzické, emocionální, mentální a duchovní. A všechny tyto čtyři úrovně naší bytosti s tím musí být v souladu. V žádném případě se do toho nesmíme nutit, nesmí to být násilím, protože jednak by to nefungovalo a jednak by to mohlo být i nebezpečné.

Povím vám svůj příběh. Živím se pránou již devět let, dva roky ještě před tím jsem vážil 120 kilo. A jedl a pil jsem opravdu hodně. Jednou jsem takhle vyšel schody a potom nahoře na těch schodech jsem 15 minut lapal po dechu a srdce mi bylo

rychlosti 150 tepů za minutu. A řekl jsem si: ‚Henri, jestli budeš takto pokračovat tak umřeš, to je jasný‘. Takže jsem se vydal na svou cestu a začal jsem krátkými půsty, 1, 2, 3 dny a pak jsem znovu jedl, to jsem dělal 2 roky a zhubnul jsem 30 kilo. Jednou jsem náhodou navštívil přítele, který žije v Lyonu a on mi řekl: ‚Hele ty děláš ty půsty, mám tady knížku, která by tě mohla zajímat.‘ A byla to kniha od Jasmuheen, která se jmenuje Žítí ze světla. Jestlipak znáte Jasmuheen? Slyšeli jste o ní? Jasmuheen vymyslela tuto techniku před 25 lety a stalo se to tak, že požádala svého světelného průvodce, aby se mohla vyléčit z rakoviny a tímto způsobem se z ní vyléčila. Přečetl jsem její knihu za jedinou noc a následující ráno jsem se začal živit pránou a od té doby jsem nikdy nepřestal. Bylo to pro mě jako zjevení. Pránu vidím už od dětství a léčím lidi magnetismem. Magnetismem nazývám pránu, kterou používám skrze své ruce, ale nikdy jsem si nemyslel, že bych se jí mohl živit, ale najednou mi to v hlavě udělalo cvak a viděl jsem, že je to možné. Takže jsem to udělal tak, jako to říká Jasmuheen ve své knize.

S Jasmuheen ve dvou věcech nesouhlasím. Pokud nebudete první týden pít, budete se detoxikovat velice intenzivně a může se vám přihodit, čemu se říká krystalizace konfliktů a můžou se vám udělat ledvinové nebo žlučové kameny a to je velmi bolestivé, takže nemůžete přejít na pránickou výživu tímto bolestivým způsobem, to nedává smysl. Takže podle mě pijeme a pijeme tak, jak moc chceme. To znamená hodně, především první 3 dny. Během těch 21 dnů nikdy nepřestaneme pít.

Druhou věcí se kterou nesouhlasím je, že třetí týden začneme pít ovocné šťávy (50%) a jestli začneme pít ovocné šťávy, tak je to zase výživa a buňky nechápou, co se děje. Je to jako 2 programy najednou, jednak že budeme žít z prány a jednak, že se budeme vyživovat hmotnou stravou. To znamená, že se tím pádem z toho stane půst.

Já jsem to udělal tak, že jsem nikomu nic neřekl a bylo to zrovna koncem roku, tzn. Vánoce, Nový rok, byl jsem pozván ke svým dětem a vnukům, ale i přesto jsem je navštívil a řekl jsem svým dětem že jsem prostě jsem přestal jíst, takže to bylo první překvapení a také jsem udělal svojí první přednášku. A pak jsem o tom 6 let s nikým nemluvil, kromě svých přátel a své rodiny. A pak jsem si jednou takhle v klidu meditoval a během toho jsem uslyšel hlas svého průvodce, který mi řekl: ‚Napiš knihu.‘ Tak jsem mu odpověděl: ‚Ale já neumím psát knihu.‘ On mi ale řekl: ‚Ne, ne, ne, napiš knihu.‘ Tak jsem se vrátil zpět a těch šest let jsem popsal v té knize všechny zkušenosti těch šesti let. Udělal jsem všechno, abych ten rukopis mohl poslat vydavateli, toho vydavatele jsem si vybral úplnou náhodou na internetu a poslal jsem mu ten rukopis, jen jednomu vydavateli. A jeden rukopis jsem poslal i svému příteli ze Švýcarska, který je doktor. Věnuje se alternativní medicíně a napsal spoustu knih a on mi řekl, že ta moje kniha je úžasná a že by

chtěl napsat předmluvu, tak jsem si řekl, že to je dobré znamení. Ptal se mě, kdo je můj vydavatel, tak jsem mu řekl, že je to vydavatelství Lanore v Paříži a on mi řekl, že je to opravdu vtipné, protože to je zároveň i jeho vydavatel. Obvykle se kniha prodává čtyři měsíce. Je potřeba vědět, že vychází 30 – 40 000 knih za rok. A moje vyšla před 2,5 lety a je třetí nejprodávanější na Amazonu, což dokazuje, že kolektivní vědomí je připravené na to, přejít na pránickou výživu.

Máte již nějaké otázky?

Otázka: Pijete něco jiného kromě vody? Třeba čaj nebo něco jiného?

Odpověď: Ano piju kávu. Káva je pro mě šamanská rostlina. Miluju to. Ale jinak piju jenom vodu.

Když se budeme bavit o tom, jak se to normálně děje, tak ta příprava by měla trvat 1 – 2 roky a nejdřív zjourníme kvalitu a kvantitu přijímané potravy. Co se týče kvantity, tak ji omezíme na 1x denně a co se týče kvality, tak vybíráme nejlépe bio potraviny. Nebudu vám dávat žádné konkrétní rady, neexistuje žádná horší či lepší dieta a dokonce i lidé, kteří jedí maso, tak můžou přecházet na pránickou stravu. Ale jde o to, aby ta výživa byla vědomá. Je potřeba o tom začít mluvit. Ze začátku vkládáme krátké půsty a využijeme techniku půstu abychom pročistili tělo. Ne déle než 3 dny, to už k ničemu není. Za 3 dny vyčistíte celý svůj organismus. Takže 1, 2 nebo 3 dny, nemusí to být úplně půst, může to být dieta, tzn. že můžete jíst jeden den jen ovoce nebo rozmixované polévky a to vám umožní zušlechtit tu výživu. Když se cítíte připraveni na těch čtyřech úrovních fyzické, citové, duševní a mentální tak můžete přistoupit na pránickou výživu.

Pokud se začnete živit pránou, tak je důležité to číslo 21, je to číslo zasvěcení a každý týden je jiný, pokaždé se pracuje na jiné úrovni. Prvních 7 dní se pracuje na fyzické rovině a na odstranění tzv. buněčné paměti. Buněčná paměť je taková stopa, která zůstává na vašich buňkách a po všech stresech a nemocech, které jste kdy měli a díky těmto stopám se stává, že se ta nemoc vrací. Např. lidé, kteří prodělali rakovinou a vyléčili se pomocí léků, tak za 2 až 3 roky došlo k recidivě a často se to vrátilo v horší podobě, protože se nezbavili té buněčné paměti. Prána má schopnost tyto stopy buněčné paměti odstranit. Je to jako čistit rýhy na desce. První týden budeme používat to, co tělo zná. Ve chvílích, kdy jste zvyklí jíst, vám bude kručet v břiše a budete mít pocit prázdného břicha, tomu říkáme neurovegetativní systém. Nachází se v zadní části mozku, kterou máme ještě od plazů. Je to automatický proces našeho těla, které nám říká: „Mám hlad, pošli mi nějaké jídlo.“ A to se děje těsně před tím, než se najíme. A my tyto momenty, to jest v poledne a večer, využijeme k tomu abychom se věnovali vizualizaci, během níž vědomě necháme klesat pránu naším tělem. Díky tomu naše buňky během

3 - 4 dnů pochopí, že ta výživa, kterou jim od teď budeme davit, je prána. Pocit hladu okamžitě mizí a tělo je nasycené. Od té chvíle, kdy to buňky pochopí, tak je to velice jednoduché a naše smysly se velice zbystrí.

Abych vám dal nějaký příklad. Když položím ruku na zem, cítím, jak klíčí semena. Když jdu do obchodu a přeježu rukou nad ovocem a zeleninou, tak cítím chuť a vůni toho ovoce a poznám, jestli bylo ošetřováno chemicky nebo ne. Po určité době se vašich pět smyslů tak zbystrí, že nám tu pránu přinesou prostřednictvím všeho, co ve stvoření existuje. Pak dojde k určitému fenoménu na úrovni naší aury a to, že zesílí a bude koncentrovat a shromážďovat pránu. Pak už nemusíme nic dělat. Každým našim pórem si buňky vezmou přesně to, co potřebují.

První týden se tedy bavíme o buněčné paměti na fyzické úrovni. Před dvěmi lety jsem měl skupinu a jejím členem byl závodní cyklista. Byl v amatérské kategorii a měl se z něho stát profesionál. Spadl a způsobil si několikanásobnou zlomeninu a už nikdy nemohl znovu jezdit na kole. Během toho 21 denního procesu se mu na ruce objevil obrovský hematom. Ptal jsem se ho, zda ho to bolí nebo se někde uhodil a on říkal ne, ne, tam jsem měl to zranění, ale vůbec mě to nebolí a další den už tam neměl vůbec nic. A na břicho měl od dětství jizvu po operaci slepého střeva. Tu jizvu měl celou červenou a nateklou, podle mě to neměl správně sešit a ta jizva totálně zmizela. Takže vidíte jak se to děje.

Ty buněčné vzpomínky jdou čím dál tím hlouběji. Projdete jimi až do fáze, kdy jste byli plodem v břicho vaší matky. Projdete i buněčnými vzpomínkami, které se týkají minulých životů, projdete buněčnými vzpomínkami, které se pojí k vaší rodině. Stává se, že lidé onemocní v určitém věku určitými nemocemi, kterými ve stejném věku trpěli jejich rodiče a potom během druhého týdne se dostanete ke vzpomínkám, které jsou ještě mnohem hlouběji, což jsou vzpomínky celého lidstva. Tzn. vzpomínky na doby, kdy bylo sucho a hladomor a tyto vzpomínky jsou ožiovány, protože i dnes jsou lidé, kteří trpí na světě hlady.

A tou nejhorší vzpomínkou, která je dost silná až násilná, se týká stěny, která je kolem buněk. Když máte dvě buňky, tak každá má svojí stěnu, ale to je jen váš mentální koncept, to vidí jen vaše mentální stránka a to je ta dualita, to je iluze. Na úrovni jednotného kvantového pole existuje jenom energie. Takže projdete touto zkušeností, která trvá 3 dny, kdy ztratíte všechny své záchytné body a na tělesné a především mentální úrovni dojde k totální dezorganizaci. Což mi připomíná to, co prožíval Ježíš, poté co ho dali do hrobu a je to rozdíl mezi housenkou a motýlem. Housenka a motýl jsou dvě různá zvířata a přitom je to stejné zvíře. Housenka kráčí po zemi a celý den jí a nemiluje se. Motýl létá, nejí a miluje se celý den. A mezi tím je kukla. Vědci si řekli, že se do kukly podívají, aby pochopili, co se děje,

jak se z housenky stane motýl, otevřeli kuklu a našli tam kašičku. Úplně beztvářá kašička, rozhodně žádná živá bytost. Takže tyto tři dny budeme žít na úrovni této kašičky. A po třech dnech najednou bum a ocitneme se ve sjednoceném kvantickém poli. A uvidíme jenom světlo a jenom energii. Cítíme mír, pokoj, lásku a to tak intenzivně, že naše buňky pochopí, že jsou věčné a nekonečné a dosáhneme vnitřního stavu blaženosti tzn. že jste šťastní, úplně šťastní a naplnění, úplně naplnění. A vaše buňky se radují a jsou úplně okouzlené tím, že to můžou zažívat. A tím najíždíte definitivně na pránickou výživu. Takže takhle se to děje.

Abychom to dokončili s tím procesem 21 dnů. Během toho posledního týdne bilancujeme situaci, kterou jsme prošli a definujeme si 3 kritéria, podle kterých poznáme, jestli jsme opravdu zahájili tu pránickou výživu dobře. Prvním kritériem je naše váha. U pránické výživy tu váhu stabilizujeme a můžeme dokonce i trochu přibrat. Během půstu na váze jenom ztrácíme, ztrácíme, ztrácíme. Dostaneme se na tzv. hraniční limitní váhu a pokud se dostaneme pod tuto váhu, tak i když se najíme tak už nepřibereme a zemřeme. Takže já už 9 let mám 75 kilo a tato moje váha se nehla.

Druhou věcí je energie. Pokud najedeme na pránickou výživu, najedeme na tzv. univerzální energii a nepoznáme už opotřebování, únavu a čím víc budeme jednat, tím víc budeme mít energie. Zatímco při půstu, čím déle se postíme, tím méně máme energie. Lidé, kteří drží hladovku jako protest, tak po 4 až 5 dnech leží na zemi, nemůžou se hnout.

Třetím kritériem je spánek. Na pránické výživě se nám podaří snížit dobu spánku na polovinu. Já po devíti letech spávám hodinu, hodinu a půl a po té hodině se budím tak stejně odpočatý, jako bych spal 10 hodin. Pokud člověk drží půst, tak spí celý den.

Podle těchto třech důležitých kritérií poznáme, že jsme přešli na pránickou výživu a že to není jenom půst. Pokud jsou tato 3 kritéria naplněna, můžeme pokračovat bez jakýchkoli problémů. Pokud jedno z toho chybí, tak můžeme počkat jeden, dva měsíce, abychom viděli. Ale pokud splňujeme pouze jedno kritérium nebo žádné, tak musíme začít okamžitě znovu jíst, protože naše tělo nepochopilo, co se děje.

Otázka: Dá se to použít v normálním životě, když se chodí do práce nebo tak?

Odpověď: Myslíte ten 21 denní proces nebo vůbec? Můžete si to dělat úplně v klidu po svém. Já jsem to dělal, když jsem léčil lidi a nikomu jsem to neříkal a všechno jsem dělal jako obvykle, ale myslím si, že je přece jen lepší to dělat někde

v izolaci, v klidu, bez stresu, na krásném místě někde v přírodě a pokud možno ve skupině, protože můžete využít energii celé té skupiny. A potom až přejdete na pránickou výživu, tak můžete fungovat úplně normálně a máte dokonce víc energie, než jste měl před tím. S fyzickými silami také není problém. Můžete se podívat na Suprememastertv.com, což je americká televize, která každý týden vysílá svědectví lidí, kteří jsou jako já a je tam i svědectví muže, který se jmenuje Jericho Sunfire, který nejí ani nepije čtyři pět let a je trenérem rugby. A uvidíte jeho trénink a to, jak dělá kliky, a můžu vám říct, že to je teda něco. Můžete běhat. Já třeba hodně chodím na procházky. Ze začátku chodíte normálně s ostatními a pak zrychlujete, zrychlujete a chodíte neuvěřitelnou rychlostí, aniž byste byl unavený. Alessandra Avigni, která žila v 19. století, navštívila Tibet a říkala, že mezi budhistickými kláštery bývali poslové a pohybovali se takovou rychlostí, že to vypadalo, že létají. Přesně tak se cítíte, když přejdete na pránickou stravu.

Otázka: Může breathariánství provozovat těhotná žena a zda je narozené dítě potom také breatharián?

Odpověď: Na [Suprememastertv](http://Suprememastertv.com) můžete vidět pár ekvádorských tanečníků, kteří se živí pránou již několik let. Ona právě porodila, těhotenství proběhlo úplně bez problémů, porod byl velmi jednoduchý, po odstavení to dítě nejí, je pránické. Narodilo se už několik pránických dětí a velmi to zajímá americkou armádu. V Indii žije muž, pokud jste videli film Na počátku bylo světlo, v ČR myslím ještě neběžel, ale najdete ho na internetu. Je tam spousta svědectví lidí, kteří se živí pránou a také jedno svědectví indického jogína 85 letého, který nejedl ani nepil už 70 let. 10 dnů ho zkoumali a dělali mu vše možné a nemožné za testy. Jeho orgány jsou naprosto zdravé, bez jakýchkoli známek stárnutí a jsou ve stavu, jako je má člověk, kterému je 25 let. A jeho mozek také. Ten výzkum platila armáda. Zajímá to armádu a ne ministerstvo zdravotnictví.

Jen aby jste pochopili, tak vůbec nikdo nemá zájem o to, aby jste byli úplně zdraví. Zemědělsko-potravinářské lobby má zájem o to, aby jste byli nemocní a farmaceutický průmysl vám potom řekne, že vás vyléčí. Všechny nemoci které jsou z jídla jsou pro farmaceutický průmysl velice zajímavé, protože jde o nemoci dlouhodobé, diabetes, cholesterol, vysoký krevní tlak. Všechny výzkumy ohledně pránické výživy byly nakonec cenzurovány, což se stalo u Jasmuheen a Michala Wernera, můj německý kamarád, který napsal knihu, kterou si také můžete přečíst. Je fyzikem, pracuje v obrovském německém podniku, je to opravdový vědec, velmi racionální. Dožadoval se, aby medicína začala zkoumat pránu. Dvakrát po sobě se nechal zkoumat úplně zavřený, nejprve v Německu a pak v České republice. Pokaždé se dozvěděl, že ty výsledky budou publikovány, ale nikdy se tak nestalo.

Otázka: Mohou být lidé sexuálně aktivní během 21 denního procesu a následovně a to zejména muži?

Odpověď: Je potřeba pochopit, že dva základní instinkty, sexuální a potřeba potravy, fungují zároveň. Jestliže ovládnete jeden, ovládnete zároveň i druhý. Takže už nebudete závislí na svém instinktu, ale budete mistrem. Jako tarotová karta – vůz. Tam sedí vozač a řídí to sám. To je výživa a sexualita. Ovládnete to a budete to řešit mnohem rozvinutějšími formami sexuality než jste poznal před tím. A pokud se týká mužů, tak místo aby to trvalo 5 minut, tak to bude trvat hodiny. Budete moci ovládnout svoji ejakulaci. Vaše spermie se promění v „ojas“ a můžete se tím i živit, protože je to také prána. Transmutace, při které se vaše spermie promění v ojas je to jako v tantrické józe. Pokaždé, když muž ejakuluje, tak to znamená o 1 hodinu života méně.

Otázka: I když se živíme pránou?

Odpověď: Ne. V případě ovládnuté sexuality se zbavíme instinktivního, impulzivního jednání na úrovni králíků. Celibát s tím nemá co dělat. Nejsme osvobození od sexuality, ale ovládneme ji.

Otázka: Ale je to sexualita na duchovní úrovni?

Odpověď: Pokud chcete, tak ano. Takže už to není jako dříve, kdy nám bylo tvrzeno, že ty tělesné věci jsou špatné. V současné době nám světelní průvodci říkají, že to shora živí to zdola.

Otázka: Jsem na začátku pránické cesty a zajímá mě, jestli bych na to mohla jít pozvolna, tzn. dovolit si určité kompromisy, jako ne 21 dní, ale třeba 40 dní a jestli by se to pránické osvojení tím narušilo?

Odpověď: Proces nastolování pránické výživy trvá 21 dnů. Pokud se budeme bavit o 40ti dnech, tak už se bavíme o žití z prány. Ale ten proces nastolování té pránické výživy trvá 21 dnů.

Otázka: A pokud tento proces přeruším, že něco sním během toho procesu, tak je tím ten proces poškozen?

Odpověď: Jestliže se najíte, tak tím ten proces přerušíte. Někteří lidé po tom 21 denním procesu začnou jíst a většinou jsou příčinou morální společenské tlaky, partner, děti, rodiče, přátelé, kteří na vás budou projektovat svůj strach. Můžu vám dát příklad. Toto může zajít hodně daleko. V jedné skupině jsem měl pár, kterým bylo 75 a 78 let. Pán byl architekt a paní byla univerzitní profesorka, takže nebyli z nějaké nižší kulturní vrstvy. Po 21 denním procesu vyšli vyléčení ze svých nemocí, oba byli na práně, splňovali všechna tři kritéria. Vrátili se domů, pozvali dceru, aby jí oznámili tu šťastnou zprávu a jejich dcera vzala telefon a zavolala do blázince. Byli dost inteligentní na to, aby se dokázali za sebe postavit, ale byl

to takový příklad pro vás. Cesta k pránické výživě je cesta svobody. Vy jste svým jediným pánem. Nemůžete se na této cestě nechat nikým omezovat a nemusíte se také nikomu vůbec zodpovídat. Záchytným referenčním bodem jste vy sami sobě. Také jste sám sobě soběstačný. Pokud jsou na vás vyvíjeny nějaké tlaky, tak je potřeba aby jste to neříkali úplně každému. Je potřeba to sdílet jen s lidmi, kteří jsou schopni to pochopit. A není třeba to vykládat lidem, kteří to nechtějí nebo nemohou pochopit. Nemusíte ani sobě ani nikomu jinému cokoli dokazovat.

Otázka: Když tu cestu nastoupíte, tak už není cesty zpátky?

Odpověď: Můžete se vrátit kdykoli.

Otázka: Máte takovou zkušenost, že se někdo vrátil a třeba zase onemocněl, nebo něco takového?

Odpověď: Ano, samozřejmě.

Pro mě je největší problém s pránickou výživou, jak zrušit své limity. Využíváme jen 15 – 20 procent svých možností. Takže co se děje s tím zbytkem? Naše těla mají schopnosti, které si nedovedeme ani představit. A jediné, co vás omezuje, je vaše mentální stránka. Strachy a to, čemu věříte. A nebo to, co vám bylo vštěpováno od vašeho dětství, výchovou, školou, odborníky na výživu atd. Pokud se zeptáte třech různých odborníků na výživu, tak dostanete tři různé odpovědi. Nikdy vám neřeknou to stejné.

Otázka: Mají smysl dlouhodobé půsty, pokud nepřecházíme na pránickou stravu. Jestli by se to po 21 dnech nepovedlo, za jak dlouho můžu dělat další pokus.

Odpověď: Jestliže se postíte 21 dnů, můžete se klidně postit i 4 měsíce. Je to jedno, jen je to nebezpečné. Protože maximální doba půstu jsou ty 4 měsíce. Pokud se pustíte do toho 21 denního procesu a nepovede se to a nějaká vaše část to nepochopí, tak chvilku počkáte a pak to zkusíte znovu. Ale nemusíte projít všech těch 21 dnů, protože budete už přeprogramovaní. Pokud jste už jednou prošli procesem 21 dnů, pak se můžete stát breathariánem kdykoli. Stává se to velmi často, že lidé potřebují určitou dobu, které se říká integrace, tzn. že na určitou dobu začnou znovu jíst, ale potom jim to naskočí a už se živí jenom pránou. V každém případě je potřeba poslouchat to, co vám tělo říká.

Otázka: Co se týká sexuálně aktivních mužů na minimální duchovní úrovni, zda se můžou živit pránou?

Odpověď: Samozřejmě, bez problémů. Žádný problém. To, že se živíte pránou, to znamená, že to můžete ovládat ale to zároveň znamená, že tu ejakulaci nemusíte nebo můžete mít kdykoli chcete. Já třeba po 4 letech na pránické výživě jsem

splodil dítě. Nevidím, kde je problém?

Otázka: Francie vyniká dobrým jídlem, zda není chuť prány jaksí slabší než něco jiného?

Odpověď: Když jdu s přáteli do restaurace, nebo vařím svým dětem nějaké jídlo, tak se živím jednak tím, že to jídlo připravuji a jednak tím, že ho ti lidé jedí. A všechny mé smysly mi nabízejí všechny ty vjemy, co z toho jídla běžně jsou a nepotřebuji do toho kousat nebo jíst to. A to je právě ta pránická výživa.

Otázka: Já mám malou holčičku, 8 letou a když jsme spolu několik dní, tak přejde na zvláštní režim, že jí zhruba jednou denně. Občas si vezme něco malinkýho, ale jinak jí 1x denně normálně. Ze strany maminek slyším, že je to nezodpovědnost a že jí můžu ublížit. Nehubne a má plno energie

Odpověď: V každém případě jí prosím vás do toho jídla nenut'te. Vaše dcera je indigové dítě. Indigové děti jsou velké duše různých mistrů, avatarů a vtělují se sem, aby umožnily přechod, který brzo nastane. Tyto velké duše vědí, co je to prána a živí se jí úplně přirozeně. Pokud má energii, tak není žádný důvod, aby jedla, tzn. že se živí pránou. A i kdyby přestala jíst úplně, tak je to ještě lepší. Vaše svědectví je hodně zajímavé, protože jste dobrý příklad toho, jak je člověk konfrontován se svým okolím. Musíte mít dost odvahy, abyste zůstal věrný svojí osobní integritě a poslouchat, co vám ta vaše integrita říká. Takže jsou děti, které nejí a rodiče jsou z toho mrtví strachy, ale je to také určitá duchovní cesta. Vzpomeňte si na tři kritéria a pokud vaše dcera splňuje tato tři kritéria, tak to znamená, že se živí pránou.

Otázka: Je potřeba vnímat nebo cítit pránu, abych se jí mohl začít živit?

Odpověď: Ne nutně. Ještě také záleží, jak to myslíte jí cítit, vnímat? Není nutné jí vidět, ale je nutné dělat tu vizualizaci, kdy si představujete pránu jako to bílé světlo. Jako velmi intenzivní bílé světlo. Pokud jste viděl film Avatar, tak je tam ta scéna, kdy medituji kolem toho stromu a tam je ta prána.

Otázka: Jsou toho schopné všechny bytosti, nebo je to výhradně záležitost lidí?

Odpověď: Ne, zvířata nemůžou, protože nejsou schopná ovládnout svůj instinkt. A to je i to, co rozlišuje člověka od zvířat. Ale tím, že přejdete na pránickou výživu, tak těm zvířatům pomůžete. I rostlinám i kamenům a celé Zemi.

Ještě bych se vrátil k těm zvířatům, pro člověka, který žije z prány je velmi uspokojující to vědomí, že nebere ničemu ani nikomu život. To znamená ani zvířatům ani rostlinám.

Otázka: Můžete mi vysvětlit to s tou holčičkou? Jakto, že jí a zároveň se živí pránou?

Odpověď: Protože jí do toho jídla nutí. To co jí nutí jíst, je strach těch rodičů. To, že se znovu najíte neznamena, že se neživíte pránou dál. V taoistické tradici je pravidlo tří, které říká, že je možnost žít bez jídla a říká se tomu „bigu“. Jsou tři stádia. V prvním se jí i pije, ve druhém stádiu se nejí, ale jen pije a ve třetím stádiu se nejí ani nepije. Ve všech stádiích se člověk živí pránou.

Otázka: A jsou schopni žít se pránou všechny bytosti? Mě trápí děti, které umírají hladu v Africe? Proč tam nejedeme a nenaučíme je žít se pránou?

Odpověď: Jasmuheen pracovala pro OSN, nabízela jim to, že pojede naučit ty lidi co umírají hladem a tento její projekt byl zamítnut. Celý ten problém v zemích, kde je hladomor vzniká uměle a zakrývá to, že v těch zemích jsou nerostné zdroje.

Otázka: Jak umírají lidé, kteří se živí pránou?

Odpověď: Já je ještě neznám, takže nevím. Děje se to tak, že v prvním stádiu je vám dáno dokonalé zdraví. Žijeme ve společnosti, kde se má za to, že normální je být nemocný. Taoisti před tisíci lety to dělali tak, že nezaplatili doktorům, pokud byl člověk nemocný. Pokud lidé onemocněli, znamenalo to, že je to špatný doktor. A my fungujeme přesně naopak. Myslíme si, že je normální být nemocný. Ale normální je být zdravý. Nemoc je anomálie, takže to není nic zvláštního být zdravý. Pokud už nemám v sobě toxiny, tak se naše tělo začne znovu regenerovat. Dokonalé zdraví.

Pokud jsme za jedno s vesmírem, tak už nemůžeme znovu onemocnět. Jak to, že tedy onemocníme? Protože viry a bakterie jsou také prána. Druhá etapa k dosažení dokonalého zdraví je tedy regenerace těla a dochází ke zvláštnímu jevu, kdy člověk místo toho, aby stárnul, tak mládne. Třeba v mém případě se mi neuvěřitelně zlepšila pleť, začaly mi znovu růst vlasy, i když jsem byl skoro plešatý, zuby se mi čistí zevnitř, nemusím si je čistit z venku a nepotím se, takže i ušetřím. A já jsem ve 35ti letech měl artritidu jako dědeček, že jsem nemohl takhle zvednout a dnes dělám jogové ásány jako jsem dělal v 25ti.

Otázka: Vy jste mluvil o tom štěstí neustálém a jak potom člověk, který se živí pránou, snáší tragédii? Třeba v rodině.

Odpověď: Pro mě smrt není tragédie. To je jen váš strach z umírání. A když vezmete všechny svoje malinké strachy, tak v konečném součtu je to jen jeden velký strach ze smrti. A je potřeba pracovat tady na tom strachu ze smrti a jakmile se ho zbavíte, tak to nemůžete považovat za tragédii. Čínské přísloví říká že to, co housenka považuje za konec světa, je pro motýla svoboda. To je osud a vy máte svůj osud a to, co si vybraly vaše děti, vaši partneři, vaši rodiče, tak...

Než se narodíte, tak vždycky je u toho váš světelný průvodce, když si vybíráte ty zkušenosti a ty děti a rodiče si také vybírají, ale zodpovědná jste jenom za jediného člověka na světě a to jste vy sama. A pokud se dožijete určitého věku v dobrém zdraví, tak je to pořád dobrá zpráva. Pro mě je nepochopitelné, že ještě existují nemoci, utrpení a smrt. Že jsou stále tady.

Otázka: K čemu vám slouží jogínská cvičení, když jste dosáhl naprostého zdraví a zřejmě i vyrovnanosti, tak zda jsou ta jogínská cvičení něco navíc?

Odpověď: Pro mě je to potěšení a tyto meditace jsou také důležité pro planetu.

Otázka: Jak probíhá váš den, jakým způsobem pracujete? Kolik vody vypijete a zda máte období, kdy vodu vůbec nepijete?

Odpověď: Dá se přestat jíst i pít. Já cítím potřebu pít, protože léčím lidi. Stejně jako když si dám sprchu, tak když piju, vlastně se osprchuju zevnitř. Když jezdím za synem do Itálie, tak přestávám pít. Mezi druhy vody nerozlišuji a často se mi lidé ptají, jak mohu žít uprostřed města, které je tak znečištěné. Pokud žijete v jednotě se vším, co je kolem vás, neexistuje nic, co by na vás útočilo a vy nejste obětí žádného útoku. To, co vytváří ten útok, to je jenom strach. Když byla shozena bomba na Hirošimu, tak celý jeden ženský klášter meditoval v tu chvíli, kdy ta bomba byla shozena a ani jedna z žen potom netrpěla následky ozáření.

Takže spím tak hodinu a půl. Chodím spát se slepicemi kolem deváté a k jedenácté vstávám a začíná můj den. Pracuji na internetu. Mám 60 až 100 zpráv denně, což zabere čas, než na ně odpovím. Potom provádím šamanské léčení s lidmi, kteří jsou daleko, pracuji na dálku. Potom cvičím čchi-kung a potom dělám šamanské rituály pro planetu. A od osmi od rána léčím lidi a to dělám až do té doby, než jdu spát. Tak takhle vypadá můj obvyklý den.

Otázka: Dá se zjistit, která výzkumná skupina pracovala na tom výzkumu v ČR?

Odpověď: Měl byste se podívat na ten film Na počátku bylo světlo, tam popisuje to svědectví, ale na název pracoviště si nevzpomínám.

Otázka: Hodláte spolupracovat s nějakým výzkumným střediskem?

Odpověď: Ne, nejsem pokusný králík. Víím, že by to k ničemu nebylo. Nemůžete přesvědčovat lidi, kteří nechtějí nebo nemohou pochopit. U nás ve Francii jsou lékařské odbory takovým fašistickým řádem. Když se po válce dostal k moci de Gaulle, tak se pokusil rozpustit tyto komory a nikdy se mu to nepovedlo. Je to moc ve státě a jsou úplně uzavřeni jakýmkoli alternativním přístupům léčby. Teď například zakázali byliny. V supermarketech zakázali prodej produktů jako je Weleda, přírodních olejů. A všechny léčivé rostliny se musejí vykupovat v

lékárnách. Ve Francii panuje stav totální uzavřenosti. A navíc za vlády současného prezidenta se Francie vrátila o 20 let zpátky. Dokonce mám štěstí, že jsem se nedostal do vězení. Mohl bych být obviněn z podněcování anorexií například.

Otázka: V poslední době se zmiňuje konec mayského kalendáře a zmiňuje se transformace lidského vědomí. Existuje nějaká přesná informace na konec příštího roku?

Odpověď: Minulost ani budoucnost neexistují. Jediné, co existuje je přítomný okamžik. Takže ti, co vidí, říkají, že pokud neuděláme nic, tak se může stát to a to, ale to neznamena, že se to stane. Je to kolektivní vědomí, které rozhoduje, co se stane. Jsou miliardy možností. Skutečně dojde k přechodu, ale až tehdy, kdy kolektivní vědomí bude připraveno. Co se děje je, že nadmentální rovina stále více sestupuje k mentální. A kolektivní vědomí stoupá. A v určitém okamžiku dojde ke kontaktu. Můj průvodce mi říká že, až 98 procent lidí bude schopno přejít, tak pak se to uskuteční. Takže můžete říci, že se to může stát každým okamžikem. Jenom co mrknete víčky.

Ještě k těm věštčům. Jeden, který se jmenoval Paco Rabanne předpovídal, že na Paříž spadne něco a dojde k takové katastrofě, že Paříž bude zničená a na ten den, co to předpověděl, desítka lidí spáchala sebevraždu. Je potřeba dávat pozor na to, co člověk říká. Je v pořádku mít nějaké vize, ale je potřeba mít na paměti, že budoucnost ani minulost neexistují. Když se podíváte na to, co věštci předpovídají na začátku roku, tak na konci zjistíte, že se třeba nic z toho nestalo. Kdyby bylo všechno dáno, tak by to znamenalo, že nemáme vůbec žádnou svobodu. Ať je politická nebo ekonomická situace jakákoli, tak se můžeme vždycky změnit a nic není psáno.

Otázka: Jeden předpoklad je neměnná váha. Jak určit takto ideální váhu?

Odpověď: To záleží na věku a tělesné konstituci. Většinou, když se dostaneme na tu spodní váhovou hranici, tak už bývá pozdě. Pokud během toho třetího týdne vidíme, že váha stále klesá, tak doporučuji začít znovu jíst. Hraniční váhy se během těch 21 dnů nikdy nedosahuje, ale pokud byste pokračovali i po těch 21 dnech, tak už je to půst a je to bláznivost v tom pokračovat. Ta tři kritéria jsou taková pojistka, aby jste věděli, že takhle dál už ne. Když má člověk nadváhu, tak rozhodně zhubne, ale ten váhový úbytek není to, co nás zajímá. To, co nás zajímá je stabilizace té váhy. Když se tělo dostane na svoji ideální váhu, tak se zastaví samo od sebe.

Otázka: Jak probíhá látková výměna, co je produktem vyměšování, existuje vůbec?

Odpověď: Když člověk nejí, tak už nechodí na záchod, ale trvá to, než se střeva

vyčistí, takže jsem byl sám velmi překvapený, když jsem zjistil, že ještě po 4 měsících ze mě něco vychází. Ty toxiny a odpadní látky se lepí na stěny střev, takže to potom trvá, než se to vyloučí a já nejsem pro to, aby se tento proces nějak urychloval. Existují techniky, jak si vyčistit střeva, ale já to nezastávám. Myslím, že tělo ví, co dělá a dělá to přesně v tu chvíli, kdy je potřeba, aby to dělalo. Co se týká močení, tak pokud člověk pije, močí, pokud nepije, nemočí. Co se týká pocení, tak člověk se přestane potit. Když zkoumali toho jogína, který 70 let nejí, tak zjistili, že se mu močový měchýř během dne naplní a pak se mu sám zevnitř vyprázdí. Je to voda těla, která je znovu použita.

Otázka: Dá se naplánovat fáze kašičky nebo přichází kdykoli?

Odpověď: Tu zkušenost, kterou jsem zde popisoval, tak ta se neděje během těch 21 dnů, ale až potom. U mě to bylo 4 až 5 měsíců potom. 21 denní proces je stejný pro všechny, ale ne každý prožívá to stejné ve stejnou dobu.

Otázka: Jak reagovalo vaše tělo během procesu na teplo a chlad? Je nějaký rozdíl mezi před tím a teď?

Odpověď: Velmi dobrá otázka. Je to dualita jako každá jiná. Teplo a zimu cítíte pořád, ale už to na vás neútočí. A intenzivní chlad nebo intenzivní horko je jako pohlazení.

Otázka: Je možné, aby se osvícený člověk neživil pránou?

Odpověď: Samozřejmě, ano, ale myslím si, že cesta pránické výživy je pěknou cestou k osvícení.

Otázka: Když se člověk začne živit pránou, je možné úplné uzdravení z diabetu nebo Bechtěreva?

Odpověď: Vyléčí se ze všech nemocí. Lidé se vyléčili z rakoviny, z rostroušené sklerózy a tak dále. 85% všech nemocí jsou způsobeny špatnou stravou.

Otázka: Partner mé dcery se teď vrátil z Afgánistánu z války a Pobřeží Slonoviny a vrátil se s velkými fyzickými i psychickými potížemi, tak se chci zeptat, jestli je možné se u vás zkusit léčit?

Odpověď: Ano, samozřejmě. Ale protože bydlíte v ČR, tak by bylo nejlepší poslat fotku. A já většinou s lidmi pracuji 1 měsíc každou noc a za to chci 30 euro. Na konci měsíce se uvidí, jestli to pomohlo, jak to probíhá a nebo jestli se vůbec nic nestalo.

Já bych vám chtěl všem poděkovat, že vás přišlo tolik. Poděkovat všem lidem, kteří se postarali o organizaci a zajištění sálu a všem, kteří zorganizovali toto přednáškové turné. Hezký večer vám přeju.

Děkujeme Henriemu Monfortovi za souhlas s publikací jeho přednášky formou tohoto dokumentu pro čtenáře Breatharián.cz

Autor přednášky

Henri Monfort

<http://nourriture.pranique.free.fr>

Videozáznam přednášky

Česká televize, i-Vysílání

<http://www.ceskatelevize.cz/ivysilani>

Fotografie na titulní stránce

Petr Houšek, Právo

<http://www.novinky.cz>

Publikaci připravil

Breatharián.cz

<http://www.breatharian.cz>