

Táto relácia pojednáva o možnostiach breathariánstva, teda života bez jedenia jedla, no nie je to kompletný návod. V záujme vašej bezpečnosti, nepokúšajte sa prosím prestať jesť bez náležitého odborného vedenia.

V písmech je lidské tělo často uváděno jako chrám Boží. Ano, je to docela neobvyklé privilegium pro jakoukoli duši, dosáhnout tohoto posvátného příbytku, těchto Božských domů, je to opravdu požehnání být znovuzrozen jako lidská bytost. Při několika příležitostech Nejvyšší Mistryně Ching Hai mluvila o vzácnosti tohoto jevu. Být reinkarnován do lidského světa je těžké. Musíte mít dost lidských kvalit. Musíte mít spříznění s rodiči a se společností, s lidmi okolo, se kterými jste se narodili. Velmi obtížné. Potřebujete nějaké zásluhy, abyste byli lidskou bytostí. Museli jste udělat v minulosti něco dobrého, abyste se mohli narodit jako člověk. Jako živý chrám Boží je lidské tělo plně vybaveno podivuhodnými zázraky, které mohou být probuzeny u těch, kteří jsou duchovně uvědomělí a mají úplnou víru

ve Stvořitele všeho života. Inedia, latinský výraz pro „hladovění“ je lidská schopnost žít bez jídla. Od nepaměti vždycky existovali jednotlivci, kteří dokázali přežívat z prány, nebo z životadárné životní síly. Díky požehnání Prozřetelnosti, inediáté, lidé, kteří provozují životní styl bez jídla, mohou čerpat na svou výživu energii z přírody: Žijú z čchi, zo zeme alebo z lesa, zo slnka a vzduchu. Využívajú toto všetko. Alebo žijú z lásky. Len z viery. Tito jednotlivci jsou známí jako breathariáni (pranariáni nebo inediáté), solariáni nebo wateriáni, a pocházejí ze všech oblastí života, z různých kultur a všech koutů světa. Vskutku možnosti a zázraky v tomto životě, které nám náš laskavý Stvořitel určil jsou nekonečné, jen se potřebujeme uvnitř spojit, abychom poznali přetékající velikost jako Boží děti. Nejvyšší Mistryně Ching Hai nám láskyplně doporučila týdenní seriály na Supreme Master Television, které nám představují tyto osoby z minulosti a současnosti, kteří si vybrali žít na Zemi bez jídla. Možná vás budou jejich

duchovní příběhy fascinovat, možná se vaše srdce otevrou a vaše obzory rozšíří.

Pozýváme vás teraz s nami sledovať 1. časť z nášho 4-dielneho programu „Anne-Dominique Bindschedler: rovnováha prostřednictvím pranariánského života“ – v relácii Medzi Majstrom a žiakmi.

Ahoj, osvětlení diváci. Dnes vám představíme další osobu, která se rozhodla vzdát se fyzického jídla a místo toho žije z prány, kosmické energie, která vyplňuje ovzduší naší planety, prostupuje všemi bytostmi a existuje v celém vesmíru, ve kterém žijeme. Anne-Dominique Bindschedler z Francie, mezi přáteli a rodinou známá jako Nuška, žila nezávisle na jídle od září 2010. V 65 letech je při svém změněném životním stylu zdravá a šťastná. Mohla byste nám objasnit, co je to právnícká výživa? Je to jiný způsob, jak jíst. Je to velmi odlišné od půstu. Prána je vesmírná energie. Je to energie, která je základem všeho života. Můžeme ji nazývat čchi, ki, manna. V Bibli jí říkáme nebeská manna, ne? A nyní je to možné. Už to není vyhrazeno pro světce a mystiky,

každý to může provádět,  
naučit se žít z prány.  
Abychom přešli  
z fyzické potravy  
na pránickou,  
musíme vydržet  
21 denní proces.  
Přesně.  
Co se ve vašem případě  
odehrálo během  
těchto 21 dnů?  
Mnoho věcí.  
Je to také zajímavé tím,  
že odložíme stranou  
celý náš život,  
všechnu nervozitu  
každodenního života.  
Nepoužíváme telefon.  
Jsme v ústraní,  
je to zahájení,  
které Jasmuheen,  
která vytvořila tento proces,  
nazvala „svatým zahájením“.  
Takže jsme opravdu  
napojeni sami na sebe  
a na neviditelné bytosti.  
A jdeme podle velmi,  
velmi přesného protokolu.  
Prvních sedm dnů  
nejíme a nepijeme.  
Kdokoli by vám mohl říci,  
že je to bláznivé,  
ale je to docela možné.  
Během dalších sedmi dnů  
bereme ovocné šťávy zředěné  
na 25 %, to znamená  
velmi málo ovocné šťávy,  
hodně vody,  
nebo dokonce jen vodu.  
Posledních sedm dnů  
pijete ovocnou šťávu  
zředěnou na 40 %,   
tak trochu hustší.  
Zbytek času  
meditujete, můžete číst.  
Druhý týden  
se můžete dívat na videa,  
samozřejmě za předpokladu,  
že nejsou násilnická.  
Můžete poslouchat hudbu.

I zde se doporučuje  
neposlouchat techno  
nebo hudbu, která je  
lyricky příliš těžká.  
Posloucháme  
Beethovena, Mozarta nebo  
hudbu New Age, velmi  
jemnou hudbu, to je ono.  
Jaké máte zkušenosti  
s tím přechodem?  
Jak jsem se vypořádala  
s tímto přechodem?  
Bylo to o nekonečné milosti.  
Nečekala jsem to.  
Myslela jsem, že to bude  
mnohem těžší, než to bylo,  
tak nějak, protože  
jsem dostala tolik dáreků,  
cítila jsem se podporována.  
Jakmile jsem se vyjádřila  
o záměru projít procesem,  
začala jsem  
přirozeně  
bez námahy méně jíst.  
Potom jsem cítila,  
jako bych byla doprovázena  
v přípravě na tento proces.  
Ano, ale byly  
během toho procesu chvíle,  
kdy to bylo velmi obtížné,  
(Ano, to bylo.)  
kdy jste trpěla  
a měla pochybnosti?  
Pochybnosti jsem nikdy  
neměla, protože jsem byla  
připravena projít celou cestu.  
Říkala jsem si:  
„Pokud musím zemřít,  
zemřu raději takto,  
než umírat v nemocnici  
s infuzemi, morfiem  
a rakovinou.“  
Říkala jsem si:  
„Dobrá, pokud zemřu,  
zemřu alespoň vědomě.“  
Ale byla jsem si jistá,  
že kvůli tomu nezemřu.  
Myslela jsem si: „No tak,  
pokud by se mi to stalo,  
není to velký problém.“

Vychovala jsem dceru,  
jsem nezávislá –  
proč ne, tak proč ne?  
Ale samozřejmě jsem neměla  
vůbec v úmyslu zemřít.  
Ano, ale v prvních dnech  
jste trpěla.  
Ano, ano.  
Takže první den, to je dobré,  
jen se dál procházíte.  
Druhý den také,  
ale třetího dne,  
je velmi obtížné kráčet.  
Tak jsem objevila nový sport,  
lenošení v křesle.  
Musela jsem si lehnout  
do stínu, protože  
je velmi důležité,  
nebýt na přímém slunci,  
když nepijete.  
Dívala jsem se na mraky,  
snila jsem za dne,  
cítila jsem se ospale,  
trochu jsem četla knihy.  
Tak tohle byly mé aktivity.  
Ale potom, během noci  
třetího dne se stalo  
něco velmi, velmi zvláštního.  
Jasmuheen  
to ve své knize  
moc nevysvětluje.  
Říká, že během noci  
třetího dne vás  
opustí váš duch  
a jiný duch vstoupí.  
Vůbec to nerozvíjela  
a tak jsem se toho velmi bála,  
mnohem více,  
než samotného nejedení.  
Řekla jsem si: „Dobrá,  
co se mi stane?  
Můj duch odchází,  
ale pak, kam jdu,  
co se děje?“  
A pak, protože jsem se  
rozhodla tou cestou jít  
a věděla jsem,  
že 10 000 lidí, vím, že nyní  
je to dokonce ještě více,  
že tím procesem prošlo

30 000 lidí a stále jsou zde,  
tak jsem si řekla:  
„Fajn. Jdu do toho.“  
Přesto jsem byla  
úplně sama.  
Opravdu jsem nenašla  
správnou osobu, která by mě  
vedla, tak jsem raději byla  
sama. Měla jsem kamarádku,  
která mi volala každé ráno,  
aby zjistila, jestli ještě žiju,  
jenomže ona bydlí pět hodin  
od mého bydliště.  
Měla telefonní čísla mých  
sousedů pro případ,  
že by se něco stalo,  
ale to bylo všechno,  
jinak jsem žila úplně sama.  
Takže v noci třetího dne  
jsem se vzbudila  
ve tři hodiny ráno.  
Tři hodiny ráno  
je z hlediska energií  
doba plic,  
je to strach z umírání.  
Takže samozřejmě jsem se  
vědomě smrti nebála, ale  
podvědomě jsem se možná  
smrti obávala.  
Lidé se vždy bojí  
neznámého.  
Život je věčná změna,  
stále se posouvá  
z jednoho stavu do jiného.  
Stejně tak i zrození je posun  
z jednoho stavu do jiného.  
Tak jsem se vzbudila  
a jen jsem viděla,  
že jsou tři hodiny ráno,  
byla jsem v posteli  
paralyzována.  
Nemohla jsem se pohnout.  
Měla jsem po svém boku  
džbán vody a plivátko,  
protože musíme pít,  
jinak by naše ústa  
byla zcela suchá.  
Nepijeme,  
dáme si vodu do úst  
a vypláchneme si ústa –

nebo kostky ledu –  
a vyplivneme to.  
Nepolykáme.  
A ani když  
ty kostky ledu tají,  
nepolykáme tekutinu.  
To bylo...  
(Třetí den.)  
Takže jsem byla  
paralyzována ve své posteli.  
Měla jsem intenzivní žízeň –  
to mě pravděpodobně  
probudilo –  
nemohla jsem dosáhnout  
na vodu a plivátko.  
Potom jsem si pomyslela:  
„Dobrá, možná zemřu.“  
Netušila jsem, co se  
se mnou děje.  
Byla jsem úplně sama  
nahore ve svém domě.  
A vůbec jsem nebyla  
příliš nadšená, abych  
burcovala sousedy,  
jelikož by zpanikařili.  
Vzali by mě do nemocnice.  
Vzali by mě na zavodnění  
a všechno by bylo pryč,  
musela bych vše začít znovu.  
Tak jsem volala o pomoc  
neviditelné bytosti.  
Řekla jsem jim  
s trochou humoru,  
řekla jsem jim: „Poslyšte,  
jsem ochotna v tomto  
procesu zemřít,  
to není žádný problém.“  
Mimochodem, nikdo se  
nebude cítit zodpovědný,  
protože jsem úplně sama,  
takže nikoho nezraním.  
Nicméně jsem stále trochu  
chtěla pokračovat, protože  
jsem neměla moc uklizen  
dům. Neměla jsem náležitě  
roztríděné papíry,  
a chudák moje dcera  
je jediné dítě.  
Chudáček,  
měla by před sebou

velký úkol.  
Tak jsem jim řekla:  
„Ještě chvíli, prosím,“  
a šla jsem zase spát.  
Nevím, jak dlouho  
mi trvalo, než jsem  
znovu usnula.  
Příští den jsem se  
vzbudila jako nový člověk  
ve skvělé kondici.  
Zvláštní, už jsem vůbec  
neměla žízeň,  
nic jsem nepila,  
byla jsem nový člověk,  
jako novorozenec.  
Mohla byste trochu více  
popsat ten pocit –  
být jako nový člověk?  
Začala jsem se koupat  
ve stavu milosti.  
Opravdu, stávaly se mi  
jen dobré věci.  
Neměla jsem kolem sebe nic  
než dobré zprávy.  
Víte, my jsme  
v rezonanci s vesmírem,  
takže vnější svět  
je odrazem  
našeho vnitřního světa.  
Řekla bych, že jsem byla  
zcela ve stavu blaženosti  
a tak jsem si přitahovala  
jen nádherné věci.  
Tedy, to je to, co myslím tím  
být novým člověkem.  
Bylo to jako vrátit se  
do Domu Otce,  
byl to návrat do Nebe.  
Je těžké to vysvětlit.  
Je to trošku jako  
mystická zkušenost,  
ale přihodilo se to  
velmi jednoduše  
aniž bych se o to přičinila.  
Nemeditovala jsem  
15 hodin každý den,  
jen jsem se s důvěrou  
odevzdala a otevřela  
tomuto procesu.  
Takže, jak jste řekla,

už jste víc  
neměla žízeň (Ano.)  
i když jste nic nepila,  
(Ano.)  
předchozí noc jste si  
nevyplachovala ústa  
(Ano.)  
a cítila jste se  
ve skvělé kondici.  
Ano, přesně tak,  
jen trochu unavená.  
Tím jsem chtěla říct,  
že mé fyzické tělo bylo  
proporcionálně v protikladu  
mému stavu boží milosti.  
To znamená,  
čím více jsem vstupovala  
do stavu milosti –  
a byl to celý postup –  
tím slabší se stávalo  
mé fyzické tělo.  
Ale měla jsem  
takovou vnitřní radost,  
takovou vnitřní sílu,  
že jsem se necítila slabá.  
Cítila jsem,  
že nemohu jet na kole  
nebo běhat v lese,  
ale nebyla jsem unavena.  
Byla jsem ve skvělé kondici.  
Byla jsem „vysoko jako  
drak“ jak se říká anglicky,  
„vysoko jako drak“,  
co se týče energie.  
Je těžké to popsat,  
protože to bylo obojí –  
stav zranitelnosti  
a potřeba odpočinku  
pro mé tělo,  
ale přitom všechny  
mé buňky ve mně syčely.  
Existuje tedy  
něco jako zpoždění (Ano.)  
mezi fyzickou  
a duchovní dimenzí,  
(Naprosto.)  
na úrovni  
smyslového vnímání. (Ano.)  
A v jakém bodě  
tohoto procesu

fyzická dimenze  
dostihla  
duchovní dimenzi?  
Je to to, co nastane,  
nebo naopak?  
No, řekla bych,  
že jakmile začneme  
pít zase trochu džusu,  
objeví se vitalita,  
znovu získáme energii.  
To znamená, že jsem  
mohla zase jít například  
na procházku.  
A pak jste se začala cítit  
fyzicky silnější.  
(Přesně.) Ale pak,  
jak se to přizpůsobilo  
tomu, co jste  
prožívala duchovně?  
No, stav milosti  
setrval,  
stav milosti  
tam byl stále  
a to je obrovský dar,  
protože jsem bývala vždy  
trošku depresivní.  
Můj otec míval  
vážné deprese.  
Byl lékař  
a bohužel  
mezi svými kolegy  
nebyl schopen najít  
člověka, který by opravdu  
mohl obnovit  
jeho psychiku...  
A tak každé tři roky  
upadl do stavu deprese,  
která někdy trvala  
až šest měsíců.  
V dětství jsem tím byla  
opravdu ovlivněna.  
Často doma spal,  
protože byl léčený kolegou.  
A já měla trochu  
z toho ve svých genech...  
Mívala jsem deprese,  
ale nikdy jsem  
na to nebrala žádný lék.  
Můj otec,  
který to hodně zažíval,

řikal: „Víš, jednoho dne  
se vzbudíme a bude to pryč.  
Je to jako cyklus:  
vzbudíš se a najednou  
už nemáš žádnou depresi.“  
Tak proč se obtěžovat  
braním léků?  
On naneštěstí nějaké bral,  
ale já jsem to odmítala.  
Tak jsem prošla  
mnohými záchvaty depresí,  
a pravidelně jsem je mívala  
až do bodu, kdy jsem už  
nebyla schopna pracovat,  
jen zůstat v posteli.  
A přicházeli mí přátelé  
a říkali:  
„Musíš jít ven!  
Pojď, vezmu tě do kina.“  
Říkala jsem: „Nemám chuť.“  
Nemám chuť k životu,  
ke společenskému.“  
„Pojď, pojďme  
do restaurace.“  
„Nemám chuť.“  
Nemám teď hlad.“  
Tak jsem zůstala  
celé hodiny v posteli,  
čekala, až to přejde,  
a po nějaké době  
jsem opravdu neměla  
už žádné deprese,  
protože jsem na sobě  
tvrdě pracovala;  
jako terapeut, my také hodně  
pracujeme na sobě.  
Ale stále jsem měla  
latentní melancholii,  
která se objevila  
už v mém raném dětství,  
protože jsem měla pocit,  
že jsem v tomto světě,  
ale ne z tohoto světa.  
Jak bych řekla,  
zjistila jsem,  
že lidé mají divné chování.  
Měla jsem velmi konkrétní  
filosofické představy o tom,  
co je štěstí,  
jak vytvořit štěstí na Zemi.

Zjistila jsem, že lidé  
jsou k sobě navzájem velmi  
krutí a byla jsem nešťastná  
malá holčička,  
která hodně plakala,  
velmi divoká.  
Nelíbilo se mi chodit a říkat  
dobrý den madam, jak se to  
dělá v dobrých rodinách.  
Často jsem hledala útočiště  
ve svém pokoji a byla jsem  
neuvěřitelně plachá.  
Tak jsem stále měla tento...  
trochu jsem si udržela  
tento stav...  
Byla jsem schopna šaškovat.  
Říká se, že klauni jsou  
často smutní lidé.  
Byla jsem schopna bavit lidi,  
ale uvnitř jsem měla stále  
hluboký smutek,  
melancholii a nostalgii  
z jiného světa.  
A pak,  
zcela nečekaně,  
se to vytratilo.  
Bylo to, jakoby mi  
odstranili kůži  
a dali mi druhou.  
Už více jsem nebyla stejná.  
Už více jsem neměla  
tento druh utrpení,  
byla jsem šťastná, radostná,  
plná humoru, veselá,  
trochu slabá na nohy,  
ale ve stavu štěstí  
bez jakéhokoli důvodu –  
myslím, že opravdové štěstí  
nemá důvod.  
Takže, co je zajímavé –  
zdá se, že jste popsala stav,  
kdy fyzická slabost  
nebrání...  
Radosti ze života.  
Přesně. (Dobrá.)  
Bylo to velmi zajímavé  
sledovat.  
Otevřela jsem ruce  
a řekla: „Děkuji.“  
Byla jsem vděčná.

Řekla jsem: „Děkuji.“  
Tolik darů jsem absolutně  
nečekala.

Literatúra o živote bez jedla:  
Pránická výživa –  
potrava pre  
nové milénium  
[www.lulu.com](http://www.lulu.com)  
[www.amazon.com](http://www.amazon.com)