



## 2. svatá vánoční noc

26. prosince

**ŘÍJEN 2024 – ÚNOR 2025**

**Svátek má Štěpán**

**Téma: Vyšší JÁ – vyšší vědomí**

Při pohledu na minulost projdete nyní pozpátku  
**uplynulý ŘÍJEN 2024** od konce, pozpátku.

Při pohledu na budoucnost souvisí tato vánoční  
meditace s tvořením obrazů pro **ÚNOR 2025**.

## *\* Poznámka o lunárním vlivu, který je zrcadlem Slunce*

*Dnešní 2. sváteční den, Boží Hod (26. 12.) zůstává Měsíc stále ve znamení ŠTÍRA.*

*Lunární energie jsou PODOBNÉ JAKO VČERA.*

*Vlastně na svém vrcholu. Takže včerejší energie budou sílit.*

*Ale zítra zase budou slábnout. Nebojte.*

### *PRANOSTIKY*

- *Na svatého Štěpána každý se má za pána*
- *Jestli na Štěpána větry uhodí, příští rok se všechno špatně urodí*
- *Když na Štěpána silný vítr bouří, vinař smutně oči mhouří*
- *Pak-li na Štěpána větrové uhodí, příští rok víno špatně se urodí.*
- *Na svatého Štěpána, když vítr prudce zavěje, víno před zkázou jistou se chvěje*
- *Svítlí-li na koledu v noci měsíc, bude ve stodole hojně obilí.*
- *Svítlí-li na den svatého Štěpána slunce, bude drahé ovoce.*
- *Když svatý Štěpán vyfouká bláto, bude pěkné jaro nato*
- *Vánoce bez sněhu přináší velikou noc sněžnou*
- *Vánoce v jeteli – letnice ve sněhu*
- *Na Vánoce mnoho hvězdiček, slepice nanesou mnoho vajíček*



## CO nám zvěstovává Archanděl Gabriel

**Marie s Josefem** a s nenarozeným dítětem putovali po světě. **Hledali místo ke spočinutí**, místo, kde by mohla Marie, matka, přivést na svět dítě. Byli vyháněni, odmítáni, ale takové místo nakonec našli. V chlévě. Prostě v chlívku.

Tak se dělo od počátku věků, a děje se i teď – stále všichni hledáme to nejpříjemnější místo, ve kterém bychom mohli přivést na světlo světa to nejdražší, o čem víme, že v sobě nosíme. Světlo. A občas také zažíváme pocit odmítnutí, výsměchu, dokonce vyhánění.

Ocitáme se v **čase nového zrození**. Tím novým zrozením je poznání. Poznání, že jsme světlem naplněni i obklopeni. To je dar světa nám, i obráceně.

### **Bechderoucí Vzájemnost.**

A přesto může mít člověk občas pocit, že ho **něco tíží**. Nebo ne občas, ale často? Bodejť by ne – to, co člověka někdy tíží, je jako dítě, připravené se narodit.

**Je to Světlo**, které v sobě nosí, ono se chce zrodit, ale smutek tomu brání.

Teprve až zrozením (poznáním) vlastního světla se všechno uvolní a pročistí. *Taková krása*, sděluje Archanděl Gabriel, *takové dary máte k dispozici*.

*Jediné, co vám odlehčí tíhu a ulehčí život, je poznání vlastního světla. Sebe-poznání.*

Ale už nebudu psát jako kazatel, a říkat: „ve vás“, ale budu říkat „v nás“, protože pro mne jsou tato slova určena úplně stejně.

### **Sebepoznání je přiznání.**

#### **Moje sebepoznání:**

Před pár lety jsem napsala: **Já jsem si až dnes, při psaní tohoto textu (který je sice ve starém formátu, ale každoročně aktualizován, takže psán jakoby od počátku znovu) uvědomila, že na tyhle dvě věty jsem si nikdy v průběhu roku, když jsem byla v nějakém smutku, nevzpomněla:**

*Je to Světlo, které v sobě nosím, ono se chce zrodit, ale smutek tomu brání.  
Jediné, co vám odlehčí tíhu a ulehčí život, je poznání vlastního světla.*

#### **A po letech?**

**Vzpomenu si mnohem častěji, ale opravdu vždycky a nejvíc v téhle době, a úplně nejvíc, když to píšu vám.**

#### **Pořád na to občas zapomínám.**

A jak to máte vy?

Je to krása – možnost přiznat se/si, že v sobě nosíme světlo, které můžeme zrodit do světa.

Božské **světlo Kristovo**, paprsek slunce, který zasahuje všechny bez rozdílu, **tiše šeptá, že nic není ztraceno.**

Všechno dobré je možné!  
Nastává ideální čas pocítit **hlubší Pravdu uvnitř** sebe.

---

Letošní rok **byl pod vlivem planety Slunce** (archanděl Michael), což byla velká příležitost pro aktivaci nejvyšších ctností a vysoké moudrosti. Byla to příležitost velkého světla, duchovního.

No?  
Jak dalece se to světové politice podařilo, to je na pováženou.

Ale konkrétním lidem, a nepochybně vám, se to podařilo určitě. Jinak byste „tady“ s námi nebyli.

**A v následujícím roce 2025** nás čekají energie **VENUŠANSKÉ** (archanděl **Anael**).

**A to je zase krása krásy.**  
**Venuše** je planetou **krásy, mládí, radosti, lásky...** ne té zralé, sluneční, ale lásky „mladistvé“.

**Takže je dobré být v radosti a lásce, ale jako dospělí už je potřeba i té sluneční kvality – moudrosti.**

Stále platí, že všechny těžkosti i radosti, kterými jsme prošli během uplynulého času, byly sice našim dílem, to ano, ale vše jsme konali tak, jak nejlépe jsme mohli.

**Tak se na sebe nehněvejte.**

Nebojte se vědomě rozhodovat sami za sebe pro pozitivní kroky a počiny.

**POZNÁNÍ** – je vlastně uvědomování a posléze rozhodnutí pro dobré.

Poznání, že jste světlem naplněni i obklopeni.

To je dar světa nám, i obráceně.

## Jak to můžete udělat v praxi?

Řekněte si například: *„I přestože mám teď pocit smutku nebo beznaděje nebo úzkosti (doplňte ten svůj pocit), tak tuhle skutečnost přijímám a rozhoduji se pro změnu...“*

*Volím si radost, štěstí, hojnost, zdraví...*

*Ano, tohle je moje nové rozhodnutí, moje nové zrození radosti a světla...“*

A můžete dodat: *„Propouštím ze svého života nepříjemné pocity, které si uvědomuji. Už je opravdu nepotřebuji...“*

To stačí. **Vyzkoušejte a uvidíte.**

„Uvidíte“ je taky krásné slovo, protože opravdu velmi brzy, ne-li hned, uvidíte v realitě něco, co ve vás bude vyvolávat právě ten nově zrozený krásný pocit.

Jen **buďte pozorní** k různým maličkostem.

Onu magickou větu si můžete opakovat pořád dokola.

Čím více, tím lépe.

A jakmile poznáte, že už si ji nějaký čas neopakujete, může to být známka toho, že už si ji nepotřebujete opakovat, protože už se tak stalo.

Takové procesy probíhají velmi jemně, opravdu **jako šepot slunečního paprsku.**

Ale chce to trochu **odvahy**, vidíte? *„Neboj se“*, řekl Anděl.

---

**Zvolte si NOVĚ – KDYKOLIV, COKOLIV.**

To je zázrak „nového“ světa: **KDYKOLIV SI MŮŽETE ZVOLIT NOVĚ.**

# Téma: Vyšší JÁ – vyšší vědomí

*Spojení s duchovní vlastí znamená návrat domů.*

*Pramen je v tobě.*

Energie dnešního dne **navazuje** na základy (včera), na vaši vlastní podstatu.

Proto je dnes velmi dobré spojit se nejen v meditaci, ale častěji i během dne se svou **vyšší podstatou**.

Se svými **kořeny ve výšinách**.

Poslechněte si třeba znovu SLUNOVRATOVOU MEDITACI.

DOVOLTE SI DNESKA VNÍMAT svoje vlastní napojení na duchovní prameny.

Vaše prameny jsou střeženy a chráněny anděly a bytostmi Světla...

Dnešní meditace pro vás může být velmi důležitá.

...

## Čemu je dobré věnovat pozornost:

- Poznačte si, jaké otázky jsou pro vás palčivé, důležité
- Jaké jsou vaše cíle pro příští rok?
- Co potřebujete dořešit, zachránit?
- S kterými lidmi chcete udržovat kontakt?
- Svoje otázky pokládejte v relaxovaném stavu – to jste ve spojení se svým vyšším já

## Otázky:

- Jaké **mistrovství** je ve mně?
- Kterí **archandělé** jsou na mé straně, pomáhají mi ze všech sil?
- Který **symbol** je pro mne důležitý a může mi v novém roce hodně pomáhat?
- Který **strom**/rostlina mi dává sílu?
- Který **minerál**/drahokam mi prospěje v novém roce?
- Který **živél** je pro mne důležitý a určující?

## Dářečky:

Prohlédněte si znovu svoje dárky a věnujte jim ještě jednou pozornost – co pro vás znamenají?

## Vánoční rituály 2. svaté noci:

- Udělejte si nějaké místečko nebo **koutek v domově**, kde umístíte svoje talismany
- Nakreslete si **do deníčku obrázky sil**, o kterých víte, že v sobě máte – budou se vám hodit v novém roce
- Přidejte je (nakreslete) i do Lemniskáty – jako **duchovní ochránce**

## Posílení vnitřního hlasu

- Jaké otázky (problémy) vás tíží v duši?
- Na co hledáte odpovědi?
- Požádejte o to, abyste mohli svoje **vnitřní hlasy vnímat jasně** a zřetelně
- Vnitřní hlas – vyšší já je zpravidla vždy láskyplný a pomáhající
- Utište se na chvíli...
- **Položte svoji palčivou otázku** a vnímejte vnitřní hlas (cca 5 minut)

## Vánoční sny

Každý den, po probuzení, věnujte pozornost svým snům v těchto svátečních dnech.

Vše, co zažíváte v reálném světě, vzešlo ze světa myšlenek, pocitů, slov, energie...

Vše, co se realizuje, prochází nejprve fází snů – říkáte: „sním o... (něčem)“

Napište si svoje otázky, které vás napadají do zápisníku a vezměte si je s sebou do noci, do snů.

Než usnete, pozvěte tyto otázky do světa Světla a požádejte o odpověď.

Odpověď nemusí přijít hned, ale někdy až za tři dny a noci.

Říká se, že noc je původcem toho, co vzniká. Věnujte ji proto svou pozornost před usnutím.

A potom si vše zapište.



# Tradice

Z knihy *Církevní rok a lidové obyčeje*: Vlastimil Vondruška; Nakl. DONA, České Budějovice, 2005.

26. 12. Sv. Štěpán

**Sv. Štěpán** je považován za **patrona koní**. Proto se toho dne v lidové tradici nechávalo před východem slunce koním „pouštět žilou“, aby byli celý rok zdraví a čil.

**Světil se oves** a někdy i jiné obilí, určené pro jarní setbu. Světilo se v kostele – při mši někdy hospodáři hodili na kněze hrst ovsu (symbolická upomínka ukamenování).

**Sv. Štěpán byl v roce 37 ukamenován** – dovedl totiž ohnivě kázat a ve svých vystoupeních hlásal, že Kristus je Mesiáš předpovězený proroky. Proto ho nenáviděli židovští horlivci, obžalovali ho z velezrady Židovstva, odsoudili a před hradbami Jeruzaléma ukamenovali.





# Koledování

I když bylo koledování a obchůzky po domácnostech znakem mnoha lidových svátků, nikdy se nerozvinulo do tak bohaté podoby, nebylo tak oblíbené a četné, jako právě na vánoce.

**Koledování kdysi souviselo s vírou v magické ovlivňování osudu.**

Proto se obřadům, spojeným s přáním zdaru, věnovala velká pozornost.


**Tyto obřady vykonávali obvykle nejváženější členové obce.**

Se šířením křesťanství se víra v účinek magických obřadů ztrácela a nahrazovala je modlitba a mše.

Některé obřady se však neztratily, ale změnil se jejich smysl – přání zdaru a štěstí, spojené s návštěvami rodin, se stalo společenskou událostí...

Ještě později se některé koledy staly příležitostí pro méně majetné obyvatele venkova, aby si u zámožnějších sousedů vyprosili nějaký dárek.

Vánoční koledování začínalo na Štědrý den, pokračovalo na sv. Štěpána a trvalo až do Tří králů.



*Sv. Štěpán pocházel pravděpodobně z helénských Židů, ale během života se obrátil ke křesťanství.*

*Stal se mužem velmi pevné víry a apoštolové na něm pozorovali „působení Ducha svatého“ – podle dobového svědectví konal Štěpán veliké divy a znamení.*

*Proto když se rozhodli apoštolové vybrat sedm mužů, kteří by jim pomáhali v péči o chudé a opuštěné vdovy, kázat, křtít a rozdávat eucharistii, byl jako první zvolen právě Štěpán.*

\* Poznámka:

**26. 12. zemřel papež sv. Zosimus.**

*Zemřel v roce 418 – mimo jiné nařídil, aby kněží nenavštěvovali hospody.*



# 7 kroků v meditaci

Každá meditace, po celých 13 vánočních dnů, má podobnou, respektive stejnou formu – 7 kroků:

1. **PROUD MINULOSTI** – je krátký zpětný, reflektující pohled na uplynulý měsíc **ŘÍJEN 2024**, od konce k jeho začátku, pozpátku
2. poté pohlédnete na **CELEK**, zavnímáte celkový dojem a všimnete si **OKOLNÍHO PROSTORU**
3. **PROUD BUDOUCNOSTI** – je tvoření obrazů budoucích, v tomto případě první měsíc nového roku – **ÚNOR 2025**
4. stejně tak i v proudu budoucnosti pohlédnete na **CELEK**, zavnímáte celkový dojem a všimnete si **OKOLNÍHO PROSTORU**
5. **ZARÁMOVÁNÍ** stvořeného obrazu
6. Vložení do magického **vánočního světla**
7. **NÁDECH** (do svého těla i vědomí) a **VÝDECH** do kosmického vědomí

**Pořád stojí za to si připomínat, že se v meditaci ocítáte v pohádkovém obraze a koneckonců vždycky můžete své záměry zrevidovat, opravit, změnit... vylepšit.**

\* Pozorování - sebepoznání

**Všimněte si** myšlenek, které vás napadnou, pocitů, které budete vnímat  
A vše si poznačte, bude to pro vás užitečná zpětná vazba.

Například:

- ocitnete se v jakékoliv situaci, zkuste si všimnout svých myšlenek, jinými slovy naslouchat sami sobě – co vás v určitých situacích napadlo, co jste pocítili, když..., jak jste se cítili, když...

## **NASLOUCHNÍ**

**Naslouchání sami sobě – TO JE VÝBORNÝ ZAČÁTEK** pro schopnost naslouchat druhým.

**Naslouchání** totiž nemusíte vnímat jen jako nějakou výjimečnou ctnost, ale také jako skvělou průpravu pro **KLID, TRPĚLIVOST** v komunikaci, ve vztahu, jako příležitost rozvíjet **TOLERANCI** (zejména vůči odlišným názorům) apod. K tomu stačí vnímat-pozorovat svoje vlastní myšlenky, pocity ...

**Této ctnosti se pak v následujícím roce budete věnovat od 21. ledna do 20. února.**



# Poznamenejte si vše!

a zakreslete do Lemniskáty...

Zapište si všechny asociativní myšlenky, které vás v souvislosti s obrazy v meditaci napadly, které jste vnímali, cítili, mysleli nebo viděli:

všimněte si, **zda se něco opakuje (to může být důležitý vnitřní vzkaz)**

- zda je něco extrémně odlišné
- nebo naopak velmi podobné
- zda cítíte nějaké AHA momenty
- a hlavně:

**JAKÝ jste měli POCIT?**

Všechno si poznačte.



## Vytvořili jste ty nejnádhernější obrazy nového měsíce ÚNORA.

Pokud vás kdykoliv napadne něco na nich upravit a vylepšit,  
kdykoliv můžete vstoupit do vašeho stvořeného obrazu a  
cokoliv změnit.

Můžete to udělat i během dne, bez meditace.

Důvěřujte svým myšlenkám i vnuknutí.

**A dovolte si NASLOUCHAT sami sobě, vnitřní hlas,  
to je hlas BOHA.**

**Nadechnout** do sebe a **vydechnout** do prostoru.

Nádech = **přijímání**

Výdech = **darování** krásy do věčnosti

**Tak prosté.**



A pamatujte si, že:

**NIC NEMUSÍTE!  
ALE VŠECHNO MŮŽETE!**

**Přeji vám štědrý a laskavý každý den i noc.**

PRÁVĚ TEĎ ZAŽÍVÁTE KRÁSNÝ POCIT.  
Ten pocit je magnetem pro budoucí realitu.

*S vděčností a láskou  
Yvell*

