

. 215. on-line setkání skupiny Dr. Hawkinse zaměřené na vzdávání se srozumitelné v CZ a SK jazycích – 9.12.2024

. 9. prosince / decembra 2024

Vítáme všechny, kteří právě sledují naše 215. on-line setkání studijní skupiny Dr. Hawkinse.

Už jen tím, že jsme dotřepali svoje kostry na toto setkání, máme šanci, že se na nás něco osmózou nalepí. Tak, jak se to děje v AA nebo v jiných dvanácti krokových skupinách. Naše setkání umožňují postupné posuny z poslouchání do momentů, kdy tzv. trkne – a to naposlouchané je uplatněno v praxi, v situacích, kterými jsme karmicky přitahováni.

Díky našemu každopondělnímu on-line setkávání se, se v naší duchovní práci nacházíme v etapě, kde důrazem není již jenom „vědět“, ale stávat se tím, co se učíme. A to s pomocí naší nepřetržité duchovní zamyšlenosti. Je to mysl, která nás dovede k nemysli. Tím se posouváme do setkání, která jsou více zaměřená na vzdávání se, nebo-li přijímání toho, co je, a – toto vzdávání – je srozumitelně podané ve slovenském či českém jazyce.

Kromě on-line pondělků pořádáme 2x ročně osobní setkání, vždy na jaře a na podzim. Podrobnosti jsou uvedeny na webu www.hawkins.support.

Ti posluchači, kteří se připojili nedávno, mohou načerpat poznatky z našeho archivu on-line setkání, které jsou archivovány rovněž na webu hawkins.support.

Kdo má možnost si zapnout kameru, toho Julo bude moci zaregistrovat a vidět odezvy. Když nebudete mluvit přes mikrofon, nebudete vidět v záznamu tohoto setkání.

Setkání bude odrážet to, na co se Julo naladí a bude vhodné pro skupinu říci.

Na dnešek přišly tři odezvy.

Ale nejprve si pustíme Požehnání od Dr. Hawkinse. Pohodlně usadte či ulehněte a začínáme.

Video s požehnáním od Dr. Hawkinse:

<https://www.hawkins.support/wp-content/uploads/2022/07/DRH-pozehnani-posluchacum-hlasite-1280x720-2000.mp4>

Předávám slovo Julovi:

JULO...

Jen ze záznamu...

Odezva od Karly:

Ahoj Honzo, Julio a všichni,

pracuji teď s větou, že „všechny myšlenky jsou kladením odporu tomu, co je“.

Tomu rozumím, pokud jde o myšlenku, kterou mé všední já onálepkuje jako „negativní“. Ale co myšlenky, které všední já zařadí jako „pozitivní“? Například „je mi dobře“. Rozumím tomu, že i to je myšlenka, která jen vyvstává oproti tichému pozadí nemyšlenkovitosti, že to není Realita, jen něco, co mi tu Realitu zastírá. Takže i na ni děkuji a nepřijímám, resp. vidím, že je to jen něco, co vyvstalo, a s Já-Bytí to nemá nic společného. Ale mému všednímu já tam u „pozitivní“ myšlenky momentálně drhne to slovo „odpor“, tedy i že „pozitivní“ myšlenka je odpor. Je to míněno tak, že jakákoliv dualita, tedy i „pozitivní“ myšlenka, je „odpor“ k nedualitě? Prostě že všední já má radši jakékoliv myšlenky, než aby nechalo zazářit Realitu?

Děkuji předem za osvětlení, budou-li vhodné podmínky.

Všechny moc zdravím a děkuji za jejich přítomnost. Je to velký dar, být v takové skupině.

Na závěr prosím, zda by bylo možné se k této odezvě vyjádřit (pokud ano) až 9.12. či později, protože 2.12. výjimečně nebudu on-line, dostala jsem lístky do divadla .

Karla, né Amanda.

JULO...

Jen ze záznamu...

Odezva od Milana:

Dobré ráno Julo, Honzo a Františku !

Dobré ráno všem!

Děkuji za minulé, 214. on-line setkání a možnost sdílení se s ostatními přáteli.

*V tomto týdnu mi Honza pomohl zaregistrovat se na Facebooku, do skupiny VĚDOMÍ. Jsou zde uvedeny texty z knihy **Podél cesty k osvětlení**.*

*Na každý den je v knize **Podél cesty k osvětlení** uveden jeden výňatek z knih Dr. Davida Hawkinse a výborné je, že tyto výňatky jsou přeloženy z originálních knih Dr. Hawkinse a hlavně je uvedeno, z které knihy tyto texty jsou. Také jsou zde uvedeny související texty – kontext.*

Tak může dojít k lepšímu pochopení tohoto krátkého výňatku, v souvislostech.

Velmi mě oslovil ten z 6. prosince.

Zvolte si: byť uvolněným, neškodným, odpůšťačím, súcitným, a bezpodmienečne milujúcim, a to voči všetkému životu, vo všetkých jeho prejavoch, bez výnimky, vrátane seba samého. Zamerajte sa na nesebeckú službu, rozdávanie lásky, ohľaduplnosť, a úctu k všetkým stvoreniam.

Z: „The Eye of the I: From which Nothing Is Hidden“ (2002), Kapitola 5: Obcházění ega, str. 65

Tento překlad od Jula, celá část knihy B2 , kapitoly 5, zde uvedená, se mnou velmi zarezonovala.

Velmi mi pomáhá k rozvíjení laskavosti a láskyplnosti.

Dobré ráno všem.

Milan

JULO...

Jen ze záznamu...

6. prosince: Úvahy od „Po cestě k osvětlení“

První část překlad Julo, druhá automatická

Zvolte si: byť uvolněným, neškodným, odpůšťačím, súcitným, a bezpodmienečne milujúcim, a to voči všetkému životu, vo všetkých jeho prejavoch, bez výnimky,

vrátane seba samého. Zamerajte sa na nesebeckú službu, rozdávanie lásky, ohľaduplnosť, a úctu k všetkým stvoreniam.

Z: „*The Eye of the I: From which Nothing Is Hidden*“ (2002), Kapitola 5: *Obcházení ega*, str. 65

S dalším kontextem:

Kapitola 5: Obcházení ega

Jednoduchost

.5.1. Jadro, {teda podstata} všetkých veľkých duchovných učení a učiteľov sa dá zhrnúť do niekoľkých jednoduchých odsekov. (Z praktického hľadiska, všetky {veľké učenia} spočívajú vo výstrahe vyháňať sa tomu, čo človeka pri svalovom testovaní oslabuje, a nasledovať to, čo ho posilňuje!)

.5.2. Zvoľte si: byť uvoľneným, neškodným, odpúšťajúcim, súcitným, a bezpodmienečne milujúcim, a to voči všetkému životu, vo všetkých jeho prejavoch, bez výnimky, vrátane seba samého. Zamerajte sa na nesebeckú službu, rozdávanie lásky, ohľaduplnosť, a úctu k všetkým stvoreniam.

.5.3. **Vyhýbajte sa negatívite, a túžbe po svetáctve** – s jeho chamtivosťou po pôžitkoch a majetku. Zrieknite sa mienkotvornosti, posudzovania správnosti oproti nesprávnosti, preceňovania svojej ‚pravdy‘, a pasce mravopočestnosti. {zrejmy preklep v originály: forego vs. forgo}.

.5.4. **Snažte sa skôr porozumieť, než odsudzovať.** Uctievajte učiteľov týchto základných princípov, a ignorujte všetkých ostatných {učiteľov}. Uplatňujte tieto zásady pri vašom pohľade na seba samého, ako aj na iných. Dôverujte láske, milosrdenstvu, nekonečnej múdrosti, a súcitu Božstva, ktoré prekukne všetky ľudské chyby, obmedzenia a {morálne} slabosti. **Vložte vieru, a dôveru, v lásku Boha, ktorý je všeodpúšťajúci,** a pochopte, že odsudzovanie, a strach – že budete súdený, pramena z ega. Tak ako slnko, Božia láska žiari rovnako na všetkých. Vyhnite sa negatívnemu zobrazovaniu Boha, ako chyby, ktorá pripisuje ľudské vlastnosti Bohu, ktorý sa tým pádom stáva žiarlivým, nahnevaným, ničiacim, predpojatým, uprednostňujúcim, pomstychtivým, neistým, zraniteľným, robiacim dohody, a pod.

Vzdávanie {Pripútaností} a {Naša} Obeta

.5.5. Sú to náhodné pojmy, ktoré vychádzajú z toho, že sa človek pozerá na duchovné princípy z uhla pohľadu ega, ktoré má vlastné osobné záujmy, a odôvodnenia negatívneho postoja. Pre ego, duchovné princípy predstavujú prípadnú {nevynutnú} stratu stanoviska, ale z pohľadu ducha sú ziskom.

.5.6. Prvotné vzdávania sa, a obety, jednú s nahradením preceňovania vysokej mienky o sebe a svojich prednostiach za pokoru. V praxi {to vyzerá tak, že} **človek**

jednoducho zanecháva hrdosť zo {sústavného vyjadrovania svojich 'dôležitých a svetoborných'} názorov a posudzovania. Zanechanie stanovísk odstráni prekážku spojenú so {všedným ja neustále používanou} 'chybou protipólov protikladov', ktorá je dualistickým následkom zdanlivosti vnímania. {Nová téma:} Zanechaním, na seba vzťahujúceho sa pojmu, 'ja', používaného zo zvyku pri myslení {a hovorení o sebe}, sa oslabuje opantanosť narcistickým jadrom ega. **Nahraďte návyk {používania} osobného zámena 'ja', a vyjadrujte nápady v tretej osobe.** {Nová téma:} **Používanie neosobných vyhlásení o tom, ako sa veci zdajú** {pozor, nie ako zdanlivo 'sú'}, predchádza osobnému zamotávaniu sa do problémov. Neosobné výroky {teda od ktorých sme emocionálne oddelený} sú zvyčajne vyváženejšie a objektívnejšie, pretože pri argumentácii zahrňujú viaceré uhly pohľadu, a nie iba jednostranný, zaujatý pohľad.

.5.7. To, čoho sme svedkami vo svete {všedných ja} ľudských udalostí, nie je ani 'správne', ani 'nesprávne', ale je to predvádzanie sa {, šantenie} energetických polí vedomia, ktoré sa vtierajú, a prejavujú prostredníctvom rôznych jednotlivcov, pri určitých {, na zviditeľnenie priaznivých,} podmienkach v čase a na určitom mieste. Ak sa vyhneme teoretickému stanovisku, že ľudia 'by mohli' byť inakšími {vo svojom správaní}, než akými sú, vidíme, že ľudia si vlastne nemôžu pomôcť, aby boli inakšími, než akými sú. Keby {ľudia} mohli byť inakšími, tak by nimi boli! Obmedzenia stanovujú {zobraziteľné} možnosti; teoretické neexistuje, nie je to skutočnosť, ale je to {iba} predstavivosť. Je nezmyselné odsudzovať ľudské správanie tým, že ho porovnávame so teoretickým ideálom {všedného ja}.

.5.8. Rozhorčenie {z mravopočestnosti} ustupuje súcitu na základe porozumenia, a privádza do popredia pravdivosť veľkých historických výrokov: „Nevedia, čo robia“, {Lk 23:34} – (Ježiš Kristus), alebo: „Jediný hriech je nevedomosť {Skutočnosti}“ (Budha).

Z: „*The Eye of the I: From which Nothing Is Hidden*“ (2002), Kapitola 5: *Obcházání ega*, str. 65–66

Preklenovanie Negatívneho

.5.9. Nie je veľmi efektívne ani prínosné 'bojovať proti hriechu' a púšťať sa do zápasu, pri ktorom používame 'silu vôle' na prekonanie nedostatkov. Toto sú už {sami o sebe} stanoviská a pasce, ktoré spútavajú myseľ v dualistickej chybe 'protikladov'.

.5.10. **Spôsob, ako sa vymotať z konfliktu, nespočíva v snahe odstrániť negatíva, ale v tom, že si vyberieme, a prijmeme pozitíva.** Pohľad, že životným poslaním človeka je skôr porozumieť než súdiť, automaticky rozuzľuje morálne rozpaky zo zdanlivo nevyriešiteľných situácií. Pracovníci v určitých odborných zamestnaniach to robia neustále. Lekári a právnici dokonca aj hovoria svojim pacientom a klientom, že ich pracovnou náplňou je liečiť alebo obhajovať, a nie súdiť. Chirurg rovnako operuje zlomený bedrový kĺb svätca ako aj zločinca. Bežné vyhlásenie je: „Nie je mojou funkciou ani úlohou súdiť v takýchto veciach“.

.5.11. Veľkú úľavu zažijeme, keď prídeme na to, že prijatím duchovného života, sa dá mravopočestné odsudzovanie a nenávisť, ktorá vzniká {zo všedného ja}, prenechať iným. Toto úsilie o duchovné 'dobro' prospieva celému ľudstvu, a preto je možné povedať, že je to najchvályhodnejšie poslanie zo všetkých.

.5.12. Závazok k duchovnosti teda predstavuje zreteľne inú rolu, ktorá sa líši od roly neangažovaného človeka. To nesie so sebou {aj} iný súbor noriem {správania}, {aj} inde nasmerovanú energiu a pozornosť, než aké sú pri bežnej honbe za daromnosťami ega a svetských úspechov. Človek obetuje majetkový či egocentrický zisk pre duchovný pokrok, a tým, že to robí, sa pominuteľne podriaďuje trvalému, a volí sa to, čo má skutočnú hodnotu, pred tým, čo je len mylnou predstavou. Meradlo, ktoré je užitočné pri rozhodovaní, je premietnutie sa do budúcnosti na smrteľnú posteľ, a spýtať sa: „Za ktoré rozhodnutia chcem byť {na nej,} v tom čase zodpovedný?“

.5.13. S istotou vieme, a to z duchovného skúmania (, ktoré si môže každý {svalovým testom} overiť), že vedomiu neunikne ani jediná štipka života; všetko je brané do úvahy, a za všetko sa nesie zodpovednosť, a nič nezostáva nepovšimnuté alebo nezaznamenané. To je vo všeobecnom súlade so súhrnom skúsenosti a múdrosti človeka naprieč všetkými kultúrami, a dobami, a je to spoločná črta všetkých náboženstiev a duchovných učení.

.5.14. V praxi to vyzerá tak, že človek prekoná negatíva tým, že jednoducho volí opak. Vďaka vnútornej disciplíne, ktorá vyplýva z vášnivého záväzku {k zvyšovaniu si úrovne vedomia}, negatívne voľby {konania} prestanú byť pokladané za {vhodné a dokonca prípustné} možnosti. Všetci sa potom stávame tými, ktorí majú námietky na základe svedomia, a to tým, že vytýčime čiaru {pre nás prípustného správania sa} a stanovíme hranice. K tomu dochádza skôr automaticky ako dôsledok voľby duchovných cieľov, ktoré si ceníme viac, ako ciele sveta {všedných ja, akými sú napríklad sláva, majetky, výhra za každú cenu, atď.}.

Držať sa Svojho Vnútra

.5.15. Duchovné náhľady nie sú v spoločnosti vo všeobecnosti veľmi populárne. Nie je potrebné vnucovať svoje názory ostatným. Presvedčovanie {na 'správnu' vieru} je najlepšie robené príkladom, a nie nátlakom a chytaním pod krk. Druhých ovplyvňujeme skôr tým, akí sme, než tým, čo hovoríme alebo čo máme. Vyjadrovať názory, ktoré sú v rozpore s verejnou mienkou, môže byť zo sociologického hľadiska chvályhodné, ale ak sa tak robí, vedie to ku konfliktom, a k zaplietaniu sa do hnevlivých debát a k nezhodám vo svete. Naháňanie sa za 'honosnými poslaniami' je rolou sociálneho a politického reformátora, čo je činnosť, odlišná od činnosti hľadača osvietenia. Chvályhodné úsilie {naháňania sa za 'honosnými cieľmi'} je možné {zo všedných úrovní vedomia} vnímať ako zasluhujúce si sympatizujúce podporovanie, ale zároveň {sa dá vidieť, že} sú to však zdanlivosťou vnímania vytvorené stanoviská – so svojimi vlastnými obmedzeniami a zámermi. Zaplietanie sa do záležitostí spoločnosti je luxus, ktorého sa musí hľadač duchovného osvietenia zrieknuť.

Odezva od Amandy:

Dobré ráno prajem všetkým.

Je noc, krátko po tretej hodine a rozhodla som sa vstať z postele a napísať zopár riadkov. Nemôžem spať, lebo mám veľmi ťažký žalúdok. Včera večer okolo 16 hod som naposledy jedla – zeleninovú polievku s kuracím mäskom plus quinou s mäskom, cviklu s chrenom a avokádovú nátierku so syrom, jogurtom a inými prísadami. Rozpisujem to tu kvôli tomu, že pomerne nedávno som čítala na internete dobre mienené rady nejakého človeka ohľadom delenej stravy a ako je veľmi zlé kombinovať ovocie s iným jedlom. Že sa musí ovocie jesť na prázdny žalúdok (najlepšie každý druh zvlášť) a počkať hodinu, kým sa nespracuje a neodíde zo žalúdka do čriev, lebo by spolu s iným jedlom začalo v žalúdku kvasiť. Podobných rád som sa dlhé roky držala, no v poslednej dobe som už podobné kombinácie avokáda jedávala a nič mi nebolo, až doteraz. Hneď mi napadlo, že som zase čosi nakúpila. Neviem čo mám teraz robiť. Buď sa už budem musieť zase vyhýbať takýmto kombináciám jedla, alebo sa budem musieť zbaviť nakúpeného stanoviska, no a to nie je vôbec jednoduché. „Nakupovanie“ je veľmi ľahké. Dlhé roky „nakupujem“ z médií a internetu. Posledne, ako vás počúvam, sa však „nakupovaniu“ snažím vyhýbať, no niekedy sa pristihnem, že opäť „nakupujem“. Chcem vás preto poprosiť o radu ako sa dá čo najlepšie zbaviť takto nakúpených stanovísk. Áno, podlieham len tomu, čo udržiavam vo svojej mysli – ale ako to z tej mysle dostať preč, keď sa to už zažralo kdesi do podvedomia?

V súvislosti s tým, by som aj rada pomohla výbornej priateľke, ktorá je veľmi rozumovitá, skeptická a podľa mňa má toho tiež veľa „nakúpeného“. Hawkinsa nepozná a určite by mala veľa protiargumentov. Potrebuje sa však teraz rýchlo zbaviť myómu na maternici. Neviem ako jej pomôcť. Nemá s tým niekto skúsenosti? Nepozná niekto nejakého šikovného terapeuta s výsledkami v tejto oblasti?

Ďakujem veľmi pekne a prajem dobré ráno.

Amanda

JULO...

Jen ze záznamu...

HONZA:

Pokud zatím nedostáváte emailem informace o nadcházejících setkáních a chcete tyto emaily dostávat, napište mi na: jan.macto@gmail.com.

Na stejný email můžete psát i odezvy a dotazy.

Je tu opět výzva k zaměření se na posílání lásky, během toho, co František bude číst Shrnutí. Také si můžeme text v duchu opakovat, nebo si jej říkat předem, pokud si text už pamatujeme...

FRANTIŠEK:

Shrnutí od Františka, (revidované Julem):

Přátelé, děkujeme, že máme opět příležitost být ve skupině stejně zaměřených a osmózou obdarovávat naše kamarádská těla.

To nám umožňuje alespoň jednou za týden si uvědomovat, že podléháme JENOM tomu, co uchováваме v mysli. A tedy jak jsme si jindy řekli, na co vrháme pohledy a komentáře, tedy na to, co chceme, ale i nechceme, to potom intenzivněji chytáme. Je na nás, kolik pozornosti věnujeme vzcházejícímu obsahu. A zde je nutno říci, že my usilujeme jít směrem, kde nemáme komentáře. Boha nacházíme skrze jednoduchost. Přece je jednoduché zanechat komentáře. Tomu každý rozumí, ale trklo vám toto rozumění?

Například, nic není dobré ani zlé, jen myšlenky skrze naše stanoviska to dělají takým. Tedy, když jsme se všemi myšlenkami v pokoji a klidu, tak ty věci, jakože venku, jsou také v pokoji a klidu. Záleží na tom, kde libovolně uděláme čáru rozdělující dobro od zla, která definuje naši dualitu. Zde je nutné si odkrýt, že všechny názory či stanoviska jsme nakoupili jako děti od svých rodičů, sourozenců, učitelů a jiných, kteří nás vychovali, jak nejlépe uměli a rovněž také z předcházejících epizod života. Upouštíme od stanovisek, ale ne proto, že jsou správná nebo nesprávná, ale proto, že toto upouštění vede k zvýšení úrovně vědomí, co nás vede směrem k pokoji a klidu.

Jak to udělat?

Objednáváme si, nejlépe 2x denně, láskyplné myšlenky, které nás vtahují k vidění nevinnosti a vedou k láskyplnosti a k soucitu. Ukázalo se, že jediným účinným pomocníkem je pokorné přiznání si vlastních nedostatků a nevědomostí. Každý, tedy i já, dělá vždy to nejlepší, co umí a čeho je schopný. Jinak řečeno, tímto vlastně uznáváme Já-Bytí, v nás i ve všech osobách kolem nás.

A dáváme pozor, abychom v životě jednali oddaně bezúhonně, tedy, abychom se nešťourali, ve svém každodenním životě, s energiemi pod úrovní 200, což je úroveň bezúhonnosti. Zde je vhodné si připomenout, že tedy nemusíme sledovat světové zprávy a šťourat se v nich. Všechno jsou vlastně egem viděné pohádky, které byly vytvořeny pro ty, kteří naoko volí mít pokoj a klid, ale vnitřně ho nechtějí,

chtějí mít pravdu.

Vhodné je opakovat si jakoukoliv jednu modrou větu, kterou si týdně, měsíce či i roky oddaně říkáme a používáme na všechno, co nás každý den potkává. Příkladem jsou věty:

„Vykonávám potřeby přítomnosti, aniž bych si přál, aby věci byly jinak.“

„A budu vědět, co je třeba vědět, až to bude třeba vědět (vidět, slyšet, poznat...)“

„A jsem zodpovědný za úsilí a ne za výsledek.“

„Všechn strach je mylnou představou, a já to bezpodmínečně vím, jdu skrze něj, stůj co stůj. V absolutní Skutečnosti okamžiku jsem vždy v bezpečí.“ Důvodem proč většinu věcí děláme, je ze strachu z nemoci, z chudoby, ze stáří či ze smrti.

„Myšlenky naskakují oproti tichému pozadí nemyšlenkovitosti.“ A na každou myšlenku, moji i jiných, máte právo si říci: „Děkuji za pozvání, nepřijímám!“

A jak jsme si již řekli, modlíme se soustavně o Boží Přízeň, čili o přeměnu vyvolávající duchovní energii, která jakoby nabuzovala možnosti, které by nám snad jinak nepřišli na mysl v tom čase. Například o Přízeň na vzdávání našich nakúpených stanovisek, snad i bezeslovně, aby se naše situace ve vzájemném pokoji a klidu nějak poriešila a vykrystalizovala, či snad udrncala.

Pomoc Boha se projeví tehdy, když si přiznám, že s těmi problémy se já sám neumím vyspořádat, jsem v koncích a jednoduše je vzdávám Bohu.

Takto vědomě zlehka obměkčujeme naše zarytá stanoviska a postupně uvolňujeme překážky k pokoji a klidu v nás, tedy představy a koncepty v nás. Jednoduše řečeno, přestáváme šťúrat myšlenkovitostí do pozorovaných lidí a věcí a dovolujeme jim být tím, čím jsou. Vlastně dovolujeme jiným, aby byli jiní, a nedovolujeme jiným, aby měnili NAŠE zaměření. Tedy máme ochotu vzdát se své tvrdohlavosti, čímž otevíráme prostor Duchovní Vůli Já-Bytí. Postupně děkujeme všem emocím a pocitům za pozvání, které nepřijímáme, ale naopak vzdáváme je, protože z nich neustále džusuje náš ego-macík, který chce soustavně zakusovat a nechce mít pokoj a klid. Při upřímném zaostření je vidět, že každá emoce je sama o sobě její vlastní odměnou.

Děkujeme ti, Ó Pane, za tvoji Boží přítomnost, která se projevuje jako pokoj, ticho a existence. A dospějeme k poznání, že „Moje skutečnost je dokonalá vyrovnanost a souladná souhra.“

A jak Dr. Hawkins říká – Gloria in Excelsis Deo – čili Nejvyšší Sláva Bohu.

KONEC – po vyčerpání témat neoficiální části.

Bezplatné pripojování se zůstává zachováno, pokud příspěvky postačují na krytí výdajů.

Družstvo Evoluce, které tyto aktivity zastrešuje, je financováno jen z darů.

Minulý týden bylo darováno 1050 Kč

Děkujeme za finanční podporu.

Nabízíme záznam celého on-line setkání:

Zvukový záznam v MP3:

<https://drive.google.com/file/d/11A05n4F48yhoUClzkNNwGLZCMtJNl0wu/view?usp=sharing>