

Kapitola 3. Apatie (úroveň 50)

Předcházející část: Kapitola 2. Vina a mstivá nenávisť (úroveň 30)

Vzestup po úrovních vědomí	<p>Práva na vydávání překladů knih Dr. Davida R. Hawkinse mají v ČR s SR dvě společnosti – Nakladatelství Pravda.je a Pragma.</p> <p>Nevytváříme vlastní e-shop, ale můžete náš web a naše společné neziskové akce a setkání podpořit zakoupením knihy na stránkách vydavatele. Námí vytvořené družstvo EVOLUCE, které je účetně pořadatelem neziskových akcí a setkání, získá z takto zakoupené knihy příspěvek na svoji činnost.</p> <p>Při objednávání stačí ve třetím kroku, kdy vyplňujete „Informace o vás“ rozkliknout „Zadat poznámku pro prodejce“ a napsat text „evoluce“.</p> <p>Doprava i platba je přizpůsobena pro Českou i Slovenskou republiku.</p> <p>Vydalo nakladatelství PRAVDA.JE – 2017</p>
Přesměrovat a objednat knihu...	

Kapitola 3

Apatie

(Kalibrační úroveň 50)

Úvod

Tato úroveň se vyznačuje zanedbáváním, lhostejností, chudobou a v těžších stupních, zoufalstvím a beznadějí. Svět a budoucnost vypadají bezútešně a zármutek je tématem života. Apatie je stav beznaděje. Jeho oběti jsou ubohé v každém směru, chybí jim nejen zdroje, ale také energie, aby využili toho, co je dostupné. Pokud jim pečovatelé neposkytnou vnější energii zvnějšku, může být výsledkem smrt formou pasivní sebevraždy. Bez vůle k životu, tito zoufalí lidé jen tupě zírají, nereagují na podněty, dokud očima nepřestanou bloudit a nesoustředí se na nabízenou potravu, pokud jim zbylo dost energie, aby ji pozřeli.

To je úroveň bezdomovců a vyvrženců z lidské společnosti. Je to také osud mnoha starých lidí a těch, které od ostatních izolovaly chronické nebo progresivní nemoci. Apatiční lidé jsou závislí; jsou „obtížní“ a okolí je pociťuje se jako břemeno. Představují lidské exprese Tamas z klasických hinduistických *gunas* (kvalit) trilogie o *tamas* (setrvačnosti odporu), *rajas* (vysoká energie), a *sattva* (mír), které jsou vrozené celému světu.

Společnost často postrádá dostatečnou motivaci, aby opravdu účinně pomohla kulturám či jednotlivcům na této úrovni a vidí je jako příčinu odčerpávání zdrojů. To je úroveň ulic Kalkaty, kam se odvažují vstoupit jedině takoví světci, jako Matka Tereza a její následovníci. Apatie je úroveň opuštění naděje, a jen málokdo má odvahu jí skutečně pohlédnout do tváře.

Klinický obraz

Apatie je nepozorovatelně jádrem mnoha společenských i osobních problémů. Neschopnost byrokratických vládních agentur „péče“ převzít odpovědnost může také vést k masovým katastrofám. Existuje mnoho příkladů nečinnosti, jako je nepřipravenost před útokem na Pearl Harbor, v korejské válce, varování před 9/11 a útoky Al-Káidy, nečinností po útoku na USS Cole, nepřipravenost armády pro iráckou válku, opožděná reakce na hurikán Katrina, a jiné.

Apatie naznačuje velmi nízkou dostupnost energie a zájmu. To může existovat v endemických kulturách a regionech, včetně metropolitních, a v chudých oblastech. Laxnost nebo lhostejnost může být kulturně přenášena i jemnými prostředky. „Jaký to má smysl?“ je nakažlivý postoj.

Lenost je jeden ze sedmi smrtelných hříchů, protože se jedná o odmítnutí Božího daru života a je požitkářstvím bez lásky. V tomto stavu nemají lidé starost o blaho druhých, nebo dokonce aby se ohlíželi na kvalitu vlastního života. Stejný přístup se pak promítá k Bohu, který je viděn jako odmítavý, nedostupný, a bezcitný. Výsledek vlastních životních výsledků vede k pojetí Boha jako lhostejného, odsuzujícího a nedostupného. To vede k zoufalství a pesimismu.

Apatie je často základem pro pasivitu a sebeodsuzování, což má za následek nízkou sebeúctu. Pocit bezcennosti posiluje negativní sociální postoje a chování, které vedou k chudobě a nízké kvalitě života. Beznaděj vede k dalšímu poklesu, který je pak použit k racionalizaci, aby si člověk „zachoval tvář“. Podstatou je, že je odmítnuta odpovědnost a je nahrazena chronickou mentalitou oběti, která se snaží vyhnout skutečným problémům a promítá je na vnější svět, který je pak pohodlně označen za viníka a za příčinu. Dualistické rozdělení světa na oběti a pachatele je dále posíleno současnými postmoderními, relativistickými sociálními teoriemi, které udržují iluzi.

Rodičovské chyby ve výchově mají velký vliv na utváření životních vzorců chování v raném věku, zejména nedostatek lásky a obyčejných motivačních faktorů. To má za následek nedostatečný vnitřní systém odměn a nízké sebevědomí, a frustrace zhoršuje problém. Ačkoli se ideál ega může rozvíjet a hrdinné skutky mohou být obdivovány, vnitřní přesvědčení je, že idealizované není možné získat v důsledku beznaděje a skepse. Normální člověk dostane nějaké uznání za úsilí a pokusy, i když selžou. Člověk prožívající beznaděj nevidí žádný smysl, aby se pokusil pracovat na vyšší úrovni.

Energetické pole atraktoru apatie přitahuje k ní jiné podobné jevy ve stejném nízkém energetickém poli (princip známý jako „rozbité okno“), což má za následek celkové depresivní sociální prostředí, které plodí zločin a chudobu.

Apatický stav signalizuje poruchu, která vede k uchýlení se k výmluvám. To může také vést k hypochondrii, chronické invaliditě a k sebestředné osobnosti, která je pasivní, nefunkční, a vězí v závislých vztazích. Závislost na lécích a drogách může také poskytnout únik z vnitřní neplodnosti. Když dočasná euforie vyvolaná drogami odezní, návrat k předchozímu stavu se stává nesnesitelným, takže drogová závislost není jen závislost, ale i životní styl. Sebeudržující klesající spirála

může vyústit v zoufalé pokusy přežít, včetně lpění na nesprávném vztahu. Vlastní potupa je promítnuta na Boha a společnost, které se proto klade současný neblahý stav za vinu.

Podstatou této poruchy je neschopnost nebo odmítnutí přijmout osobní odpovědnost, což má za následek vinu, stud a nízkou energii, což může skončit jako bezdomovectví, tuláctví a sociální závislost. Nedostatek dovedností potřebných pro život vede k pravidelným pádům do těžké deprese, které mohou vyústit v sebevraždu.

Překračování apatie

Okamžiky nebo dokonce časová období apatie se mohou dočasně objevit v životě téměř každého člověka, kdy prožívá „horší“ časy a pocity sklíčenosti. Celý životní styl se stává popřením hodnoty života a Božství jako jeho zdroje.

Jediná cesta ven z této slepé uličky je přes Vůli, která jediná má potenciální sílu kompenzovat nedostatek intrapsychické energie. Vůle, která je duchovní povahy a původu nesmí být zaměňována se „silnou vůlí“, která je jen mentální a psychická. V apatickém stavu je osobní vůle slabá a neúspěšná. Toto může být překonáno pouze vyzváním Boží vůle, která kalibruje na 850 a má sílu regenerace. Zatímco ego obvykle připisuje zásluhu za přežití sobě, jeho pravým zdrojem je přítomnost božství jako „Já.“ A právě díky „Já“ je ego schopno být soběstačné. Je jen příjemcem životní energie, a nikoli jejím původcem, jak věří.

Modlitba může nebo nemusí vést k požadovanému výsledku, protože pro „Já“ soužení, nebo dokonce fyzická smrt, může být jediný způsob, jak porazit ego. Pro Já může být odmítnutí osobního světa i odevzdání fyzického těla podmínkou pro transformaci duše. Tedy, v tomto zdánlivém paradoxu, porážka ega – mysli a těla subjektu je ve skutečnosti obětí dočasného k trvalému vývoji (duše), a proto karmický zisk.

Zatímco osobní vůle je na stejné úrovni, jako je člověk sám (ve velmi nízkém stavu apatie, při kalibraci vědomí asi 30), Vůle Já má velmi silný stupeň. Tyto podmínky demonstrují dynamické síly skryté za pravdou, že „lidské neštěstí – Boží příležitost“.

Probuzení k božství je například dobře doloženo ve skupinách dvanácti kroků, v nichž počáteční kroky (volně řečeno) jsou: „Dovolili jsme svoji bezmocnost nad našimi životy a jen Bůh nás může zbavit tohoto našeho šílenství.“ Přijetí osobní bezmoci a opuštění ega znamená svěřit svůj život Bohu. Následuje nebojácná morální inventura a pak hledání skrze modlitbu a zavedení denního duchovního života podle vzoru (*Dvanáct kroků a Dvanáct tradic*, 1996).

Výše uvedený postup prokazatelně přinesl zotavení z celé škály velmi obtížných, beznadějných lidských problémů u miliónů lidí po celém světě po mnoho desetiletí. Probíhající transformace jsou často označovány jako zázračné, pro jejich rozsah. Tento jednoduchý program původně začal v Oxfordu v Anglii a byl přinesen do Spojených států. Rowland byl beznadějný pacient známého švýcarského psychoanalytika Carla Junga, jehož vlastní poctivost pomohla Rowlandovi ze dna, když mu řekl: „Běda, ani já ani moje umění vám nemůže pomoci, a vaší jedinou nadějí je vrhnout se z celého srdce do duchovního programu, neboť byly v historii

zaznamenány případy, i když vzácné, kdy došlo k vyléčení“. Nakonec Rowland po dramatickém zotavení nastavil paradigma pro to, co je nyní celosvětově známo jako **Cesta dvanácti kroků**, stejně jako jiné programy založené na víře, a dokonce byl účinný v třiceti pěti procentech případů extrémně těžkých chronických zločinců.

Apatie je základem mnoha zdánlivě beznadějných podmínek, které jsou neřešitelné pomocí lidské vůle nebo ve společnosti. Zotavení z některé z těchto apatických podmínek je posíleno účastí v duchovních skupinách, protože jejich celková energetická úroveň je na 540, je to úroveň bezpodmínečné lásky, která je v celkové populaci vzácná (0,4 procenta).

Další neduchovní, ale silný program věnovaný na obnovu a zlepšení lidského života je „EST“ (Erhard Seminar Training), kalibrován na úrovni 400, který přísně vyžaduje přijetí odpovědnosti. Tato technika spočívá v neustálé konfrontaci s nezodpovědností a anulování všech výmluv, racionalizací, a úniků.

Co vypadá jako apatie, je vlastně silný vnitřní odpor rafinovaně maskované pýchy a samolibosti projevující se jako „nemůžu“ nebo „já nechci.“ Zarputilost ega je často tak silná, že vyžaduje masovou katastrofu, jako je válka nebo zemětřesení, aby bylo donuceno se vzdát. Prostřednictvím kolektivní karmy jsou celé skupiny přiváděny do konkrétních situací, které se mohou jevit jako katastrofální, ale ve skutečnosti jsou neviditelným karmickým přínosem.

Nehody

Nekonečné pole vědomí je všudypřítomné, všemocné, a zahrnuje veškerou existenci.

Proto se nemůže nic stát mimo jeho nekonečnou doménu, protože se jedná o zdroj existence. V tomto nekonečném Universu existují klesající hladiny energetických polí. Protože se projevují postupně více a více ve formách (linearita), jejich relativní síla klesá celou cestu dolů k jednotlivci. Toto obrovské pole může být přirovnáno k nezměrnému elektrostatickému poli, v němž je jedinec jako nabitá částice, která je z důvodu nekonečné síly pole automaticky včleněna do siločar určité oblasti podle jejího individuálního „náboje“. Karmické-duchovní tělo dostane záměr, rozhodnutí, zařazení a orientaci. Proto „náhody“, a to zejména když jsou nepředvídatelné, nejsou naivním vnímáním myšlenkově vysvětlitelné. Vzhledem k tomu, že nekonečné pole vědomí je neomezené v dimenzi, nemůže se nic stát mimo něj. Vše, co se v něm vyskytuje, je pod jeho vlivem, a proto žádná „náhoda“ není možná.

Apatie normálního člověka

Období apatie se opakují v životě téměř každého člověka jako dočasný a přechodný jev. U těch lidí, kteří jsou duchovně orientovaní, vede vhléd do podstaty tohoto fenoménu k porozumění původu člověka a k pozitivním výsledkům. Normální jedinci obvykle používají apatii pouze v určitých oblastech života, které byly zanedbané, nebo za které člověk odmítl odpovědnost. Ty se také projevují jako averze a atrakce (přitažlivost – odpor), aby se při jejich zkoumání ukázalo, že jsou založeny na iluzích. Téměř každý odpor nebo iluze mohou být rozpuštěny kompletní a celkovou kapitulací a ochotou vzdát se iluzorního cíle. V praxi to může být

popsáno jako vzdání se lineárního (ego) ve prospěch nelineárního (Božství).

Dichotomie pasívní agrese

Hanba, apatie, a vina jsou formy agrese vůči sobě, jsou útokem se sebenávistí, obviněními a sebeodsuzováním. Střídavě jsou tyto mechanismy používány buď v obranném manévru, nebo promítané navenek jako nenávist a obviňování. Apatie je také forma odporu k procesu zrání a je to forma negace a odmítnutí, tj. skrytá tvrdohlavost.

Tyto mechanismy odmítnutí osobní odpovědnosti zažívají i jinak zdánlivě normální jedinci, u kterých se mohou pravidelně střídat s mimořádnou agresivitou vůči ostatním. Když se červ sebenávisti změní z útoku na sebe v zaměření externě, vyjadřuje se jako urážení, zloba, zlomyslnost, pomluvy, a dokonce i jako veřejná hanobení, která mohou být i extrémní.

Sebenávist namířená navenek má velmi nízkou úroveň, protože je popřením pravdy na hluboké úrovni a je sekundárně destruktivní ke společnosti a jejím normám. Takto navenek nasměrovaná agrese najde společenské uznání ve válce, kriminálních ganech, v terorismu, žhářství, v oblasti životního prostředí, v davovém násilí, v Ku Klux Klanu, atd. Tyto projekce mohou být možné pouze v případě, že svědomí buď chybí, jako například u psychopatů, nebo je zmírněno prostřednictvím racionalizace (bojovníci za svobodu odůvodňují pomstu jako oprávněnou, svatou nebo politickou válku, atd.)

Nalezení výmluvy přispívá k hromadění zášti, zkresleným výkladům společnosti a sbírání „nespravedlností“. Když s tímto psychologickým mechanismem pracuje charismatický vůdce, pravidelně umírají tisíce nebo dokonce miliony lidí. Tento syndrom se označuje jako „maligní (malign = pomluva) mesiášský narcismus“ a je podrobně popsán v *Pravdě vs. lži* (viz kapitola 15). Extrémní patologie takových vůdců je patrná z ochotných vražd svých vlastních spoluobčanů, které nenávidí a jsou pro ně „psi“, „potrava pro děla“, nebo „hodní smrti“. Takové zvrácené osobnosti pohrdají láskou (proto i ženami), považují ji za slabost a zobrazení vnitřně obávané zranitelnosti. Když se tyto mechanismy nemohou vybit navenek, vedou k vnitřním konfliktům ve vědomí a takoví mesiášští vůdci často končí sebevraždou.

Tytéž mechanismy fungují nevědomě, ale v omezenější a oslabené míře, u nepřátelských osobností, které hledají publicitu, aby mohly veřejně šířit jedovaté poznámky a pomluvy osobností veřejného života prostřednictvím falešných obvinění a překrucováním událostí.

V psychoanalytických termínech je navenek promítaná intenzivní nenávist popřením sebenegativity s cílem udržet iluzi o sobě jako nevinného a dobrého člověka, a to navzdory tomu, že jde o veřejně průhledný manévr. Důsledkem nepoctivosti je často pompéznost a vnímání sebe sama jako lepšího než ostatní. Ego do svých obranných valů také zahrnuje duchovní obrazy a koncepty, která se tímto stávají zkreslené do svých přesných protikladů, aby se odůvodnilo zabíjení nevěřících, kacířů a podobných, kteří si tudíž „zaslouží“ zemřít. Projekce sebezvrácení a pomyslné vnitřní slabosti byla dramaticky prováděna Japonci s americkými vězni a v

Mandžusku a Číně, když popravovali nepřátelské vojáky, kteří se vzdali.

Pole velmi nízké energie mohou být racionalizována intelektem, který pak vnímá pseudonáboženské zkreslení jako pravdu a bizarně chválí mučednictví a sebevraždu. Harakiri je klasickým příkladem vnějšího projevu a dramatizací toho, co bylo potlačeno jako vnitřní konflikt v obyčejných zdravých lidech.

Intrapsychické potlačení nepřijatelných impulzů a konfliktů vyčerpává psychickou energii, která je k dispozici pro normální život na adaptaci. To má za následek apatii vyjádřenou jako vyčerpání, pocit únavy a neschopnost užívat života (anhedonie).

Nedostatek potěšení ze života získaného normálními prostředky může být uměle kompenzován prostřednictvím různých závislostí. Je-li únik blokován nebo nedosažitelný, vnitřní deprese se vrací, což může mít za následek zoufalá opatření. Mnozí raději zvolí smrt, než by čelili vnitřním konfliktům a uznali vlastní odpovědnost nebo hledali pomoc a řešení.

Progresivní sestupná spirála často nakonec vede ke konfrontační sociální krizi, jako je zatčení, rozvod, ztráta zaměstnání, bankrot, hospitalizace a bezdomovectví. Proto je konfrontace jedním z pozitivních důsledků, které vyplývají ze zdánlivé pohromy, které jsou často záchranou v přestrojení.

Statisticky nejúspěšnější cesta ven z ničivého životního stylu je prostřednictvím nábožensky založené skupiny, která poskytuje podporu, neboť vnitřní poctivost je pro většinu lidí obtížná, ne-li nemožná. Obnova vyžaduje silnou podporu a navíc zkušené poradce. Noví členové jsou podporováni, chápou to jako morální závazek k poctivosti a mohou přijímat své charakterové vady bez pocitů viny. Kromě toho, pomáhat druhým je prospěšné a zvyšuje to sebevědomí.

Ačkoli i jen psychologické opatření může v některých případech přinést dočasnou úlevu, tyto poruchy jsou obvykle chronické a obnova vyžaduje programy, které jsou vnitřně duchovní, protože řeší jádro problému a vidí psychologické a behaviorální problémy jako sekundární. Základní a hluboce zakořeněná sebenenávist vyžaduje terapii na velmi vysoké kalibrační úrovni vědomí, jako je úroveň bezpodmínečné lásky s hodnotou 540. Psychologická opatření, která mají kalibraci 400, nemají dostatečnou sílu přinést skutečné vnitřní uzdravení. Léčení vyžaduje člověka, který bude poskytovat poradenství a sloužit jako příklad lásky a respektu. V desetiletích trvajících zkušenosti s těmito skupinami víme, že jen vyléčený člen skupiny má potřebnou autoritu, která vzbuzuje respekt a tudíž i terapeutický vliv a je vzorem k identifikaci. Prostřednictvím tohoto mechanismu, se láska vrátí v přijatelné podobě, a toto je usnadněno přijetím realistického, upřímného ducha pokory.

Duchovní pokora by neměla být zaměňována s jeho sociální interpretací jako „ponížení“. Paradoxně duchovně pokorný nemůže být ponížen, a tudíž chyby mohou být přijaty bez ztráty sebeúcty. Přijetí svých vlastních vnitřních nedostatků umožňuje respektovat ostatní bez odsudku a otevírá dveře k soucitu pro celé lidstvo.

Apatie versus motivace

Lidské chování může být vedeno instinkty nebo může být motivováno pozitivními, idealizovanými cíli. Freudův „ideál ega“ je zvnitřnění obdivovaných vlastností, úspěchů, nebo hrdinských postav, které jsou inspirující a představují možnosti pro růst a vývoj. Obdivované postavy jsou vybírány v souladu s převládající úrovní vědomí jednotlivce, takže každá úroveň má své charakteristické inspirativní vzory. Absence takové internalizované postavy může pramenit ze špatné nebo chybějící výchovy, nebo z nedostatku sebeúcty nebo pocitu vlastní malé hodnoty, což vede k očekávání selhání, pesimismu a „syndromu nedostatku motivace“.

Budování sebevědomí je obvykle nejlépe provádět postupně v malých krocích, podporovaných motivačním povzbuzením. Negativní vnímání sebe sama může být umocněno minulými selháními a kritikou ze strany vrstevníků nebo rodičovských postav, což má za následek postoje „Nemůžu“ nebo „Za nic nestojím.“ Staré pořekadlo: „Jestliže úspěch nepřijde hned, zkoušejte to znovu“ padá na úrodnou půdu, neboť v případě apatie je obvyklé, že se člověk brání s mnoha racionalizovanými výmluvami a ospravedlněními, aby se vyhnul studu. V některých případech může být apatie následkem klinické deprese v důsledku nesprávné chemie mozku, která vyžaduje antidepresiva k napravení nerovnováhy, alespoň jako dočasné opatření pro reorganizaci psychiky.

Klasickou protiváhou k apatii a negativnímu sebehodnocení jsou „víra, naděje a láska“. Výhoda pomáhat druhým je velmi dobře prokázána v celé společnosti, ať už se jedná o vědomou volbu, inspiraci, nebo dokonce nátlak.

Často pro ty, kteří padli velmi nízko, i jen péče o zvířata může sloužit jako velmi dobrý začátek, jak vyplývá z výcvikových programů slepeckého psa, které byly velmi úspěšné v populacích chronických recidivistů a vězňů, někteří se dokonce rozhodli zůstat i po propuštění, aby mohli dokončit svou práci se svými přidělenými psy. Apatickým geriatrickým pacientům se zvedne nálada, pokud jim sanatorium poskytuje možnost stýkat se s domácími psy. Současný výzkum ukazuje, že pouhé vlastnictví domácího mazlíčka snižuje hladinu deprese a vysoký krevní tlak a má pozitivní vliv na celkový zdravotní stav. Z tohoto důvodu je péče o jiné živé bytosti terapeutická, jak potvrzují případy beznadějných alkoholiků, když začnou pomáhat nově příchozím, a skleslý sportovec se zotaví z defétistického postoje pouhým aktem podpory ostatních členů týmu.

V duchovní práci také účast skupiny podporuje motivaci což je důsledek vlastní duchovní energie skupiny. Tak mnohé organizace slouží tomuto velkému účelu, jako motivační reproduktory, např. učitelé, trenéři, humanitární organizace, duchovenstvo a inspirující osobnosti. Průměrný člověk obvykle má v sobě některé omezené oblasti apatie, alespoň na omezenou dobu, jež jsou zanedbávané kvůli snaze ušetřit čas, energii a zájem.

Duchovní apatie je také docela běžný jev jako výraz vyhýbání se a neochota čelit vnitřním konfliktům, které se tím stávají překážkou k pokroku a růstu. Tato zpoždění lze překonat pomocí modlitby a inspirace, která je v aktivních duchovních skupinách. Motivace téměř každé lidské činnosti se zvyšuje v přítomnosti učitele, důvěrníka, nebo důvěryhodného přítele. Apatie, je často výsledkem izolace a proto pomáhá zapojení a činnost v pozitivních vztazích, které poskytují zdroj péče.

Apatie svědčí o nepřítomnosti lásky, která je nejsilnější protijed. To může být situační stav nebo důsledek odmítnutí lásky vzhledem k egocentrismu či velmi nízké sebevědomí vyplývající z nedostatku lásky a zájmu v raném věku.

Vybereme-li si lásku k *Bohu*, dochází k aktivaci lásky Boží skrze modlitbu a uctívání. Proto malomyslnému někdy může pomoci jen velké neštěstí, které otevírá dveře ke vzniku duchovního zájmu a pokroku. Mnozí lidé přišli k Bohu jen v sevření beznaděje a zoufalství. Ego je tak silné, že někdy jen závažný pád „na dno“ je dost silný stimul pro aktivaci ochoty vzdát se nadvlády ega. Pokud se tak stane, duch uvnitř je obnoven, a apatie je nahrazena nadějí. „Neustálá modlitba“ může být jediný způsob, jak zpracovat některá závažná nebo prodloužená období karmického dluhu. To je někdy označováno jako „zkouška naší víry“, kterou nejlépe překonáme díky přesvědčení, že „i toto jednou pomine“ a že „i ti, kdo stojí a čekají, jsou užiteční.“

Apatie, jako každá jiná překážka na evoluční cestě, je překonána spíše přijetím než popřením. Z duchovní apatie mohou být lidé vytrženi poznáním základních duchovních pravd, obsažených v bibli nebo v duchovní literatuře. Úvahy a meditace o verších, jako je Devadesátý první žalm či jiné oblíbené pasáže, často oživí inspiraci díky své vysoké úrovni vnitřního vědomí. Inspirace také často následuje po opakování oblíbené modlitby, hymny, nebo hraní klasické hudby v krásném prostředí.

Hudba prezentuje vysokou úroveň energetického pole, které přímo obejde intelekt a negativní myšlení. Hudba, která má kalibraci více než 500 (uvedeny v kapitole 9 *Pravda vs. klam*) má povznášející účinek. Rozsah žánru se může pohybovat od partitury *Riverdance* z klasické hudby, hra na dudy skotského Black Watch, nebo dokonce neodolatelnou hudbou Bee Gees.

Přechodná apatie může znamenat odpor vůči nějaké vnitřní osobní vadě, která se nejrychleji překoná prostřednictvím jejího rozpoznání a přijetí. Toto přináší duchovní pokrok místo otupení. Dokonce i vyhýbání lze zabránit tím, že člověk přijme skutečnost, že v současné době vyhýbání existuje (aby nedocházelo k popření popření). Je možné si únik vybrat vědomě, aby se zabránilo tomu, že účinek vyhýbání bude působit z podvědomí. Tato alternativa otevírá možnost, že člověk prostě není s to vypořádat se s problémem v současné době a místo toho si vzít z něj dovolenou a udělat něco, co by mohlo být považováno za „terapeutický únik“, jako jít do kina, vzít si dovolenou, jít na krátký výlet, atd.,

Přijetí vědomé volby má jiné důsledky než nevědomé odmítnutí. Péče o sebe je integrovaný záměr, když se udělá vědomě. Jedná se o cvičení v rozvoji sebelásky, zvláště pokud je věnována Bohu. Někdy je nutný odpočinek k zotavení, aby se člověk zregeneroval. Jedná se o jednu z funkcí pro hru a rekreaci, které slouží snížení výdajů energie spíše, než jen k užívání si.

Dualita apatie

Stejně jako v jiných úrovních existují postoje, vyjádřené jako duality přitažlivosti a odporu, které mají být zpracovány pomocí modlitby a často za pomoci druhých.

Duality apatie

Přitažlivost

Odpor

Obviňování, projekce ‚příčiny‘	Vlastní odpovědnost
„Nemůžu“	„Nechci“
Jsem oběť	Jsem spoluviník
Lhostejnost	Laskavá péče
Poraženec	Optimista
Ospravedlnit, racionalizovat výmluvu	Přijmout opatření
Jsem bezmocný	Jsem schopný
Beznadějný	Naděje
Popření sebeúcty	Vybrat si sebeúctu, jako dar od Boha
Jsem slabý	Jsem potenciálně silný
Odmítnou řešení	Ochoten řešit
Sebeodmítnutí	Sebepotvrzení
Pohodlnost, lenost	Energie, akce
Pesimismus, cynismus	Důvěra, víra, naděje
Jsem nehodný	Akceptovat hodnotu života
Budoucnost vypadá neradostně	Budoucnost je příležitost
Jsem neschopný	Jsem ochotný se učit
Rigidní, nepružný	Poddajný, schopný růstu
Pasivní	Aktivní úsilí
Odmítnout pomoc	Přijmout pomoc
Sebelítost	Soucit, posun kupředu
Lpět na pozici	Opustit pozici
Požitkářství	Pohnout se, jít dál
Výmluva	Vnitřní poctivost
Klesat dolů	Vyvíjet se, pohybovat nahoru
Podlehnout	Odpor, konfrontace, odmítnutí

Následující část: [Kapitola 4. Smutek \(úroveň 75\)](#)