

*Za sve one koje interesuje
usmeravanje sebe do svog maksimalnog
potencijala.*

*Za one koji imaju hrabrost
da dozvole Božanskoj iskri u sebi
da ih održava
i...*

*Za one koji sebi daju dozvolu
da budu sve ono što mogu da budu.*

*“Božansko određuje zakone.
To su prirodni zakoni energije.
Kada ih razumemo i primenimo,
magija i red su dovedeni da igraju
unutar haosa.*

*Počinjemo da shvatamo našu beskonačnu
prirodu i naše sposobnosti kao kreativnih
bića, da ovde, sasvim jednostavno stvaramo,
da budemo, da spoznajemo radost
i da volimo bezuslovno i poštujemo.”*

Džezmahin

Svrha ove knjige je da informiše, edukuje i zabavi. Knjiga nije namenjena da bude zamena medicinskim savetima. Ni autor, ni izdavač kao ni distributeri se ne smatraju odgovornim u slučaju moguće tužbe zbog gubitka bilo koje vrste ili povrede - direktne ili indirektne kojoj možete biti izloženi zbog informacija iz ove knjige.

Džezmahin

ŽIVETI OD SVETLOSTI

Ishrana za novi milenijum

Ishrana svetlošću za novi milenijum

Fizička besmrtnost

Istinska spiritualnost

Preoblikovanje

21-dnevni proces preobražaja

SADRŽAJ

Stranica

Naslov originala:
PRANIC NOURISHMENT
Nutrition for the new millennium
by
Jasmuheen

© Copyright za srpsko govorno područje:
Aleksandar Veličković

Izdavač: Aleksandar Veličković

Prevod: Jelena Milovanović

Urednik: Aleksandar Veličković

Lektura i korektura: Olivera Veličković-Lilić

Priprema za štampu: Aleksandar Veličković

Štampa: Pi-press

ISBN 86-904603-0-6

Tiraž: 300 primeraka

Pirot 2003.

Predgovor	7
Poglavlje 1	
Energija: sistem od 4 tela, fotonska energija i telo kao energetski sistem	13
Poglavlje 2	
Razumevanje i rad na vibracionim frekvencijama	21
Poglavlje 3	
33 - univerzalni ritam	29
Sedam elemenata i 33 - univerzalni ritam	33
Poglavlje 4	
Prana - sila održavanja	37
Prizivanje za ujedinjenje čakri	41
Poglavlje 5	
Priča o Giri Bali	45
Priča o Terezi Njuman	47
Poglavlje 6	
Fizička besmrtnost	49
Regeneracija i podmlađivanje	53
Poglavlje 7	
Veliki besmrtnici	59
Babadi	60
Grof Sen Žermen	61
Joga večnog života	64
Arkturijanci, Arkturijusova poruka, "Vrata srca"	71
Poglavlje 8	
Jedan put	87
Poglavlje 9	
Biti održavan od prane, lična priča	89
Poglavlje 10	
Pitanja i odgovori	99
Ishrana pranom, sveto lično putovanje	107
Poglavlje 11	
Spiritualnost i seksualnost	125
Seksualnost i spiritualnost, muška potencija	127
Seksualnost i spiritualnost, ženska potencija	131

Poglavlje 12	
Putovanja drugih	135
Prana - tajanstveni graditeljski kamen univerzuma	138
Poglavlje 13	
Sveta inicijacija	145
Poglavlje 14	
Smernice za 21-dnevni proces	149
Smernice: Deo 1	149
Upitnik - Šarmejn Harli	155
Smernice: Deo 2	159
21-dnevni proces preobražaja fizičkog tela	169
Poglavlje 15	
Drugi načini	181
Poglavlje 16	
Budući potencijal - glad u svetu	183
Poglavlje 17	
Paradigme - Kutumi	187
Poglavlje 18	
Programiranje - moć uma	197
Programiranje za neograničenost	201
Uputstva za novi milenijum	203
Poglavlje 19	
Samoisceljenje	205
Poglavlje 20	
Postskriptum maja 1996, reakcije štampe	211
Drugi postskriptum: novembar 1996, društvena reakcija	215
Poglavlje 21	
Jesti ili ne jesti	219
Preoblikovanje	220
Mnogostrukost	223
Preobražavanje, nastavljeno prana putovanje	225
Poglavlje 22	
Ravnoteža bića	231
Dodatak, april 2001.	237
Priprema za pranu	242
Dodatak, april 2002.	245
Hipoteze u vezi sa produženim gladovanjem	245
Živeti od svetlosti i svetsko blagostanje	256
Odgovorno izveštavanje i ishrana delta talasima	259
O autorki	267

PREDGOVOR

Smešno je to, ali kada se stvarno namerite da uradite štogod, to vas nikada ne napušta! Kao lutka koja iskače iz kutije i kaže "zdravo" ili "bu". Vi je zatvorite u kutiju, ali ona ipak ponovo iskoči.

Smatram da se tako nešto desilo i sa ovom knjigom, kao i sa celokupnim procesom kome smo se ja, a sada već i mnogi drugi podvrgli, i to sve u cilju da dopustimo *svetlosti* da održava i hrani naše fizičko telo.

Iako je moj cilj, septembra 1995, bio da napravim informator na temu "Biti održavan od prane", nikada nisam imala želju da svoje ideje i iskustvo otvoreno pustim na tržište, ili da fizički pomognem nekome putem ovog procesa. Ništa od toga nije bio deo mog posla u to vreme.

Posle podvrgavanja "procesu" (koji je detaljno opisan kasnije), juna 1993, zakoračila sam u gotovo šestomesečni period osamljenosti. Meditirala sam, mnogo dana po gotovo tri sata, vodila dnevnik i uopšteno tragala da otvorim kanale komunikacije sa svojim unutrašnjim vođstvom i to sa čistim i jakim protokom. U to vreme počela sam da kanališem i primam veoma jasne instrukcije iz mog **božanskog sebe** (**božanskog JA, SOPSTVA**) o tome šta je moja svrha i "misi-ja" u ovom otelotvorenju. Osnovala sam *Akademiju samoosposobljavanja* (Self Empowerment Academy) i počela da podučavam o *umetnosti rezonancije*, kao i da držim seminare o svemu onome o čemu sam stekla znanje. Putovala sam tamo gde su me zvali.

Sredinom 1995, bila sam pozvana da prisustvujem *Međunarodnom okupljanju majstora* u gradu Lejk Taupo na Novom Zelandu. Specijalno sam bila pozvana da iznesem svoja iskustva o održavanju uz pomoć prane. To je nešto o

čemu nisam razmišljala neko vreme, a mnogo toga je prošlo od kada sam pisala beleške od kojih je sastavljeno 27. poglavlje u knjizi *Umetnost rezonancije*.

Ne smatram da je bilo ko od nas dvanaestak, koji su se podvrgli dvadesetjednodnevnom procesu tog juna 1993, imalo bilo kakvu predstavu o razdvajanju (neslozi) koja će pogoditi ne samo našu zajednicu *svetlosnih radnika* već i zajednice iz Melburna, Adelaide, Perta i Tasmanije i verovatno još neke druge za koje ja ne znam.

Mnogi ljudi su na 21-dnevni proces, reagovali tako što su izjavili da se ne može "postiti putem ka uspenju". Drugi su pak govorili da se ne mogu odreći svoje hrane. Neki su mi čak ponudili i novac, a da im zauzvrat dopustim da me svuda prate da bi se uverili da ne jedem u tajnosti. Proces je pobudio mnogo sumnji, straha, kritika i osuda.

Jedan broj ljudi koji se u potpunosti pridržavao procesa 21 dan, se nakon njegovog završetka vratio lakšoj ishrani svežim voćem i povrćem, a neki su se vratili svojoj ustaljenoj ishrani. Ipak, oni koji su se podvrgli ovom 21-dnevnom procesu razvili su se različito, u zavisnosti od svojih iščekivanja i usklađenosti. Oni koji su ostali u okviru procesa su definitivno bili održavani samo od *svetlosti* (prane).

Svrha 21-dnevnog procesa nije post već dopuštanje i poverenje (verovanje). Njegova svrha je uključivanje u više nivoa vibracija koji nam dozvoljavaju da budemo održavani od strane kosmičke svetlosti. Cilj je shvatanje da je to mogućnost koja nam je ponuđena ovde i sada.

To nije proces odricanja. Tokom poslednjih nekoliko godina često su me *majstori* savetovali čak i da prestanem da unosim tečnost. Uveravali su me da je telu potrebna samo "tečna svetlost". Ali, ja volim šolju čaja dok se družim sa svojim prijateljima ili dok pišem, tako da još uvek nisam pobedila svoju povremenu dosadu prouzrokovanu nedostatkom

ukusa. Kada budem u mogućnosti da prestanem da pijem bez osećanja da sam sebi nešto uskratila, ja ću to i uraditi, zato što želim da idem korak po korak u radosti i ugodnosti, lako i skladno.

Prvobitno uzbuđenje zbog otkrića da možemo biti održavani od prane se smanjilo, a i zbog intenzivnih negativnih reakcija velikog broja ljudi, prestala sam čak i da pričam i spominjem ovaj aspekt svog puta. To mi je odgovaralo, tako da sam nastavila da postupam u skladu sa svojim ubeđenjem, ali mogla sam da vidim da za većinu ljudi to nije bila čak ni daleka mogućnost. Naprosto, zadovoljstvo dobijeno iz hrane je ogromno u našem zapadnom društvu. Kod mnogih sam otkrila da ne jedu da bi živeli, već da žive da bi jeli.

Uzvišeni majstori (Bića koja su doživela uspenje. Prim. ured.) sa kojima sam telepatski povezana, pokazuju mi vizije sveta bez gladi, bez ostataka hrane ili uzgajanja iste, izuzev onog da se gaji samo zbog lepote a ne i potrebe. Zamislite koliko bi milijardi dolara moglo da bude upotrebjeno u druge svrhe, kada bi svako verovao da se može hraniti samo *univerzalnom supstancom, Božjom svetlošću!*

Lična i društvena promena proizilazi iz ljudskih snova i vizija, iz smelosti istraživanja drugih mogućnosti. Za mene, ovo putovanje je bilo sticanje velike discipline i poverenja, s obzirom da tamo nije bilo uputstava za rukovanje, ni iscelitelja da me iz sopstvenog iskustva posavetuju o promenama u telu. Uprkos reakcijama osuda i straha, koje sam spomenula, ja sam nastavila da mirno idem svojim putem pričajući o ishrani pranom samo ako je to od mene bilo iskreno zatraženo. Ipak, kako sam putovala, držeći seminare i govore, glas se proširio i sredinom 1995. godine, otkrila sam da je oko polovina onih koji su pohađjali radionice zaista želela više informacija.

Takođe sam otkrila da je ili tokom ili ubrzo nakon završetka seminara, mnogo ljudi po sopstvenoj želji počelo proces koji sam im opisala - obično sa veoma malo informacija. Informacije daju ne samo moć, već i izbor. Svrha ove knjige je da da što više informacija, da bi pomogla da ovo putovanje bude što lakše.

Ono što od početka mora da bude jasno, jeste to da je ovo putovanje samo za one čija ih srca vode da mu se podvrgnu i to na ovaj naročit način.

Jedna od stvari koju svako ko želi da se podvrgne ovom putovanju mora da razume, je da smo mi jedino istinski ograničeni samo svojim verovanjima. Mi imamo mogućnost i priliku da stvorimo realnost koja nam dozvoljava da živimo svoj život u punom potencijalu. Ako naš život ne funkcioniše u punom potencijalu i ako ne ispunjava naše lične standarde i očekivanja, onda treba da pogledamo u svoj sistem verovanja, da proširimo ili promenimo svoj model razumevanja. Model koji sam ja stvorila, objedinjuje realnost zakona univerzuma, energetska polja svesnosti, bića *svetlosti i uspenja*, i menja se kako se razvijam i nanovo vraćam svojoj *božanstvenosti*. Moj model mi dopušta da iskusim život kao putovanja radosti i čuda, i da zaista spoznam ko sam. Nije bitno gde se nalazimo ili na koju ravan izražavanja se fokusiramo, pošto je sve međusobno povezano. Sve je *JEDNO*. Ne postoji izdvojenost osim one koju mi sami odlučimo da stvorimo.

Gledano iz ove perspektive, sposobnost života od *svetlosti* dodaje i sponu slobode postojanja, a ona neopisivo daje moć.

Na svom putu, sam upoznala mnogo osoba koje su sa aspekta ishrane bile zainteresovane za hranjenje pranom, ali nisu bile naročito okrenute paradigmi *uzvišenih majstora (gospodara, učitelja)*. Drugi su, kroz razumevanje različitih

energetskih veza i realnosti drugih vidova života, smatrali da 21-dnevni proces zahteva previše vremena, ili da je suviše ekstreman i izrazili su interesovanje za "blaži pristup". Zbog njih je, u ovo izdanje uključeno poglavlje pod nazivom "Drugi načini".

U ovo dopunjeno izdanje ubacili smo više informacija o "usklađivanju", sistemu od četiri tela i vibracionim frekvencijama*. Prvobitno sam smatrala da će ljudi zainteresovani za ovu knjigu sami po sebi prirodno biti usklađeni instrumenti i imati tip razumevanja o kome se govori u knjizi *Umetnost rezonancije*, međutim, uvidela sam da to nije uvek tako.

Ako vas informacije i sadržaj ove knjige privlače, onda zatražite u meditaciji i u vremenu razmišljanja vodstvo pri vašem sledećem koraku. Takođe pročitajte smernice u poglavlju koje je napisala Šarmejn Harli (Charmaine Harley).

Oktobar 1997.

Još jedanput: odluku o podvrgavanju procesu o kome se ovde govori mora da donese vaše srce. Ono mora da oseti da je to dobro za vas. Shvatite da je ovo potencijalno jedna od najmoćnijih stvari koju ćete ikada uraditi, i ako se dobro pripremite, više nikada nećete biti isti. Vaš život, vaše perspektive i mnogo toga će se promeniti.

Ponovo smo redigovali ovaj tekst. Prvo smo mu promenili naslov iz "Prana i besmrtnost" u "Živeti od svetlosti", s obzirom da ovaj drugi naslov bolje osvetljava naš rad, a i da bismo uključili poglavlje o *samoizlečenju*, tako da biste mogli da uskladite sebe u pretprocesnoj fazi i preobraženju; takođe i da bismo vam ponudili neke savete nakon procesa.

*Frekvencija (frekvenca, učestalost) predstavlja broj oscilacija u jedinici vremena. Prim. ured.

Kao i uvek, ohrabrujemo vas da koristite svoju oštroumnost i apsorbuje ono što prija vašem srcu. Sada, možda u vašem planu nije da budete deo ovoga, ali u mom svakako jeste da vam predočim tu mogućnost!

April 2002.

U prethodnoj deceniji istraživanja ove teme i njenom širenju po svetu, razumeli smo mnogo više "stvari" nego što smo znali kada je ova knjiga prvi put napisana. Najvažnije je to da inicijacija ne može garantovati nečiju sposobnost da živi oslobođen potrebe za fizičkom hranom. Tajna toga leži u čovekovoj ličnoj frekvenciji ili "temeljnem tonu". Što se čovek dublje usidri u teta i delta polje, to ovo postignuće postaje lakše.

Dok se naša lična istraživanja na ovom polju i dalje nastavljaju, medicinski aspekt prepuštamo dr Sudir Šahu (Sudhir Shah) i njegovom timu u Indiji. Kratak opis njihovih otkrića u pogledu ishrane pranom se, sada, nalazi na kraju ove knjige. Više istraživanja i otkrića možete naći u mojoj sledećoj knjizi iz serije knjiga o ishrani *svetlošću* koja se zove *Ambasadori svetlosti - projekat protiv gladi i za zdravlje u svetu*.

Glavno što želim da vam kažem u ovom ažuriranju je to da uopšte nije neophodno da radite dvadesetjednodnevnu inicijaciju opisanu u ovoj knjizi. Zato što su u poslednjoj dekadi napravljeni pomaci u morfonogenom polju, mnogi se sada kreću ka *živeti od svetlosti* realnosti sa radošću, lakoćom i skladom kao prirodnom posledicom svog izbora životnog stila koji ih drži usklađene sa ispravnim kanalom da bi uradili to uspešno. Još "alata" da se to uradi su opisani u onome za šta se nadam da će biti moja poslednja knjiga na tu temu i koja se zove *Hrana bogova*.

NAMASTE - Džezmahin

Poglavlje 1

ENERGIJA: SISTEM OD 4 TELA, FOTONSKA ENERGIJA I TELO KAO ENERGETSKI SISTEM

Zaključila sam da se proces kome smo se mnogi drugi i ja podvrgli da bismo omogućili telu da bude održavano od *svetlosti*, sastoji od korišćenja energije fotona koja nas održava pri procesu sličnom fotosintezi. Za razliku od biljaka koje koriste svetlost Sunca, mi smo razvili sposobnost da koristimo i apsorbuje *univerzalnu životnu silu* ili "či" energiju direktno u svoje ćelije. To se dešava preko majstorstva uma (Termin "majstorstvo uma" koji se često koristi u ovoj knjizi pre svega predstavlja gospodarenje nad umom sa više instance. Prim. ured.) gde naredba i očekivanje koriste *univerzalni zakon rezonancije* po sistemu gde slično privlači slično. Drugim rečima, samo zato što očekujemo od sile prane da nas hrani i održava nakon podvrgavanja dvadesetjednodnevnom procesu, kao što je naglašeno u drugim poglavljima, to se i dešava.

Sposobnost da se bude održavan od prane je prirodna posledica našeg bića kao usklađenog (naštimovanog) instrumenta. Istraživanja holističke medicine su pokazala da ljudi postoje u okviru fizičke realnosti, u onome što se označava terminom "sistem od 4 tela" (fizičko, emocionalno, mentalno i duhovno). Jednostavno, ona nas mogu podsećati na gitaru sa 4 žice. Kada četiri tela nisu u harmoniji, tada možemo osetiti

različite stepene fizičke, emocionalne ili mentalne bolesti, ili nezadovoljstvo životom. Ako su ova tela u harmoniji život postaje magičan.

Kada su ova niža tela (nazvana su "nižim" zbog njihovih sporijih vibracija) podešena prema frekvenciji viših tela, tada čovek zaista "živi život" do njegovog maksimalnog potencijala. Telepatija, vidovitost, kao i mogućnost života bez hrane ili čak bez sna su prirodni pratoci onda kada postanemo usklađeni instrument.

Da poradimo još malo na konceptu energije. Energija - po tumačenju *Oksfordskog rečnika* je "sposobnost materije ili zračenja da vrši rad". Po Stivenu Hokingu i njegovoj knjizi "Kratka istorija vremena", termin "konzervacija energije" se odnosi na naučni zakon koji naglašava da se energija (ili njen ekvivalent u masi) ne može uništiti niti stvoriti već samo može menjati oblik.

Po dr Dipaku Čopri, i njegovoj knjizi "Telo koje ne stari, večni um" (kod nas prevedenoj kao "Vitalno telo večni um"), svaki atom je 99,9 % sačinjen od praznog prostora, a subatomske delove koji se kreću velikom brzinom kroz taj prostor su snopovi energije koja vibrira i koja nosi informacije i jedinstvene kodove. On ovo naziva "pogled ni na šta" pošto se ne može videti fizičkim očima.

U cilju stvaranja života iz neživotne materije, energija i informacija moraju da se razmenjuju kroz DNK i RNK da bi se stvorila ćelijska struktura. Protok ove *inteligencije* je ono što nas održava i ono što dr Čopra naziva *univerzalno polje*. On naglašava da je fizički svet samo ogledalo dublje *inteligencije* koja organizuje materiju i energiju, i koja takođe živi u nama. To znači da smo svi mi deo veće celine - kosmičke mreže. Iako smo mi jedinstveni u svojoj individualnosti, zajednička osnova čiste energije koja održava svaku ćeliju našeg tela, povezuje nas sa svakom drugom životnom for-

mom i *bićem* u univerzumu.

Religije ovu energiju nazivaju "Bog" ili "vrhovna svest" i smatraju je sveprisutnom, svemoćnom i sveznajućom. Kvantna fizika ovu energiju naziva "velika unifikaciona energija ili jedinstveno polje" i smatra da je ima svuda, da je svemoćna i sveznajuća. Pripadnici *nju ejdža* ovu energiju nazivaju drugim imenima "sve ono što jeste", "božanska inteligencija". Sve ovo su samo imena koja označavaju istu silu ili moć. Energija je naprosto energija - njen gradacioni faktor je čistoća svesti koja je prionuta uz nju.

Žosef Katerova "Strašna životna sila" u stvari opisuje da se ova energija sastoji od etera i složenijih "lakih čestica". Kombinacije etera proizvode fotone svetlosti koji se preobražavaju u proizvođače elektrone i protone atoma. Ovo je postupak kako misao može materijalizovati čvrste objekte naizgled ni iz čega.

Naša tela se sastoje od etera, atoma i ćelija koje sadrže ovu energiju i informaciju. Dakle, zvuči razumno da je "Bog" svugde i da je on, saglasno nauci, jedno čisto inteligentno polje energije koje održava čitav život. Mi onda možemo da odemo unutra, ako to želimo, i da kontaktiramo ovu energiju ili našeg sopstvenog "unutrašnjeg Boga".

Misli, reči i delovanje su takođe energija. Energija se širi, skuplja i menja oblik, i sve ono što šaljemo vraća nam se. To je mnogo obimnije objašnjeno u mojoj prvoj knjizi *Umetnost rezonancije*. Religioznim terminima ovaj zakon je izražen kroz biblijsku izreku "što si posejao to ćeš i da žanješ". U energetskim terminima svime vlada *univerzalni zakon rezonancije* gde slično privlači slično.

Kao što je ranije pomenuto, ljudi imaju 4 niža tela energije koja rezoniraju na različitim frekvencijama: fizičko telo (jedino telo koje je vidljivo očima), emocionalno, mentalno i spiritualno (duhovno) telo. Mi takođe imamo i viša ener-

getska tela. Ona se nazivaju "višim" zato što rezoniraju na višim frekvencijskim nivoima. Barbara An Brennan je napisala knjigu *Ruke svetlosti* (kod nas prevedena kao *Ruke koje leče*) koja veoma detaljno govori o ovim telima i poljima energije i preporučujem je svakome ko je zainteresovan.

Kada dovedemo ova energetska tela u savršeno poravnanje ili međusobnu harmoniju, mi dosežemo više "znanje", koje povlači za sobom iskustveno razumevanje višeg smisla našeg postojanja jer sve dolazi na svoje mesto.

Ovo stanje prosvetljenja, za kojim su tako uporno tragali istočni učenici ezoterije, se postiže finim usklađivanjem 4 niža tela. Na taj način ona ne samo da među sobom postižu savršenu rezonanciju, već i dosežu nivo koji dopušta višem *JA* ili *duši*, a u kasnijem stadijumu, *JA JESAM Prisustvu, unutrašnjem Bogu* ili *Hristovoj svesti* da se u potpunosti nastane u okviru fizičkog tela.

Da zaključimo, mi smo sistemi energije i kao takvi prenosimo i emitujemo signale. Ako signale šaljemo nasumice, dobijaćemo nasumična ili slučajna životna iskustva. Ako, naime, namerno kontrolišemo svoje signale, možemo steći kao posledicu veliki stepen kontrole nad svojim životom. Korak dalje, ako usmerimo svoja tela i preorjentišemo svoju frekvencu (tj. energetske signale koje prenosimo) ka čistijem i harmoničnijem stepenu, moći ćemo da kontrolišemo kvalitet i intenzitet svog života i svojih životnih iskustava.

Kako ova knjiga sadrži podatke o fizičkoj besmrtnosti, želela bih da uključim i sledeće misli koje se tiču reinkarnacije. Ako prihvatimo činjenicu, postavljenu u modernoj fizici - da se energija ne može uništiti ni stvoriti već može samo menjati oblik, i ako posmatramo ljudska bića kao dinamične sisteme energije, želela bih logično da zaključim da reinkarnacija, jednostavno, uzima u obzir neuništivost energije. Dok naše fizičko telo stari i umire, energija od koje

je ono sastavljeno i koja ga održava, samo menja oblik i nastavlja svoj dalji put. Svako ko je zainteresovan za istraživanje koncepta reinkarnacije može da prouči materijal Edgara Kejsa, koji je poznat po tome da najšire dokumentuje sve studije na ovu temu.

Postoji univerzalni zakon *Zakon evolucije i ponovnog rađanja* koji ustanovljuje da čovečanstvo ide "kroz spor proces razvoja koji se vrši sa nepopustljivom istrajnošću kroz ponovljena utelovljenja u formi (obliku), povećavajući efikasnost, i time će svi na vreme biti dovedeni u visine spiritualnog sjaja u spoznaji *Izvora* i istinskog identiteta. Ovaj zakon je takođe poznat kao *Zakon periodičnosti*." (Citirano iz "Vizija Ramale").

Iz sopstvenog iskustva i detaljnog istraživanja prošle i buduće regresije života znam da smo mi sposobni da ponovo uđemo u čelijsku memoriju u stadijumu svesti gde prošlost, sadašnjost i budućnost stoje u simultanom vremenskom okviru. Ja znam da je reinkarnacija činjenica i često ću se vraćati na nju, kao takvu, kroz nastavak knjige.

Da pojednostavim, život u ljudskom telu se može uporediti sa pohađanjem škole. To je proces rasta i učenja. Kada umremo, mi ispuštamo energetska polja fizičkog tela, ali još neko vreme, zadržavamo energetska polja emocionalnog, mentalnog i spiritualnog tela. Ona se integrišu u jedno svesno energetsko polje i tada idemo na odmor.

Odmor je vreme refleksije, osvrta na prošli školski semestar, da bismo videli šta smo naučili, koliko dobro smo prošli ili nismo prošli testove. Testove koje nismo položili moramo ponovo polagati u sledećem semestru. Tako, mi planiramo sledeći semestar birajući plan rada kao i predmete koje želimo da učimo.

Ovo učenje i testiranje je povezano sa našim razvojem kao spiritualnih (duhovnih) bića i lekcije koje treba da se

nauče obično su suočene sa neodređenim stvarima poput empatije, ljubavi, saosećanja, uslužnosti ... To je takođe period u kojem, uopšte, imamo uvid u odnose i život u gustoj, materijalnoj ravni. Druga je priča zašto su **božanske iskre** izabrale nas da budemo u školi života na planeti Zemlji.

Kada smo u ovoj školi naučili sve što je za nas bilo predviđeno, i kada smo položili sve ispite, tada idemo u drugu edukativnu instituciju, i tako prekidamo ciklus reinkarnacije na ovom zemaljskom planu egzistencije.

U skladu sa *univerzalnim zakonom promene i preobražaja* naša individualna polja energije nastavljaju da neprestano menjaju oblik, kao što to čini i sama energija. Taj isti zakon nalaže da je energija neuništiva. Stoga, mi možemo zaključiti da su šeme naše lične energije takođe neuništive. To, takođe, možemo reći drugačije - svoje duše možemo smatrati za besmrtnne. Fizička besmrtnost je, takođe, moguća i dopušta nam da nastavimo u istom fizičkom obliku, ne samo da bismo završili ovaj proces učenja, već da bismo ostali i poboljšali "nastavni program" ako to želimo. O ovome imate u poglavlju o kome se govori o besmrtnosti. Za mnoge koji odaberu da ih hrani prana, fizička besmrtnost je prirodna posledica dozvoljavanju **božanskoj iskri** u njima, da ih održava i regeneriše ako to žele.

Učenici joga me često pitaju da li je potrebno praktikovati specifične *krija joga* tehnike da bi doveli sile prane u telo. Drugi pitaju da li je potrebno svakodnevno provoditi vreme na suncu. Odgovor je jednostavan: prana će nas automatski održavati, ako mi to očekujemo. Nakon dvadeset jednog dana to je sasvim prirodan proces i nikakvo dalje fokusiranje nije potrebno. Samo treba očekivati, a zatim dozvoliti da se to dogodi.

Naša tela dišu bez svesne komande. Slično tome, kada je reprogramirano, telo direktno apsorbuje sile prane i

održava nas i hrani u celosti onda kada eliminišemo sve druge sisteme verovanja koji su sa tim u suprotnosti. To je proces majstorstva uma, svete inicijacije, prirodni ko-prodakt prema kome nam više nije potrebno da jedemo. To je putovanje pročišćenja pod okriljem moćnih ali istančanih sila.

Da bismo bolje razumeli prečišćene aspekte svoje prirode, moramo dalje istražiti ideju vibracija i frekvenci.

RAZUMEVANJE I RAD NA VIBRACIONIM FREKVENCIJAMA

Sećam se da sam jednog sunčanog brizbejskog dana, u proleće negde sredinom osamdesetih, stajala na pločniku i intuitivno shvatila da moram da saznam više o vibracijama i frekvencijama. U to vreme, redovno sam meditirala već 15 godina, i iako sam osetila mnogo koristi od tog vežbanja, negde duboko u sebi znala sam da je sledeći važni korak u mom "duhovnom" putovanju uključivao razumevanje energetskih polja.

Tada sam, u toku svojih istraživanja shvatila da naša 4 niža tela - fizičko, emocionalno, mentalno i spiritualno - mogu da podsećaju na gitaru sa 4 žice. Kada je svako telo ili energetsko polje pravilno usklađeno (naštimovano) naš život teče harmonično; a kada bilo koje od njih nije "naštimovano" život nije harmoničan. Takođe sam došla do zaključka da mi imamo slobodnu volju da svesno sebe usklađujemo ili ne usklađujemo. Onda kada smo svesni tela kao energetskog sistema, imamo izbor da budemo usklađeni instrumenti i da stvorimo život kakav želimo, a ne da dopustamo da nam se događaji u životu ređaju nasumice.

Kao što je Anali Skarin napisala u svojoj knjizi *Vi ste bogovi*: "Nauči da kontrolišeš vibracije kontrolom misli i tada ćeš ključeve večnog života imati u rukama. Večna energija nadire kroz svu supstancu, moć postojanja u atomima, sa molekulima i elektronima koji se kreću u svakoj zemaljskoj stvari nije ništa ni manje ni više od vibracije zgusnute u tačku

spore, teške i smrtne stvarnosti. Kontrolišite vibracije i moć da kontrolišete supstancu i materijalnu energiju će doći, to je ključ za upravljanje večnim životom, jer je energija život, a život, svetlost, ljubav i energija su večni elementi i vibracije koje stvara mišljenje.

Svaka poslata misao je beskrajna vibracija koja na krilima leti kroz univerzum, da bi nam donela ono što smo i poslali. Možemo kontrolisati vibracije koje od nas potiču, a time možemo kontrolisati svoju sudbinu. Na ovaj način nauka i religija mogu se barem udružiti i zajedno zakoračiti u spiritualnu sferu večnog progresa i sreće”.

Dr Norma Milanović dalje objašnjava u knjizi *Mi Akturijanci* : “Otkrili smo da je frekvencija na kojoj *biće* vibrira direktno povezana sa vlašću koju ono poseduje nad svojim mislima, rečima i emocijama. Kada *biće* vibrira na nižoj frekvenciji, tada dozvoljava mnogim drugim oblicima energije da se mešaju i učestvuju u njegovom bazenu energije i njegovim ciklusima. Kada se ovo dogodi postoji mogućnost da misli postanu zamršene i tada se *biće* oseća frustrirano. U ovom stanju bitisanja, osoba koja je na ovoj frekvenciji može postati obeshrabrena i depresivna, što rezultira držanjem nivoa vibracije neprestano na niskom nivou.

Majstorstvo procesa počinje kada se vibracija poveća do brzine svetlosti. To znači da *biće* dobija pristup većem broju informacija u *univerzalnoj svesti*, ali i da *biće* može odlučiti šta će, ili šta neće proći kroz filter.

Proces u stvari postaje mnogo kompleksniji, kao što u isto vreme postaje uprošćeniji. Kada *biće* ne razume ovaj princip, onda ono može da ide kroz cikluse visokih i niskih frekvencija koje vode (usmeravaju) njegovu svest. To je zato što ga frekvencije onda kontrolišu.

Kada neko otkrije da ima vlast nad mislima unutar frekvencionih nivoa, onda se nalazi na mestu gde postoje ste-

penice koje mora pratiti da bi osigurao da će se ove vibracije održavati. Razlog zašto više frekvencije čuvaju *biće* od primanja drugih, nižih vibracija, je taj što je *svetlost* koja je uzeta unutar suštine te duše neprobojna. Kada se unutrašnja *svetlost* svesno sa namerom promeni od strane *bića* koje je preuzelo taj obrazac svesti, onda transformacija i mir preplave telo. U ovom procesu transformacije *biće* postaje centralizovano i obrasci energije postaju više uređeni, holistički i harmonizovani.

Kada smo centrirani imamo pristup univerzalnom kodu (zakonu) i kada počnemo da koristimo ovu frekvenciju takođe ćemo razumeti i druge obrasce frekvencija. Još jednom, to se dešava zato što smi mi *JEDNO*. U *JEDINSTVU* ovog postojanja, u mogućnosti smo da primamo i šaljemo poruke; i što je najvažnije, mi možemo postati pošiljalac i primalac poruka u savršenom razumevanju.”

U traktatu *Otkrovenje jednog arhandela - Uspenje do 12-te dimenzije*, arhangel Arijel kaže: “Stvar kao što je znaš (kakvu je znaš) iz treće dimenzije, je zgušnjavanje *svetlosti*... Kada postoji proces zgušnjavanja kao što postoji u ovom univerzumu, dolazi do stepena kada je on u najvećoj udaljenosti od čiste *svetlosti*. U tom stepenu maksimalne separacije dešava se promena i planeta počinje da obrće svoj tok, i počinje ono što bi označili terminom “povratak kući”, ili povratak tački *JEDNOG*.” Svaki put kada planeta doživi “uzdizanje”, ona menja učestalost vibracije u manje gustu i svetliju (lakšu) i podvrgava se ovom procesu na sebi svojstven način.

U svojoj knjizi “Mahatma 1 i 11”, Brajan Gatan kaže da postoje 352 inicijacije od *Zemlje* nazad ka *Izvoru*. Neki evolucionari kosmolozi govore o sedam nivoa (slojeva, ravni, planova) od kojih svaki ima sedam podnivoa. Prvi se može videti kao sedam ravni nivoa solarnog sistema sa sedam

podravni, i poznat je kao kosmička fizička ravan. Kažu da postoji sedam kosmičkih ravni: fizička, astralna, mentalna, budička, atmička, monadička i ravan *Logosa*. Ravni našeg solarnog sistema pripadaju kosmičkoj fizičkoj ravni. Kada završimo ovih sedam podnivoa prelazimo na dno nivoa sledeće kosmičke ravni, i ti prelazi se nastavljaju polako evoluirajući natrag ka *Izvoru*. Rečeno je da jedan *Božji dan*, koji je izdisaj i udisaj, traje 4 milijarde i 320 miliona godina. Dok se udisaj ne završi ostalo nam je još 1,2 milijardi godina, i tada će ciklus ponovo početi. Taj koncept su između ostalih dobro proučili teozofisti.

Smatra se da je precizna središnja tačka između udisaja i izdisaja 2012. godina. Taj datum je poslednji dan kalendara Maja, i unapred su ga predskazali Hopi Indijanci, kao i neke druge civilizacije. Ova godina obeležava vreme izvanredne promene sa mnoštvom buđenja do prave *božanstvenosti*.

Faza udisaja se odvija mnogo brže od faze izdisaja: kao što gumena traka koja se rasteže postiže veliki napon, pa kada se pusti dolazi do neverovatno brzog vraćanja u prvobitni položaj. Zbog promene vibracione frekvencije, kako se povlačimo, naš osećaj vremena je takođe zahvaćen promenom. Stoga, iako smo prošli srednju tačku linearnog vremena - 1,2 nije polovina od 4,3 - prolazak vremena se ubrzava sa povećanjem učestalosti oscilacije. Slično tome, kada starimo čini nam se da vreme "leti", zato što relativno mi imamo manje vremena. Ako ćemo živeti 80 godina, u osmoj godini nama je ostalo još 9/10 ili 90 % vremena. U 40-toj godini ostalo nam je 50 %. U jednoj "kanalisanj" informaciji se kaže da zbog promene u frekvenciji i većoj učestalosti vibracije, uporedno govoreći, mi naš 24-časovni dan doživljavamo kao 16-časovni.

Diskusija o dimenzijama, ili ravnima kao područjima

frekvencija nije predmet ove knjige. Ipak, evo nekoliko reči o sedmoj kosmičkoj ravni. Ona je najviši frekventni sloj i tu je svest multidimenzionalni doživljaj, grupni matriks identitet i grupni memorijski kompleks, vibracija integracije - jednom kada "gustina" (svest) dostigne kritičnu "masu" ona se tada projektuje i napreduje kroz prizmu (ili izlaznu tačku "crne rupe") i počinje novu avanturu u sledećem sedmofrekventnom nivou. Smatra se da individualna svest na ovoj tački više ne postoji. To je ravan iznad *Monade* ili *JA JESAM*. Sedma dimenzija predstavlja čistu svetlost, čist zvuk, svetu geometriju, čist izraz i kreativnost, ravan beskrajne prefinjenosti.

Naša planeta, kažu, trenutno vibrira na vrhu astralne ravni. Kako nastavlja da menja svoj položaj i da se uspinje, niže dimenzije će biti "umotane u više dimenzije i prestaće da postoje" po arhandelu Arijelu. Dimenzije ispod 5. su poznate kao "niži nivoi stvaranja". One od 5-9. su područja srednjeg stvaranja.

Šesta dimenzija je *Hristova svest*, ili *Budički nivo*, stanje svesti gde se odgovornost radije uzima za sve nego li za sebe. Tu je *monada* usidrena. Smatra se da je ovaj nivo svesti imao Isus kada je postao Hrist. Ovaj nivo takođe sadrži i "kalupe" (šablone) za DNK kodove za sve stvoreno. Sastoji se od boje i zvuka i sadrži sve "svetlosne" jezike. To je mesto gde svest stvara misao i gde jedinka ide da radi i uči dok spava. Ovde su bića čista energija ali mogu stvoriti telo izborom ako im je potrebno kao i u petoj dimenziji.

Peta ravan je ravan iskustvene svesnosti *JA* kao grupnog identiteta i nije ograničena linearnim vremenom. Bića ove ravni mogu imati fizički oblik kada, i ako, to žele. Peta ravan je dimenzija *svetlosti* gde su svi *majstori*, multidimenzionalno svešni i u potpunosti posvećeni *duhu* i službi *božanskoj želji*. Prema "Ključevima Enoha", peta dimenzija je naredno odelo *svetlosti* u koje će ući naše telo od materije i

energije.

Četvrta ravan je stanje super svesti i reintegracije grupnog identiteta bez gubitka individualnog ili ego identiteta. Ona daje sposobnost kontakta sa multidimenzionalnim stvarnostima. To je poslednja gustina kojoj je potrebno fizičko telo. Smatra se da je četvrta dimenzija bazirana na emocijama, i takođe je poznata kao astralni svet. Rečeno je da mi ulazimo u energije četvrte dimenzije, i mnogi su se već pomerili izvan svesnosti treće dimenzije. Tranzicija ili "harmonično strem-ljenje" je donelo znatnije energetsko poravnanje i promenu u položaju vibracione frekvencije naše planete i bića koja tu žive. 12. 12. 1994, otvorena je kapija za dalji priliv energija za planetarno poravnanje (uređenje), i ovi prilivi energija će se nastaviti u manjem ili većem obimu.

Treća dimenzija ima u osnovi materiju, i to je stepen volumetrijske svesnosti kao i svesnosti ega i individualnosti. Vibracije ove ravni stvaraju iluziju odvojenosti, što je pravi izazov individualnom buđenju. Ona predstavlja ljudskost sa mogućnošću otkrivanja da smo spiritualna bića koja pokušavaju da budu ljudska pre nego ljudska bića koja pokušavaju da budu spiritualna.

Druga ravan je ravan gustine biljnog i životinjskog carstva, iako su i oni, takođe, postali prefinjeniji u frekvenciji, zbog promena u planetarnim vibracijama i premeštaju se u treću ravan. Samosvest i ego su obično odsutni iz druge ravni. Ovde je svest linearna.

Prva dimenzija je dimenzija minerala, vode, atoma i molekula od kojih su stvoreni osnovni genetski kodovi i ovde je svest kao tačka.

Spiritualno evoluiranje bića se ogleda i u njegovoj ili njenoj vibracionoj frekvenciji i molekularnoj strukturi. Što se tiče molekularne gustine, *uzvišeni majstori* su objasnili da prostor između elektrona, neutrona i protona u atomskoj

strukturi postaje veći kako se "svetlost" širi unutar atoma. Ova "svetlost" takođe reflektuje svesnu svesnost bića o njegovoj urođenoj božanskoj prirodi. Kako ova *svetlost* ili svest raste, ona se širi da bi popunila prostor u svakom atomu, menjajući time njegovu frekvenciju ili brzinu oscilacije. Dok *biće* širi svoju svest i povećava količinu *svetlosti* u okviru svoje ćelijske strukture, ono postaje multidimenzionalno, odnosno sposobno da pređe u druge dimenzije stvarnosti. Još jednom, to je samo posledica promene položaja nečije tačke svesne svesnosti i "promene" kanala.

Različiti, pouzdani "kanalisani" izvori izveštavaju da kako se dalje u *svetlosti* razvijamo, naš DNK se modifikuje da bi udovoljio ovim promenama i u procesu je da postane dvanaestonitni. Priliv viših energija sada će dozvoliti čovečanstvu da se razvija brže u narednih 40 godina, nego što je to bio slučaj u poslednje 3 milijarde. Ove više energije su takođe odgovorne za ubrzanje vremena na način na koji nam je to poznato.

Takođe, kako se naše frekvencije menjaju, sposobnosti poput telepatije, vidovitosti, lečenja dodirnom, teleportacije i mnoge druge, postaće potpuno prirodne. Kao usklađenim instrumentima koji rade na najvišem potencijalu naš život postaje harmoničan, radostan, ispunjen sinhronicitetom, gracioznošću i magičnošću. Iako mi ne možemo izbeći ovaj proces promene - zbog evolucije Zemlje, mi se takođe moramo menjati - možemo biti svesno svesni i ubrzati ove promene ako to želimo.

Dobro istraženi podaci i praktične tehnike za menjanje vibracionih frekvencija svesnim izborom su objašnjeni do detalja u mojoj knjizi *Umetnost rezonancije*. Kratko rečeno, to možete postići sledećim:

- Najvažnije i najmoćnije meditacijom - uz pomoć tehnika disanja i tehnika rada *svetlošću* - naročito ako se meditacija koristi za povećanje količine *svetlosti* u ćelijskoj strukturi;
- Izborom "goriva" za održavanje fizičkog tela. Vozilo poput "poršea", možemo održavati kao kmtiju ali i kao vrhunsko vozilo - izbor je naš;
- Gospodarstvom (vlašću) nad emocionalnim telom i ćelijskom memorijom;
- Gospodarenjem nad mentalnim telom kroz nameru, programiranje i kroz pristup i korišćenje 4/5 mozga u kojima prebiva viša svest;
- Mantrama i zvucima uz korišćenje zvučnih talasa.

Svesni proces usklađivanja donosi jaka osećanja sposobnosti i moći. Mi doslovno, možemo stvoriti svoju sopstvenu realnost, kontrolom signala koje odašiljemo kao energetski centri. Mnoge osobe, koje su razumele zakone koji upravljaju energijom, primenjuju ovo znanje na pragmatičan način kroz majstorstvo uma i kroz disciplinovano mišljenje. Oni svedoče o praktičnim odjecima ove promene u svesti, dan po dan u svojoj realnosti.

Došlo je vreme da dovedemo intelektualno razumevanje iz naših istraživanja u ćelijsko znanje, što se može postići jedino kroz življenje toga u praksi. Život od *svetlosti* je jedan od najpraktičnijih načina da svoje znanje demonstriramo pošto bića koja ne jedu ili žive ili umiru. Razumevanje, primenjivanje i rad sa znanjem *više svetlosne nauke* će nam garantovati da nećemo umreti ako dozvolimo *unutrašnjem učitelju* da nas održava u potpunosti.

33 - UNIVERZALNI RITAM

Da bismo produbili svoje znanje o vibracionim frekvencijama i moći za koju se možemo priključiti kada smo usklađeni, možemo pogledati šta je označeno kao ritam i oktava.

Ezoterična istraživanja obelodanjuju da fizička realnost postoji u 7 ravni sa 7 podnivoa (ili oktava) u svakoj od njih. Postoji 7 čakri, 7 boja koje nastaju prelamanjem belog svetlosnog zraka itd.

Takođe se smatra da se ritam solarnog sistema sastoji od 10 nivoa sa 10 podnivoa u svakom energetskom nivou. Ritam galaksije ima 12 ravni sa 12 podnivoa. Najviši i najprefinjeniji ritam, koji možemo dobiti ili sa kojim se možemo uskladiti zadržavajući "fizičnost" je 33 - univerzalni ritam. Ponovo, ovaj ritam se fragmentiše ili "prečišćava" u 33 podnivoa.

Kada se upustimo u putovanje pročišćenja, steći ćemo razumevanje različitih dimenzija paralelne stvarnosti. Ako se npr. ljudi usredsrede na fizičku realnost - oni koji su dosledni školi "verovaću tek kada vidim"-rezultat će biti ograničenje njihovog polja realnosti na dimenziju 7x7, i neće biti sposobni da se pomere izvan tog polja dok se svesno ne pročiste do sledećeg višeg ritma.

Svesno pročišćenje se događa ako se podvrgnemo procesu involucije, unutrašnje refleksije, kontemplacije i povezivanja sa *BOŽANSKIM JEDNIM unutar* (Divine One within, ili skraćeno DOW). Ritam *BOŽANSKOG JEDNOG* je 33. To je stvaralačka iskra i suština ujedinjenog polja (određenog od

strane kvantne fizike) i otuda pozadina naspram koje je sve što je stvoreno manifestovano kroz različite oblike.

Kako se *biće* svesno pročišćava i usklađuje, ono može dobiti pristup višim mogućnostima, višim stvarnostima. Iz tog razloga imamo mnogo ljudi koji se, kako **unutrašnji učitelj** počinje da deli radosti svega onoga što mi jesmo, sada osećaju prošireni i višedimenzionalni izvan samo gušćeg aspekta sebe odomaćenog u fizičkom vozilu, svedočeći i uživajući u fizičkoj stvarnosti paradigme (obrasca) 7x7.

Svesno pročišćavanje donosi veliku slobodu i bezgranično bitisanje. Slobodu u odnosu na potrebu za jelom, nedostatak potrebe za snom, slobodu u odnosu na korišćenje gregorijanskog vremenskog takta 12:60 ili majanskog od 13:20, i pomera nas u božanski vremenski protok gde svako sebe pronalazi uvek na savršenom mestu i u savršeno vreme.

Subatomske čestice ili "meke čestice" kvantnog polja (takođe poznate pod nazivom prana, či ili univerzalna životna sila, ili Bog) kucaju u oktavi 33x33 u svom najpročišćenijem izrazu, barem u ovom kvadrantu ovog univerzuma.

Kada se uskladimo sa ovim ritmom, na sličan način kao kad okrećemo skalu na radiju da bismo je namestili na željenu frekvencu, mi se doslovno pomeramo u paradigmatu jedinstva. Vidimo božansko savršenstvo u svemu. Gubimo sva osećanja ili interpretacije separacije.

Za mene, to je fascinantna put. Kada mi ljudi postavljaju pitanja, pronalazim da tada moram da pitam: "Na kom nivou želite tu informaciju?" Tačan odgovor zavisi od njihovog ritma i njihove sposobnosti da pristupe različitim nivoima stvarnosti. Najjednostavniji način usklađivanja je da tražite da svo vaše delanje sa drugim ljudima bude za njihovo i vaše najveće dobro. Upravo to garantuje da je interakcija energetska podešena i sinhronizovana sa najvećom mogućom paradigmatu kojoj kombinacije mogu da pristupe.

Svesno usklađivanje je kao vežbanje lestvica na klaviru. Isprva, lestvice su jednostavne, a zatim se uvode kombinacije ritmova i taktova. Slično tome, kako širimo svoju svesnost - kroz želju u našem srcu da ostvarimo svoj pun potencijal - mi dosežemo različite nivoe pročišćenja koji mogu biti poput naprednih kombinacija nota.

Jednog trenutka shvatićemo da imamo moć da stvorimo ili pristupimo bilo kom nivou stvarnosti koji želimo, shvatićemo da smo neprestano stvarali da bismo učili i razvijali se kroz sva naša otelotvorenja, i da čak možemo i da stvaramo paralelne stvarnosti.

Univerzalni um - ili intuicija, instinkt - nas vodi pojednostavljenju igre i usklađivanju sa najvišom paradigmatu kojoj je moguće pristupiti, a koja se zove *božanski ritam*. To je simfonija koja vodi razotkrivanju *božanskog plana*, i kada postanemo deo ovog orkestra, usklađujući svoju slobodnu volju sa *božanskom voljom*, sva vrata će se sigurno otvoriti.

Jedina začkoljica u svemu ovome, kao što su mnogi i uočili, je *božanski tajming*. Neko može biti instrument *božanskog orkestra*, a ipak biti ili izvan takta ili sinhronizovan. Program "**Draga majko oče stvoritelju Bože**, tražim da naredni savršeni korak moga udela u *božanskom planu*, jasno otkrije sebe meni, i sa sobom donese savršene ljude i sredstva koja su potrebna da bi se ovaj udeo ispoljio u fizičkoj stvarnosti SADA", koji su do sada mnogi iskusili garantuje usklađivanje sa *božanskim vremenom*.

Neko doslovno plovi u okeanu *JEDNOG*. Kako Sai Baba kaže: "Individualno i univerzalno su *JEDNO*; talas je more. Sjedinjavanje ispunjava. Kada se stopi (sjedini), ego je rastvoren; svaki simbol i znak pojedinačnog, kao što je ime, oblik, društveni položaj, boja, vera, nacionalnost, crkva, sekta, prava i dužnosti, kao posledica toga, će izbledeti. Za te individue, koje su sebe oslobodile iz uskosti individualnosti,

jedini zadatak je podizanje čovečanstva, dobro sveta, obasipanje ljubavlju. Čak i ako su tihi, stanje blaženstva u kome su, će obasuti blaženstvom svet. Ljubav je u svemu, ljubav je od svega, ljubav je sve.”

Vibracioni aspekt osećanja ovog ritma je čista ljubav, *božanska ljubav* sa varijantama od 33x33 do grubije 7x7 vibracije i izraza nižeg emocionalnog tela. *Božanska ljubav* nije samo izvor i osnovni materijal svog energetskog stvaranja, već je i najmoćnija dostupna sila pretvaranja. Kada smo sa njom usklađeni, kada joj pristupimo i kada se na nju fokusiramo, ona apsorbuje, prečišćava i nanovo reda sve niže emocije do najprečišćenijeg mogućeg ritma dok smo u fizičkom telu. Ponovo, ona donosi slobodu.

Zahtev *BOŽANSKOM JEDNOM* da poreda naša energetska polja i izrazi puno otelotvorenje u našoj fizičkoj stvarnosti, automatski nas usklađuje sa univerzalnim ritmom. Svi velovi iluzije i odvajanja padaju, kao kada ljuštimo slojeve luka sve dok ne ostane samo savršeno čista, usklađena srž.

Ovo je ono što sam ja nazvala terminom “uključivanje u kosmičko kolo”. Tu nas diskusija o hranjenju pranom vodi do kraja. Jer, život od *svetlosti* je prirodni ko-prodakt dozvoljavanja sebi da nas održava *božanstvenost* u nama. Slično, mi možemo programirati sebe da živimo bez spavanja, ili da više ne osećamo temperaturne ekstreme, već da prilagodimo temperaturu svog tela tako da nam bude prijatno u svakom fizičkom okruženju - to je sposobnost koju ja još uvek razvijam.

Sve ovo je samo neobrađen ljudski potencijal da biste stigli do tačke gde ne postoji razlika između toga da li ste u svom fizičkom telu ili “sedite u krilu obgrljeni *Božijim* rukama” jer sve je *JEDNO*. Mi smo jedno sa svime. To je ono što indijski mudraci nazivaju “Sat Čit Ananda”- bitisanje (jedino

pravo postojanje), svest, blaženstvo. Sebe vidim u vama. Ovo je paradigma jedinstva i bezgraničnog bitisanja.

SEDAM ELEMENATA I 33 - UNIVERZALNI RITAM

Sledeće informacije prirodno proističu iz prethodnih poglavlja. Programirala sam se da “sledeći deo moje uloge u *božanskom planu*, SADA JASNO otkriva sebe meni, i donosi sa sobom sva bića koja bi pomogla u fizičkom manifestovanju ove uloge u fizičkoj realnosti SADA”, kada, ko bi se drugi magnetizovao u mom polju - nego Leonard Or.

Za one kojima nije poznat Leonardov rad, on je 1974. godine osnovao pokret *preporađanja* (Rebirthing), koji sada broji negde oko 10 miliona pristalica širom sveta. Na turneji po Australiji, mi smo uspeli da se povežemo i otkrijemo rad jedno drugom. Razmenjivali smo knjige, dogovorili se da budemo gosti jedno drugom na turneji kroz Evropu i deo Južne Amerike. Sada smo jedan deo njegovog rada na temu spiritualno pročišćenje uključili u poglavlje *Velikih besmrtnika*.

Čitajući Leonardove radove, razumela sam druge perspektive svog sopstvenog rada, prepoznavajući spajajuće veze. Otkrila sam da sam intuitivno vođena da gradim “mostove”. Znala sam da volim da povezujem, otkrivam, delim i uživam u brilijantnosti i bezgraničnosti. Tako “dodajući ukus preporoda našem razumevanju” hajde da pogledamo u efektno građenje mostova kroz usklađivanje: usklađivanje sa elementima a takođe i pročišćavanje energet-

skih polja korišćenjem elemenata.

Ono što ja nazivam usklađivanjem sistema 4 tela (fizičkog, emocionalnog, mentalnog i duhovnog) Leonard naziva "duhovnim pročišćenjem", koje se postiže korišćenjem četiri elementa. Ono što sledi je nastavak naše prethodne diskusije o *vibracionim frekvencijama* i *univerzalnom ritmu*.

Prvi element je *vatra* - vežba "učenja da živimo sa otvorenim plamenom". Ona odgovara fizičkom polju 7x7 ritma. Vatra se može koristiti da bismo sagoreli akumulirane emocionalne otpatke (nečistoće) bilo kog energetskog polja koje želimo da očistimo.

Drugi element je *zemlja* - usklađivanje sa ovim elementom obavezuje nas na post, majstorstvo ishrane i vežbanje.

Treći element je *vazduh* - sa ovim elementom usklađujemo se kroz svesno energetsko disanje. Svaki dah je povezan (udisaj koga prati izdisaj), dubok i pročišćen, sve dok nam u iskustvu "ne klikne" da *dišemo*. U čistijem izrazu, to je iskustvo *akaše* - šestog elementa. Svesno povezano disanje premošćuje fizičko i eterično donoseći osećaj pročišćenja u fizičko "vozilo".

Četvrti element je *voda*. Duga, topla kupka usklađuje sve čakre, naročito sakralnu ili Muladara čakru. Ova poslednja predstavlja vezu između energetskih polja emocionalnog i fizičkog tela. Kupke, takođe, ponovo uređuju i rebalansiraju tela energetskih polja i razređuju ono što Leonard naziva emocionalnim "energetskim zagađenjem" koje je akumulirano življenjem u morfogenom polju masovne (kolektivne) svesti. Čak i duga, dnevna tuširanja toplom vodom čiste vaša aurična polja ali, sudeći po *preporuđajima*, ne tako temeljno kao kupke. Oni kažu da dnevne kupke i seanse preporoda mogu da očiste ćelijsku memoriju na više nivoa.

Peti element je *astralno svetlo*. To je solarna vibracija

10x10 i vibracija života iz polja prane - vibracija korišćenja energije fotona za održavanje tela.

Vibriranje na galaktičkoj frekvenciji 12x12 (kvantno polje) je šesti element ili *akaša*, prvi element nakon *praznine* ili *Izvora*. Akaša je delimično manifestovana i ona je matriks u koji je ugrađen ceo naš univerzum. To je element u kome sve sve dešava i takođe suština unutar svega što se dešava.

Kosmička vatra, alternativno poznata kao *princip*, je sedmi element koji vibrira na univerzalnoj frekvenciji 33x33. To je prvi element u širećem ritmu, a sedmi element u skupljajućem ritmu.

Pet elementa, uključujući astralno svetlo, odgovaraju našim pet čulima: *vatra* = vid; *zemlja* = miris; *vazduh* = dodir; *voda* = ukus; *astralno svetlo* = sluh. Šesti element, *akaša*, odgovara intuiciji ili našem šestom čulu. Čulo *kosmičke vatre* tek treba da se otkrije. Ja smatram da je to možda osećaj jednostavno ZNATI, da je to sedmo čulo koje predstavlja neposredno znanje, znanje samo po sebi.

Kada sagradimo mostove između svetova, otkrićemo tri istančana elementa, uživaćemo u istraživanju i osećaju njihove moći, a zatim ćemo svesno usmeriti njihov protok natrag u linearno vreme i fizičku stvarnost.

Usklađivanje sistema 4 tela sa 4 elementa daje nam moć u fizičkoj ravni, obezbeđeno majstorstvo uma se prihvata i pokazuje. To, takođe, u našu ćelijsku svest donosi jaku elementarnu silu koja će nas uskladiti sa otkucajima srca *majke Zemlje*. Što smo više usklađeni sa srčanim ritmom *Boga* - tada dozvolite silama elemenata da vas usklade sa srčanim ritmom naše planete - to će jači i efikasniji biti naš most između različitih vibracija ovih svetova.

Premošćavanje svetova se javlja kada se unutrašnja vrata otvore putem vežbe "duhovnog pročišćenja" ili kroz usklađivanje sistema 4 tela, do njihovog sinhronizovanog i

božanskog ritma. Kada se ova vrata otvore, možemo usmeriti rezultirajući protok otvorene i čiste svesti.

Majstori znaju da je samo jedan aspekt njihove svesti izražen u fizičkoj stvarnosti. *Majstor* je svesno upoznat sa svim nivoima stvaranja i u mikrokosmosu i u makrokosmosu jer "kako je gore tako je i dole".

Atomski sastav naših fizičkih tela je mikrokosmos u odnosu na makrokosmos koji čini naša planeta Zemlja, koja je pak mikrokosmos makrokosmosa univerzuma koji zauzima temeljni ton 33. On sadrži odraze svih elemenata i sve vibracije raznih nivoa kreacije.

Korišćenjem *univerzalnog*
zakona rezonancije
paradigme "šta seješ, to ćeš i da žanješ",
shvatamo da što se svesnije
uskладimo sa univerzalnim ritmom
33x33 - *JEDINSTVOM* - više
ćemo privući sebi odraze ovih elemenata.
To je ono što donosi *JEDINSTVO*
na čistinu u fizičku realnost
pošto to odražava našu vibraciju
i našu moć stvaranja.

PRANA - SILA ODRŽAVANJA

U cilju razumevanja, kako možemo biti održavani samo od *svetlosti*, moramo razumeti šta nas održava tj. pranu koja je takode poznata kao univerzalna životna sila, kosmička energija života ili "tečna svetlost".

Prana je istančani element koji prožima svaku ćeliju svakog živog tkiva i sve tečnosti u organizmu. Prana ima svoj biološki pandan, koji je Gopi Krišna nazvao Apana, a koji on opisuje kao finu suštinu koja se nastanjuje u mozgu i nervnom sistemu i sposobna je da generiše istančano isijavanje.

Termin "prana", koji se ovde koristi, označava i kosmičku životnu energiju i njenog istančanog biološkog provodnika u telu, s obzirom da su oni nerazdvojni. Svakako, zadatak apsorpcije prane se izvodi uz pomoć male grupe nerava koji se nalaze u specifičnom delu tela. Buđenjem *kundalini* ovo stanje stvari se radikalno menja. Važnije nervne grupe se uključuju u proces i snabdevaju mozak koncentrovanijim oblikom isijavanja (zračenja) prane, i to iz mnogo veće oblasti tela.

Veoma je važno shvatiti da, da bismo bili održavani samo od prane ili *tečne svetlosti*, moramo doseći određeni stepen duhovnog buđenja. Potpuno aktiviranje *kundalini* energije omogućava ovom procesu da bude maksimalno efikasan.

Postoje tri kanala energije ili nadija u kičmi, koji mogu da prenose *kundalini* energiju i koji se presecaju kroz čakre. *Pingala* ili solarni nerv reguliše protok toplote. On počinje na desnoj strani *Sušumne* koja se proteže unutar kičmene moždine. *Ida* (*Idakalai*) ili "lunarni nerv" je regula-

tor hlađenja i počinje na levoj strani. Sva tri se nalaze u okviru astralnog tela.

“Medula oblongata” je centar mozga koji se nalazi u bazi lobanje i kaže se da je to jedna “manja čakra”, s obzirom da je to centar uvida duhovne energije iz viših tela. Držanje glave i kičme uspravno u meditaciji, dozvolice medula oblongata, da prima bujicu energije prane, slobodno i nesmetano. Spiritualne ili pranične energije protiču kroz ovaj centar do hipotalamusa i pošto to povećava količinu svetlosti u našem biću, mi postajemo telepatski receptivniji.

Evo nekoliko saveta koji se tiču *kundalini*. Pre aktiviranja *kundalini* energije ja bih preporučila da čakre budu usklađene i potpuno aktivirane svetlošću kao i da se uradi ujedinjujuća čakra meditacija (vidite kraj ovog poglavlja). Takođe bih preporučila da date instrukciju svom JA JESAM da se uključi i poveže eterični i fizički nervni sistem, tako da budete u potpunom elektromagnetnom poravnanju, iako bi ovo trebalo da se dogodi tokom ujedinjujuće čakra meditacije.

Takođe je veoma važno da date instrukciju svom JA JESAM da nadzire aktiviranje *kundalini* energije da bi se izbeglo potencijalno “pregorevanje”. Indijski jogiji su dobro dokumentovali činjenicu da prerano buđenje “uspavane zmije” (*kundalini*) - pre nego što je svesnost pripremljena i fizičko “vozilo” uređeno i očišćeno - može da stvori veliku štetu na električnoj mreži tela i može čak prouzrokovati smrt. Više informacija o ovome se nalazi u knjizi o *kundalini* Gopi Krišne. Buđenje *kundalini* se može javiti brže ili sporije, dok je vođeno vašim JA JESAM, u zavisnosti od prirode instrukcije koju primete kao i vaše želje.

Da biste pobudili *kundalini* programirajte sledeću izjavu u meditaciji: “Prizivam i potpuno aktiviram svoju *kundalini* energiju vođen svojom Monadom i moćnim JA JESAM

Prisustvom”.

Ako povećamo unos životne sile (prane), povlačeći je iz kosmičkog izvora života, možemo takođe pobediti i smrt. Sporo ritmičko disanje apsorbuje više prane i dopušta joj da bude uskladištena u mozgu i nervnim centrima. Prana snabdeva nerve električnom silom, magnetizuje gvožđe u sistemu i stvara auru kao prirodnu emanaciju (zračenje, isijavanje).

Kao što možemo pročitati u *Babadi i 18 sida krija joga tradicije* (Izdato i u Srbiji. Prim. ured.): “Tajna dugovečnosti leži u tehnici usmeravanja disanja ka istančanim kanalima i centrima. Izlučivanje nektara dolazi iz mistične žlezde u hipotalamusu i cerebralnog regiona odakle se “sliva” kroz otvor iza resice u ždrelu. Ovaj eliksir života će ojačati čovečiji sistem i učiniti ga potpuno otpornim starenju, degeneraciji, bolestima i smrti.”

U svojoj knjizi *Kundalini, evoluciona energija u čoveku*, Gopi Krišna piše: “Svi sistemi joge su bazirani na pretpostavci da živa tela svoje postojanje duguju agensu krajnje istančane nematerijalne supstance, koja prožima univerzum i koja je nazvana prana, koja je uzrok svih organskih fenomena i koja kontroliše organizme uz pomoć nervnog sistema i mozga, manifestujući sebe kao vitalnu energiju. Prana, u modernoj terminologiji označena kao “vitalna energija”, podrazumeva razne aspekte izvršavanja različitih funkcija u telu i cirkuliše u sistemu u dva posebna toka, jedan sa vrelim i jedan sa hladnim efektom, koje jogiji jasno opažaju u probuđenom stanju.”

On čak ide dalje i kaže: “Iz sopstvenog iskustva, mogu potvrditi da sigurno postoje dva glavna tipa vitalnih struja u telu, koji mogu da imaju hladan ili topao efekat na sistem. Prana i apana stoje jedna pored druge u sistemu svakog tkiva i svake ćelije, protiču kroz više nerve i njihove sitne grane kao dve različite struje i iako se njihov put nikada ne može oseti-

ti u normalnom stanju svesti, nervi se navikavaju na taj protok od samog početka života.”

Razumevši pranu kao suštinu života, verovatno možemo shvatiti i kako se organizam može održavati samo uz pomoć nje. Pojedinci su ovo postigli kroz proširenje svoje svesti do viših vibracionih frekvencija, koje zauzvrat, menjaju molekularnu strukturu njihovih fizičkih, emocionalnih i mentalnih tela, i oslobađaju ih od potrebe za jelom i pićem. Ti ljudi se nazivaju *bretarijanci*. Drugi koje sam ja nazvala *likvidarijanci*, mogu odabrati da žive potpuno od ovog tečnog svetla, ali takođe mogu da piju zbog zadovoljstva i osećaja ukusa.

Uzvišeni majstor Hilarion objašnjava u *Godišnjim dobima duha*: ”Pogrešno je zamišljati da energija koja upravlja fizičkim telom čoveka potiče od hrane koju on unosi. To je jedna od najvećih zabluda sadašnjice. Energija ljudskog tela mora poteći iz mnogo prefinjenijeg i čistijeg izvora nego što su molekuli ugljenih hidrata, što se danas veruje. Životni proces u čoveku ne počiva na čisto hemijskom nivou, inače bi čovek bio ništa drugo do čaša u kojoj se mešaju reaktivne hemikalije, i sa ne više životne inteligencije ili duha nego što bi se moglo zamisliti u takvoj jednoj čaši. Kada se hemijska reakcija završi, čaša bi bila veoma mirna, beživotna, prazna, a tako bi bilo i u slučaju da se radi o čoveku.

Ne, sila koja upravlja ljudskom mašinerijom nije hemijska već eterična. *Etar (eter)* je forma sveobuhvatne supstance, koja je prefinjenija i od najfinije čovečje hemikalije, i zaista je “stvar” od koje su kondenzovani svi elementi poznati nauci, kao što su kapi vode kondenzovane iz vodene pare u vazduhu. Pomešana sa *etrom*, koji ispunjava ceo čovekov trodimenzionalni prostor - čak i prostor između protona i elektrona u materiji, koji nauka smatra za prazan prostor - je supstanca koju ćemo zvati prana, koristeći istočnjačku reč

koja označava životnu energiju (Po filozofiji joge ceo svet je napravljen od prane i akaše. Prim. ured.). Zaista istočne religije znaju za ovu čudotvornu supstancu i razumeju njenu ulogu u održavanju “života” čoveka.

Kada ljudsko telo udiše vazduh koji ulazi u pluća, prana koja je u okviru eteričnog “duplikata” tog vazduha se prenosi u eterični “duplikat” tela, gde se transformiše u različite energije koje se svakodnevno koriste: mentalnu, emocionalnu i fizičku. Kiseonik koji je došao preko pluća, naravno, ima ulogu u metabolizmu, ali to je mala uloga u poređenju sa značajem unosa prane”.

Prizivanje za ujedinjenje čakri

iz “Priručnika uspenja” Tonija Stabsa

Udišem *svetlost* kroz centar svoga srca
otvarajući svoje srce
u prelepu loptu *svetlosti*,
dozvoljavajući sebi da se širim.

Udišem *svetlost* kroz centar svoga srca
dozvoljavajući svetlosti da se širi,
obuhvatajući moju grlenu čakru
i moj plexus solaris
u jedno ujedinjeno polje *svetlosti*
unutar,
kroz i oko moga tela.

Udišem *svetlost* kroz centar svoga srca
dozvoljavajući *svetlosti* da se širi,
obuhvatajući moju čeonu čakru

i čakru pupka
u jedno sjedinjeno polje *svetlosti*
unutar,
kroz i oko moga tela.

Udišem *svetlost* kroz centar svoga srca
dozvoljavajući *svetlosti* da se širi,
obuhvatajući moju temenu (Sahasrara) čakru
i moju bazičnu (Muladara) čakru
u jedno jedinstveno polje *svetlosti*
unutar,
kroz i oko moga tela.

Udišem *svetlost* kroz centar svoga srca
dozvoljavajući *svetlosti* da se širi,
obuhvatajući moju alfa čakru iznad moje
glave
i moju omega čakru ispod moje kičme
u jedno ujedinjeno polje *svetlosti*
unutar,
kroz i oko moga tela.
Dopuštam talasu *metatrona* da rezonira
između njih
Ja sam jedinstvo *svetlosti*.

Udišem *svetlost* kroz centar svoga srca
dozvoljavajući *svetlosti* da se širi,
obuhvatajući moju osmu čakru iznad moje
glave
i moja bedra
u jedno ujedinjeno polje *svetlosti*
unutar,
kroz i oko moga tela.

Dopuštam svom emocionalnom telu da se
stopi sa fizičkim.
Ja sam jedinstvo *svetlosti*.

Udišem *svetlost* kroz centar svoga srca
dozvoljavajući *svetlosti* da se širi,
obuhvatajući moju devetu čakru iznad
moje glave
i listove na nogama
u sjedinjeno polje *svetlosti*
unutar,
kroz i oko moga tela.

Dopuštam svom mentalnom telu da se
stopi sa fizičkim.
Ja sam jedinstvo *svetlosti*.

Udišem *svetlost* kroz centar svoga srca
dozvoljavajući *svetlosti* da se širi,
obuhvatajući moju desetu čakru iznad
moje glave
i oblast ispod mojih stopala
u ujedinjeno polje *svetlosti*
unutar,
kroz i oko moga tela.

Dopuštam svom spiritualnom telu da se
stopi sa fizičkim.
Ja sam jedinstvo *svetlosti*.

Udišem *svetlost* kroz centar svoga srca
dozvoljavajući *svetlosti* da se širi,
obuhvatajući moju jedanaestu čakru iznad
moje glave
i dalju oblast ispod mojih stopala

u sjedinjeno polje *svetlosti* unutar,
kroz i oko moga tela.
Dopuštam svojoj *vrhovnoj duši*
da se stopi sa mojim fizičkim telom.
Ja sam jedinstvo *svetlosti*.

Udišem *svetlost* kroz centar svoga srca
dozvoljavajući *svetlosti* da se širi,
obuhvatajući moju dvanaestu čakru iznad moje glave
i još dalju oblast ispod mojih stopala
u jedno sjedinjeno polje *svetlosti*
unutar,
kroz i oko moga tela.
Dopuštam svojoj *Hristovskoj vrhovnoj duši* (Hristovoj
svesti) da se stopi sa mojim fizičkim telom.
Ja sam jedinstvo *svetlosti*.

Udišem *svetlost* kroz centar svoga srca
Tražim da najviši nivo moga duha isijava
iz centra moga srca,
ispunjavajući ovo ujedinjeno polje u
potpunosti.
Ja isijavam odatle kroz čitav ovaj dan.
Ja sam jedinstvo duha.

Poglavlje 5

PRIČA O GIRI BALI

Pre mnogo godina, pročitala sam čudesnu knjigu pod nazivom "Autobiografija jednog jogija". To je autobiografija Paramahansa Joganande, i to je prva knjiga koju sam pročitala gde sam zaista osetila energiju ljubavi, i znanje kako samo teče sa stranica. To je bio prvi put da sam pročitala da je neko, jednostavno, živio samo od *svetlosti božanskog*.

Priča o Giri Bali je ispričana Joganandi kada ju je upoznao. Živeći život ponizne i jednostavne seljanke, imala je 68 godina, i u to vreme nije uzimala ni hranu ni tečnost više od 56 godina. U svojoj mladosti je odvedena u palatu vladara svoje provincije. Tamo je držana pod strogim posmatranjem i konačno "otpuštena" sa potvrdom da može da živi od *svetlosti*.

Joganandi je rekla da je kao dete imala nezajažljiv apetit, zbog koga je često bila zadirkivana i zbog koga joj je često bilo prebacivano. U devetoj godini je bila verena, i ubrzo zatim se udobno smestila u kuću svoga muža. Jednog dana, Giri je mnogo propatila zbog teških reči svoje svekrve na račun njene nezasićenosti, da je uzviknula: "Uskoro ću vam dokazati da, dokle god sam živa neću taći hranu nikada". I dalje zadirkivana, pobegla je iz sela.

U velikom očaju, plačući, iz dubine svoje duše molila je Boga da joj pošalje gurua, koji će je naučiti da živi samo od *Božje svetlosti*. Tada se guru materijalizovao ispred nje i ona je bila upućena u umetnost posebne tehnike *krija joge*, koja joj je oslobodila telo potrebe za fizičkom hranom.

Guru joj je rekao: "Draga malena, ja sam guru, koga

je Bog poslao da bi uslišio tvoju hitnu molitvu. On je bio duboko ganut tvojom veoma neobičnom prirodom. Od danas ćeš živeti samo na *astralnoj svetlosti*. Tvoji telesni atomi biće punjeni beskrajnom strujom”.

Od toga dana, nije niti jela niti pila, a nije imala ni telesne izlučevine. Jogananda je zabeležio: ”Ona je postavila ovaj primer, da bi dokazala da je čovek uistinu duhovno biće i da bi pokazala da čovek može da živi od *večne Božje svetlosti*”. (Citat iz rada dr Stouna “40 velikih svetitelja sveta i spiritualnih majstora”)

“Ljudski rod je vezan za večnu potragu
za tim “nečim drugim”
i on se nada da će mu to doneti sreću
potpunu i beskrajnu.
Za individualne duše
koje su tražile i pronašle Boga
potraga je završena
On je to “nešto drugo”.

Paramahansa Jogananda

PRIČA O TEREZI NJUMAN

U svom radu “Autobiografija jednog jogija”, Jogananda govori o susretu sa Terezom Njuman a dr Stoun o ovom susretu potanko govori u knjizi o *majstorima*.

Tereza Njuman je rođena na *Veliki petak* 1898. godine u severnoj Bavarskoj. U dvadesetoj godini je doživela nesreću i ostala slepa i paralizovana. Čudotvorno izlečenje je primila 1923. godine kroz molitvu Sv. Terezi Lisieuskoj. Od tog vremena, Tereza nije uzimala ni hranu ni piće, izuzev male posvećene hostije koju guta jednom dnevno.

Stigme, ili svete Hristove rane, počele su da se pojavljuju na njenoj glavi, grudima, rukama i stopalima svakog petka, dok oseća Hristove muke. Jogananda dalje kaže da je ona u prošlom životu bila Marija Magdalena. Ona je ovde da pokaže (kao i Giri Bala) da je moguće živeti od *Božije svetlosti*.

Kroz 36 godina, koliko je Tereza nosila stigme, hiljade turista je posetilo njenu malu kolibu i prisustvovalo čudu. Tereza je umrla 1962. godine. U knjizi Paole Đoveti (Paola Giovetti) detaljno je opisan život Tereze Njuman.

Priče o Giri Bali i Terezi Njuman je lako odbaciti, kao iskustva "svetih" ljudi. Ipak, one su obe bile jednostavne osobe, koje su imale veliko poverenje i veru. Iz sopstvenog istraživanja zaključujem da, iako su i Giri i Tereza bile održavane samo pomoću *tečne svetlosti*, nijedna nije prihvatila ideju fizičke besmrtnosti i obe su dostojanstveno ostarile.

Poglavlje 6

FIZIČKA BESMRTNOST

Zanimljivo je zabeležiti da starenje i smrt još uvek mogu da iskuse i bretarijanci i oni koje hrani prana. Čovečanstvo je zaključano u svesnost i verovanje o ograničenju eonima godina. Ovo mentalno očekivanje i verovanje u neophodnost smrti je bilo nadmoćno sve do stepena verovanja da, žlezde poput hipofize i epifize u mozgu, izlučuju "hormone smrti", više nego što upotpunjuju ljudski život održavajućim i regenerišućim supstancama. Knjiga "Nove ćelije, novo telo, novi život" Virdžinije Esen, se bavi ovim u poglavlju koje je napisala Džoana Čeri.

Ljudsko telo je izrazito složen samoodržavajući organizam. Nove ćelije se proizvode na milijarde - npr. nova obloga želuca svakih 5 dana - a poznato je da je svake druge godine čovek potpuno nov na ćelijskom nivou. Zašto onda starimo i umiremo, ako imamo urođenu sposobnost da obnavljamo svoju ćelijsku strukturu? U svojoj knjizi "Kvantno lečenje" dr Čopra kaže da se to dešava zbog naše programiranosti i sistema verovanja, kao i činjenice da su te ćelije samo sećanja obučena u materiju. Leonard Or u svojoj knjizi o besmrtnosti kaže da ljudi umiru pre svega zato što to očekuju.

Decenija koju sam provela u svetu biznisa, često radeći po 50-60 sati nedeljno, podižući dve ćerke kao jedini roditelj, a u isto vreme i pohađanje meditacije kao i moja ezoterična interesovanja, doveli su me do toga da sam naučila da budem veoma svesna u "upravljanju" vremenom. Negde usput, došla sam do zaključka da je fizička smrt rezultat lošeg

“upravljanja” vremenom.

Nakon 20 godina primene vegetarijanske ishrane, zajedno sa gimnastičkim vežbama i neophodnim istraživanjem u cilju zadržavanja zdravlja na vrhuncu, shvatila sam da je telo neverovatna samoodržavajuća mašina, koju mogu istrošiti samo visoki nivoi toksičnosti. Ta toksičnost dolazi zbog izbora hrane, negativnog razmišljanja, sistema verovanja. (Zapamtite da naše misli stvaraju naše emocije i da emocionalna bolest stvara fizičku bolest uopšte).

Moja želja da održavam vrhunsko zdravlje je bila motivisana time da nisam mogla da dozvolim sebi luksuz da trošim vreme bivajući bolesna, a pošto sam imala vrlo malo “rezervnog” vremena, osetila sam da ima mnogo boljih načina da ga potrošim nego li da uvek budem bolesna.

Izuzev aspekta pravilne raspodele vremena, sve više me je privlačila ideja o fizičkoj besmrtnosti jer mi se nije dopala ideja dostizanja određenog nivoa svesti ili buđenja, a uz to posedovanja fizičkog “vozila” koje se raspada zbog zanemarivanja. Takođe mi se nije sviđalo to da moram nanovo da stvorim fizičko “vozilo” i podesne uslove za moj sledeći život, pa zatim i rađanje, nošenje peleni, imanje roditelja, pohađanje škole, adolescencija itd.

(Treba zabeležiti da sam imala divno detinjstvo i roditelje, izazovnu ali poučnu adolescenciju, sa slobodom da rastem i da se razvijam i zatim “procvetam” po svom svesnom izboru. Takođe sam u to vreme bila svesna da sam, pre inkarnacije, izabrala baštensku leju u koju je trebalo da bude posađeno moje seme svesti, a takođe sam izabrala i “baštovane”).

Ponovo proći kroz sve ove stadijume i nakon toga setiti se onoga što sam već shvatila kroz godine istrage i iskustva u ovom i prethodnim životima, izgledalo mi je apsurdno.

U tom stadijumu, bila sam nejasno uvedena u ideju

fizičke besmrtnosti, i konačno sam shvatila da bi ovo mogla biti moja poslednja inkarnacija na ovom zemaljskom planu. Znala sam da moram da radim i da igram određenu ulogu. Odlučila sam da preminem kada budem završila svoj posao i kada budem spremna - ne pre toga. Više nisam bila zainteresovana za umiranje zbog lošeg ophođenja sa fizičkim “vozilom”.

Prihvatanje fizičke besmrtnosti nije povezano sa strahom od smrti. Za sve besmrtnike, koje znam, smrt je mnogo laganiji i prijatniji proces od rađanja. Smrt ne uključuje strah a i ima mnogo manje bola.

Dovoljno je reći da život na ovoj ravni postojanja može podsećati na školu, a vreme provedeno izvan fizičkog otelotvorenja na veličanstvene odmore. Često su ljudi izjednačavali individualnu želju za fizičkom besmrtnošću sa strahom od smrti i nepoznatog, a u nekim slučajevima to je zaista i slučaj.

Ipak, postoji mesto u našoj evoluciji gde fizička besmrtnost ne predstavlja samo dobro upravljanje vremenom, već prirodnu posledicu naše rezonancije. Fizička besmrtnost nije moguća bez odgovarajuće rezonancije ili verovanja da je to moguće za tebe.

Da bismo postali besmrtni na fizičkom nivou (kao logično svesno proširenje besmrtnosti duše) moramo:

- odbaciti verovanje da moramo da umremo;
- izbaciti sve negativnosti - od misli i emocija - iz energetskih polja naših tela;
- imati gospodarstvo (vlast) nad fizičkim, emocionalnim i mentalnim telom.

Odbaciti verovanje da moramo da umremo je veoma lako onda kada zaista shvatimo da smo mi energetski sistemi

i da nivo ćelijske degeneracije i/ili regeneracije zavisi od nivoa majstorstva uma (gospodarstva nad mentalnim telom) koje mi postignemo. Izbacivanje sve negativnosti je obrađeno u vežbama vizualizacije u mojoj knjizi "*Umetnost rezonancije*". U suštini, vlast nad mentalnim telom vodi vladavini nad emocionalnim telom koja zauzvrat dovodi do vlasti nad fizičkim telom.

Takođe postoje praktične tehnike za koje se smatra da preokreću i/ili zaustavljaju proces starenja. Jedan izvor takvih informacija i tehnika za zaustavljanje, ili čak preokretanje procesa starenja je knjiga "*Izvor (fontana) mladosti*", Pitera Keldera (Izdato i kod nas. Prim. ured.). Neke od njegovih ideja istražićemo u narednom poglavlju.

Kao što se može živeti samo od prane, tako fizička besmrtnost zavisi samo od prave slobode izbora. Ona ne predstavlja krutu privrženost životu. Postojanje i svest su večni. Što više širimo svoju svest i pamtimo šta mi zaista jesmo, više ćemo razumeti da je naše fizičko otelotvorenje samo mali aspekt našeg bitisanja.

Informacije nam daju moć izbora. Vreme je da sve kulture budu svesne načina postojanja, razmišljanja i života koji sada usavršava druge na ovoj planeti; vreme je da se sazna da postoje fizički besmrtnici koji imaju vlast nad svojim fizičkim telima. Kao što neko parkira kola, tako i mnogi jogiji i meditantii mogu "parkirati svoje telo", mogu dolaziti i mogu odlaziti po želji. Svoje telo mogu uzneti u *svetlost*, i pomeriti se u drugi energetski nivo - na način sličan onom opisanom u knjizi Džejmsa Redfilda "*Celestinsko proročanstvo*" (Knjiga je izdata i kod nas. Prim. ured.) - tako da budu nevidljivi onima koji su "podešeni" na gušći energetski nivo. Ovaj fini energetski nivo je nivo više svesti i njegovi darovi su nemerljivi.

Takođe, znanje da na planeti postoje ljudi koji su svoja

tela oslobodili potrebe za jelom i koji se sada hrane isključivo pranom može dati moć. Ovo je vrlo važno za one koji trenutno umiru zbog slabe prehrane i gladi jer *živeti od svetlosti* predstavlja za njih jednu drugu opciju i put koji mogu da istraže ako su zainteresovani.

REGENERACIJA I PODMLAĐIVANJE

Shvatila sam da što je veća količina *svetlosti* unutar našeg tela, veća je naša prirodna sposobnost ćelijske regeneracije na njenom najčistijem nivou. Što je više naša ćelijska struktura oslobođena svih formi toksičnosti, što više *svetla* apsorbuje i imamo višu vibraciju ili brzinu oscilacije naših energetskih polja, to je manja mogućnost oboljevanja, starenja i degeneracije.

Svetlost privlači *svetlost* - *svetlost* pretvara i rastvara sve što nije *svetlost*. Dakle, dok možemo da reprogramiramo svoje žlezde da proizvode samo hormone za održavanje života i/ili da koristimo ritual *Izvor mladosti*, koji je opisan u ovom poglavlju, naš glavni fokus mora biti povećanje količine *svetlosti* unutar ćelijske strukture.

U "*Potpunom priručniku uspenja*" dr Stoun izjavljuje da količina *svetlosti* od 80-83 % dozvoljava uspenje, količina od 96-98 % *svetlosti* dopušta dematerijalizaciju, teleportaciju i rematerijalizaciju, gde mi možemo manipulirati ćelijskom strukturom fizičkog "vozila" uz pomoć jednostavne naredbe ili namere. U ovim stadijumima fizička besmrtnost je prirodna posledica pošto *tečno svetlo* protiče kroz sisteme i čakre postanu ujedinjene u jedan stub *svetlosti*. Sa potpunim svet-

losnim telom, i sa čvrsto usidrenom monadom (*JA JESAM*), naša tela postaju prirodno samoodržavajuća.

Piter Kelder objašnjava u *Izvoru mladosti*: "Telo ima 7 centara energije koji se nazivaju vrtlozima (virovima). Hindusi ih zovu čakre. To su moćna električna polja, nevidljiva su, ali su uprkos tome veoma stvarna. Svaki od ovih sedam vrtloga se nalazi u oblasti jedne od sedam žlezda sa unutrašnjim lučenjem u endokrinom sistemu ljudskog tela, i funkcionišu tako što stimulišu stvaranje hormona u žlezdama. Ovi hormoni regulišu sve funkcije tela uključujući i proces starenja.

Najniži ili prvi vrtlog se nalazi u oblasti reproduktivnih žlezda. Drugi vrtlog je povezan sa pankreasom (gušteračom) u abdominalnom regionu. Treći vrtlog je u oblasti nadbubrežnih žlezda u regionu solarnog plexusa. Četvrti vrtlog se locira u grudnoj žlezdi ili timusu u predelu grudnog koša ili srca. Peti vir je smešten u oblasti tiroidne (štitaste) žlezde na vratu. Šesti vrtlog se nalazi u epifizi. Sedmi, najviši vrtlog, je u oblasti hipofize.

U zdravom telu, svaki od ovih vrtloga se kovitla velikom brzinom dopuštajući vitalnoj životnoj energiji, koja se takođe naziva i "prana" ili "eterična energija", da teče uvis kroz ceo endokrini sistem. Ali, ako jedan ili više ovih virova počne da usporava, protok vitalne energije je sputan ili blokirano, i to je samo drugi naziv za starenje i bolest.

Ovi kovitlajući vrtlozi se protežu izvan fizičkog tela kod zdravog čoveka, ali kod stare, slabe i bolešljive osobe oni jedva dosežu do površine. Najbrži način vraćanja mladosti, zdravlja i vitalnosti jeste da ovi vrtlozi ponovo počnu normalno da se kovitlaju."

Knjiga, iz koje je gornji citat, dalje objašnjava da postoji šest rituala ili jednostavnih vežbi koje možemo praktikovati u cilju stimulacije ovih centara. Ove alatke dugovečnosti

eonima vremena su praktikovale tibetanske Lame, u manastirima u nedostižnim vrhovima Himalaja.

Lame jedu laku hranu, vegeterijanci su, i obično konzumiraju jednu vrstu hrane po obroku, i to u malim količinama. Na primer, jedan obrok se može sastojati od voća, drugi od povrća i treći od hleba. Njihova ishrana i obredi koje upražnjavaju čine ih da izgledaju kao da imaju oko 25 godina, bez obzira na njihove stvarne godine.

Lame takođe kažu da korišćenje dubokog glasa održava zdravlje muladara (bazične) čakre usled vibracija na nižoj oktavi zvuka. Oni stoga redovno upražnjavaju mantranje pošto to umnogome pomaže uređenju sedam čakri. Nije preporučljivo za žene da prilagođavaju svoj glas tako nisko pošto je njihova rezonancija drugačija od one kod muškaraca. Lame takođe savetuju da čovek treba da misli i dela "mlado" jer misli privlače događaje - vladavina uma nad materijom.

Zbog autorskih prava, nismo u mogućnosti da objavimo dijagrame ovih vežbi ili više detalja o njima. Ipak, zainteresovanima savetujem da kupe ovu knjigu, pošto su vežbe zaista dobre i vredne. Mnogi uključujući i oktagenarijance, kao što je moj otac, su osetili mnogo koristi od podmlađivanja i regeneracije, praktikujući rituale koji su opisani u knjizi Pitera Keldera.

Reprogramiranje telesnih žlezda radi ćelijske regeneracije

Džona Čeri iz *Međunarodnog majstorstva uspenja*, iz Mt. Šasta u Kaliforniji, mi je pokazala ovu jednostavnu tehniku, koja je osmišljena da bi se promenila proizvodnja hormona, da bi bili za održavanje života a ne za slabljenje. Pošto um ima vladavinu nad materijom, žlezde ljudskog tela su bile onemogućene da podrže regeneraciju ćelijske strukture i neograničeno zdravlje, zbog nasleđenog verovanja u smrt. Dokle god budemo verovali da je smrt prirodna, naša tela moraju i podržavati ovo verovanje, bez obzira na njihovu sposobnost za suprotno.

Jednostavna tehnika za reprogramiranje proizvodnje hormona unutar tela sledi u tekstu ispod i može se garantovati da će delovati onog trenutka kada osoba potpuno odbaci mentalitet "smrtnosti".

- Sedite u pozu za meditaciju / kontemplaciju.
- Uskladite svoja energetska polja, disanjem i *svetlošću*.
- Zamislite zrak *svetlosti* koji dolazi iz najvišeg izvora, prolazeći kroz 12. čakru, kroz koju se *JA JESAM* povezuje sa vašim bićem, prolazeći dole kroz druge čakre i ulazeći u vrh vaše glave kroz sahasrara čakru.
- Dopustite da ovaj zrak zlatne, bele *svetlosti* ispuni svaku ćeliju vašeg mozga.
- Dajte instrukciju *svetlosti* da se potpuno usidri u, i aktivira vašu hipofizu a zatim i epifizu.
- Dajte instrukciju ovim žlezdama da napuste stari program i verovanja, i od ovog momenta da samo stvaraju hormone za stvaranje i održavanje života, koji potpomažu i podupiru fizičku besmrtnost.
- Osetite kako zrak *svetlosti* ide u predeo grla, puneći

svaku ćeliju *svetlošću*.

- Dajte instrukciju (istu kao i prethodnim žlezdama) tiroidnoj žlezdi u čakri grla.
- Osetite ili vizualizujte *svetlost* koja se kreće dole kroz telo puneći svaku ćeliju.
- Timusu, nadbubrežnim žlezdama, pankreasu i reproduktivnim žlezdama, dajte istu onakvu instrukciju kakvu ste dali i drugim žlezdama.
- Zahvalite svim žlezdama na čudesnoj usluzi koju su obezbedile, prema vašoj prethodnoj instrukciji; ali naglasite da vi sada prihvatate fizičku besmrtnost i dajte im naredbu da podrže vaše novo verovanje u savršenoj harmoniji i u saglasnosti sa vašim božanskim i savršenim *planom*.

VELIKI BESMRTNICI

Ja sam vođena da uključim priče o Babadiju i Svetom Žermenu, kao i odlomak kanalisane poruke o Arkturijancima, s obzirom na to da su oni univerzalno poznati kao *majstori tehnologije svetlosti*. Oni su također i *majstori* besmrtnosti, sposobni da preurede molekularnu strukturu i da uzmu telo po volji.

U knjizi dr Norme Milanović "Mi, Arkturijanci", ostaje se pri mišljenju da će u roku od sto godina čitavo čovečanstvo živeti samo od ***Božje svetlosti***. Moj lični kontakti sa Arkturiusom su počeli ubrzo nakon podvrgavanja procesu 1993. godine. On je prvo uspostavio telepatski kontakt, a zatim i vizuelni na unutrašnjim sferama kroz meditaciju. Od tog vremena, on je tesno povezan sa mnom, i preneo mi je poruku *Vrata Srca*, dok sam bila na Novom Zelandu i pričala o tome kako je to biti održavan od *svetlosti*. Njegov fokus je bio na komandi (naredbi, zapovesti) nad molekularnom strukturom, da svako ko traga za majstorstvom, majstorstvo mora i da dosegne.

Arkturius je, također, rekao da, kao što su Giri Bala i Tereza Njuman dokazale da osoba može živeti samo od ***Božje svetlosti***, kao što mudraci poput Babadija i Sai Babe koji pokazuju svoju sposobnost da dematerijalizuju i rematerijalizuju, i mi također možemo dobiti potpunu kontrolu nad svojom molekularnom strukturom.

Uzvišeni majstori otkrivaju da su održavanje samo od *svetlosti*, sposobnost dematerijalizacije i rematerijalizacije, fizička besmrtnost, lečenje dodirom, manifestovanje potpuno

pomoću misli a ne kroz fizičku delatnost, prirodne sposobnosti koje su stečene ili ponovo otkrivene onda kada prihvatimo Boga u sebi.

BABAĐI

U svojoj knjizi "*Besmrtnost*" Leonard Or kaže da većina ljudi obično misli jedino na Isusa i njegovo uspenje (uzdignuće), kada se govori o besmrtnicima. Ipak, kroz istoriju nailazimo na veliki broj primera besmrtnika: Sen Žermen, Ana Li Skarin, Ilija, različiti Hopi Indijanci i neki evropski alhemičari. Nisu svi bili izabrani da ostanu na ovoj ravni Zemlje. Jedan koji jeste je Babađi.

Postoji mnogo priča o velikom besmrtniku Babađiju. Živeo je u Hirakhanu (Herakhan)* u Indiji, bio je majstor joge u svom prvom životu i pobedio je smrt. On je zadržao svoje fizičko telo, i iako je star hiljade godina, izgleda kao mladić u svojim srednjim dvadesetim godinama. Kažu da je lično podučavao Isusa, da može da pretvori svoje telo u *svetlost*, da ga dematerijalizuje, rematerijalizuje, postari i podmladi po volji.

Priča se da je Babađi dematerijalizovao svoje prethod-

*Postoji mnogo priča o pojavljivanjima i mestima gde je živeo Babađi. On se pojavljuje kada je neko zreo da primi njegovo podučavanje. Babađi znači poštovani otac (to je uobičajeni izraz oslovljavanja i tom titulom se obraćaju mnogim poznatim učiteljima u Indiji), međutim mi ovde govorimo o mahavataru (velikoj Božjoj inkarnaciji) Babađiju koji se kroz vreme i prostor ispoljava u različitim telesnim oblicima u zavisnosti od potrebe (mada se najčešće materijalizuje kao mladić). Više detalja o Babađiju možete naći u knjigama "*Autobiografija jednog jogija*" Paramahansa Joganande i "*Babađi i 18 sida Krija joga tradicije*" Maršala Govindana. Prim. ured.

no telo 1922. a onda se rematerijalizovao u sadašnjem telu u jednoj pećini 1972. (mada drugi izvori tvrde da je to bilo 1970.). Između 1924. i 1958. on je živeo kao jednostavni jogi u selu Danjon (Dhanyon) blizu Almore u Indiji.

Leonar Or kaže da su neki prethodni oblici Babađija bili: Šiva, Rama i Krišna. Zatim, kao Goraknat (Goraknath) fizičku besmrtnost je dao dvojici kraljeva 57. g. p.n.e. Obojica su danas živa i aktivna; Gopčand je jedan kralj u Nepal u Bhartara živi u Radžistanu.

Leonar Or piše da je, pored ličnog vodstva Isusa, Babađi takođe radio i sa Mojsijem i Ilijom. Kaže se da je Babađi obećao da će ostati na ovoj ravni dok svi ne postignu njegovo prosvetljenje.

GROF SEN ŽERMEN

Kada govorimo o bilo kom velikom *učitelju* ili *majstoru*, zanimljivo je napomenuti da su oni uvek radili na dva nivoa: "u očima naroda", i u svojoj ulozi u *BOŽANSKOM JEDNOM* i *spiritualnoj hijerahiji*, koja trenutno nadgleda evoluciju čovečanstva na planeti Zemlji.

Kao emisar Velikog belog bratstva, radeći na *sedmom zraku ceremonijalnog reda i magije*, Sen Žermen (Saint Germain) je takođe bio poznat i kao majstor Rogoci (Rogoczy).

Mnogi znaju grofa Sen Žermena kao pisca Šekspirovih komada. Njegova prethodna otelotvorenja su između ostalih bili i Merlin i Kristifor Kolumbo. Takođe se priča da je on bio i Josif, Hristov otac i jevrejski prorok Samuil (Samuel).

U modernim vremenima poznat je po svojoj knjizi "Rasprave o *JA JESAM*", koja je kanalisana preko Godfri Rej Kinga 1930. godine. Jedna od njegovih najvećih tvrdnji, koja mu je donela slavu, jeste ta da je on osnovao društvo *Rozenkrojčera slobodnih zidara*, pod identitetom Fransisa Bejkona (Po Rudolfu Štajneru prethodna inkarnacija grofa Sen Žermena je bio Kristijan Rozenkrojč koji je osnovao *Bratstvo ružinog krsta*. Prim. ured.). Takođe se govori da je on prorekao Francusku revoluciju.

Sen Žermen je nakon toga proveo nekih 85 godina zajedno sa *Trans-himalajskim bratstvom* i majstorima El Morjom (El Morya) Kutumijem (Kuthumi) i Džval Kulom (Djwhal Khul) koji su kanalisali originalnu teozofijsku literaturu preko Madam Blavatske. Takođe se smatra, da je on doprineo formulisanju američkog ustava i deklaracije nezavisnosti.

Verovalo se da je rođen 1561. godine i bolje je poznat kao grof St. Žermen, poznat kao Regent Evrope, a bio je prvenstveno zainteresovan za tamošnji razvoj svesti. Majstor jezika, govorio je sve evropske jezike, bio je izuzetan mačevalac, violinista, imao je neobičnu moć uma i imao je fotografsko pamćenje.

Veoma bogatog, legenda ga opisuje kao vrhovnog alhemičara, koji je mogao da pretvori metal u zlato visokog kvaliteta koje nikad nije gubilo sjaj. Kažu da nikada nije jeo, niti pio, i zadržao je mladoliku pojavu čoveka u srednjim četrdesetim godinama. S obzirom da je toliko dugo živio kao besmrtnik, on je neprestano scenirao svoju smrt i izdavao se za druge osobe.

Radeći sa Arhandelom Zadkielom, on uči čovečanstvo kako da pretvara negativnu energiju, koja je akumulirana, korišćenjem i podržavanjem *ljubičastog preobražavajućeg plamena oproštaja*.

Takođe pomaže čovečanstvu da, kako postiže uspenje, prihvati *sedmi zrak spiritualne slobode*. To se postiže sledećim:

- Slobodom u odnosu na ciklus života i smrti;
- Slobodom da se čini po volji *majci/ocu tvorcu Bogu*;
- Slobodom da se izdignemo iznad zemaljskih ograničenja;
- Slobodom da prepoznamo *božansku silu života*;
- Slobodom da prepoznamo da je ova *božanska životna snaga Božji izraz* kroz bezbroj individualizovanih oblika;
- Slobodom da prepoznamo celinu iz koje je sve što postoji samo jedan deo;
- Slobodom da odbacimo sve velove iluzije, odvojenosti i neznanja.

Spiritualna sloboda je sedmi korak na lestvicama prosvetljenja i biće data onima koji su naučili aspekte:

- Volje i moći;
- Mudrosti;
- Božanske ljubavi;
- Čistote;
- Isceljenja;
- Mira.

JOGA VEČNOG ŽIVOTA

VRIŠVAHAN SAMADI (SORUBA SAMADI)

Leonard Or

Vrhunac joge je besmrtni jogi. Besmrtni jogi je potpuni gospodar (majstor) duha, uma i tela. On može da preživi, i može biti potpuno srećan bez hrane i bez udobnosti civilizacije, koju mnogi ljudi smatraju neophodnom za ljudski opstanak i blagostanje. Besmrtni jogi je slobodan - **potpuno slobodan**.

Onima koji misle o tome - besmrtni jogi je cilj ljudskog postojanja.

Besmrtni jogiji su gospodari zemlje, vazduha, vode i vatre. Oni su gospodari smrti i vremena i prostora. Imaju tela od *svetlosti* koja mogu dematerijalizovati, sa kojima mogu putovati brzinom misli, i koja mogu rematerijalizovati (ponovo materijalizovati). Oni su veliki čovekoljupci. Besmrtni jogiji radije uče primerom nego predavanjem ili pisanjem. Oni su gospodari svojih umova i emocija. Joga vežbe sa kojima ipak dolazi do smrti tela samo su senka joge večnog života, a ipak, joga večnog života i totalno majstorstvo su tako jednostavni. Kada je iskusite, zapitaćete se zašto to sami niste izmislili.

Isus je najbliži primer onoga što zapadnjaci nazivaju besmrtnom jogom. Isus je proveo polovinu svog života u Indiji, učeći sa besmrtnicima. Ipak, njegova služba na Zapadu je trajala samo 3 godine, tako da iza sebe nije ostavio mnogo znanja - izuzimajući *Esensko jevanđelje mira* koje je očigledno napisano nakon Vaskrsa.

Nakon svega onoga što sam mogao da naučim iz Biblije za 22 godine, *Anđeo Gospodnji* mi se ukazao i rekao

mi da idem u Indiju, da učim sa besmrtnicima. 1977. godine sam upoznao svog prvog besmrtnog jogija. Od tada, sam ih upoznao osmoro. Oni moraju da budu bar 300 godina u istom telu da bi me zainteresovali, s obzirom na to da je većina pisaca i učitelja fizičke besmrtnosti već preminula. Fizička besmrtnost nije "na delu" (moglo bi se reći potvrđena), dok osoba ne zadrži telo u dobrom stanju bar 200 godina.

Joga večnog života koja sledi predstavlja glavne odlike, zajednički imenitelj vežbi svih besmrtnika koje sam upoznao. Zapamtite, da glavne odlike nisu intelektualno stimulišuće. To su vežbe (vežbanja, veštine). One nisu nešto što možete naučiti. To je nešto što radite. One su kao voda koja teče zauvek. Vatra koja uvek plamti. Vetar koji se uvek kreće. Zemlja koja se uvek menja i koja uvek hrani. Besmrtni jogiji koji rade ove jednostavne vežbe su uvek budni i živi. Ovo je temelj lične živosti. Fizička besmrtnost je kvalitet života, ne kvantitet.

Ljudsko postojanje koje nema za cilj potpuno majstorstvo mi je nezanimljivo i beznačajno. Može se reći da je učenje besmrtnika moj glavni fokus u životu. Zapanjuje me to da su ljudi zadovoljni sa površnim životom i smrću.

Vrišvahan (vrishvahan) je sanskritska reč koja predstavlja posedovanje besmrtnog, neuništivog tela od *svetlosti*, koje može transfigurirati (preobličiti, preobraziti) ili dematerijalizovati i rematerijalizovati ljudsko telo po volji. Soruba je tamska reč koja znači to isto: posedovanje savršenog ljudskog tela u kome su duh, um i telo potpuno integrisani. Osnovne vežbe koje su opisane ovde, prirodno uključuju i dušu u ovom visokom stadijumu gospodarstva nad telom. Nekim ljudima će biti potrebne decenije vežbanja a drugima nekoliko vekova. Joga večnog života može biti jednostavna, ali nije površna.

Tajne velikih besmrtnih jogija Indije su tako jednos-

tavne i tako očigledne da su ih filozofi prevideli.

Večna *sadhana* Šiva jogija je ugrađena u indijsku kulturu. S obzirom na to da sam rođen u Americi i da sam postao evangelistički hrišćanski učenik, možda je meni bilo lakše nego ljudima rođenim u Indiji da vidim ono što je očigledno. Imao sam tu čast da učim sa **Šiva jogi Goraknath Baba Haidakhanom**. U Bibliji on je poznat kao **Anđeo Gospodnji**, večni ABBA otac u ljudskom obliku, u Gospodnjoj molitvi Isusa. ABBA je reč koja znači otac u grčkom *Novom zavetu*. To je prisni oblik od "baba" u sanskritu. Isus je živio sa Babadijem, *Anđelom Gospodnjim*, devet godina u Indiji.

Vazduh, vatra, voda i zemlja su tajne večnog života. zdravlja i mladosti tela. Mantra joga je tajna mentalnog zdravlja i gospodarstva nad umom i emocijama.

Svako na zapadu ima kućne instalacije i toplu vodu. Kao rezultat toga, normalno je za većinu ljudi da se kupaju dva puta dnevno, a što je i vežba besmrtnih jogija. Shvatio sam da mi je neophodno da se "potopim" bar jedan sat u toplu vodu svakoga dana, da bih se oslobodio negativnog emocionalnog energetskog zagađenja koje se u meni nakupilo kao rezultat učešća u svetu. Topla voda otvara čakre i čisti ih. Hladna voda ih automatski zatvara. Obično svoje kupanje završim tuširanjem hladnom vodom.

Mnogi američki milioneri su svoju mentalnu inspiraciju i energiju za uspeh pronašli upravo pri kupanju u toploj vodi.

U Indiji, svako ko vrednuje večno zdravlje i mladost besmrtnih jogija može zaraditi dovoljno novca da sebi priušti kadu i bojler. Na putovanjima kroz Himalaje, ja koristim plastičnu prostirku i vodu zagrejanu u običnoj metalnoj kofi. Plastičnu prostirku stavim preko kamenja i na taj način pravim kadu. To je veoma jeftin način. Kupanje u toploj vodi vrednujem kao najviši dar duhovne civilizacije. Voda se može

zagrejati na suncu - solarni grejači, ili je možete zagrejati u većem dhuniju.

Najveća tajna večnog života je čišćenje energetskog tela. Svakodnevno kupanje čisti vaše energetsko telo. Voda može očistiti um brže nego što um može očistiti um. Krštenje je hrišćanski simbol čišćenja vodom. Svakodnevno kupanje predstavlja stvarnost ovog simbola.

Iz primera *sadua* (svetog čoveka) u Indiji, koji je živio u dhuniju, naučio sam vrednost čišćenja vatrom. I, naravno, takođe, od milostivog i najvišeg primera Babadija (*Šiva jogi Goraknath od Herakhana*) uspeo sam da ovladam tajnom vatre. Ilija je veliki vatreni jogi Biblije.

Mislim da sam više vrednosti osetio dok sam spavao pored vatre svake noći, kao što to čine sadui, nego od jagne (yagne), ali u to nisam sasvim siguran. Neverovatnu mističnu korist u dubini svoje duše, primio sam svaki put kada sam prisustvovao jagnama (jagna je ceremonija vatre sanskritskih sveštenika). Do sedamdesete godine n.e, religija Biblije je bila bazirana na ceremoniji vatre.

Kada sedimo ili spavamo u blizini otvorenog plamena, tačkovi našeg energetskog tela se okreću kroz plamen, i na taj način se čiste. Emocionalno zagađenje, koje nastaje usled učestvovanja u svetu na taj način sagoreva. Poriv smrti je rastvoren zajedničkim radom vatre i vode pri čišćenju i balansiranju energetskog tela. Čišćenje vatrom i vodom su velike tajne večnog života i mladosti. Vatra i voda hrane telo životnom energijom na isti način na koji to čini i hrana.

Vazduh znači disanje. Mi moramo takođe da naučimo da udišemo energiju na isti način kao što to činimo sa vazduhom - to se zove pranajama. Jednostavna pranajama koju ja upražnjavam, je pranajama tek rođenih beba. Odojčad stapa udisaj i izdisaj u jedno, u kontinualnom ritmu. Spajanje udisaja sa izdisajem je najjednostavnija i najprirodnija pranaja-

ma. To je pranajama večnog života. Baba Goraknath me je takođe naučio da veoma cenim tri naizmenična nosna daha (Verovatno *nadi šodan* pranajama. Prim. ured.), koja se svakodnevno upražnjavaju, da bi se nadiji (energetski kanali) održali čistim.

Ja sam osnovao duhovni pokret 1974. godine u Americi koji se spontano proširio svetom brojeći oko 10 miliona članova, i nazvan je preporođanje (Rebirthing). Rebirthing znači izvođenje pranajame za vreme opuštanja u toploj kupki. To takođe znači odgonetanje ciklusa rođenje - smrt, oslobađanje duše i tela od traume rođenja i poriva smrti. Rebirthing znači postati svesni izraz *večnog duha*. Takođe znači uključivanje našeg fizičkog tela u svesni izraz *večnog duha* i uključivanje našeg fizičkog tela u svesni život *večnog ja* (*Sopstva*). Babadi je jednom ovaj proces nazvao novom jogom. Intuitivno energetsko disanje za vreme kupanja predstavlja veoma visoku i praktičnu jogu.

Zemaljska joga predstavlja gospodarstvo nad hranom, snom i prosperitetom. Osnovne discipline ubrajaju post jednom nedeljno na tečnosti, isprva na mleku ili soku, a zatim unošenje jedino čiste vode u vreme posta, kada to postane moguće. Ustajanje pre svitanja svakog dana i efektivni sistem vežbi su takođe discipline u ovoj jogi.

Biblijski besmrtnici Mojsije, Ilija i Isus su postili bez hrane i vode 40 dana. Joga besmrtnici mogu bez hrane i vode godinama. Vlast nad snom možemo postići tako što ćemo ostati budni za vreme punog meseca onoliko koliko to možemo, i tako što ćemo ustajati pre svitanja. Spavanje je smrt. Prosperitet znači stvaranje ideja, dobra ili usluga (službe) od koristi kako drugima tako i nama. Prosperitet prirodno dolazi onda kada služimo drugima. Od drugih mi dobijamo novac, kada im damo ideje, dobra ili usluge za koje su voljni da plate.

Velika joga, za doba kali juge je karma joga. Sadui ovog doba, pola radnog vremena rade u svetu, a ostatak vremena žive skromno (strogo i jednostavno). Karma joga - celokupni rad - takođe predstavlja jednostavnost. Pravi rad u ovom svetu je dharma - sadana (Dharma predstavlja dužnost ili duhovnu stazu, ono što treba da uradimo za vreme života; sadana je duhovni trening. Prim. ured.). Bog kaže: "Rad je služba božja (obožavanje)". Ali, u svetu mi ne možemo preživeti bez duhovnih vežbi. Ljudi gube velikom brzinom svoje zdravlje i telo u ovom "ludom svetu novca" bez duhovnog čišćenja zemljom, vazduhom, vodom i vatrom. Post, disanje, kupanje i vatra čiste emocionalno i leče fizičko telo.

Kada ne praktikujemo dovoljno duhovnog čišćenja možemo dobiti "guru stomak". Prekomerno emocionalno energetsko zagađenje taloži se u čakri pleksusa solarisa i stvara "guru stomak" koji takođe može biti nazvan i psihičko salo ili emocionalno energetsko zagađenje.

Postoji osam osnovnih vežbi joge večnog života. Sve ove vežbe hrane i čiste našu životnu energiju, dušu, telo i dugu telesne aure.

Disanje (pranajama), vatra, kupanje, majstorstvo ishrane i rad donose gospodarstvo nad telom. Telo je zemlja, vazduh, voda, vatra i um. *Šiva Samhita* kaže: "Energija i misao su prvo stvorile vazduh, zatim vatru, pa vodu i na kraju zemlju."

Mantra joga donosi vrhovnu vlast nad umom. Babadi me je naučio da "OM NAMAH ŠIVAJA" je *maha mantra*. Na hebrejskom mantra je unatrag "java šim omen" (java shim omen). To je moja nepokolebljiva ishrana. Takođe, sam imao koristi i dok sam radio sa drugim mantrama - "bhole baba ki jai, on maha mrjitenjai, jai maha maya ki", (Mantre su napisane bez transkripcije na srpski, jer je njihov pravilan

izgovor najbolje čuti od gurua ili u višem stanju svesti; jai se verovatno izgovara kao dai. Prim. ured.) "om Isuse Hriste, jai Isuse Hriste".

Šesti princip je milost. Milost je kada se naša ljubav prema Bogu susretne sa *Božjom ljubavlju* prema nama. Milost večnog života može da se iskaže kroz sledeću misao: "Ja sam živ sada, stoga moj poriv za životom je jači od mog poriva za smrću". Sve dok budem ojačavao svoje životne porive i slabio svoje porive za smrću nastaviću da živim u zdravlju i mladosti.

Potrebno je da naučimo kako da se odmorimo u Gospodu - našem *Izvoru*.

Vežbe duhovnog pročišćenja čine nas življim ali *milost života* nas čini živima dokle god praktikujemo ove vežbe.

Osmi princip joge večnog života je poštovanje prema svecima. To znači da treba učiti od velikih besmrtnih jogija koji su zadržali svoje telo u zdravlju i mladosti više od 300 godina. Provođenje vremena u društvu sa ovim ljudima je najveća privilegija života. Jedna stvar kojoj nas mogu naučiti jeste ta da pronademo Boga u svakoj osobi, naročito u onim ljudima koji su nam bliski, u našoj porodici i među našim prijateljima.

ARKTURIJANCI - ARKTURIUSOVA PORUKA "VRATA SRCA"

"Pozdravi dragima od *svetlosti*. Arkturius je u vašem skupu. Mi imamo moć da se pomeramo izvan dimenzija i kroz dimenzije, izvan prostora, izvan vremena. To je veoma lako razumeti, zar ne?

Mi smo podelili sa vašim skupom činjenicu da vaše biće zna izražavanje u svim dimenzijama. Vi ste povezani sa *izvorom stvaranja*. Sva bića su rođena kroz vatru, energiju i ljubav *majke/oca Boga tvorca*. U okviru svog razumevanja imate saznanje da niste odvojeni. *Majka/otac Bog stvoritelj* je smešten u okviru vašeg bića, a ne izvan njega.

Vi ste letimično opazili razumevanje, i neki od vas poseduju dublje znanje, da dimenzionalna promena položaja, pristup veličanstvenom delu vašeg ispoljavanja leži u prolazima kroz vrata, koja se nalaze u vama.

Shvatili ste da ste *majstori (gospodari)*, da ste ko-stvaraoci i da u ko-kreaciji, dragi moji, stvaranje dolazi. Vi možete stvoriti iskustvo koje vaše srce želi, putem vašeg fokusa. Jednostavno je, da se svakog dana fokusirate da date sebi, svom fizičkom biću, kupanje, tuširanje unutrašnjim *svetlom*, tako da biste i sami postali *svetlost*.

Razumite prostranstvo svesti. Svest koja sam ja, Arkturius, je individualizovana. Da, ona ima notu znanja, ali to je ista ona svest koja prebiva u prostranstvu *svega onoga što jeste*, koja je takođe isto što i vi.

Prošlo je mnogo vremena otkad se moja svest identifikovala sa našim sunčevim sistemom. To je kao jedan aspekt moga bića koji tako nadgleda, koji rezonira sa energetskim

zracima unutar srca svih u ovom sistemu. To je jedan aspekt moje svesti koji je dovučen do vaše skupine od strane svetlosti *Boga JA JESAM* unutar vaših srca. To je zbog toga što vi imate unutar svojih srca želju za razumevanjem arkturijanskih energija.

Svesnost je tako elastična i njome vlada um, *božanska inteligencija*, koja stanuje unutar. Vi imate sposobnost da se premestite u stanje *sveznanja*. To je aspekt, koji će *svetlost* u vama probuditi, da vam dozvoli da jednostavno promenite položaj svojoj percepciji - svom fokusu - na ovom putovanju gde ćete se ponovo spojiti sa svime onime što priželjkujete... Ako poželite da budete još jednom u *Sirijuskom* sistemu, jednostavno samo se namerite da budete tamo.

To može podsećati na ribara koji zabacuje udicu u prostrane okeane. Upravo je udica ta koja pada najdalje od obale, ali to je upravo i namera ribara koji sam stvara tu mogućnost.

Tako je to i sa pomeranjem vaše svesti kroz galaksije i univerzume ove dimenzije u neku drugu. To je vaša namera i fokus onoga što želite da postignete, onoga gde želite da odete. Postoji aspekt vaše svesti koji će tamo i stići. Taj aspekt je poput udice sa olovcom. Ona (sa olovcom) ima težinu da stigne do mora energije koje počiva tamo gde je usmerite. Moć vaših misli, vašeg fokusa, vaše namere, je šalje da leti kroz prostor i vreme.

Međudimenzionalno putovanje je jednostavno. Prepoznajte sebe kao suštinski multidimenzionalno biće. Vaš čin razmišljanja će pokretati vašu energiju, napred ili nazad. Vi učite da disciplinujete svoje razmišljanje. Možete da mislite da ste ograničeni ili možete misliti da ste neograničeni.

Naš solarni sistem, dragi moji, je sistem *uzvišenih bića*. Sva bića koja se kreću u okviru energetskih polja, koja su poznata kao *Arkturijanski sistem*, su shvatila da je

božanstvenost u njima, shvatila su moć uma da stvori, i štetu koju stvara um pun nečistoća. Kada se kroz disciplinu fokusiramo na čistotu kreativnog izraza *majke/oca Boga tvorca*, onda ćemo se premestiti u stanje uzdignuća (uspenja).

Mi razumemo, da možemo upaliti *svetlost božanstvenog bića* u nama, dozvoliti mu da raste unutar naše ćelijske forme stvarajući novi matriks energije - ono što nazivamo *svetlosno telo* - pretvarajući molekularnu strukturu čvrstog oblika u *svetlost*. To smo radili eonima vremena i to je izazov bića na ovoj ravni, u ovoj tački linearnog vremena.

To je transfiguracija kojoj ste se vi već podvrgli ranije. Unutar vaše ćelijske strukture čuvate saznanje da ste uradili upravo to, kada ste bili bića koja su se hranila iz etera, iz viših ravni, iz *univerzalne sile*, pre nego što se vaša osnova promenila iz silicijumske u ugljenu. A sada vi preokrećete proces. Kada preokrenete proces, još jednom ćete doseći čistotu silicijumske energije.

To je ista supstanca od koje su stvoreni vaši kristali. Bića koja su prelomljena u energetskim zracima, i koja su poznata kao kristali imaju neograničenu moć. To su prenosnici energije (kanali za energiju). Oni osvetljavaju velike gradove. Oni balansiraju energetske zrake velikih gradova u potpunoj harmoniji i poravnanju sa formama misli grupa individualnih iskri svesti i energije, koje postoje u okviru viših sfera, u ispoljavanju i potvrdi *božanske moći*.

A ključ, dragi moji, za vrata viših sfera je jednostavno želja u srcu.

Veoma je interesantno posmatrati vaš planetarni sistem, jer mnogi istražuju nove energije poput fisije i fuzije. Vi stvarate vozila od metala. Znaite da nijedna civilizacija koja radi sa metalnim vozilima još uvek nije shvatila matriks *božanske energije* unutar našeg bića: vozila *svetlosti* - koje ste nazvali Merkabe (Merkabahs) - i moć misli iznad Merkaba.

Njih je stvorila *božanska inteligencija*. Kada se zakačite za unutrašnji matriks energije *božanstvenosti*, dobićete slobodu da pristupite svim dimenzijama i putovaćete slobodno.

Tek kada naučnici počnu da otvaraju vrata *božanstvenosti* u sebi, moći će da stvore vozila od *svetlosti* i da se kreću izvan ograničene tehnologije koju trenutno istražuju.

Darovi su tako jednostavni, ipak predugo ste bili zarobljeni unutar fizičke ravni da ste zaboravili jednostavnost. Zar vam nisu rekli da su deca ta koja će stvoriti nebo i naslediti Zemlju? To se misli simbolično, dragi moji. Ljudski rod treba da prihvati nevinost deteta.

Shvatite jednostavnost kao ključ. Shvatite da je ključ čistota srca, sposobnost da volite bezuslovno jedno drugo. Nauka *više svetlosti* je, prosto, sposobnost pomeranja energije kroz vaše telo, energije *svetlosti* i *ljubavi*, jer će vas ona sama pokrenuti u sledeću dimenziju.

U *Arkturijanskom sistemu* sva bića izgledaju isto. Mi nemamo želju za prepoznavanjem na nivou izgleda, jer smo se uključili u emisiju energije, emisiju signala *svetlosti* i *ljubavi* koje izbijaju iz našeg srca. Mi se ne fokusiramo na fizičku formu, mi samo čitamo šeme energije *svetlosti*, dubinu ljubavi koja stiže iz centra srca. Jer, srce je ulaz u više dimenzije.

Kao i vaš sistem, Arkturijanci nastavljaju da evoluiraju natrag ka celosti njihovog bića. Naš sistem ima 5 dimenzija. Počinje da kreće u visokoj oktavi pete dimenzije koja se graniči sa šestom. Slobodno radimo sa *uzvišenim majstorima* i drugim *bićima svetlosti* koji se kreću u okviru svih drugih dimenzija ispoljavanja. Postoji slobodna komunikacija, telepatika i uz korišćenje jezika svetlosti. Jezici svetlosti su izvan vaših telepatičkih misaonih otisaka. To su jezici koji vam dopuštaju da prepoznate vibraciju zračenja *svetlosti*

svake individualne duše, svake individualne jedinice svesti.

Iz pete dimenzije, krećući se u šestu i sedmu, svest se kreće od individualnog stanja i postaje kolektivna (masovna, grupna) svest, koja radi u jedinstvu i harmoniji izvan individualizacije.

Vaš planetarni sistem je bio jedna od individualizovanih jedinica svesti koja je zarobljena u ograničenu formu i vođena vašim egom i nižim umom. Vi sada počinjete buđenje u neograničenoj prirodi svoga bića.

Kako vaša svest raste, naučićete da radite zajedno u harmoniji - kao individualni instrumenti u orkestru. Ovo je period velike promene za vašu planetu. Vi učite da se uskladite i da harmonizujete svoje energije. Jer, treba pevati pesmu na ovoj Zemlji, i to pesmu harmonije i jedinstva.

Mnogo vremena proveli ste u osuđivanju. "To je jedini način. To je moj način. Moraš raditi po mome, jer ako to ne radiš na moj način, bićeš kažnjen." Nije uspelo, zar ne? Osuđujući jedan drugog stvorili ste samo razdvojenost i bol.

Ovo okupljanje je okupljanje jedinstva srca. Srca koja teže za mirom unutar sebe, i mirom izvan. Srca koja žude da još jednom spoznaju veličinu i neograničenu prirodu vašeg bića.

Vežbali ste odlaske. Često, u noćima, kada ste oslobođeni svojih fizičkih tela, idete u više dimenzije *svetlosti*, u druge planetarne sisteme da biste učili. Kada se vratite u svoja fizička tela, donosite u njih nejasna sećanja sa ovih izleta, i često se osećate kao da ste bili negde drugde. Zaista ste i bili.

Vi postojite u svakoj dimenziji ispoljavanja, i sa svakim dahom možete više i više spoznati Boga u sebi, sve dok se svesno ne stopite sa *božanstvenošću*. Pomoću fokusiranja svojih misli i moći namere možete da se slobodno krećete kroz svaku dimenziju ispoljavanja.

Zar niste znali, dragi moji, da biste prihvatili svoje *uspenje*, sve što treba da uradite je da date instrukciju svom biću uz pomoć moći jedne fokusirane misli? Jednostavno, samo pevajte (mantrajte) sebi svojim srcem, svojom dušom i moći vaše namere da: "*JA SAM uzvišeno biće beskrajne svetlosti i beskrajne ljubavi.*" To je ono što ćete i postati!

Ništa drugo u suštini i ne treba da radite. I zabavno je igrati ove igre, zar ne? To je proces ponovnog otkrivanja. Možda, ipak, neko želi da postavi pitanje, i mi vas pozivamo da to i učinite, dragi moji od *svetlosti*.

KOJE JE VAŠE ISKUSTVO U BILOKACIJI I TELEPORTACIJI?

Bića poput mene nemaju fizičko telo, tako da nema potrebe za bilokacijom ili teleportacijom, jer nama nije potrebna manipulacija molekularnom strukturom. Mi smo imali zadovoljstvo bitisanja u fizičkom otelotvorenju, ali nismo izabrali da u njemu budemo eonima vremena. Našim bićima, našim energetskim poljima se manipuliše samo kroz misao, koja deluje istog momenta.

Jedan aspekt naše svesti postoji u okviru svih atomskih struktura, u okviru celog prostora i vremena, jer smo mi shvatili da smo *sve ono što jeste*, mi smo *energija stvaranja*. Ali, mi možemo, kroz fokusiranu misao, zajedno sakupiti zrake *svetlosne energije*, koje možemo projektovati u oblik i aktivirati znanje unutar bića.

U *Arkturijanskom sistemu* može se uzeti "telo" koje je prilično malo i fino. Kada se mi materijalizujemo u vašoj sferi, možemo poprimiti oblik anđela, ako je to potrebno da bismo ostvarili vezu sa vama. Ali da se vratimo na pitanje, jer smo napravili digresiju.

Vaš fokus, pre nego na postojanje u vašoj multi-dimenzionalnoj prirodi, je na vašoj fizičkoj formi. Vi sada

samo imate sećanje da imate sposobnost da se dematerijalizujete, teleportujete i da niste ograničeni na fizičko telo. Kako menjate vaše energetske matrikse, pa stoga i svoju svesnost, i kako unosite više znanja o vašem neograničenom biću, bićete sposobni da slobodno dolazite i odlazite iz fizičkog tela, bez brige o fizičkoj formi. Ako je vaš fokus ograničen na fizičko telo, on će vas sprečiti.

Vi učite da se možete udaljiti iz fizičkog tela po volji. Ovo su alati i tehnike za promenu položaja svesti, a to je u suštini i bilokacija.

Neka od *svetlosnih bića* na ovoj ravni koja su otelotvorila u sebi *Hristovo ja (Hristovu svest)* noseći ga u prvom planu, su prihvatila ulogu učitelja i oni su "zapalili" srca mnogih.

Mnogi, kada razumeju sposobnost da se kreću iznad fizičkog oblika ne odlučuju da ostanu na ovim zemaljskim područjima pošto nema mnogo toga na zemaljskom planu što nisu iskusili u ovom ili u prethodnim otelovljenjima.

Mnogi, kada započnu ovladavanje nad moći uma da bi izvršili bilokaciju, koriste je da pristupe vratima viših dimenzija izraza (ispoljavanja *jednog*), i da istraže ono što su zaboravili. To je sve.

KADA SE SVETLOST UNOSI, DA LI NAMERA MORA DA BUDE FOKUSIRANA?

Svetlost je neograničena. Svetlost je sila Boga. Otkrio sam, da kada su mnogi od vas započeli ovo ispoljavanje, još uvek priželjkuju da se drže detalja po pitanju kako će se sve manifestovati. Želite da zadržite kontrolu.

Ovo je proces predaje, poverenja. U vašem majstorstvu treba vam samo jasnost fokusa (koncentracije), jasnost namere. Budite jasni o onome šta vi, kao *gospodari (majstori)*, želite da stvorite na ovoj ravni. A zatim očekujte

da se to i desi!

Ako su vaša očekivanja, vaše želje, jednostavno da ponovo probudite Boga u vama, da donesete *svetlost* i *Božju ljubav* u svaku ćeliju vašeg bića, to i naredite! Ne brinite se kako će to biti urađeno. To je urađeno! Kao ko-produkt toga, dragi moj, je preuređenje koje na koji god način da se ostvari - je služi najvišem.

MOŽETE LI NAM OPŠIRNO OPISATI ZNAČENJE USPENJA, PROMENE KROZ KOJE PROLAZIMO?

Uspenje je stanje bića, stanje savršenstva, koje vam daje slobodu da se krećete kroz sva energetska područja svake dimenzije. Uspenje je prihvatanje potpune prirode vašeg *Sebe (pravog ja)*. Tu se radi o ispunjenju *svetlošću*, još jednom. Jer, *svetlost* je aspekt Boga u vama.

Mnoga bića se neprestano *uspinju*. Dok se uspinjete iz jedne dimenzije, vi se uspinjete u drugu. To je kao prelaz iz obdaništa u srednju školu, pa na univerzitet.

I kada diplomirate, naći ćete se ponovo u rukama *božanstvenosti*, kao kompletno ujedinjena tačka svesti koja više nije tačka svesti, jer se izgubila u prostranstvu *svega onoga što jeste*. To je ono što predstavlja diplomiranje. Da li to ima smisla? (Da). Želite li da saznate nešto više o tome?

MOŽETE LI NAM REĆI NEŠTO VIŠE O PROMENAMA KOJE OBUHVATA?

Promene, dragi moj? Četvrta dimenzija, je poslednja dimezija u kojoj ti je potrebno telo - u kome svoju svest nosiš u fizičkoj formi. Kada se pomeriš u energetski matriks pete dimenzije, telo stvaraš po volji. Prošavši od treće ka četvrtoj vrata ti se slobodno otvaraju.

Sada se vi fokusirate na svoju formu u ovoj dimenziji sa svesnošću vrata i pristupa drugim dimenzijama. To će biti

obrnuto kada ste u petoj dimenziji. Tačka fokusa vaše svesti biće u petoj, sa pristupima natrag u četvrtu i treću, dok je vođena vašim srcem, vašim "ugovorima" i vašom službom. Svaka dimenzija ima svoje ugovorene aranžmane sa *BOŽANSKIM JEDNIM*.

A kada ste u petoj dimenziji, počecete da pristupate vratima viših dimenzija. To je nešto što i sada možete učiniti, dragi moji. Mnogi od *uzvišenih majstora* stanuju u sedmoj dimenziji i pristupaju vratima ka natrag kroz različite stvarnosti, usklađujući se sa kolektivnom stvarnošću koju stvara svaka dimenzija.

Kolektivna stvarnost ove dimenzije je bila stvarnost razdvojenosti, osude i disharmonije. To se menja kako više energije i želja u svim srcima dozvoljavaju novi nivo ispoljavanja bića.

U petoj dimenziji, sve se stvara momentalno kroz misao. Ako želite da posetite hram, hram se manifestuje upravo tu. Šta god da pomislite, to se manifestuje. Postoji potreba za disciplinom misli i za univerzalnim prepoznavanjem harmonije. Postoji potreba za ponovnom spoznajom *JA JESAM Pristustva* unutar svih bića i, saglasno tome, potreba za delovanjem tako da se nikome ne naudi. Na toj ravni izraza telo poprimate ako je potrebno, ako to želite. Ne postoji stvar kao što je bilokacija, pošto je dematerijalizacija jednostavni misaoni proces koji se dešava istog trenu.

Postoji energija potpune bezuslovne ljubavi i uzbuđenje i osećaj priznavanja koje je propratno ovom stanju bića. U isto vreme postoji želja da se vidi kako svako *biće* prihvata *Božje JA JESAM*, svakog momenta.

U šestoj dimenziji, nastavljate da budete sve čistije tačke izraza energije stvaranja. Da li je to pomoglo? (Da, hvala ti.)

MOŽETE LI OBJASNITI NEŠTO O RAZLICIMA IZMEĐU FIZIČKE SMRTI, USPENJA I USPENJA SA OVIM TELOM?

Umiranje je zaista "stari šešir" gde dolazimo na svoju ravan ispoljavanja. Mi znamo da smo sami stvorili telo, tako da ga možemo "rastvoriti" ili ponovo stvoriti po volji. Vi postajete vezani za fizičku formu na ovoj ravni jer ne prepoznajete neograničenu prirodu vaše *božanske suštine*, ni sposobnost vaše *božanske suštine*.

Kada biste mogli, dragi moji, uzeli biste telo po volji i ostavili ga po volji. Kada biste želeli da budete plavi skandinavac, mogli biste to i da budete. Kada biste želeli da budete visoki crnac, to biste mogli i da stvorite. Samo iz zabave. Kao kada se presvlačite.

Zbog vašeg verovanja u ograničenje, vi ste prilepljeni tako blizu i tako čvrsto za fizičku formu. Proces rađanja na ovoj ravni je mnogo teži nego proces umiranja. Karmičke posledice, razumevanje ugovorne smrti je jednostavno to...

Neko može biti dovoljno budan da bi shvatio besmrtnost duše, kao vaši budisti. Mnogi budisti osećaju da je fizičko telo nevažno jer je duša večna. Ali, ako u potpunosti prihvatite majstorstvo, onda zašto ne bi energetska polja fizičke forme u kojima se smestila vaša duša, mogla da budu zadržana dok ne završite svoju službu?

Vi ipak možete da se pomerite u višu dimenzionu frekvenciju nakon smrti i dodete do uspenja. To je zato što se kod ovoga plana dešava to, da postoji dovoljno građenje energetske sile koja može odaslati ceo energetski matriks u sledeći nivo. Ovom planu su pripojeni i oni bez tela i oni sa telom.

Uspenje u ovom telu je jednostavno majstorstvo *sada*. Pitanje je razumevanja da li je vaš ugovor da budete ovde neko vreme, zatim zadržite fizičku formu u vrhunskom stanju, a kada ugovor istekne, vaše fizičko telo uznesete u *svet-*

lost. Vi zadržavate njegovu memorijsku šemu, njegov energetski matriks uskladišten u eteričnim sferama i koristite ga po želji.

Majka Marija, koja se prikazuje mnogima, je biće blistave zlatne *svetlosti*. Ona radi sa *andeoskim bićima* i ona je majka *andeoskih bića*. Ona je, ipak, zadržala utisak, lik svog prethodnog otelotvorenja na ovoj ravni, jer je upravo to ono što pokreće srca. Ako bi došla kao kosato, malo zeleno čudovište sa crvenim očima, ljudi ne bi reagovali "Oh, to je Majka Marija" (mnogo smeha), ali kada ona dođe obučena u svoju plavu odoru, sa svojim andeoskim licem svi kažu "Oh, Majko Marija, prepoznajem tvoj lik".

Tako je i sa onim, koga vi, dragi moji, znate kao Gospoda Sanandu. Njegova svest je tako široka. Nije Sananda preuzeo otelotvorenje Isusa, već samo aspekt njegovog bića. On održava vibracije najviše, najfinije frekvencije, tako da je individua poznata kao Isus mogla da se upotrebi kao *sveti gral*, od strane svih *uzvišenih sfera*, da se ostavi "otisak" na vašoj ravni u to vreme i da se prenese poruka.

Ali, Isus je imao svoju individualnu svest. Da li to ima smisla? (Da.) On je, nastavio svoju evoluciju, ali u službi *većeg uzroka - prvog uzroka (Tvorca)*, podržavan od iskre Gospoda Sanande. A kada Gospod Sananda donosi lik Hrista, Gospoda Isusa, on pobuđuje znanje u vašim srcima. Napravili smo digresiju, ali, da li je to dalo odgovor na vaše pitanje? (Da, hvala.)

JA IMAM JOŠ JEDNO PITANJE. KAKO IDEMO KROZ PROMENE U OVOM TRENUTKU - VEĆINA NAS POPRIMA VIŠE SVETLA U SVOJA TELA - OSEĆAMO PONEKAD OBLASTI KOJE DOLAZE U SUKOB, MOŽDA UZNEMIRENOST IZ EGA. MOŽETE LI NAM DATI NEKI PRAKTIČNI SAVET, ŠTA DA RADIMO U TIM TRENUCIMA DA BISMO SPREČILI DA INTELEKT BUDE U KONFLIKTU, I KAKO DA POMIRIMO TE STRANE SEBE?

Samo dozvolite, drago biće, drago dete *svetlosti*. Vi poznajete veliki bol, zar ne? (Da). Ovo telo pamti veliku patnju i bol. Mnoga tela su u istom stanju koje je slično stanju uplašenog deteta. To nije fizičko telo, dragi moj, to je energetsko polje koje je prekriveno emocionalnim telom.

Emocionalno telo ima puno razumevanje i osećanje svakog iskustva u svakom otelotvorenju. Njega vodi um koji radi ruku pod ruku sa egom. Sada ulazi u jedan energetski matriks gde mu je potrebno da napusti kontrolu - gde niži um mora da se stopi sa višom *božanskom ekspresijom*.

Tako da se emocionalno telo i ego osećaju pomalo nesigurnim prema onome što se zbiva, kao da je njihova moć nekako uzurpirana. Samo volite svaki aspekt sebe. A, kada se ovi strahovi skupe, samo programirajte sebe vašim višim znanjem: "Hodam sa sigurnošću. U radosti, u harmoniji, u sigurnosti, sada koračam u nepoznato". Znajte, da je nepoznato takođe poznato, samo možda još uvek nije u vašoj svesnoj banci pamćenja, još uvek u nju nije pušteno.

To je stvar opunomoćenja sebe ljubavlju. Kada se ovi strahovi pojave, priznajte ih momentalno. Znajte da vam je sada data mogućnost da se krećete izvan straha, da ga možete sprečiti kroz znanje da ste široko, neograničeno biće koje voli, da možete hodati bezbedno do svoje *božanstvenosti*. Da li je to pomoglo, dragi moj? (Da, hvala.)

JA IMAM JEDNO PITANJE O VIBRACIJAMA. OD SKORO VEŽBAM HOLISTIČKO PULSIRANJE. ONO ŠTO ME ZANIMA JE, KOJE SU VEĆE DUBINE VIBRACIJA KOJE STVARAMO U TELU I DA LI JE TO DOBRO DA SE RADI?

Dragi moji, šta god da vas *srce* vodi da radite, vi treba to i da radite. Vi ste jedinstveni energetski obrazac i kada sledite to unutrašnje vodstvo ono vam daje, kako bih rekao, novi ukus.

Tako da, ako vam iz unutrašnjeg vodstva dolazi da činite upravo to, to je nešto što treba da prihvatite u svoje energetsko polje. Kada ga prihvatite, to znanje podelite sa drugima koji su privučeni ka vama.

Shvatite da se zbiva zajednički proces, dragi moji od *svetlosti*. Postoji lični razvoj i postoji planetarni razvoj. Vi radite zajedno sa kolektivnim matriksom energije. Tako da, kako menjate sebe, tako menjate i druge.

Pošto ste vođeni da istražite takve stvari, dragi moji, svaki rad koji pročišćava vašu frekvenciju - donoseći više frekvencije - je samo dopuštanje da se otvore vrata svetlosnom telu da se *namesti iznad* vašeg fizičkog tela (da zagospodari njime).

Mnogi od vas imaju blokade u električnom protoku. Te blokade je stvorilo nedozvoljavanje i nerazumevanje potrebe za slobodnim protokom energije i prethodna otelotvorenja bola i patnje.

Ako ste vođeni, dragi moji od *svetlosti*, svojim unutrašnjim pozivom da nešto uradite, znajte da je to dar. To je nešto što će vam dozvoliti da se pročistite još malo, da se još malo poravnate (centrirate, podesite). Ali pazite, sve mora doći iz poziva *unutrašnjeg učitelja*, dragi moji. To mora da bude znanje koje oseća *srce*, pre nego podsticaj od drugih. Tako, dragi moji, možda još jedno pitanje, a zatim pauza.

DA LI MOŽETE DA OBJASNITE NEŠTO O ODNOSU SA ŽIVOTINJAMA I NAŠU ULOGU SA DRUGIM ASPEKTIMA PRIRODE NA OVOJ RAVNI?

U kojoj tački vremena? Možda je to trik pitanje, dragi moj. Shvatite da, kada je čovečanstvo preuzelo otelotvorenje, na ovoj ravni ekspresije milijardama godina pre, to je bilo kao da vam je *majka/otac Bog stvoritelj* dao najveličanstveniji raj.

Ova zemaljska planeta, *majka Gea*, je obilovala svim onim što bi mašta mogla da smisli. Najbolji od svih kreativnih izraza koji su bili stvoreni u drugim planetarnim sistemima su doneti zajedno na ovu ravan - vaše životne forme, vaše životinje, vaše ptice, izrazi prirode - svi su ovde.

Kada su uzeli otelotvorenje i ispunili se energijom na ovoj ravni (u priči koja je veoma komplikovana i nije bitna ovde) ljudima je dato starateljstvo nad tom lepotom izraza i prepoznavanje da svako biće unutar sebe sadrži *iskru božanske energije*, koja, takođe, pulsira kroz vašu pravu suštinu. Ta bića su bila vaša braća, vaše sestre - različiti po obliku, ali vaša braća i sestre. Možda ona nisu imala složenost svih tela koju vi imate, ali su imala životnu snagu, ništa manje.

To je bilo čudesno vreme - vi ste ga zaboravili. Životinje su radile na intuitivnim nivoima povezanih bića zato što su bile srećne u čistoti svojih izraza.

Nesloga sa životinjskim carstvom proistekla je iz ljudskog carstva koje je zlostavljalo, testiralo, štetilo, ubijalo i klalo u ime opstanka. I sada, ako ste razumeli pravu suštinu energije koja vas održava, vi nećete učestvovati u takvim varvarskim delima.

Mi vam ne sudimo, dragi moji. Šta se razvilo na ovoj ravni je takođe deo *božanskog savršenstva*. Vi ste se odvojili od svoje *božanstvenosti* u svom svesnom razumevanju, ali sada možete prihvatiti *božanstvenost* sa radošću u srcu, koju toliko dugo niste osetili. Sve je savršenstvo.

Povezanost koju osećate sa drugim stvorenjima je duboko znanje da one imaju aspekt sebe - ako se ponovo blisko uskladite sa njima, dragi moji - koji se može spojiti sa vašim bićem i dozvoliti vam da budete potpuniji u svom izrazu.

Postoji obostrana razmena energije. Vaše prihvatanje bližnjih stvorenja sa ljubavlju leči energetske matrikse patnje iz prethodnih vremena, i ona, takođe, daju aspekt svoje rezonancije vašem energetskom polju.

Zapamtite, dragi moji, da šta god da ste vođeni da uradite, ako u to verujete, to će vam dozvoliti da budete još veličanstveniji i još lepši nego što ste toga svesni.

Tako, dragi moji od svetlosti, možda je naša poruka jednostavna i ponovljena više puta, jer je ovaj izraz vaše prave suštine jednostavan kao što je i svemoćan. Njegova suština je ljubav. Upravo je suština ljubavi ta koja spaja molekularnu strukturu svih izraza u harmoničnu celinu. Njen aspekt je *uzvišena svetlost*. Tmina može biti voljena od *svetlosti* jer je i nju takođe stvorilo *jedno*.

Volite i poštujujte sve, draga deco *svetlosti*. Vidite *božansku iskru* u svemu. Sledeći put kada osetite osudu ili bes prema svojim bližnjim stvorenjima, pomerite se izvan tog okvira, potražite *iskru božanskog izraza* u njihovim očima i duši, u njihovom srcu. I kada svako od njih vidi da ih gledate očima bezuslovne ljubavi, oni će vam tu ljubav i uzvratiti.

Shvatite da će suština ljubavi doneti promene na ovoj ravni koje su mnogo moćnije nego one koje stvara vaša osuda. Mi volimo i poštujuemo *svetlost Boga* u svima vama. To je Arkturius, dragi moji.

JEDAN PUT

U prvom delu ove knjige, pokušali smo da ispitivanjem prirode energije (prane) objasnimo kako *biće* može da živi od *svetlosti*. Naredna poglavlja će se koncentrisati na praktičnoj primeni tih informacija. Iako je naša prvobitna zainteresovanost za ovo putovanje bila izrazito lična, retrospektivno gledano jasno je da su različite osobe - uključujući i mene - takođe bile zamorčići i pioniri ovog procesa na Zapadu.

Učiti da se bude održavan od prane nije nova vežba. Ona je stara onoliko koliko i Vede. Istraživanje o vremenu Mu (Potopljeni kontinent u oblasti Tihog okeana. Prim. ured.) sugerise nam da su sva bića nekada hranjena iz eteričnih sfera i da smo tek nakon "pada iz *milosti*" počeli da se hranimo iz atmosferskih oblasti. Nama je dato starateljstvo (zaštita) nad kraljevstvima minerala, biljaka i životinja da u ljubavi, poštovanju i miru zajedno živimo sa svima njima. Negde uz put, postali smo manje čisti, manje civilizovani, manje osetljivi i počeli manje da poštujemo.

Meni lično, proces dopuštanja nekome da bude ponovo održavan iz eterskih sfera, predstavlja vraćanje pročišćenju, slavi i časti. Iako ja razumem božansko savršenstvo svega i prepoznajem da je prirodno sve što se dogodilo u evoluciji ljudske vrste u unapred određenom delu našeg putovanja, ja takođe prihvatam ideju življenja života u SADAŠNJEM trenutku do našeg najvišeg potencijala. Meni se dopada ideja dopuštanja slobode izraza svim životnim oblicima: život bez straha ili pretnje da ćete završiti kao nečija večera, ili da ćete

biti bezdušno zaklani. Takođe shvatam da ovo mišljenje ide ispred svoga vremena, imajući u vidu sadašnju kolektivnu svest.

Mogu posvedočiti iz prve ruke, da je koncept hranjenja pranom u začetku, i da predstavlja pretnju zapadnoj kulturi zato što stremljenju obaranju najdubljih verovanja kolektivne svesti Zapada danas. U ovom radu mi doslovno izazivamo ukorenjene ideje poput "Ako ne jedeš, umrećeš." ili "Postoje dve stvari na koje možeš da računaš u životu - svi smo rođeni i svi ćemo umreti." itd.

Prilikom odgovaranja na pitanja novinara iz Hong Konga sećam se da sam osećala da kada bismo bili naučnici u laboratorijama koji traže i usavršavaju lek protiv svetske gladi, bez sumnje bismo imali podršku svetske štampe, vlada, privatnih fondova i još mnogo toga!

Zatim, nakon pronalaska rešenja i uspešnog eksperimentisanja na ljudskim zamorčićima, možda bi nam čak i dali neku prestižnu nagradu, poput Nobelove, za naš pozitivni doprinos društvu i za rešavanje velikog globalnog problema. Dve trećine svetske populacije gladuje ili nema odgovarajuću hranu.

Ipak, mi nismo naučnici. Mi smo samo jednostavne osobe koje slušaju svoje unutrašnje vodstvo i koje istražuju svoj ljudski potencijal pod zastavom "spiritualnosti". Ali, naš uspeh se ne može poreći. Rezultati se mogu dokazati i razgranaće se globalno. O tome se govori u poglavlju *Budući potencijal*.

Koncept i vežbe hranjenja pranom su revolucionarni i zahtevaće od osoba da se svesno upuste stazom samomajstorstva, da bi bili potpuno implementirani i integrisani u društvo kao celina.

Hajde da se tokom nekoliko narednih poglavlja okrenemo mom ličnom istraživanju i putovanju na kome sam bila.

BITI ODRŽAVAN OD PRANE lična priča

Želela bih da opišem proces kome sam izabrala da se podvrgnem da bih mogla biti održavana od prane. Ovaj izbor je veoma ličan i mora se prihvatiti po nalogu sopstvenog srca. Mnogi, sada, neće napraviti taj izbor, ali neki će možda spremno prihvatiti ideju. Bez obzira na individualni izbor, znajte da je moguće da vas održava samo *svetlo* i da je moguće ne uzimati hranu. Znati, a zatim i iskusiti da vas može hraniti i održavati *svetlost* je fascinantno i to je iskustvo koje podiže.

Rane 1993. godine bila mi je predložena mogućnost da se podvrgnem specifičnom procesu "ponovnog dovođenja u red - poravnanja", čije ću detalje opisati kroz naredna poglavlja. Ipak, ja ću morati da pričam sa dva stanovišta: mog razumevanja sada i mog razumevanja tada.

U to vreme samo je šestoro ljudi učestvovalo u procesu širom sveta. On je bio u samom začetku i u pionirskim danima. Informacije ili "kako da...", su primane telepatski i nije bilo nikakvih priručnika ili vodiča, osim "unutrašnjeg znanja" i potvrde da je "prijalo" u srcu svake osobe koja je izabrala ovaj put.

Istorija ovog procesa počinje kasne 1992. u Bajron Beju, u severnom Novom Južnom Velsu u Australiji. U to vreme, jedan broj audio traka su "razmenjivala" društva "Novog doba" (New Age, Nju ejdž) u Australiji. Ove trake su se nazivale trakama *uspenja* i došle su preko "kanala" Erika

Klajnea u Americi. Kasnije sam saznala da su ove trake stvorile i distribuirale *visoke moći* da bi stimulisale masovno buđenje *svetlosnih radnika*.

Iako sam meditirala preko 20 godina jer mi je to olakšavalo život i učinilo ga radosnijim, informacije i energija tih traka dotakle su pesmu duboko u mom srcu i dozvolile mi da letimično vidim mnogo veću sliku.

Mnogi drugi, kao i ja, osetili su moćno priznanje u svojim srcima, kada su čuli ovu poruku i poziv *uspenja*. Nekako smo se povezali i sa entuzijazmom očekivali dalje informacije. Rane 1993. smo primili vest da je žena iz Bajron Beja doživela uspenje.

Ubrzo nakon toga, njen muž je govorio na malom skupu o tome kako se to dogodilo. Izgleda da je ona već dugo vremena bila vidovita i da je počela da prima telepatske poruke *uzvišenih majstora* o specifičnom procesu koji brzo i trajno podiže vibracionu frekvencu bića. Energetska polja njihovih tela bi bila ponovo poređana, da bi dozvolila silazak *višeg ja* i individualno *uspenje* koje to prati.

Kada sam postala svesna ovog procesa, bila sam otvorena, ali rezervisana. Smatrala sam da je vredno istraživanja, a nakon istraživanja i upoznavanja ljudi koji su bili upućeni, odlučila sam da i sama to uradim. Najpre, ja bih očekivala da su ljudi koji odluče da se podvrgnu ovom putovanju razvili rasuđivanje i da su sposobni da prate svoje lično, čisto, unutrašnje vođstvo svakim korakom ovog puta.

Sam proces je bio veoma jednostavan, ali je zahtevao period prethodnog pripremanja kada čovek treba da očisti barem 51 % svog karmičkog duga a takođe i da isceli svoja aurična polja.

Nakon toga, proces izgleda ovako: a) ne piti i ne jesti ništa 7 dana; b) pijuckati vodu ili veoma razvodnjene sokove i odmarati narednih 7 dana, dok se telo ne oporavi od prvih 7

dana; c) odmarati još sedam dana da bi se dopustilo integrisanje energija *višeg ja*.

Sada, šta je bila svrha ovog 21-dnevnog procesa i šta se zapravo dogodilo? Prvo, 3 opsega od po 7 dana su povezani sa svetom geometrijom, sa ličnom potrebom da dobrovoljno posvetimo ovo vreme slobodno i bez prekidanja.

To je bila sveta inicijacija (uvodenje) i značilo je biti počastvovan, a ne površno jurišanje u to. To definitivno nije bio samo proces prestanka uzimanje hrane, već je ovaj proces meni i drugima dozvolio da nas održava jedino prana. Kada je prošao 21 dan, mi više nismo morali da jedemo čvrstu hranu da bismo preživeli. Sada nas u potpunosti održavaju i hrane eterična područja. To je činjenica. Mi smo zdravi, visoko ispunjeni energijom i jeftini za "održavanje"!

Kako su meseci prolazili, osećala sam se sjajno. Moji nivoi energije su bili visoki i pokazivala sam sve znake dobrog zdravlja, ali oni koje ja volim i moji rođaci nisu bili ubedeni u to. Da bih ublažila njihovu brigu, nakon 5 meseci života samo na *tečnoj svetlosti* bez uzimanja vitamina, podvrgla sam se različitim testovima i ne samo da su svi rezultati bili dobri, već sam otkrila da nikada otkad sam odrasla nisam bila takvog zdravlja. Dobre vesti za one koje volim i potpuna potvrda za mene.

Još jedna stvar koju bih želela da spomenem je ta da, kao što je slučaj sa svim začetnicima, ne postoji skala prema kojoj svoj uspeh možete da merite. Svaki put kada sam osetila bilo koju vrstu bola, morala sam u potpunosti da se oslonim na svoje unutrašnje vođstvo, u odnosu na to šta se događa.

Nisam nikako mogla da odem kod lekara ili alternativnog terapeuta i da upitam za savet. Uopšteno govoreći, većina zapadnjačkih lekara, još uvek sporo dolazi do slaganja sa idejom da je većina bolesti prouzrokovana emocionalnim bolestima i lošim izborom "goriva", koji na kraju izazivaju

poremećaj energetskih polja tela pre nego što se to odrazi na fizičko telo. Alternativni terapeuti leče više na holistički način i savetuju izbor sveže hrane, dobre nutricionice vežbe itd. Tako da u oba slučaja, ideja da osoba može da bude održavana samo od *svetlosne energije*, može biti veoma "rastegljiva" zbog njihovog prethodnog učenja i ideja o onome šta je telu potrebno da bi ostalo potpuno zdravo.

Ja sam čak pronašla i ajurvedskog terapeuta koji bi, kako sam ja shvatila, trebalo da bude veoma otvoren prema ovoj ideji zbog svog porekla i učenja. Nakon diskusije o *doša-ma* i otkrivanja da je moja *pita* (U telu predstavlja elemente: vatru i vodu. Prim. ured.) bila 13, *vata* (vazduh i akaša) 14 a *kafa* (zemlja i voda) 15, bila sam dočekana skepticizmom, i rečeno mi je da samo retke individue imaju tako izbalansirane *doše*. Takođe je bilo puno skepticizma na temu da osoba može živeti samo na *svetlosti*.

Nivoi neverovanja koje sam nabrojala u netradicionalnom polju medicine su bili neočekivani. Ipak, shvatila sam da je to, prosto, posledica nedostatka izlaganja. Koliko ljudi koje hrani prana, bi se susrelo sa zapadnjačkim lekarom ili alternativnim terapeutom u njihovom svakodnevnom poslu?

Jednog trenutka ja sam razvila sopstveni sistem, koristeći kineziologiju, da bih pratila telesne promene i koristila ga u spoju sa sopstvenim unutrašnjim vođstvom.

Živimo u društvu, u kome većina ljudi na ideju o nejudenju reaguje neverovatnim neverovanjem i/ili totalnim nedostatkom interesa za podvrgavanje ovom procesu ikada u životu.

Motivacije onih koji su se podvrgli ovom procesu su jedinstvene i variraju u zavisnosti od osobe. Za mene je to bio prirodan korak. Ja sam bila "čistunac" u smislu odabiranja "goriva" za svoje fizičko "vozilo" više od 20 godina. U 2. godini sam odbila da jedem meso, a u vreme kada sam imala

15 godina preuzela sam kontrolu nad svojim potrebama koje se tiču ishrane, postila sam zarad pročišćenja i učila sam da slušam potrebe svoga tela. Shvatila sam da ono govori specifičnim jezikom koji je lako interpretirati. Učila sam o zdravim proteinskim izvorima i eksperimentisala sam. Za mene su *svetlost* i živa hrana postali neophodni i moje telo je odgovaralo pozitivno na njih.

Stvaranje, a zatim i samoizlečenje od raka, takođe su me naučili o uticaju negativnih nerazrešenih emocija na fizičko telo. Prisilila sam sebe da očistim ne samo svoje fizičko telo, već i energetske blokade u emocionalnom telu, i da nanovo poredam i oslobodim ćelijsku memoriju. Zbog izbora svog načina života, meditacije, ishrane i vežbi, tumor je ostao mali i njegov dalji rast je usporen. Ipak, kroz stres, nerazrešena emocionalna pitanja i učenja koja su mi bila potrebna, tumor je bio tu, bio je veoma stvaran i bila su potrebna intenzivna 4 meseca, da bi se on rastvorio i nestao.

Kada sam počela 21-dnevni proces, moj sistem je bio veoma čist. Jela sam supu i voće prethodnih nedelja pošto sam želela da iskusim osećaj ugodnosti. Iz prethodnih postova sam naučila da otpuštanje toksina može da pokrene glavobolje, mučninu, vrtoglavicu, bolove u mišićima i zglobovima itd.

Bila sam motivisana prvenstveno svojom željom za uspenjem, da realizujem svoj pun potencijal dok sam u ovom telu, i da budem čista posuda ili instrument kroz koji će se manifestovati *Božja volja*. Ta motivacija je bila prirodni progres za mene, nakon 20 godina redovnog dnevnog meditiranja i metafizičkog istraživanja. Kroz ove vežbe ja sam uspostavila relativno čisto unutrašnje vođstvo prema onome što je "dobro" za mene i prema svom izboru da se osećam "dobro". Za mene su dobijeni uvidi i znanje bili fenomenalni.

Zbog pripremanja kome sam se podvrgla, kroz prvih 7 dana proletela sam sa visokim nivoima energije. Odmarala sam se, kao što sam i bila vođena, i postavila se na eterično “nakapanje” *tečne svetlosti*, tako da kada sam osećala glad samo sam tražila da se poveća nivo kapanja. To se uvek i dešavalo kako sam tražila, i glad bi se uvek raspršila. Kao i drugi, vodila sam detaljan dnevnik te tri nedelje, kao i u periodu nakon njih, ali moja želja je da jednostavno putem kratke storije prikazem svoju priču kroz koju će drugi shvatiti moć *svetlosti* ili prane da održava i shvatiti usled toga dobijenu slobodu.

Retrospektivno gledano, uvidela sam da 21-dnevni proces, proces velikog čišćenja (tokom prvih 7 dana), lečenja i ponovnog preuređenja (drugih 7 dana) i zatim ispunjavanja višim energijama (tokom 3. nedelje) može podsećati na čišćenje i sterilizaciju stare staklene flaše da bismo je pripremili za ponovno korišćenje i punjenje nekom drugom supstancom.

Moja istraživanja su pokazala da je ovaj proces koji dopušta silazak *višeg ja* u fizičko “vozilo” sličan sa trećom inicijacijom sedmostepenog procesa inicijacije koji je opisao dr Stoun u “Potpunom priručniku uspenja”, a takođe i teosofisti i Alis Bejli.

Unutrašnje vođstvo i istraživanja su nagovestila da zbog razlike u vibracionim frekvencama fizičkog tela (ličnosti), *višeg ja* (duše) i *JA JESAM Prisustva* (monade), sve dok se sistem od 4 tela (fizičko, emocionalno, mentalno i duhovno) ne postavi u savršeno poravnanje, ni duša ni monada ne mogu u potpunosti da se iskažu kroz svoje vozilo na ovoj ravni.

21-dnevni proces “ubrzava” ovo preuređenje da bi dozvolilo stanište duše. Nakon svršetka ovog procesa *više ja* jednostavno zadržava svoj novi dom putem *svetlosne energije*.

je. Iz tog razloga sledi i prestanak potrebe za unošenjem čvrste hrane.

Ovaj 21-dnevni proces vodi majstorstvu (savladavanju) fizičkog tela i, u nekom stepenu, emocionalnog i mentalnog tela, jer je potrebna i emocionalna i mentalna čvrstina da bismo se samo podvrgli procesu. To je korak na “merdevinama uspenja”. Iako nisam postigla potpunu moć u odnosu na moj koncept *uzvišenog bića*, koristi koje su usledile su nemerljive.

Ubrzo sam otkrila da je za mene, kao i za mnoge druge, jelo bilo bazirano na emociji. Nakon godinu dana, iskusila sam jak emocionalni stres zbog iznenadne smrti roditelja. Moji nivoi energije su pali i moje “unutrašnje dete” je želelo da traži utehu u hrani, tako da sam bila u obavezi da nastavim, sa obnovljenim intenzitetom, putovanje čelijskog oslobađanja i reprogramiranja, i prekidanja starih šema.

Kako emocionalno telo sa svake sadašnje tačke služi mentalnom telu - doslovno smo sagrađeni tako da mislimo pa tek onda osećamo - to je vodilo intenziviranju mog naučavanja u majstorstvu uma da bih kreirala realnost koja se kreće čak i iznad svesnosti o hrani.

Naučila sam da mogu da programiram telo da zadrži željenu težinu i da promeni svoj oblik po volji. Naučila sam da moje telo reflektuje moje emocionalno stanje i da moje emocionalno telo odgovara mojim procesima mišljenja.

Takođe sam shvatila da je emocionalno telo poput željnog deteta i samo zato što smo odlučili da nam kuća bude čista od sada (kroz vlast nad umom) ne znači da ne moramo da čistimo emocionalni prtljag od prošlih misaonih procesa, koji se čuva unutar čelijske memorije (ili u “ormarima u potkrovlju”). Unutrašnje prolećno čišćenje je imperativ. Samo tada kuća - naše *biće* - može da bude čisto i da funkcioniše u punom kapacitetu.

Ovaj proces mi je takođe otvorio jedna vrata koja su pročistila moju vibracionu frekvencu do takvog stepena da kanalisanje, izlečenje, vidovitost, bilokacija i stvaranje uz pomoć misli, sada izgledaju relativno laki i prirodni. Naučila sam da volim i poštujem sve aspekte svog bića, da poštujem i volim izbore drugih, da komuniciram slobodno sa različitim *bićima svetlosti* i da se čvrsto povežem sa sopstvenim *JA JESAM*. Moj život je radostan, obilan i svrsishodan. Ja ne samo da znam kako, već i stvaram stvarnost koju želim u životu i moj život je upravo onakav kakav želim da bude.

Od juna 1993. postojim na čaju i vodi, zatim sam radi užitka konzumirala male zalogaje "bele" hrane - faza krompira izazvana dosadom i nedostatkom vlasti nad umom - kao što sam i sporadično grickala čokoladu. Bez obzira na ova udovoljavanja, ja znam, da je jedina stvar koja me održava i hrani *svetlost*.

Nisam anoreksična, imam odlično zdravlje, veoma sam energična i obično mi je potrebno samo dve trećine sna koji mi je nekada bio potreban. Pošto sam napravila ovu promenu, shvatila sam da je moj stav da se bude održavan od prane činjenica. Ipak, mnogima je ta ideja nezamisliva a stvarnost nemoguća. U stvari, ni jedno od toga nije tačno.

Fusnota maja 1996.

U svojim unutrašnjim komunikacijama, ja sam savetovana da je proces kanalisao da bi integrisao *više ja* i da su na ovom stadijumu - tri godine kasnije (1996.) - mnogi već prošli ovo uvođenje (inicijaciju), bilo svesno ili nesvesno u eteričnim sferama. Pošto je *više ja svetlost*, *svetlost* može održavati sve koji su "prošli ovu treću inicijaciju". Ipak, još uvek mnogi ne veruju da mogu jednostavno da prestanu da jedu i da ih može održavati moć namere i očekivanje.

Ovaj proces nastavlja da se nudi i jednostavno će

dozvoliti da se lagano dogodi promena fizičkog tela. Takođe će pomoći u pospešavanju integracije energija *JA JESAM Prisustva* (peta inicijacija).

Veruje se da se u Australiji i Novom Zelandu preko 200 ljudi podvrglo ovom procesu, neki sa određenim razumevanjem *uzvišenih*, drugi samo vođeni vođstvom svojih "vodiča". Bez obzira na lične modele razumevanja i verovanja, jedino verovanje koje je potrebno jeste da kao *svetlosna bića* možemo biti održavani od *svetlosti*. To je jednostavno vlast "uma nad materijom".

Fusnota novembra 1996.

Mnogi su obeležili moj princip i razumevanje ovog putovanja kao "paradigmu uspenja". Zaista je *uzvišeni majstor* Serapis Bej prvobitno kanalisao ovaj 21-dnevni proces "unutrašnjeg uspenja". Ipak, kako je mnogo ljudi zainteresovano za koncept hranjenja pranom, ali sa više nego li dijetetskog stanovišta, to ćemo i opisati u poglavlju "Drugi načini".

PITANJA I ODGOVORI

Ovo poglavlje se bavi pitanjima koja su mi najčešće postavljana nakon podvrgavanja procesu. Takođe je uključen i intervju iz "Bangkok metro magazina" (januar 1997.) koji sadrži pitanja na koja prethodno nije dat odgovor. Ova pitanja takođe predstavljaju i osnovu poglavlja "Putovanje drugih".

ŠTA VAS JE PRIVUKLO KA 21-DNEVNOM PROCESU?

Kada sam čula o ovom procesu u januaru i februaru 1993. informacija je došla do mene u kontekstu da je osoba koja je kanalisala informaciju u stvari bila *uzvišena*. U to vreme mnogi u Australiji su slušali trake uspenja od Erika Klajna (Eric Kliene) i bili ispunjeni onim što bih nazvala "groznicom uspenja".

Mislila sam da ako bih uradila ovaj proces postigla bih uspenje, ali sam uskoro otkrila da je to samo jedna prečaga na lestvici uspenja.

Retrospektivno, to je takođe bio logični naredni korak koji je trebalo da napravim sa tačke gledišta prečišćene ishrane, a i deo moje prirodne duhovne evolucije. Ono što sam čula o procesu, kao i udruživanje sa *uzvišenim majstorima* nakon toga, samo je ubrzalo početak ovog putovanja.

DA LI STE IMALI NEKE NAROČITE IZAZOVE PRE PODVRGAVANJA PROCESU NPR. LIČNE, PORODIČNE, PRIJATELJSKE?

Prvi izazov koji sam imala bio je sopstveni ego.

Sećam se da sam bila ubeđena da ću se *uzvisiti* (doživeti uspenje), a moja trenutna reakcija nakon što mi je u meditaciji bio određen datum početka procesa, bila je “Zašto ja?”, “Šta mene čini tako posebnom?”, “Ja se ne mogu *uzvisiti*, ja nisam vredna takve časti”. To je bila brilijantna lekcija lažne skromnosti.

Bilo mi je rečeno telepatski, da mi propuštamo mnogo životnih prilika kroz ono što *uzvišeni majstori* nazivaju “lažna skromnost”. Naš ego i niži um su toliko dugo kontrolisali naše živote, tako da sama ideja predaje našem *božanstvenom sebi* i uranjanje u *sve ono što jeste*, može biti veoma zastrašujuća, pa često držimo sebe u ograničenju, govoreći da nismo dovoljno vredni.

Drugo, s obzirom na to da sam samohrani roditelj, moja glavna briga je bila, kako da mesec dana odsustvujem sa posla i šta da radim sa svoje dve ćerke tinejdžerke. Osećala sam da moram biti u okruženju maksimalnog spokojsva 21 dan. Obe ove brige predala sam “višim silama”, verovala i shvatila da su se magično pobrinule same za sebe.

KAKO ODRŽAVATE TELESNU TEŽINU?

Verovanje da moramo izgubiti težinu ili da moramo da umremo ako ne uzimamo hranu, je samo to - verovanje. Društvo nam govori da nam je potrebna izbalansirana ishrana, vitamini itd. da bismo bili zdravi, i zbog svojih sistema verovanja, za većinu populacije to je i tačno. Dopuštanje prani da nas održava je povezano sa spiritualnim putovanjem i buđenjem. Posledica toga je da možemo živeti od *svetlosti*.

Fizičko telo je sluga mentalnom telu koje pak služi duhovnom telu. Menjanjem svojih verovanja i ustrojstva uma možemo jednostavno da programiramo sebe da zadržimo željenu težinu i u tome ćemo i uspeti.

U Indiji postoje jogiji sa takvim majstorstvom uma i

komandom nad sopstvenom molekularnom strukturom, da mogu biti živi sahranjeni i nedeljama, ili da mogu popiti otrov bez negativnih posledica po fizičko zdravlje.

Takođe sam odlučila da anoreksični izgled nije dobra reklama za proces, tako da sam svoje telo programirala da dosegne određenu težinu i da se tu stabilizuje. Od tog vremena zadržala sam telesnu masu na 47 - 48 kg, bez obzira na to koliko tečnosti unosim ili koliko često eksperimentišem sa ukusnim zalogajima.

Fusnota marta 1996.

Dok još uvek čujem da drugi gube težinu u ogromnim razmerama, moram da naglasim da je to često posledica sistema verovanja, da ako neko ne jede i ne pije 7 dana, a zatim pije samo vodu, mora da “oslabi”. To nije ispravno verovanje, a upućena i reprogramirana osoba ne treba da uopšte gubi kilažu. Trud da se dobije na težini nakon procesa je mnogo veći nego samo upućivanje “pozadinskih” šema verovanja i na prvom mestu zadržavanje težine!

Najjednostavniji način da se programirate je da zatražite da telo zadrži savršenu težinu koju želi *JA JESAM Prisustvo*.

(Takođe mogu da posvedočim da su se neke osobe podvrgle ovom procesu da bi stavile svoju težinu pod kontrolu, koristeći ovaj proces kao “dijetetsku alatku”, ali koje uopšte nisu izgubile na težini! Integritet, svest i iskrenost su ključne alatke ovog procesa.)

KAKVI SU VAM ENERGETSKI NIVOI, DA LI STE UMORNI?

Moji energetski nivoi su stabilno mnogo viši nego što sam ikada očekivala. Dođu trenuci kada se osećam nešto manje energično i kada se uskladim sa svojim unutrašnjim

vođstvom tada sam obično posavetovana da je to iz razloga preuređenja unutar nekog tela, najčešće emocionalnog.

DA LI VAM JE POTREBNO DOSTA SNA?

Spavam u proseku 4-6 sati noću, a pre mi je bilo potrebno od 8-10. Volim da idem u krevet i da spavam pošto to vreme koristim za trening i rad u drugim sferama i dimenzijama. Iako verujem da bih mogla da eliminišem spavanje, kada sam već izabrala da ne pijem i ne jedem, u ovom trenutku to nije moj izbor.

Fusnota novembra 1996.

Ove godine sam naučila da mogu živeti bez spavanja i to bez štetnih efekata po telo. To mi je dalo jedan novi nivo slobode, a za ljudska bića posjedovanje slobode izbora što se tiče njihove ishrane i spavanja, apsolutno daje moć. Iako smo na Zapadu oduvek uživali u slobodi izbora, u smislu šta, kada i koliko ćemo jesti, pa isto tako i po pitanju sna, ova nova paradigma se sastoji od gospodarstva nad fizičkim vozilom, njegovog ispunjavanja naše volje - a ne od toga da ste vi subjekat njegovih potreba.

Kako vreme prolazi, pronalazim da su moji nivoi energije uporno visoki, a nedostatak energije je prava retkost. Shvatila sam da se lako mogu posvetiti svom radu/obavezama i po 20 sati na dan, pre nego što ću osetiti bilo kakvu želju za spavanjem. Jedna stvar koju moram da naglasim jeste da moja sposobnost da ne spavam, zavisi od tipa energije sa kojom sam usklađena u to vreme. Ako "radim" i ako sam svesno priključena u ono što ja nazivam kosmičko kolo, tada sam toliko ispunjena energijom da uopšte ne osećam potrebu za spavanjem.

A ŠTA JE SA IZLUČIVANJEM I MENSTRUACIJOM?

Nakon 2 godine unošenja samo vode, čaja i malo

razređene supe (u društvu), između avgusta 1995. i januara 1996. eksperimentisala sam sa ukusima. Znala sam da ono što sam grickala nije imalo nikakvu moć održavanja i često je to bio čokoladni keks ili nešto što obiluje ukusom, što nisam konzumirala u prošlosti zbog toga što nije imalo "dovoljnu hranljivu vrednost". Tada je izlučivanje bilo nedeljno.

Kada sam pila maksimalno 3 čaše tečnosti dnevno, izlučivala sam tečnost, a otprilike na svake tri nedelje ono što sam nazivala "zečijim izmetom", što je za mene bilo naročito neprijatno. Bila sam telepatski posavetovana da će, pošto sam živela u gradu, zagađivači i mrtve ćelije dozvoliti ovome da se nastavi. Kasnije sam shvatila da unošenje male količine soka od suvih šljiva jednom nedeljno, ove neznatne stolice čini znatno lakšim.

Što se tiče menstruacije, nakon što sam završila sa rađanjem dece, smatrala sam da bi bilo dobro programirati telo da menstruacije prestanu. Kada to nije uspelo, tražila sam vođstvo *majstora* i bilo mi je rečeno da je redovna menstruacija tradicionalno prihvatljiv znak zdravog tela i da će biti značajno da se nastavi sa ovim ispoljavanjem znaka potpunog zdravlja.

DA LI UZIMATE VITAMINE?

Ne. Jedna od prvih stvari koje sam shvatila, bilo je to da sam morala da se odrekнем ideje da me može hraniti bilo šta osim *svetlosti*. Htela sam u potpunosti da promenim ustrojstvo uma i da verujem u potpunosti da me samo *svetlost* može održavati i zato nisam uzimala vitamine pošto za to nema potrebe. To je bilo teško za mene, s obzirom da sam preko 20 godina bila vegetarijanac i da sam uvek uzimala vitamine, naročito spirulinu i B12. Ako verujete da *svetlost* održava i regeneriše vaše telo, ona će to i raditi.

KAKVE STE FIZIČKE PROMENE PRIMETILI?

Stomak mi se smanjio, metabolizam se usporio, sve dok nisam počela da "grickam" nisam osećala glad (bilo je čudno osetiti glad nakon što se stomak malo raširio). Osećam se veoma lakom, širom, nekako multidimenzionalnijom. Ponekad, kada šetam, osećam da su jedini razlozi na osnovu kojih znam da sam u fizičkom telu, moji tragovi i senka. Neke od ovih stvari mogu biti posledica tekućih upliva energije na planetu, koji takođe utiču na mnoge.

Takođe sam iskusila malo veći gubitak kose pri pranju i češljanju, a to se i kod drugih dešavalo. To je privremena pojava, a stanje se dovodi u normalu za mesec ili malo više.

ŠTA JE BIO VAŠ NAJVEĆI PROBLEM U TOKU OVOG PROCESA?

Morala bih da kažem da je moj izazov bila dosada (želja za ukusom). Gospodarstvo nad fizičkim telom je bilo veoma lako postići zbog moje prošlosti. Zbog mog evropskog vaspitanja i njegovog socijalnog naglaska na hrani i deljenju, suočavanje sa emocionalnom vezanošću za hranu je bilo teže. Dovoljan je jedan pogled na šta i kada ljudi jedu, da bi se videlo da je 90 % jela bazirano na emocionalnim ispoljavanjima, čak je i jelo u društvu vođeno i fizičkim i emocionalnim porivima.

Postizanje vlasti nad mentalnim telom je bilo najteže. Kao i sa svakim prolongiranim "postom", čula postaju enormno istančana. Čula mirisa, dodira, sluha, vida i ukusa se prirodno zadovoljavaju u životu, ali kada prestajemo da jedemo osećaj ukusa se ignoriše.

Drugi na ovoj stazi, su mešali sve vrste aromatičnih pića da bi zadovoljili svoju potrebu za ukusom. S obzirom na to da sam ja ostala na vodi i čaju sa željom da se pomerim

izvan svesnosti o hrani, dosada zbog nedostatka ukusa je postala više nego problem za mene. Verovala sam da će mi uspešno programiranje da se pomerim izvan svesnosti o hrani, takođe dozvoliti da se pomerim izvan dosade.

Interesantno, ali pre nekog vremena sam se preselila i sada imam pristup bazenu. Shvatila sam da kada mi je potrebna "pauza" od posla, radije plivam nego da mislim o pauzi uz čaj, i faktor dosade je oslabio. Nikada nisam shvatila koliko je u društvu duboko ukorenjen običaj pauze uz čaj ili pauze za jelo, bilo da je to jutarnji čaj, ručak, popodnevni čaj, večera ili laki obrok pred spavanje. To su samo navike i umišljene potrebe koje imamo i koje niko ne dovodi u pitanje dok se ne podvrgne nečemu poput ovog.

Pronašla sam da ajurvedska tradicija nudi veličanstveni izbor trava i začina koji u potpunosti zadovoljavaju potrebu za ukusom. To je egzaktna nauka lečenja koja, takođe, povezuje naše receptore ukusa sa organima. Nadam se da ću dalje istraživati o ovoj povezanosti i stanju "dosade" ili želje za ukusom koju svako ko se podvrgne i zadrži na ovom putovanju, iskusi u jednoj njegovoj tački.

Drugi izazov koji mnogi osećaju je osećanje izolovanosti, s obzirom da je mnogo društvenih interakcija u vezi sa hranom. O društvenoj reakciji se govori na kraju knjige jer ona predstavlja veliki problem za mnoge koji se podvrgnu procesu.

KOJE SU NEKE DRUGE KORISTI KOJE PRUŽA ODRŽAVANJE OD SVETLOSTI?

Proces varenja koristi energiju, a kada on više nije potreban ta energija je preusmerena u druge svrhe. Meni je izgledalo da je pospešila ili ubrzala moje telepatske sposobnosti pošto sam počela proces "kanalisanja" mesec dana nakon 21-dnevnog procesa. S obzirom na to da sada radim

veoma blisko i svesno sa *uzvišenim majstorima* nemoguće je razdvojiti šta je uzrok magije koju svakodnevno osećam u svom postojanju.

Meditacija, jako unutrašnje vodstvo, fokusiranje na sopstvenu evoluciju i službu, postojanje na *svetlosti*, sve je to isprepletano. Možda je proces i sve ono što sam naučila o moći uma nad materijom odgovorno za dalje otvaranje vrata ideji fizičke besmrtnosti i za brzo prihvatanje iste. Podvrgavanje procesu ovog tipa nije uslov za uspenje, to je samo ko-produkt, dostupan onima koji ga žele. Koristi koje proizilaze iz povezivanja sa *uzvišenim majstorima* i našim svojstvenim veličanstvenim *JA JESAM Prisustvom* su nemerljive.

Ja upoređujem iskustvo buđenja do naše *božanstvenosti* (mi smo, ipak, mogli da izaberemo da to postignemo) kao priliku da, konačno, igramo sa “velikim momcima” (*uzvišenim majstorima*) koji znaju sve “trikove” i zabavljaju se.

U retrospektivi, 21-dnevni proces je samo način za postizanje vladavine nad 4 niža tela. Iako se najočiglednije manifestuje u fizičkom telu, intenzivni rad zaista počinjemo i na emotivnom i mentalnom telu, dok smo istovremeno vođeni svojim unutrašnjim duhovnim bićem kroz ceo proces.

Bez obzira kako odlučimo da to postignemo, sva bića na ovoj ravni, u ovom vremenu, moraju dovesti sebe do majstorstva i svoja tela do poravnanja (Smisao poravnanja je u tome da postoji potpuna usaglašenost među telima i delovima našeg bića. To znači da namera koja ide od najvišeg nivoa ima potpuno gladak tok sve do fizičkog tela. Znači, ne postoji sukobljavanje između onoga što stvaramo kao ideju, onoga što mislimo, osećamo, a na kraju i onoga što se dešava u fizičkom telu ili što radimo u fizičkom svetu. Prim. ured.). Moja je stvarnost da to više nije stvar izbora, jer je planeta na

određenom pravcu evolucije vođena *božanskim planom*. Što pre dovedemo u poravnanje našu slobodnu volju sa *božanskom voljom*, pre ćemo pronaći sve ono za čime smo tragali.

ISHRANA PRANOM SVETO LIČNO PUTOVANJE

Intervju “Bangkok metro magazina”, januara 1997. god.

ŠTA JE TO TAČNO, KAKO FUNKCIONIŠE, ODAKLE I OD KADA POTIČE?

Ishrana pranom postoji od osvita vremena. Zapisi akaše nam pokazuju da je postojalo vreme kada su sva bića bila održavana od praničnih sila. Ishrana pranom je sposobnost apsorpcije nutrimenata, vitamina i hranljivih materija koje su potrebne da bi se zadržalo zdravo fizičko “vozilo”, uz pomoć univerzalne sile života ili čiji energije. Osobi koja ovo praktikuje nije potrebna hrana. Da biste se hranili pranom morate biti usklađeni instrument koji vežba majstorstvo uma - to je svesno reprogramiranje ćelijske memorije za eliminisanje bilo kog ograničavajućeg ili “nečasnog” verovanja.

KAKO NEKO POSTAJE ONAJ KOJI SE HRANI PRANOM I KOJI SU PREDUSLOVI?

Kao što je već i rečeno, uslov je biti usklađen. Istraživanja su pokazala da ljudska bića imaju sistem od 4 tela (fizičko, emocionalno, mentalno i spiritualno), koja možemo uporediti sa gitarom sa 4 žice. Svaka ima svoje note i kada su usklađene, muzika koja se svira (i život koji se živi) su magični i osoba postaje harmonizovana i bezgranična. Kada ljudi nisu usklađeni - kao i nenaštimovani instrumenti - mogu

iskusiti različite oblike emocionalne, fizičke ili mentalne bolesti. Preduslov da bi se neko hranio pranom je samo želja srca da se bude bezgraničan, da se živi život do maksimalnog potencijala. Tu se radi o dovoljnom poštovanju sebe, da bi se voljno otvorili i istražili uzbudljive mogućnosti. Takođe se odnosi i na to da se bude oduševljen životom. Treba da zadržimo srce ispunjeno radošću i zahvalnošću, a da bismo to uspeli kao poklon nam je dato da istovremeno stvaramo, a takođe i svedočimo o veličanstvenosti stvaranja. Tu se radi i o tome da apsorbuje sve ono što želimo, iz svih dimenzija, kroz ovih 5 fizičkih čula i još 2 prefinjena čula **intuicije** i **znanja**. Život na *svetlosti* je samo jedan prirodni ko-produkt putovanja i iskustva bitisanja kao oduševljenog besprekornog bića.

KOLIKO JE ONIH KOJI SE HRANE PRANOM ŠIROM SVETA I GDE IH MOŽEMO PRONAĆI?

Koliko ja znam, preko 200 ljudi u Južno Pacifičkom regionu je eksperimentisalo sa ovim. Uskoro će biti 4 godine kako sam ja započela ovaj specifični aspekt sopstvenog putovanja i moj trenutni posao je veoma raznolik, ali s obzirom da putujem, čujem priče u vezi sa ovim procesom. Ne znamo imena niti mesta širom sveta i niko nije dokumentovao koliko se proširio. Ipak, sasvim je obična pojava za besmrtnike i jogije u Indiji i na Himalajima da ne jedu, ne spavaju i da menjaju temperaturu svoga tela po volji.

ŠTA SU PREDNOSTI, A ŠTA MANE ŽIVOTA OD SVETLOSTI?

Neke od prvih koristi koje sam osetila su bile neverovatna lakoća bića, osećanje širine, velika ispunjenost energijom, proširenje, multidimenzionalnost. To su karakteristike **božanske iskre unutar** nas, i pošto dozvolimo ovoj

božanskoj bezgraničnoj iskri u nama - i oko nas - da nas održava, mi preuzimamo njene kvalitete. Sećam se prvog dana kada sam osećala kao da više nisam ograničena na fizičku realnost, već sam bila potpuno slobodna: slobodna da biram, slobodna da stvaram, slobodna da učim, istražujem, a onda primenjujem ove nove načine postojanja i mišljenja. Svakoga dana osećam da je život dar, i doslovno zahvaljujem sili stvaranja za radost posedovanja ovog fizičkog iskustva. Izabrala sam da mislim da "JA JESAM SPIRITUALNO BIĆE KOJE IMA LJUDSKA ISKUSTVA". Ja sam sada u zadivljenosti zbog svega toga, jer kada posmatrate sebe kao duhovno biće, onda se ta suština unosi u vas preko *Zakona rezonancije* koji deluje - sa različitim stepenima, u svim poljima - elektromagnetski.

Što se tiče drugih koristi, mnogi su izvestili o povećanim nivoima energije i sposobnostima u lečenju, vidovitosti i jasnoćujnosti (sposobnosti da se čuje na daljinu). Neki su govorili o ponovnom rastu kose i o tome kako im je seda kosa ponovo dobila svoju prirodnu boju. Budite svesni da ovo nema veze sa time da li jedete ili ne, to ima veze sa slobodom izbora. Npr. nijedna ćelija moga tela ne veruje u to da joj je potrebna hrana da bi je održavala ili da bi od nje živela. Znajući, i intelektualno i iskustveno, da imam izbor, ja se ne bojim negativnih posledica u odnosu na to da li ću jesti ili ne. Moja prirodna sklonost (izbor) je da živim na *svetlosti*. Sposobnost da radim upravo to, sada je činjenica, uskladištena u bazu podataka moga pamćenja. Ipak, zbog drugih koji su u ranijim stadijumima ovog putovanja, moja istraživanja i moje deljenje istih se nastavlja, da bi im ovu stazu učinili lakšom. Kako me to više toliko ne zaokuplja - jer je moj fokus na privlačenju pažnje širom sveta na M.A.P.S. (što je objašnjeno kasnije u tekstu), ono što mogu da uradim za one koji će intuitivno izabrati ovo putovanje, je da doprinesem

edukaciji javnosti o pravom ljudskom potencijalu. Nakon toga, potencijalno oslabljujuća energetska polja neverovanja, koja su prouzrokovana strahom i neznanjem, mogu biti transformisana u svetlost razumevanja.

U svojim istraživanjima i putovanjima kroz Južni Pacifik, želela bih da podelim sa vama ideju da *kroz ovaj rad mi predvodimo potencijalno rešenje za glad u svetu. Ovo je stara praksa, zaboravljena od strane modernog industrijalizovanog sveta. Glavni izazov nam je da naša istraživanja pomere ljude izvan njihovog prihvatljivog modela stvarnosti. Kao posledica toga, postoji moćno polje energije neverovanja, koje ima potencijal da uspori našu uspešnu implementaciju ovog programa širom sveta.* Mnogi od nas su dobro istražili i intuitivno, a zatim svesno, učili metafiziku kroz mnoge živote. Dok se sada **sećamo i verujemo ovom znanju**, shvatamo da naš proces mišljenja može pobuditi osećanje nelagodnosti u kolektivnoj svesti. To su oblasti razmatranja u kojima učestvuje viši um sa višim umom. To mogu shvatiti samo oni koji su započeli aktivaciju 4/5 mozga, što je potrebno da bi se razumeli naši ideali i vizije. Iznošenjem ove informacije u javnost, kod mnogih koji uopšte nisu svesno usklađeni sa ritmom reinkarnacije, nadamo se da ćemo posaditi seme nade, ljubavi i radosti u srca svih onih koji osećaju da je ovo realnost koja je zavredila da se zajednički stvara. To nema veze sa jedenjem ili ne jedenjem. U ekonomski razvijenim i industrijalizovanim kulturama radi se o tome da se bude slobodan, da se bude u svojoj moći i da se bira bez straha. Za kulture i zemlje koje muči glad, to se odnosi na oslobađanje od umiranja usled nedostatka fizičke hrane. Nudimo poziv čovečanstvu da izabere da kolektivno stvori model stvarnosti koja manifestuje pozitivnu ličnu i planetarnu transformaciju na način koji poštuje sve životne oblike. Koliko će ovo trajati zavisi od toga koliko srca i umova čuje, ispriča i deluje u

skladu sa ovom porukom.

Naš trenutni fokus je na
ambasadorima M.A.P.S.

(Movement of an Awakened Positive Society)

- Pokreta probuđenog pozitivnog društva -

i moj lični "portfolio" je **bezgranično biće**.

Mi zajedno učimo, razmenjujemo, a zatim zajedno i demonstriramo. Moji bliži saputnici smatraju da je najveća smetnja ovom izboru ekstremna društvena otuđenost koja se javlja zbog toga što većina ljudi u zapadnoj kulturi jede iz zadovoljstva i drugih emocionalno baziranih razloga, a i veoma je mnogo društvenih odnosa fokusirano upravo na jelu. Takođe postoji mali problem sa dosadom usled nedostatka ukusa, kod onih koji su izabrali da ne uživaju u "zalogajima nekog ukusa" radi zadovoljstva. Mnogi od onih koji se hrane pranom su izabrali da, sporadično, zadovolje receptore za ukus - to može biti, jednom mesečno, čokoladni biskvit ili nešto drugo što ih privlači.

Kada znamo i kada smo fizički pokazali da naše celokupno hranjenje dolazi iz viših i finijih frekvencija praničnih energija (što smo nazvali fotonskom energijom), tada dosežemo neverovatno oslobođenje od umišljene potrebe za jelom i možemo se prepustiti svojim receptorima za ukus radi čistog zadovoljstva, a ne zbog potrebe. Još uvek istražujemo dubinu i kompleksnost ljudske psihe i njene povezanosti sa jelom iz emocionalno baziranih razloga, kao i ovog aspekta dosade. Kao što Sai Baba kaže: "Kada imamo gospodarstvo nad čulom ukusa, imamo gospodarstvo nad svim čulima".

DA LI SE JAVLJAJU NEKI PROBLEMI I RIZICI PO ZDRAVLJE ILI RAZNI DEFICITI (GVOŽĐE, B12)?

Nadovezavši se na prethodno pitanje, suština života je

prana. Ako izaberemo, možemo se povezati sa - i biti održavani - silama prane koje obezbeđuju sve vitamine i hranu koja je potrebna da bi se zadržalo besmrtno, samoregenerišuće fizičko telo. Imajući to u vidu, neko može osetiti umor ili dovesti svoje zdravlje u pitanje ili imati probleme samo ako to očekuje, i to bi bio rezultat nemenjanja ćelijskog/mentalnog sistema verovanja i ustrojstva uma. Ja lično, ne bih ovo putovanje preporučila ljudima koji nisu svesno uskladili svoja energetska polja u savršeni ritam, ili koji nisu svesni da mi kreiramo svoju sopstvenu realnost. Da bi ova praksa bila uspešna i bez štetnih efekata, moramo kroz istraživanje poštovati viši intelekt i odbaciti sva ograničavajuća verovanja.

DA LI SE TELO PODVRGAVA NEKIM FIZIOLOŠKIM PROMENAMA?

Ako vežbamo majstorstvo uma sa programiranjem i namerom, oblik svog tela možemo menjati po volji. To je ono što mi nazivamo preoblikovanjem (re-imaging). Posao kojim se mi bavimo sastoji se od aktivacije a zatim i korišćenja 4/5 mozga u kojima se nalazi viša svest. Generalno govoreći, mnoge osobe su previše zarobljene u pitanjima "nižeg uma" koja se tiču opstanka u fizičkoj realnosti, da bi istražili svoj puni ljudski potencijal. Kada savladamo pitanja opstanka, moći ćemo da slobodno istražimo višu svest putem meditacije i drugih drevnih vežbi. Ovaj oblik svesnog usklađivanja dopušta nam da uživamo u bezgraničnom bitisanju.

Fiziološki, hipofiza i epifiza povećavaju svoj kapacitet, a mentalna telepatija postaje normalna za mnoge. Jedna stvar koju bismo voleli da uradimo je da ovaj rad dokumentujemo i na filmu, koristeći naprednu opremu koja je sada dostupna, da bismo prikazali energetska polja itd. uz pomoć uglednih nju ejdž i tradicionalnih terapeuta. To je slično onom

što je Dalaj Lama uradio 1991. godine na Harvardskom univerzitetu. Mi otvoreno tražimo sponzorstvo za ovaj projekat od bilo koje zainteresovane medijske strane.

ŠTA SE DEŠAVA SA ORGANIMA ZA VARENJE? DA LI SE SMANJUJU I KOPNE?

Kada uđemo u telo i pogledamo sa usklađenom unutrašnjom vizijom, svedočimo o protoku energije, poput talasa, koji magnetizuje naše telo. Ovo se događa kao odgovor na našu instrukciju i naredbu silama univerzuma da bismo hranjeni pranom. Prana zatim utiče kroz pore naše kože. To me podseća na proces pomoću koga plavi kitovi "filtriraju" tone vode da bi apsorbivali plankton. Pogledati zatim u organe, kosti i krvotok je čudesno. Ono što ja "vidim" obično je odraz blistavog zdravlja. Ovaj dar unutrašnje "dijagnoze", intuitivnog čitanja energetskih polja, je naše šesto čulo koje je aktivirano. Dijagnoza može varirati u zavisnosti od toga da li neko spaljuje nečistoće na ćelijskom nivou ili ne. Nečistoće su toksično razmišljanje, toksično osećanje i toksično hranjenje.

Brzina metabolizma se menja i stomak se smanjuje pošto više nije uključen u "normalne" digestivne procese. Kontrole, i kod lekara obučavanih prema zvaničnoj medicinskoj praksi, kao i kod terapeuta koji primenjuju alternativne oblike medicine, otkrile su pozitivne rezultate. Jedan izazov povezan sa ovim, je to da mnogi zapadnjački lekari nemaju prethodno iskustvo sa osobama koje su napravile ovaj životni izbor, tako da nemaju skalu prema kojoj bi mogli vršiti upoređivanje. Takođe, uopšteno govoreći, kada uskladimo svoju vibraciju i energetska polja sa ritmom u kome smo sposobni da budemo održavani od prane, mi dalje ne stvaramo bilo kakvu bolest ili nelagodnost u energetskim telima, što bi opravdalo obraćanje "terapeutima" ili lekarima.

Varenje i hranjenje su dve različite stvari. Ako su organi, krv i kosti hranjeni bilo iz eterične (prana) ili fizičke sfere (hrana), oni će zadržati i pokazati potpuno zdravlje i vitalnost. Da biste izvršili delotvornu samodijagnozu, predlažem da prizovete sećanja iz prošlih života kada ste bili dobro obučeni i vežbali u prefinjenoj umetnosti rada sa energijom i kada ste komandovali sa punom svesnošću i lakoćom prilikom prakse energetske dijagnoze. To je samo intuicija koja je usklađena i povezana sa *univerzalnim umom* ili najvišom grupnom svešću. To se nikada ne može pogrešno upotrebiti, jer sebi možemo privući samo vibracije koje odražavaju našu sopstvenu svest.

U najkraćim crtama, organi zadržavaju zdravlje, a zatim se i popravljaju njihove performanse dok se ne stigne do vrhunskog zdravlja, dok vaša opunomoćena svest započinje budan proces majstorstva uma i svesno stvaranje bezgranične stvarnosti. Igra hranjenja pranom je jedna od najmoćnijih za koje znam da dokazuju moć čiste energetske iskre koja nas zaista održava. Bez nje ne bismo imali život. Bez nje ne bismo znali za zadovoljstvo ili radost ili pak bezgraničnost.

Možemo se obratiti **božanskoj iskri** sledećim: "Drago, moćno *JA JESAM Prisustvo**, ja naređujem potpuno gospodarstvo (vlast, majstorstvo) nad svim svojim nižim telima, tako da se sada možeš u potpunosti manifestovati u njima. Ja SADA izražavam kompletnu *božansku magiju* i *gospodarstvo* i *Nebo* u okviru svih sfera - kako gore tako i dole. Neka bude tako!" Kakva divna odluka! Kvalitetni programi i razmišljanja obezbeđuju kvalitetno životno iskustvo.

**Ili božanska sila unutar, unutrašnji učitelj, majka/otac Bog stvoritelj - bilo šta od onoga što želite da koristite.*

ŠTA SE DEŠAVA SA RECEPTORIMA ZA UKUS? DA LI ČEZNETE ZA UKUSOM ILI OSEĆAJEM?

Veliki kamen spoticanja za mnoge koji su se uključili u ovaj pionirski rad je čežnja za aromom i osećajem ukusa. Važno je da to ne poričemo i dok istražujemo obrasce emocionalne energije i emocionalnu zavisnost od hrane možemo na mahove da nastavimo da uživamo u zadovoljstvu ukusa. Ono što smo otkrili je, da kada ljudi prestanu da jedu, postanu željni bilo pikantnog ili jako slatkog ukusa, a takođe mogu fluktuirati između ta dva. Zalogaj željenog ukusa, kada za time čeznu, zadovoljava mnoge, ali mi trenutno koristimo metode reprogramiranja da bismo se pomerili izvan svesnosti o hrani. Naša namera je da ovo bude radosno putovanje a ne putovanje odricanja.

DA LI JE MOGUĆE DA SE PONOVO VRATITE JELU I DA LI POSTOJE PROBLEMI U VEZI SA TIM?

Većina ljudi koja istraži ovo putovanje vraća se ishrani sasvim lako i bez problema usmeravajući lagano svoj povratak ka supi, zatim voću, povrću i na kraju normalnoj ishrani. Ove osobe se vraćaju jelu uglavnom zbog društvenog pritiska i zato što su "umorni" od toga da budu drugačiji. To nije proces ili izbor stila života koji pobuđuje mnoge. Mnogi koji čuju za naš rad smatraju ga ili nemogućim ili upitaju sebe kakav je smisao u bavljenju nečim takvim kada ima toliko zadovoljstva u jelu?

DA LI VAS BRINE DEHIDRATACIJA? ŠTA PIJU ONI KOJI SE HRANE PRANOM, SAMO VODU ILI I UKUSNA PIĆA? ŠTA JE SA KOFEINOM, ALKOHOLOM I DRUGIM STIMULANSIMA?

Postoje ljudi koji izaberu da ne jedu niti da piju, ali većina onih koji se hrane pranom na Zapadu i dalje

zadržavaju druženje uz šolju čaja, da ne bi bili potpuno društveno otuđeni. Većina se ne prepušta alkoholu, jer mogu da osećaju da im se snižava stepen vibracije energetskih polja tela, ili mogu koristiti majstorstvo uma da bi pretvorili u *svetlost* sve ono što ulazi u njihovo telo. Ja lično volim dobru šolju čaja!

KAKO SE ISHRANA PRANOM ODRAŽAVA NA MATERINSTVO? DA LI ŽENA KOJA SE HRANI PRANOM MOŽE IMATI LAKTACIJU?

Ja znam samo jednu ženu koja je rodila dete dok je praktikovala ishranu pranom. Ona nije imala problema sa laktacijom i dete je bilo potpuno zdravo. To je pitanje mentalnog stava. Neophodna je promena ustrojstva uma. Kada u potpunosti shvatimo da hrana dolazi iz univerzalne životne sile, ljudsko fizičko telo ostaje vitalno i zdravo.

DA LI SE NEKO MOŽE HRANITI PRANOM OD ROĐENJA ILI JE POTREBNO DA PROĐE ODREĐEN BROJ GODINA?

Mnoga deca, inkarnirana u svetu danas, nemaju želju za jelom. To je prirodna posledica njihove više vibracije i "svesne svesnosti" svega onoga što su oni.

Što se tiče minimuma u godinama, to bi zavisilo od toga koliko to podržava porodica i društveno okruženje. Na mnogu decu utiču manje svesni odrasli udaljavajući ih od njihove intuitivne sposobnosti, navodeći decu da veruju da oni znaju više samo zato što su odrasli. (U ezoterijskoj misli to je krajnje osporiva ideja.)

DA LI TO UTIČE NA RAST, RAZVOJ I VELIČINU TELA? DA LI OD ONIH KOJI SE HRANE PRANOM POSTOJI NEKO KO JE DEBEO?

Ljudi koji ovo uspešno praktikuju su usklađeni instrumenti i bilo da razvijaju ili već poseduju veliku komandu (vlast) nad svojom molekularnom strukturom, mogu manipulirati oblikom tela po volji kroz reprogramiranje. Telo je biokompjuter, um je softver, a život je otisak ta dva. Ako se nekome ne dopada život, ili neki njegov aspekt, on nanovo napiše softverski program. Kvalitetno razmišljanje donosi kvalitetan život, razmišljanje bez ograničenja donosi bezgraničan život.

Što se tiče pitanja o "debelim", postoje ljudi koji su započeli ovo putovanje sa željom da izgube kilograme. S obzirom na to da je ovo sveto uvođenje za duhovnog ratnika, oni nisu bili sposobni da se zadrže u programu i vratili su se jelu. Namera mora biti čista. Molim vas zapamtite da bilo da se vratite jelu ili ne, uspeh je postignut u stvaranju nove šeme znanja. Čelijska memorija dolazi do iskustva da se može živeti mesecima ili godinama pomoću hranjenja pranom. To se usaduje u čelijsku memoriju i postiže se jedan suptilan moćni nivo slobode.

KAKO SE ISHRANA PRANOM ODRAŽAVA NA SPAVANJE? DA LI SVI KOJI SE HRANE PRANOM MEDITIRAJU? DA LI SU ENERGIČNI?

Većina od onih koji se hrane pranom spava upola od onoga koliko su nekada spavali ili su postigli majstorstvo nad potrebom za spavanjem. Oni spavaju onda kada to žele, obično da bi se, po volji, odvojili od tela i otišli u druga energetska područja. Meditacija je najefektivnija "alatka" za usklađivanje. Ona vam, takođe, dopušta da pristupite bezgraničnoj prirodi *čiste energetske iskre umutar*. Mnogi od onih

koji se hrane pranom su uzivali svoju svest u *večno sada* i izabrali da uobičajeno meditiraju zbog blaženstva postojanja u miru i tišini bez eksternog smetanja koje se često iskusi u brznoj zapadnoj kulturi. Energetski nivoi su fantastični, naročito kada očekujete da oni budu takvi. Zapamtite, ovo je "putovanje uma nad materijom".

KAKO SE ISHRANA PRANOM ODRAŽAVA NA ŽIVOTNA OČEKIVANJA? DA LI JE TO IZVOR MLADOSTI ILI DOLAZI DO STARENJA? KAKO SE ODRAŽAVA NA FIZIČKU LEPUTU?

Ne mogu govoriti u ime svih onih koji se hrane pranom, već mogu govoriti samo iz svog sopstvenog putovanja. U mojoj realnosti, fizička besmrtnost ide ruku pod ruku sa ishranom pranom. Giri Bala iz Indije i Tereza Njuman koja je nosila Hristove stigme su se hranile pranom i obe dostojanstveno ostarile, a Tereza je i umrla. Ishrana pranom ne garantuje fizičku besmrtnost osim ako ne reprogramiramo hipofizu i epifizu da proizvode samo hormone za održavanje života. Da bismo postali fizički besmrtni potrebno je da odbacimo sistem verovanja da moramo da umremo. Mi moramo očistiti svoja tela od svake toksičnosti, bilo da je stvorena mišlju, emocijom ili ishranom. Ovo je staza pročišćenja i postajanja najprefinjenijeg usklađenog instrumenta u *božanskom orkestru* i manifestovanju istog u fizičkoj stvarnosti. Iz tog razloga, pristupanje izvoru mladosti zavisi od ustrojstva uma. Lično, ja sam majstor svog "vozila" - fizičkog tela - i nisam mu rob. Moja je namera da ispunim svoju životnu svrhu i da uznesem telo u *svetlost*, ili da ga se odrekнем kada završim svoj posao, a ne da umrem zbog zapostavljanja ili zloupotrebe fizičkog tela. Ponovo, mali broj ljudi ima šamanske sposobnosti promene oblika i može menjati fizički izgled po volji. Fizička lepota i nije neki uspeh,

vibraciona lepota jeste.

KAKO ISHRANA PRANOM UTIČE NA SEKSUALNI PORIV I SEKSUALNE ODNOSI?

Za mnoge od onih koji se hrane pranom i koji imaju partnera, zajednička vežba je *tantra* ili *taoistički* protok seksualne energije koji pobuđuje i moždane i orgazme celog tela. Svesno vežbanje ovoga, spaja seksualnu energiju (muladara i sakralna čakra tj. svadistana) sa duhovnom energijom (sahasrara i "treće oko") i bezuslovnom energijom ljubavi (čakra srca) preko tehnike mikrokosmičke orbite. (O ovome je pisano u Mantak Čievom radu *Taoističke tajne o ljubavi*; takođe pogledajte i odeljke o seksualnosti u narednim poglavljima).

Drugi mogu izabrati celibat, gde je izbor napravljen ne zbog nedostatka prilike za seksualno izražavanje, već zbog namernog svesnog pretvaranja seksualne životne sile u višu - prečišćeniju - kreativnu vibraciju. Zdravo telo je "seksualno" telo. Seksualna energija se mora pretvoriti u više vibracije ili koristiti bilo kroz rađanje bilo kroz sudelovanje u *tantri*.

DA LI DVOJE KOJI SE HRANE PRANOM MOGU IMATI DETE I DA LI SE TO IKADA DOGODILO?

Da, i da.

DA LI POSTOJI MEĐUNARODNA ORGANIZACIJA ONIH KOJI SE HRANE PRANOM I AKO POSTOJI ŠTA JE NJEN PROGRAM RADA? DA LI JE TO KULT ILI RELIGIOZNI POKRET?

Ne i ne. Lično govoreći, biti onaj koji se hrani pranom je 2 % od onoga što ja jesam, i to je nešto što ja i drugi srećno uvodimo. Zbog potencijalno moćnog, pozitivnog, globalnog razgranjivanja, u odnosu na problem svetske gladi, mi samo

dozvoljavamo ljudima da prisustvuju i iskuse drugi način bitisanja, tako da se mogu osloboditi potrebe za hranom, snom a čak i stega vremena.

Kontrolisanje telesne temperature, kao i nezahtevanje sna ili hrane su ko-produkti postojanja kao bezgraničnog bića i istraživanja svog punog potencijala. Sve ovo praktikuju nebrojeni jogiji. Isus je rekao: "Sve ono što sam ja uradio, možete i vi da uradite, čak i više."

Kao što je pomenuto, ja sam ambasador M.A.P.S. (skraćenica za *Pokret pozitivnog probuđenog društva*). Svi zainteresovani za pozitivnu ličnu i planetarnu transformaciju, za dobrobit svih, više su nego dobrodošli da podrže ovu viziju bez obzira na njihovo religiozno obrazovanje ili pripadnost. Naš bilten "ELRAANIS Voice" je posvećen traganju a zatim i izveštajima o ličnoj i globalnoj blistavosti, bilo da je društvena, ekonomska, edukativna ili politička.

DA LI IMA ČUVENIH MEĐU ONIMA KOJI SE HRANE PRANOM?

Grof Sen Žermen, koji je napisao Šekspirove komade, nije nikada viđen da jede ili pije u javnosti i zadržao je nestareću fizičku formu vekovima. Majstori poput Sai Babe, Babađija i drugih jogija sa Himalaja mogu uzeti hranu koju su im privrženici ponudili iz ljubavi, ali oni ne zahtevaju održavanje putem hrane. Mnogi drugi *spiritualni majstori* su se podvrgli 40-dnevnom osamljivanju bez hrane i vode. Smatra se da je besmrtnik kome se najlakše moglo ući u trag Bhartriđi (Bhartriji), 2000 godina star jogi. Prema Leonardu Oru, osnivaču organizacije preporođanja (Rebirthing) koja broji oko 10 miliona članova širom sveta, Bhartriđijeva konstantna adresa je u jednom ašramu u selu Bhartara, okrug Alvar (Alwar), Radžastan u Indiji.

NEKE KORISTI OD ODRŽAVANJA OD SVETLOSTI:

Što ne potrošite na hranu možete potrošiti na odeću - idealno za devojke!

Veliko "povećanje vremena" pošto se potreba za spavanjem prepolovljuje ili čak nestaje, a takođe i nema više odlaska u prodavnice hrane, spremanja jela, kuvanja ili pranja posuda i čišćenja po kuhinji.

Povećanje vidovnjačke i "jasnoćujne" sposobnosti.

Neverovatna lakoća bića.

Bezgranična energija i još mnogo toga!

Fusnota novembra 1996.

Svesnost tela, reprogramiranje za gospodarenjem nad "vozilom"... Nakon dve godine života isključivo na svetlosti, i dalje sam osećala potrebu za ukusom. Smatrala sam da je važno ne odricati se, već poštovati sve aspekte svojih tela, kako ona idu kroz ovaj "prelazni" proces, tako da sam eksperimentisala.

Ranije me je zabavljala mogućnost da uživam u ukusu a zatim da ispljunem ostatke hrane, jer fizičko telo zaista nije bilo zainteresovano za hranu. Ovu ideju sam odbacila jer je društveno bila potpuno neprihvatljiva. Zamislila sam da glasno žvaćem hranu a zatim i da je ispljunem, kao u stara vremena kada su pljuvačnice bile u modi. Ideja da pljujem sažvakanu hranu izgledala je veoma "necivilizovano", naročito u društvu, a gotovo uvek u društvu emocionalno telo traži društveno udovoljavanje kroz jelo - to je želja "da se bude deo društvene scene", koja se u zapadanoj kulturi često vrti oko hrane!

Eksperimentišući sa ukusom imajući zalogaj "nekoj ukusa", programirajući se da to pretvorim u *svetlost* a zatim i

da isto progutam, intuitivno sam shvatila da sam počela da osećam neku unutrašnju konfuziju.

Sedeći u meditaciji, osetila sam da je moj telesni elemental (telesna svest, elemental fizičkog tela) bio zbunjen. Pošto je hranu uzimao iz sila prane toliko dugo, on je bio zbunjen šta da radi sa malim količinama progutane hrane. Da li da reaktivira proces varenja hrane, ili da nastavi da apsorbuje pranu, ili oba?

S obzirom na to da se proces ne sastoji od toga da li jedete ili ne, već od gospodarenja nad 4 niža tela, tako da ona pozovu **božansko ja**, preuzela sam ulogu majstora i pozvala svoj telesni elemental. Zamislila sam ga kako stoji ispred mene salutirajući kao redov u mojoj armiji! Onda sam mu komandovala:

“Ja naređujem punu pažnju i prisustvo svoje telesne svesti. Ja naređujem da od ovog trenutka apsorbuješ iz praničnih sila sve vitamine, hranljive materije i hranu koja je potrebna da bi se održalo vrhunsko fizičko zdravlje. Činjenica da mogu izabrati da uživam u zalogajima nekog ukusa, je samo stvar emocionalnog tela i nema nikave veze sa tobom!”

Kada je telesni elemental informisan i reprogramiran kako treba, naredila sam elementalu emocionalnog tela da mi se prikaže. Dala sam mu instrukcije:

“Naređujem emocionalnom telu da od ovog momenta pa nadalje, traži da magnetizuje samo osećanja bezuslovne ljubavi i ekstaze u našem prisustvu!”

Zatim sam pozvala mentalno telo i naredila:

“Od ovog momenta tvoj fokus će u potpunosti biti na *univerzalnom umu* i usklađen sa otkucajima srca Boga. Tvoja obaveza je da ostaneš čisto, fokusirano i usklađeno sa *božanskim planom* kako se on razvija.”

Nakon ovog programiranja konfuzija je nestala.

U vezi sa vežbanjem:

Kao i mnogi drugi, primala sam unutrašnje vodstvo da budem u formi, da budem jaka i da razvijam svoju mišićnu strukturu. Sa jedne strane, to je korisno, jer pomaže kada putujete oko sveta i nosite kofere pune knjiga itd. Sa druge strane, što je jače fizičko telo veća je voltaža koja može da prođe kroz njega - kanalisana od strane vašeg **božanskog ja** koje izražava sebe mnogo potpunije u fizičkoj realnosti.

S obzirom na to da mnogi, takođe, koriste moćne programe naređivanja punog manifestovanja svog **božanskog ja** u fizičkoj stvarnosti, ovo je potrebno uraditi bez stvaranja pogrešnog poravnanja ili pregorevanja unutar električnog kola tela. Jako, usklađeno “vozilo” će podržati lako uticanje energije.

Mnoge osobe su takođe vođene da grade mišićnu masu ramena, ruku i vrata. *Majstori* nam govore da je osnova lobanje mesto gde se povezuje fizički nervni sistem i eterični nervni sistem svetlosnog tela. To je tačka usidrenja oba. Anđeli kažu - u svom humoru - da je razlog zašto mnogi osećaju bol između lopatica zato što su im eterična krila “usidrena” u fizičko telo! S obe strane smo, dakle, ohrabreni da ojačavamo naša tela.

JAKO TELO, JAKA VOLTAŽA (VISOKI NAPON).

SPIRITUALNOST I SEKSUALNOST

Jedno od delikatnijih, pa ipak uobičajeno pitanje koje mi je postavljano na putovanjima je pitanje o spiritualnosti i seksualnosti. Ljudi žele da znaju kako se neko ko živi od *svetlosti* odnosi prema tom pitanju i da li su energije seksualnosti kompatibilne sa višim prečišćenim frekvencijama *BOŽANSKOG JEDNOG unutar*. To je stvar koja je za mnoge veoma važna i zato zaslužuje posebno poglavlje.

Ja sam, lično, nakon 21-dnevnog procesa, pronašla sebe na potpuno različitom talasnom ili frekventnom energetskom nivou. Mnoge godine meditacije su kultivisale veliki stepen senzitivnosti na energije. To se, takođe, drastično povećalo nakon procesa. Odjednom sam mogla da vidim energiju ljudi. Bes se, na primer, pojavljivao u vidu crvenih strela ili mačeva koji ističu iz njihovih energetskih polja. U to vreme počela sam da ispitujem, mnogo pomnije, lično pitanje celibata. Moja motivacija je bila u pojačavanju i usmeravanju energije.

Pitanje celibata je lično pitanje. Nakon usklađivanja i daljeg istraživanja, naišla sam na *taoističke* metode koje je opisao Mantak Čia u svojim knjigama "Taoističke tajne o ljubavi - negovanje muške seksualne energije" i "Iscljujuća ljubav kroz Tao - negovanje ženske seksualne energije" koju je napisao zajedno sa svojom ženom Manivan. Preporučujem za čitanje oba teksta onima koji su zainteresovani za nastavak ili razvijanje svoje senzualne spiritualnosti. Iako vežbe mogu izgledati naporne na prvi pogled, relativno ih je lako majstorirati. U naredna dva članka su opisane tehnike koje su, takođe,

jednostavne za primenu i vežbu.

Moja lična odluka da istražim ove puteve je bazirana na činjenici da želim da istražim sve do njihovog najvišeg pozitivnog potencijala, a ovo je bilo nešto što smo moj partner i ja dotakli, ali još uvek ne i u potpunosti zajedno istražili. Kao što Lama iz "Tibetanskih rituala" objašnjavaju, celibat bi trebalo da bude izbor baziran na svesnoj želji da se energetska polja usklade sa naročitom frekvencom a ne kao rezultat nedostatka mogućnosti.

Iako su ljudska bića potpuna unutar sebe, romantična ljubav je jedan aspekt *božanske ljubavi*. Pronalazak večnog izvora ljubavi u sebi, putem povezivanja sa **BOŽANSKIM JEDNIM** je jedno putovanje koje najviše ispunjava, kojim čovečanstvo može krenuti i u kome može uživati. Kada dva bića svesno ujedine energije svog seksualnog, duhovnog i centra srca, i podele ovaj izvor ljubavi i energije bezuslovno jedno sa drugim, to dodaje postojanju još jedan moćni nivo izražavanja.

SEKSUALNOST I SPIRITUALNOST MUŠKA POTENCIJA

Po Eltrajanu

Naredna dva članka su uzeta iz letnjeg izdanja "ELRAANIS Voice-a".

"Na početku ovog komentara treba reći da je Eltrajan muškarac. To je pomenuto da bi se objasnilo naročito ciljanje na muškarce u ovoj diskusiji, koji mogu izvući koristi upotrebom evoluirane i prečišćene verzije celibata. Ovo su stvari o kojima znam iz prve ruke i, iako ne želim da isključujem žene, ženski model je izvan mog direktnog iskustva.

Korišćenje fizičkih tehnika da bi se povećala svest je opravdano i razborito, jer mi svi imamo spiritualno, mentalno, emocionalno i fizičko telo, i kako lanac naredbi potiče u istom redosledu, doprinos koji je moguć od strane fizičkog tela ne bi trebalo da bude potcenjen. Neka iskustva i lekcije su moguće samo na fizičkom stupnju vibracije. Prosvetljenje je stadijum evolucije kada se ova 4 tela sinhronizovano okreću i kada su savršena vozila za *Sopstvo*, individualnu **božansku iskru**, koja koristi iskustvo postojanja na različitim frekvenca-ma obezbeđenim od strane naših tela.

Celibat je tradicionalno definisan kao apstinencija od seksualnih odnosa. Iako mogu postojati muškarci kojima je on primamljiv i za koje je ovo ispravan postupak, bar u nekom vremenskom periodu, celibat za većinu muškaraca ima veoma malu privlačnost. Naglašavam da sa ezoterijske tačke gledišta, intimnost koja se nudi fizičkim, taktilnim i ugodnim deljenjem, koji su deo vođenja ljubavi, naročito onda kada je makar deo ljubavi uključen, je i pozitivna i vred-

na. Negativni aspekt kod muškaraca pri vođenju ljubavi je gubitak, pri ejakulaciji, jednog od njihovih najdragocenijih izvora spiritualnog napretka. Vreme je da gornju izjavu podignemo na viši nivo, bilo da je atletski učinak pogođen odnosom neposredno pre sportskog događaja, i da naglasimo kako ova seksualna suština može biti preusmerena za duhovni razvoj, sa dodatnom prednošću pretvaranja prosečnog ljubavnika u senzualno i seksualno blago.

Kaže se da je primarni izvor energije koji imamo na raspolaganju - seksualna energija. Između 25 i 40 % energije (prane ili čia) koju akumuliramo iz disanja, pića, jela, sunčeve ili mesečeve svetlosti, se koristi da bi se stvorila seksualna energija, koja se fizički kod muškaraca čuva u spermi. Jedna ejakulacija sadrži od 200 - 500 miliona ćelija sperme, a svaka ćelija je potencijalno ljudsko biće.

Izbacivanje semena za telo znači da mora da proizvede novo, a sirovine za to se izvlače iz krvi, koja zauzvrat uzima dragocene elemente iz svakog organa tela, uključujući i mozak. U prosečnom životu muškarca 5000 ejakulacija uključuje 15 litara semene tečnosti. 200 - 500 miliona ćelija sperme u svakoj ejakulaciji je dovoljna količina da bi čovek u toku svog života generisao 200 puta trenutnu populaciju Zemlje. To je enormni rezervoar energije, i priroda nije toliko ekstravagantna ili rasipna, da primenjuje tako veliku proporciju energije samo da bi se stvorilo nekoliko dece u toku jednog životnog veka.

Moguće je da muškarac doživi orgazam uz malo ili bez ejakulacije, kao što su i demonstrirali Tao *majstori*, ne odričući se užitaka fizičkog odnosa, ali zadržavajući seksualnu energiju.

Vođenje ljubavi pomaže u popravljajući debalansa u hemiji tela. Stimulacijom lučenja seksualnih hormona takođe se stimuliše lučenje hormona koje izlučuju druge velike

žlezde: nadbubrežne, grudna, štitasta, hipofiza i epifiza.

Vežba čuvanja i transformacije muške seksualne energije pomaže unutrašnjoj ravnoteži sistema ljudske energije. Testisi su povezani sa hipofizom u muškom hormonalnom sistemu i oni zajedno rade na transformaciji seksualne energije. Hipofiza reguliše aktivnosti drugih žlezda. U testisima se proizvode i sperma i muški hormoni, i kada nema ejakulacije ti muški hormoni idu u krvotok i raznose se po čitavom telu.

Koristi čuvanja seksualne energije su znatne. Prvi zahtev za primenu ovoga je da muškarac razume ponuđene prednosti i da shvati da tu nema bilo kakvog gubitka intimnosti i zadovoljstva. U stvari, upravo je suprotno jer se dešava povećanje i intimnosti i zadovoljstva, ali za mnoge muškarce ovo zahteva promenu u ustrojstvu uma po pitanju toga šta vođenje ljubavi iziskuje.

Da bi se razumelo kako doprineti prosvetljenom stanju svesti korišćenjem seksualne energije, neophodno je razumevanje istančanih puteva energije tela. Dok se vodi ljubav, a naročito u tački muškog orgazma, struje eterične energije, obično samo mali deo ukupno potrošene, s obzirom na to da je najveći deo ejakuliran, putuju iz prve čakre, koja se nalazi u osnovi kičme, nagore centralnim nervnim sistemom duž kičme do hipofize u glavi. To su primetili vidoviti ljudi, naročito pod uticajem eteričnih pumpi koje se nalaze u donjem delu leđa i u zadnjoj strani vrata. Ove eterične pumpe treba vizualizovati za vreme vođenja ljubavi jer se na taj način one kontrolišu mnogo efektivnije.

Tao tehnika za preusmeravanje seksualne energije se tradicionalno naziva "veliko uvlačenje". Kao što se iz imena da zaključiti, ono se sastoji od povlačenja natrag oslobođene seksualne energije i njenog preusmeravanja nagore duž kičme do glave. To je primarna tantrička procedura. Seme se može zadržati, tj. njegovo izbacivanje prilikom orgazma se može

kontrolisati, jer su mišići koji su uključeni u njegovo zadržavanje isti oni mišići koji se koriste kada muškarac hoće da prekine tok mokraće prilikom uriniranja. Ova vežba prestanka i ponovnog puštanja protoka u toku uriniranja je jednostavna i efektivna metoda identifikacije i postizanja neophodne fizičke kontrole mišića i veoma je preporučljiva.

Samo će se kroz vežbu razviti muška sposobnost zadržavanja. Povećanje seksualne potencije koje će uslediti, biće veoma uočljivo, i žene treba unapred upozoriti da će tokom odnosa biti suočene sa seksualnim "dinamom" sa velikim libidom, neverovatnim kapacitetom i progresivnim povećanjem istančanosti i senzualnosti.

Pročišćenje energetskog toka se dešava kada muškarac uvuče energiju u svoj mozak i zatim kompletira ciklus dodirivanjem nepca vrhom jezika i dozvoljavajući energiji da prođe na dole prednjim delom tela natrag do prve čakre, a zatim ponovo uz leđa, kružnim tokom. Slično preusmeravanje energije mogu primenjivati i žene. Dalje, energija može biti preusmerena u krugu koji "ide" uz vaša leđa a zatim niz prednji deo tela partnera, potom opet uz vaša leđa i oko vašeg tela, formirajući oblik osmice i proizvodeći izvanredno iskustvo koje je stvoreno podeljenom energetskom šemom.

Nakon toga, muškarac novog doba može opravdano težiti da bude moderni Tao *majstor*. Kvalitet pažnje i fokusa koji primenite, odrediće vaš stepen uspeha. Biti srećne ruke sa novcem je druga priča, ali ako prihvatite prefinjeni celibat zadržavanja i preusmeravanja seksualne energije, onda je za vas izvesna sreća u ljubavi."

SEKSUALNOST I SPIRITUALNOST ŽENSKA POTENCIJA

"Sledeći iskustva muškaraca dolazimo i do iskustva žena. Razlika u tehnikama je primarno anatomska, a sekundarno ona uključuje dodatno istančano fino usklađivanje. Prvo, seksualna energija se mora sakupiti iz ženskih reproduktivnih organa u kojima je uskladištena, i iz prve i druge čakre. Zatim se energija mora pomeriti nagore kroz kičmene pumpe da bi se kompletiralo kolo - kao što je i Eltrajan opisao. Ovo se naziva "mikrokosmička orbita". (Detaljno objašnjenje otvaranja mikrokosmičke orbite, što je osnova za savršeno zdravlje, transformaciju seksualne energije i viši duhovni razvoj, se nalazi u knjizi *Probudite isceljujuću energiju kroz Tao* koju je napisao Mantak Čia. Prim. ured.) Drugo, kada je energija pomerena u mozak i kada su jezik i nepce povezani, onda preporučujemo otvaranje čakre srca i odatle energija bezuslovne ljubavi treba da se stopi sa tokom odozgo koji se kreće niz prednji deo tela nadole kako bi se kompletiralo energetsko kolo.

Ova tehnika uzima seksualnu energiju, pomera je u više duhovne centre sahashare i čione čakre, a onda dodaje vibraciju bezuslovne ljubavi, da bi se trojstvo kompletiralo. Ovo mešanje seksualne, duhovne i energije ljubavi stvara enormnu potenciju koja može zatim biti kanalisana u vašeg partnera, uz njegovu kičmu, tako stvarajući simbol beskonačnosti u energetskoj stazi.

Kao i sa svime, vežba, namera i koncentracija su uslovi da bi se osetile ove koristi koje - iako istančane - postaju vremenom veoma moćne. Glavna razlika između tantričke i taoističke vežbe je ta da tantra koristi više ritual, dok se Tao fokusira više na protok energije. Oba su moćni alati za

dovođenje seksualnog iskustva u duhovno.

Mnogi vežbači tantričkih i taoističkih seksualnih vežbi pričaju o sledećim promenama:

- Dubokom osećaju povezanosti sa partnerom, osećanju kao da ste jedno (ovo je rezultat deljenja protoka energije i svesnog usmeravanja svojeg protoka kroz tela oboje, voljom i namerom);
- Poboljšanom zdravlju i vitalnosti. Prema Mantak Čievoj knjizi "Taoističke tajne o ljubavi - kultivisanje muške seksualne energije", tibetanske Lame smatraju da "rasipanje semena" izvlači životnu silu iz tela, dovodeći na taj način do preranog starenja, ćelavosti i smrti;
- Mogućnosti doživljavanja višestrukih orgazama mozga i celog tela;
- Povećanju kapaciteta i dužine odnosa, i radosti prilikom spajanja;
- Fizičkoj besmrtnosti i regeneraciji organa putem preusmeravanja i reapsorpcije "životno dajućih" osobina semena i jajne ćelije;
- Telepatskoj povezanosti sa svojim partnerom;
- Da žene mogu kontrolisati menstrualni ciklus radi kontracepcije i mogu ga zaustaviti i započeti po volji;
- I mnogo toga još.

Takođe je preporučljivo, uz vežbe navedene gore u tekstu, korišćenje mantre ili programa "SEKS, DUH I LJUBAV DONOSE RAVNOTEŽU". To treba da se ponavlja dok osoba stvara energiju u perineumu, zatim je pomera uz osnovu same kičme (*kundalini* oblast) uz naredbu "SEKS"; onda uz kičmu uz naredbu "DUH" kad uđe u sahasrara čakru; potom koristi naredbu "LJUBAV" kada uđe u srce; i konačno

naredbu "RAVNOTEŽA" kada dosegne ponovo područje perineuma. Možete usmeravati balansiranu energiju u vašeg partnera (i oko vašeg tela ako ste sami) kao u mikrokosmičkoj orbiti i koristiti iste naredbe - "SEKS, DUH I LJUBAV DONOSE RAVNOTEŽU". Ova mantra daje lakoću vežbi, jer umesto zamišljanja pumpanja energije uz kičmu, možete narediti da ona teče u određena područja sa namerom da pomešate seksualnu, duhovnu i energiju bezuslovne ljubavi da biste uspostavili ravnotežu.

Ova tehnika se može koristiti bilo da vaš partner želi da to svesno sa vama praktikuje ili ne. Samo idite kroz vizualizaciju energetskog protoka i koristite mantru dok osećate kako se energije grade (sakupljaju) i dopustite im da ulaze u telo vašeg partnera kada se osećate vođenim da to uradite. To će i tada dovesti do mešanja vaših energija donoseći čistu ravnotežu jin/jang energija unutar oba bića.

Često, prilikom svojih putovanja, čula sam žene kako otkrivaju svoju želju da spoje svoju seksualnost sa spiritualnošću kada su u vezi. Tantra ili Tao vežbe se danas veoma rasprostranjeno koriste od strane mnogih i to sa velikim rezultatima, i idealne su za postizanje ovog spajanja, usmeravanja i pročišćavanja energetskog toka.

Zbog prostorne ograničenosti, mi ne možemo ovde previše "kopati" po ovoj drevnoj praksi, ali ja preporučujem svima koji su zainteresovani knjigu "Iseljujuća ljubav kroz Tao - kultivisanje ženske seksualne energije" koju su napisali Mantak Čia i Manivan Čia, kao i njen pandan o negovanju muške seksualne energije. Vi ne morate biti u vezi da biste vežbali ove tehnike ili da biste osetili koristi od ovog majstorstva. Zajedno sa dovršavanjem prošlih veza, sećenjem psihičkih i ćelijskih memorijskih čvorova itd. ove tehnike su čudesne za ponovno dobijanje vlasti nad 4 niža tela i stvaranje svetog odnosa."

PUTOVANJA DRUGIH

Ovo poglavlje govori o iskustvima drugih osoba koje nisu ni veliki *sveci* ni *majstori*, već obični ljudi koji žive u zapadnoj kulturi i koji su pioniri ovog novog načina postojanja ili kao što neki kažu "ponovnog otkrivanja kakvi smo nekada bili".

Rouz Viterau (Rose Witherow) iz Melburna, Australija, podvrgla se procesu novembra 1994. "Ja sam bila privučena mogućnošću nevezanosti, smrti ega, smrti starih demodiranih sistema verovanja. Želela sam da se povežem sa svojim *višim ja* i da krenem ka jedinstvu jednoga i svega".

Utvrdjući : "Ja dišem (živim), imam poverenje, verujem (znam), da sam baš onakva kakva treba da budem", Rouz je stabilizovala svoju telesnu masu septembra 1995. (posle gubitka 13 kg). Njeni nivoi energije su ostali neprestano visoki, a njena potreba za snom je spala sa 8 - 9 na 4 - 6 časova po noći. Ne uzimajući vitamine, Rouz je pila 4 - 5 kafa ili čajeva dnevno, a ponekad, zarad ukusa, je uzimala laku supu i sladoled.

Sa emotivnog nivoa Rouz sa nama deli: "Mnogo sam manje osetljiva i mogu da "otpustim" vezanosti mnogo lakše. Srećnija sam, čistija i opuštenija. Imam više srca. Takođe imam više mentalne snage. U stvari moram da se disciplinujem da slušam kada bi trebalo da se odmaram." I duhovno: "Mnogo sam mirnija i srećnija, imam više poverenja u spiritalno i više se spiritalno otvaram. Osećam mnogo više ljubavi (a manje osude) prema drugima."

Šarmejn Harli (Charmaine Harley) iz Adelaide, koja je

obezbedila upitnik i pojedine detalje za neka naredna poglavlja, je podelila sa nama da je podvrgavanje procesu juna 1994. "izgledalo da rezonira sa mojim srcem, osećajući se kao da idem kući".

Ona kaže: "Energija je velika. Obično se ne osećam umornom sve do kasno u noć. Ova nova energija je viša, ravnija, neutralna. Ako se ikada osećam slabije, odmorim se na par minuta, zatražim pomoć i sve je ponovo u redu." Šarmejn takođe ne uzima vitamine, uglavnom pije čaj i kafu, a kada je u društvu može da pojede malo supe.

Na fizičkom nivou ona je iskusila promenu težine, novi oblik tela, kičmeno poravnanje (strukturnu usklađenost), novi stav, drugačiji način hoda, telo oslobođeno bolova i više nije imala modrica. Sa više mentalne jasnoće, Šarmejn kaže da se na emocionalnom nivou ona oseća neutralnije i objektivnije (nevezano). Kada oseti emociju, to traje veoma kratko i brzo se izbistri. Što se tiče spiritualnog nivoa, ona kaže: "Sposobna sam da se više koncentrišem i povezujem, unutrašnje znanje je jako, osećam mir i snagu."

Najveći problem za Šarmejn je nastao nakon procesa: "Osećanje odvojenosti, osećanje udaljavanja jer nisam razmišljala kao i svako drugi."

Fusnota oktobra 1997.

Ideja hranjenja pranom (i M.A.P.S. program rada) je doneta u više od 11 zemalja širom sveta. Naročito je dobro prihvaćena u Nemačkoj i drugim delovima Evrope, sa mnogim usklađenim individuama koje ovo osećaju kao svoj naredni korak.

Uzvišena bića mi kažu da su se hiljade osoba do sada podvrgle ovom procesu širom sveta. Ljudi me neprestano zovu i pitaju gde se mogu podvrći procesu, a za kontakte sa

istomišljenicima još uvek nije otvoren nikakav "klub" ili mreža. S obzirom da je to veoma individualna inicijacija, obično su oni koji su privučeni da je urade "ratničkog kova" i veruju svom unutrašnjem vođstvu. To nije tip ljudi kojima su potrebne grupe za podržavanje. Oni znaju da je najmoćnija takva grupa JA JESAM Prisustvo unutar njih.

Ono što smo bili vođeni da uradimo je da otvorimo web sajt www.selfempowermentacademy.com.au i www.jasmuheen.com koji imaju Living on Light forume za kontakt i diskusiju o ovom procesu, kao i detaljne informacije o našem radu i hranjenju pranom. Bilo ko na svetu sada može u nekom web pretraživaču ukucati reči "pranic nourishment" i otkriti naš sajt.

Dodatak aprila 2002.

PRANA

TAJANSTVENI "GRADITELJSKI KAMEN" UNIVERZUMA

Gerd Lange

Ono što su indijski mudraci pre više hiljada godina nazvali "prana", stari Kinezi su nazivali "či" ili "ki", a druidi "od" ili "id". Zajedničko je mišljenje da je prana životna sila ali previše "mala" ili eterična da bi je registrovao bilo koji instrument ili uređaj za merenje koji je do danas izmišljen.

Moderna nauka je otkrila da svet koji tako čvrsto izgleda, vibrira u večnom plesu atoma koji se okreću. Oni se, zauzvrat, sastoje od još manjih i manjih čestica, koje se konačno pokazuju kao čista energija (prana) zgusnuta u različitim talasicićima i skupljena da bi formirala materiju.

Uopšteno, postoje dve stvari koje mi unosimo kada dišemo. Jedna je vazduh, a druga je prana, čista životna energija (životna sila, sila života) koja je bitnija za naše postojanje nego li vazduh. Ako odstranite vazduh, ostaje vam još par minuta pre nego što umrete; ako ne uzimate vodu, mnogo više; ako ne jedete, još vam mnogo više vremena ostaje, ali ako prekinete dotok prane iz duha, smrt je trenutna. Dakle, uzimanje prane disanjem je apsolutno presudno za održavanje našeg života (Ovo važi sve dok ne dodemo do stanja nadsvesti, kada nam disanje više nije potrebno jer uzimamo životnu silu direktno iz Sopstva, bez ikakvog posrednika kao što je kiseonik. Prim. ured.).

Prana nije samo u vazduhu, ona je svugde. Ne postoji ni jedno mesto gde nema prane; ona čak postoji u vakuumu ili

praznini. Ništa ne postoji bez prane, ni ono što nazivamo živim ni ono što nazivamo neživim. Prana je najsitniji, najprefinjeniji minijturni gradivni blok života. Ona je suptilnija od najsuptilnijih energija koje stvaraju i održavaju sve što postoji (fizičku materiju, misli, osećanja...). Prana je, po mom mišljenju, višedimenzionalna kreativna (stvaralačka) energija koja je neodvojivo povezana sa duhom, Bogom ili stvoriteljskom energijom.

Uvek sam se interesovao za pranu i njen duhovni kapacitet. Baveći se "preporadanjem" (Rebirthing) mnogo godina, otkrio sam da zapanjujuće dejstvo koje sam kontinualno osećao prilikom "disanja", prosto ne može da bude prouzrokovano samo kiseonikom akumuliranim u sesiji ili mojim vodstvom. Izgleda da je uvek postojala jedna unutrašnja inteligencija koja mi je neporecivo nagoveštavala vezu sa *božanskim*.

Šta se u stvari dešava prilikom disanja? Čovek je komplikovan energetski sistem od "naslagana" četiri tela - fizičkog, emocionalnog, mentalnog i duhovnog (spiritualnog) - koja su napravljena od prane u različitim stepenima zgušnjavanja (različite talasne dužine ili vibracioni harmonici). Svako od ovih tela je jedno polje elektromagnetne energije u obliku "mrežnog" sistema, koji rezonira na određenoj frekvenciji, što je slično sa memorijom elektronskog kompjutera. Svako od ovih tela funkcioniše na različitom nivou i izvodi vitalne životne interakcije, kao što su obrađivanje informacija, čuvanje podataka u memoriji i mnoštvo drugih funkcija. Četiri tela su povezana preko sistema čakri.

Ako su neuređene (prilikom šoka, traume, emotivnog udara) ove mreže skupljaju zgusnute suptilne energije (potisnuta osećanja, nefunkcionalne misaone šeme, itd.) umesto da ih puste da prođu. Ove neprerađene energije se "zaglave" u sistemu. Prolazeći kroz slojeve, misli se "zgušnjavaju" u

emocije, emocije u fizičke osećaje i konačno dolazi do "očvršćavanja" u fizičke simptome - bolesti.

Svesno disanje sa namerom povećava sadržaj prane u četiri sloja mrežnog sistema. Akumuliranje prane u telima pomaže da preuredimo rešetke energizujući ih, što povećava njihove vibracione frekvencije. To zauzvrat izaziva da sva četiri mrežna sistema istovremeno rezoniraju u višoj frekvenciji. Oni tada automatski pokušavaju da dostignu stanje jedinstva, ravnoteže. Kroz preuređenje, "zaglavljene" zgusnute energije bivaju oslobođene, a zatim i "oprane" slobodnim praničnim tokom da bi se transportovale do elektromagnetne površine (svesti). Ovde se one prerađuju ponovnim iskustvom i oslobađaju kao misli, emocije ili osećaji. Ovo ostavlja vaš sistem čistijim, uređenijim i povezanim.

Kao što smo utvrdili ranije, prana je u svemu i sve se sastoji od prane. Bog (*Izvor, stvaralački princip*) je po definiciji takođe sve i sve se sastoji od i kroz njega/nje/toga. Zbog toga je meni jasno da prana mora da je božanske prirode i mora da ima direktnu vezu sa *Izvorom*.

Pošto je prana čisti duh, "disač" se obično prilikom disanja povezuje sa *Izvorom* preko duhovnog tela. Iskustva prilikom faze integracije uključuju osećaj toplote, unutrašnjeg sijanja, da ste voljeni i pod pažnjom, mistična otkrovenja i svest jedinstva. Još jedan fascinantni ko-produkt ove tehnike disanja je da ona potpomaže stalnu povezanost sa *višim ja*. U početku vi samo dođete u kontakt sa svojim *višim ja*, ali vremenom možete učvrstiti stalnu svesnu vezu sa svojim unutrašnjim znanjem, sa **BOŽANSKIM JEDNIM unutar** (DOW) i svojom pravom prirodom kao duše koja ima ljudska iskustva.

Najnovije informacije nam ukazuju na to da smo, u stvari, nekada bili svesno i kontinualno povezani sa beskonačnim izvorom prane i živeli isključivo od nje. Ne tako davno

- pre oko 13000 godina - pre nego što je poslednja promena polova izbrisala naše pamćenje na to (kako tvrde Drunvalo i Bob Frissell), mi smo disali na takav način, da kada nam je vazduh ulazio na nos i usta, mi bismo uzimali pranu kroz vrh glave - teme, koje je nekada bilo meka tačka na vrhu glave. Istovremeno smo uzimali pranu odozdo kroz perineum. Ako pažljivo posmatrate kako novorođenče diše, vi ćete, u stvari, videti ovo, tj. nežne pulsacije u oblasti fontanele i perineuma. Pranični kanal ide kroz telo kao vertikalna osa koja je oko 5 cm u prečniku. On se pruža oko jedne šake u dužinu iznad glave i jedne šake u dužinu ispod stopala i povezuje se sa "kristalnim" energetskim poljem (Mer-Ka-Ba) koje se nalazi oko tela. Prana nakon ulaska u telo ide odozgo i odozdo i susreće se u nekoj od čakri. Čakra gde se prane susreću zavisi od toga gde ste mentalno, emotivno i dimenzionalno usklađeni.

Nakon promene polova, prestali smo da dišemo na ovakav način i počeli da uzimamo pranu kroz nos i usta direktno sa vazduhom. Prana je onda počela da zaobilazi epifizu koja se nalazi u centru glave. Epifiza (pinealna žlezda) je jedno oko, treće oko, a ne hipofiza kako se često misli. Ona ima oblik kao očna jabučica, okrugla je i šuplja sa sočivom koje fokusira *svetlost* i receptorima za boju. Napravljena je tako da prima *svetlost* odozgo i da je šalje do svake ćelije u telu, praktično trenutno. Normalno ova žlezda treba da je mnogo veća ali kod nas se smanjila na veličinu zrna graška zato što je nismo koristili oko 13000 godina.

Direktni rezultat isključivanja epifize je polaritet u svesti - dobro i loše, ispravno i neispravno. Zbog načina na koji dišemo mi vidimo stvari u terminima dobra i zla, ali u stvarnosti **JEDINSTVO** je sve što postoji; postoji samo jedan Bog i jedan duh koji se "kreće" kroz sve.

Kada sam pre dve i po godine na jednoj internacionalnoj konferenciji za "One koji rade na disanju"

(Breathworkers, GIC) sreo Džezmahin, stvari su za mene postale jako interesantne. Ona je tamo držala predavanje o mogućnosti da se živi bez jela, da se živi od svetlosti, potpuno od prane (što je način na koji smo postojali u vremenima kada smo koristili pranični kanal). Sve što mora da se uradi je da se povežemo sa *BOŽANSKIM JEDNIM unutar* i da dozvolimo sebi da budemo hranjeni od njega kroz jedan alternativan izvor hranjenja koji je najprefinjeniji. To je ishrana najčistijim oblikom energije, Bogom, pranom.

To što sam čuo me je iskreno oduševilo tako da je moja prva unutrašnja reakcija bila jedno veliko DA!!! U stvari, pošto sam u to vreme bio potpuno naklonjen jelu i kuvanju sa velikom tendencijom ka prejedanju, bio sam iznenađen takvom mojom reakcijom. Ali, tokom vremena kroz moje rastuće interesovanje za njen primer (uključujući i hiljade ljudi koji su, u međuvremenu, uspešno uradili ovaj 21-dnevni proces reprogramiranja) meni je postalo potpuno jasno da je *živeti od svetlosti* istinita i umno proširujuća mogućnost. Činjenica da mogu biti sposoban da živim samo od energije je za mene definitivni dokaz da sam svetlosno biće, da nisam telo nego nešto mnogo prefinjenije i "šire". Ja sam to uvek intuitivno znao i osećao, ali sve do tada nisam naišao na definitivni dokaz. Njena teorija, koliko god da je bila preterana, za mene je imala potpuni smisao. Informacija od praničnog kanala, moja čvrsta vera da je prana sve i da je božanske prirode, i moja jaka veza sa *BOŽANSKIM JEDNIM unutar* prosto su me pogurali da isprobam ovu mogućnost.

Dobre vesti su bile te, da ako se pravilno pripremi i veruje, svako može da uradi 21-dnevni proces. Nije moralo da se bude svetac, što bi me definitivno "izbacilo iz igre". Najveći izazov mi je bio pronaći jedan mesec slobodnog vremena u mom apsolutno pretrpanom rasporedu. Morao sam da čekam skoro dve godine pre nego što mi se ukazala prilika. Sa

druge strane, ovaj period čekanja je bio vrlo dragocen pošto mi je dao priliku da uradim dublja istraživanja i da pričam sa mnogo ljudi koji su već uradili taj proces. Uz pomoć njihovih izjava i iskustava došao sam do nivoa znanja u sebi, bez ikakve sumnje, da je istinski moguće živeti od *svetlosti*, od prane.

Moja partnerka Jamini (Yamini) koja je, takode, srela Džezmahin na ovoj konferenciji i imala istu reakciju kao i ja, našla je vreme da uradi proces dva meseca pre mene. Još više me je inspirisalo kada sam je video kako ide kroz proces sa svim njegovim izazovima i izlazi iz njega obnovljena i izmenjena u moćnijem i utemeljenijem smislu. Onda je, konačno, došlo i moje vreme. Neću da opisujem detalje procesa, pošto za to ovde nema dovoljno mesta, ali ću reći da je to bilo jedno zadivljujuće, a ipak obično vreme. Osećao sam se potpuno promenjeno, a ipak, začuđujuće isto. Desila mi se definitivna promena, uključujući kompletno preuređenje mog tela i fizičke strukture, a ipak sam osećao "to sam i dalje ja", samo sa nekom razlikom. Najočiglednija razlika je, naravno, da ne moram više da jedem.

Prošlo je 160 dana (više od 6 meseci) kako sam prestao da jedem, a Jamini "broji" 200 dana. Naša težina se stabilizovala, nivoi energije su nam visoki i živimo punim životom. Jamini redovno radi gimnastiku, a ja, naravno, kao i obično i dalje nemam vremena za to (ponekad radim i po 16 sati na dan). Sada su naša početna razmišljanja poput "Da li to zaista funkcioniše?" sasvim uklonjena. Oboje sigurno znamo da se potpuno održavamo samo uz pomoć praničnih energija, što je prekrasno. Na neki način čudo, a ipak izgleda sasvim normalno i obično za nas.

Upoređujem ovaj proces (i činjenicu da ne moramo više da jedemo) sa "strašnim" hodanjem po vatri (žaru). To jedino možeš uraditi bezbedno ako apsolutno veruješ da to

možeš da uradiš. Ako imaš bilo kakvu sumnju o tome, izgorećeš svoja stopala, a isto je i sa “našim” procesom. Dokle god imaš sumnju i neverovanje biće nemoguće da to uradiš. Za mene je to potpuni dokaz da su naše misli stvaralačke, da mi u bilo koje vreme svesno stvaramo našu realnost i da postoje izvanredne mogućnosti koje još nismo istražili.

Kao što smo utvrdili ranije, prana je elektromagnetne prirode. Ovo nagoveštava da je moguće puniti se pranom i programirati je pomoću misaone energije sa namerom i koristiti je za svesno stvaranje i isceljivanje, koristiti je za sebe i za najviše dobro ove planete i ljudi. Pa, ako ste zainteresovani za globalni uspeh i želite da date jasan doprinos, počnite da dišete u ljubavi i svetlosti. Izdišite ljubav, mir, samilost i pozitivne namere radi najvišeg u čovečnosti. Stvorite svoju sopstvenu stvarnost, svoju sopstvenu viziju raja na Zemlji, i zračite vaš lični (i pun nade) pozitivni naboj. Zabavljajte se!

Sa ljubavlju i svetlošću Gerd Lange

(Co director London College of Holistic Breath Therapy,

Member of BRS).

tel: 0044-208-4552420

Poglavlje 13

SVETA INICIJACIJA

*Korišćenje paradigme uspenja za
preobražaj tela tako da može da živi samo od prane*

Kao što je i pomenuto, ja nikada nisam bila vođena da “fizički” pomažem drugima da se podvrgnu ovom procesu. Ipak, zbog stalnog interesovanja koje se izražava po pitanju toga da se bude održavan samo iz eteričnih sfera i da se više ne jede, ja sam vođena da ponudim što više informacija.

Međutim, ja lično osećam da ako imate potrebu da pitate nekoga da li je ovo putovanje za vas, vi niste spremni. Potvrdu tražite samo od *unutrašnjeg učitelja*. Ako nemate jasno unutrašnje vođstvo niste spremni.

21-dnevni proces koji sledi je samo za one osobe koje imaju duboko “znanje” da je ovo putovanje za njih. To je za ljude koji su već povezani sa glasom intuicije. Proces će ojačati ovu povezanost. Preporučujem da mu se pride kao svetom uvođenju (inicijaciji). Posvetite ovo putovanje spajanju sa Bogom u vama, tako da *božanstvenost* može u potpunosti da se izrazi kroz sistem od 4 tela i da vas održava Njegovom/Njenom svetlošću.

Ovo je staza boginje i ratnika. Vreme samoće. Vreme znanja da dok fizički sami učestvujete u ovom putovanju, vi u stvari niste sami. Jer pod paradigmom uspenja, vi ćete prizvati sebi energije *uzvišenih* da bi one radile sa *unutrašnjim učiteljem* i mnogi darovi će vam biti dati, i mnogo ćete znanja dobiti samo ako to dozvolite.

Neki od ljudi koje sam sretala na svojim putovanjima su pitali da li mogu da nastave da rade ili da se druže tokom

21-dnevnog procesa. Oni koji su spremni, svesni su da je ovo vreme poštovanja i razumeju moć ovog uvođenja. Takva ideja njima se nikada ne bi javila. Gledala sam mnoge koji su se podvrgli ovom procesu, a zatim se vraćali jelu. Razlozi za to su bili "široki" i različiti. Ponekad, zbog podavanja socijalnim pritiscima - a njima ćemo se vratiti na kraju knjige. Ponekad zato što ih ovaj proces privlači samo da bi izgubili na težini - a to nije adekvatna motivacija. Neki su hteli da dobiju unutrašnje vođstvo; kao što rekoh razlozi su toliko različiti. Pre nego što probate 21-dnevni proces, budite svesni svoje motivacije. Popunite upitnik.

U suštini ovo je visoki nivo ezoterijske inicijacije. Ne sastoji se od toga da li jedete ili ne.

U prvom redu se sastoji od poravnanja (uređenja) energija *JA JESAM Prisustva*.

Činjenica da osoba ne mora da jede samo je ko-produkt ove inicijacije.

Informacije u narednom poglavlju su citati iz brošura koje je izdala Šarmejn Harli u Adelaidi, južna Australija. Šarmejn i drugi su pomagali radeći kao staratelji i savetodavci mnogima, s obzirom na to da su se i sami podvrgli procesu 1994.

Tokom nedavnog razgovora sa Šarmejn rekla mi je da je u ovoj, kao i u svakoj drugoj stvari, važno koristiti individualno rasuđivanje. Imati staratelja i savetnika nije obavezno, ali ona smatra da je to korisno. Šarmejn nije više lično uključena u nadgledanje 21-dnevnog procesa.

Opet, ja lično osećam da ako smatrate da vam je potreban savetodavac, niste spremni, jer vi ste *majstor* i u suštini jedino sami sebi možete dati savet. Ako ste usklađeni instrument, onda nećete osetiti konfuziju tokom procesa. Ako imate

dovoljno majstorstva uma i ako ste pripremili svoja tela, nećete biti ni slabi ni iscrpljeni.

Važno je prepoznati i eliminisati ograničavajuća verovanja. Ako očekujete da izgubite na težini to će se i desiti. Potrebno je da reprogramirate telo da stabilizuje težinu na savršenom nivou, da pokaže i izrazi suštinu *JA JESAM* potpuno stopljenu sa fizičkom stvarnošću. Reprogramiranje početka je mnogo lakše, nego veliko gubljenje težine a zatim pokušavanje dobijanja težine kroz moć namere ili kroz povratak jelu.

Moja je preporuka da pripremite telo na jedan "poštujući" način da biste garantovali lakoću i zadovoljstvo u ovom procesu tranzicije. Neke osobe idu u restorane na doručak, ručak i večeru nedeljama pre procesa, da bi uživali u osećaju u ustima svega onoga što vole da jedu osećajući da će im to biti poslednji put. Onda kada počnu 21-dnevni proces oni osećaju mnogo nelagodnosti zbog oslobađanja toksina itd.

Preporučujemo postepeno izbacivanje crvenog mesa iz ishrane, nakon toga i belog, zatim prelazak na živu hranu pa na supe i tečnosti, a tek onda započinjanje 21-dnevnog procesa sa čistim i usklađenim sistemom. Koliko će vam trebati vremena za prelazak sa mesa na sirovu hranu a onda na tečnosti, zavisi od vas. Uradite to na način da bude i radosno i prijatno. Telo će vas voditi ako ga "slušate".

Pošto sam bila "pionir" ovog procesa, zatim svedočila o mnogim drugim, shvatila sam da što su ljudi usklađeniji sa svojim unutrašnjim duhom i svesnošću tela, putovanje je lakše i veća je verovatnoća da se adaptiraju na to kao na stil života a ne kao na avanturu kratkog daha.

SMERNICE ZA 21-DNEVNI PROCES Šarmejn Harli

Šarmejn Harli je pripremila sledeće smernice kao odgovor na “uvek ista pitanja” dok je tokom perioda od oko jedne godine od ranog jutra pa do usred noći pomagala mnogim ljudima u njihovom procesu preobražaja ka ishrani pranom. Zapamtite da su to samo smernice i da jedini glas koji treba da slušate je glas BOŽANSKOG JEDNOG unutar. Ako ne verujete potpuno svome unutrašnjem glasu intuicije i znanja, svome 6. i 7. čulu, onda NE pokušavajte da uradite sledeću inicijaciju. Tek kada imate punu veru možete to da uradite. - Džezmahin

Šarmejn počinje.

Ako razmišljate da se podvrgnete 21-dnevnom procesu, biće vam potrebno da pročitate ove smernice pažljivo i u celini.

Smernice: Deo 1

Tronedeljni proces je samo jedan od koraka koji ćete preduzeti na vašem putovanju “kući”. Ipak, to može biti najvažnije vreme u vašem životu i pod tim mislim na sve vaše

živote na ovoj planeti.

Ovo što razmatrate je hrabar korak i mi to poštujemo, kao i vaš duh i Bog. Možete napraviti značajnu razliku na ovoj planeti, sledeći svoje srce i priznavajući Boga kao svoj jedini i pravi izvor ljubavi, *svetlosti* i hrane. Možete postići samomajstorstvo u ovom životu i ići iza rođenja/smrti, ciklusa uzroka i posledice. Ovo je jedan korak koji će vam pomoći.

Nakon 21. dana više vam neće biti potrebna hrana da bi vas održavala ili da bi obezbeđivala vaše energetske potrebe. Vašu hranu i energiju će obezbediti *svetlost* ili Bog. Vi ćete imati skok vere i zato vam odajem priznanje zbog iskoračenja izvan iluzije.

Dok čitate ove smernice, primetićete da se ja pozivam na Boga ili višu moć. U cilju odlaska "izvan" kao i samomajstorstva, potrebno je da verujete u nešto. Mi nismo privrženi bilo kakvim posebnim terminima - ja koristim reč Bog zato što mi to prija. Koja god vama odgovarala, dobro je za vas. Svi smo, ipak, jedna svest tako da u pravom smislu nema odvojenosti. Reči su nespretne - one mogu ograničavati i izgledati kao da obeležavaju stvari i stavljaju naša verovanja u "kutije". U cilju objašnjavanja, ja ću koristiti reč "Bog".

Ljudi su otkrili da je obezbeđivanje mogućih objašnjenja za delove ovog procesa imalo velike koristi - naročito kod premošćavanja sistema verovanja i izgrađivanja poverenja.

U ovim smernicama smo pisali o nekim mogućim pričama ili istinama u italik stilu, ali to ne znači da za vas neka druga objašnjenja ne bi mogla biti podesnija.

Iskustvo ovog 21-dnevnog procesa je zaista paradigma pomeranja iz stare stvarnosti u potpuno novi sistem verovanja. Mi zaista idemo izvan stvarnosti koja nam je poznata - u nepoznato.

Originalne poruke za ovaj proces su kanalisane preko

uzvišenih majstora i to je proces koji vodi do uspenja. Napomenuću nekoliko: Sananda, Sen Žermen, arhandeo Mihail, Serapis Bei, Kutumi, Ledi Meri, Aštar Komand i Hilarion. Veruje se da su ovi *majstori* ovde u ovo vreme da bi ponudili svoju ljubav, podršku i *svetlost* i da bi pomogli pri moćnoj transformaciji koja se odvija na Zemlji. Oni spremno nude pomoć i informacije onima koji su otvoreni njihovim energijama. Planeta Zemlja se sada uspinje do pete dimenzije i bilo koje biće na Zemlji koje želi uspenje u ovo vreme ima ponudenu ljubav i vodstvo da to uradi. Smatra se da su ovi *majstori* i vaš *duh/više JA/JA JESAM Prisustvo* sa vama konstantno dok ste u 21-dnevnom procesu i samo je potrebno da zatražite pomoć. Neki osećaju njihovu energiju, neki ih vide, a neki nisu ničega svesni. Bez obzira na to proces se odvija bezbedno.

Sunčeva svetlost za ručak

Knjiga koju sam nedavno pročitala govori o ishrani pranom i kako sam videla, 21-dnevni proces je korak napred ka stanju ishrane pranom i besmrtnosti, ako je to vaš izbor. Ja sam citirala deo knjige da biste ga pročitali, samo da bih vam dala ideju istinskog potencijala vašeg bića.

"Hranjenje pranom je bilo najsavršenije stanje ljudskog bića. On i ona su živeli od sunčanog isijavanja. Mase zavisne od hrane i lekova, kroz uobičajenu proždrljivost, zatvorile su ulaz za duh. Kada stomak radi vitalna sila je centralizovana u digestivnim organima umesto u 5 sinusnih duplji u glavi. Neki su istražili kosmičke istine života i počeli da ih praktikuju. "O, kako su uska vrata i koliko je težak put koji vodi životu i samo je mali broj onih koji ga nađu" (Mat. 7:14)

Svaki životni proces je reverzibilan. Može biti potrebno nekoliko nedelja ili godina da bi se napravila tranzicija

natrag ka najpogodnijoj ishrani za ljudska bića - ishrani "rajskim voćem". Oni koji imaju "metuzalemovsku" dušu i telo koje je u formi da bi se popeli na vrhove, mogu čak i da nadmaše ove vrhove da bi stigli do ishrane pranom. Profesor Hilton Hotema je razmatrao temu *Viša svest čoveka*. Pluća, a ne stomak su životni organ. Linija života je kičmena moždina, a ne probavni kanal. Najvitalnija funkcija je disanje. "Ako bi ljudska bića konzumirala samo isijavanje i to uz pomoć svojih respiratornih organa kao što su to i radili u ranom *Zlatnom dobu* kada su živeli i po hiljadu godina prema tradiciji... bolest bi bila nepoznata."

"Kada su ljudi živeli od sunčeve svetlosti i vazduha, primali su tačno onoliko energije koliko im je telo zahtevalo. Pluća i koža su prikupljali neophodnu energiju i eliminisali otpatke. Kada pokušate da izbalansirate unos hrane, vi ste skloni da unesete previše jednog nutrimenta a nedovoljno drugog. U zavisnosti od klime u kojoj ljudi žive, u cilju kompenzacije intenziteta sunčeve svetlosti, pigment kože postaje tamniji ili svetliji da bi osigurao da ispravna količina i kvalitet svetlosnih zraka uđe u ćelije tela. Pigment se ponaša kao filter koji redukuje intenzitet i kvalitet svetlosnog spektra koji prolazi kroz kožu." (Iz "Opstanak u 21. veku" Viktorasa Kulvinskasa.)

I, evo jednog drugog interesantnog štiva o moći Boga.

"Nikada nemojte verovati da živite od moći hrane a ne od moći Boga! On, koji je stvorio svaki oblik hrane, On koji je dao apetit, će se neizbežno pobrinuti da Njegovi obožavaoci budu održavani. Nemojte zamišljati da vas hleb održava, niti da vas novac ili ljudi podržavaju. Da li bi oni mogli pomoći ako Gospod uzme vaš životni dah? Oni su, takođe, njegovi instrumenti. Da li zbog neke vaše veštine vaš stomak

vari hranu?" (Iz "Autobiografije jednog jogija" Paramahansa Joganande.)

I...

"18. septembra 1962, Tereza Njuman je umrla u Konnersreuth-u, malom selu u severnoj Bavarskoj, gde je i rođena i gde je provela čitav život. Resl, kako ju je zvala porodica i prijatelji, je imala 64 godine i nosila je stigme 36 godina. Pre nego što ih je dobila, bila je čudotvorno izlečena od slepila i paralize nogu. Od momenta kada je Tereza primila na svojim rukama, stopalima i srcu rane razapetog Hrista, nije morala ni da jede ni da pije: istragom koju je naredila crkva i koju su potvrdili lekari ustanovljena je stvarnost ovog apsolutno jedinstvenog stanja stvari. Kada bi je ljudi pitali od čega živi, Tereza bi odgovarala u svoj svojoj jednostavnosti "Od Gospoda", tj. od posvećene hostije koju je primala svakoga dana." (Iz knjige "Tereza Njuman" Paole Đoveti.)

I...

Ilustrujući da postoji viša moć izvan našeg razmišljanja, kakvog ga poznajemo, Dipak Čopra kaže:

"Naše ljudsko telo je polje bezgranične moći organizacije. Postoji 6 triliona reakcija koje se javljaju u telu svake sekunde i svaka od njih je povezana sa svim drugim reakcijama. Svaki biohemijski događaj "zna" koji se drugi biohemijski događaj dešava u telu. Ljudsko telo može da misli, svira klavir, peva pesmu, vari hranu, eliminiše toksine, ubija klice, posmatra kretanje zvezda, pravi bebu, sve to u isto vreme i da drži sve ove aktivnosti u korelaciji sa svim drugim aktivnostima." (Iz "Stvaranje bogatstva" Dipaka Čopre.)

Meni izgleda arogantno da smatramo da sve možemo uraditi sami, bez pomoći beskonačnog izvora. Postoji divan

nacrt, Stvoritelj koji voli i koji će podržati svakog od nas ako mu to dozvolimo.

I ovo, iz knjige "Bog JA JESAM" Petera O Erbea.

"Naša tela npr. imaju sposobnost da transformišu tj. vezuju fotone zvezdane ili sunčeve svetlosti, u "hranu" koja je potrebna telu. To je proces sličan fotosintezi. Ova sposobnost će "izroniti" na kolektivni nivo kada čovečanstvo uđe u supersvest. Možda je već razvijen u stanju *istinite percepcije*. Ovo "razvijanje" nije svesni proces. Ono se javlja na nivou suštine duše, predstavljajući sposobnost da se hrani unutrašnje sagorevanje u fizičkom telu direktno iz "elektruma" etera, bez zaobilaznice preko hrane od ugljenika. Ovo stanje će prirodno izroniti na površinu. To dolazi u onoj meri koliko je i naše buđenje. Proces ide dalje: u stanju supersvesti mi ćemo prestat i sa crpljenjem energije (iz fosilnih goriva, minerala itd.) iz Zemlje, već ćemo transformisati *svetlost* direktno u oblike koji predstavljaju naše dnevne potrebe."

Gde počinjete?

- Morate da ustanovite datum početka procesa.
- Pričajte sa nekim ko se podvrgao 21-dnevnom procesu, postavite gomilu pitanja i budite sigurni da znate sve što treba da znate o svojim strahovima, nadama i radostima.
- Pročitajte upitnik za samoproveravanje i budite iskreni i poštteni u svojim odgovorima. Ovaj proces ne predstavlja beg od sveta ili aspekta vašeg života koji ne funkcionišu onako kako biste želeli. Ako mislite da je to njegova suština bićete jako frustrirani kada naknadno otkrijete da je vaš teret još uvek tu i da vas čeka. U stvari on je tu, direktno vam "bije u lice". Sa uvidima i objektivnošću

koje osoba ovim procesom dobija, ipak, izgleda da je mnogo lakše i čistije posmatranje i oslobađanje od ovih problema.

- Preduzimanje ovog procesa zbog poboljšanja zdravlja ili dobijanja savršene težine nije preporučljivo. Ovo može biti propratna pojava na putu ka majstorstvu; ipak, vezanosti za njih, kao i sve vezanosti uopšte, treba da se napuste.
- Mi ne postavljamo bilo kakve medicinske tvrdnje bilo koje prirode i ne preuzimamo odgovornost i ne dajemo savet za bilo koje zdravstveno stanje, ili pak lečenje.
- Nakon ovoga, molimo vas, zasigurno potražite unutrašnje vodstvo po pitanju vaše spremnosti i obavezivanja ovom 21-dnevnom procesu.

Džezmahinina beleška: Ovo je proces samo za one koji nakon čitanja knjige osećaju da njihova srca odišu velikom radošću! Jer, radost je glas *BOŽANSKOG UNUTRAŠNJEG JEDNOG* i kada smo u poravnanju sa našim istinskim planom sa nama se komunicira putem emocije radosti.

Upitnik - Šarmejn Harli

Kada ljudi prvo čuju za proces, reakcije su različite! Za one koji rezoniraju u skladu sa njim, koji u svom srcu znaju da je to za njih, to je veličanstveno. Ipak - nije bitno koliko je uzbuđenja upleteno - na kraju krajeva, um mora biti takode pobeđen. Ovaj izazov može biti obeshrabrujući i zbu-njujući, tako da prva stvar koju ćemo ovde reći je to da iako će vas ovaj proces vratiti kući, Bogu, izvan svega što znate - postoji nekoliko prepreka koje treba preskočiti ili nekoliko

mostova koje treba preći, kao i smetnje koje su stvorene umom koje poriču vašu autentičnost i veličanstvenost.

Vidite! Ako biste zaista znali čuda svega onoga što ste vi, vaš pravi potencijal, ovaj proces vam onda ne bi bio potreban, mogli biste samo da se spakujete i da odmah odete kući! Ipak naša današnja priroda predstavlja borbu i bol, a ne mir i protok, tako da nam je potrebno da stvorimo proces koji nam omogućava da STANEMO i da krenemo unutar sebe. To je proces iz uma koji će nas osloboditi uma. To je ono što ćete verovatno gledati da uradite, tako da je svrha ovog upitnika da vam omogućí da shvatite da li je ovaj 21-dnevni proces za vas, u ovom trenutku.

Zato što se proces sastoji od predaje ega i svih vaših verovanja veoma je važno da kod donošenja odluke pogledate ova pitanja "pravo u lice". Ako ne možete da kažete "da" na postavljena pitanja, onda se zapitajte zašto želite da se podvrgnete ovom procesu. Morate iskreno biti sposobni da kažete "da" svim pitanjima.

Upitnik za samoproveravanje:

1. Da li ste spremni da se desi bilo šta?
2. Da li ste spremni da se predate Božjem načinu (putu)?
3. Da li ste spremni da iskreno sledite set pravila za 21 dan?
4. Da li ste voljni da svoj život ostavite po strani 21 dan?
5. Da li ste sposobni da se odreknete privrženosti za stvari u "vašem svetu" ako se to od vas zatraži? To može da bude vaša porodica, vaši odnosi, deca, vaš dom, kola, karijera, novac, životni stil, stvari koje posedujete? To može biti samo za 21

dan i/ili i nakon toga?

6. Da li shvatate da privrženosti koje imate prema ljudima, verovanjima ili stvarima mogu da vam onemoguće da postignete samomajstorstvo i da shvatite vaš pravi potencijal i veličinu?

7. Da li ste svesni razlike između odricanja od ljudi i stvari i onoga što je odricanje od vaše privrženosti ljudima i stvarima?

8. Da li u potpunosti shvatate koliko um može biti moćan i to da on stvara ono što vi nazivate svojom stvarnošću 100 % vremena, i da će to biti uključeno i u vreme koje provedete u 21-dnevnom procesu?

9. Da li ste znali da to znači da šta god da se dogodi u procesu, to je stvorio vaš um i to je deo procesa koji ste stvorili da biste mu se predali - zarad oslobađanja i lečenja?

10. Kao primer, recimo da nakon jedanaestog dana od početka procesa još niste praznili svoja creva. Recimo da ste stvorili bol u tom delu i počinjete da se plašite da imate začepljenje u crevima. Da li ste svesni da iako je to stvorio vaš um - on vam može reći da bi to moglo biti zaista i stvarno. Možete se uplašiti još više i ako podlegnete ovoj drami straha tada ćete reći "ne" čudu i veličini vašeg bića i sposobnosti samoizlečenja Božjom energijom. Baš zato što je to stvorio vaš um, to možete izlečiti jednostavno uz pomoć svog verovanja, ulaska unutra i traženja pomoći. Ovaj proces je stvorio um i može vas osloboditi uma. Da li to shvatate? Naravno, ne postoji razlog zašto bi se ovo desilo tokom procesa (naročito ako izaberete da imate nekoliko ispiranja debelog creva pre procesa - Džezmahin).

11. Da li razumete da će 21-dnevni proces promeniti vaš život od onog momenta kada ste za njega čuli i da možda nikada više nećete biti isti?

12. Da li znate da se ne morate podvrgnuti ovom procesu? Izazovi koje on može doneti su samo vaši, tako da je veoma važno da razumete šta je to čemu se posvećujete. Da li ste razgovarali sa nekim ko se podvrgao 21-dnevnom procesu? Da li se osećate apsolutno pozitivno u smislu da znate od čega se on sastoji i šta je to što birate?

13. Da li ste 100 % sigurni da ste ovaj proces izabrali zbog sebe, a ne zbog nekog drugog: vaše porodice, prijatelja, vođe, učitelja ili zbog grupnog pritiska itd?

14. Mnoge koristi mogu proizaći iz ovog procesa, kao što su poboljšano zdravlje i idealna težina. Ipak, vaša težnja za ovim stvarima nije dovoljna da biste počeli proces. Da li ste svesni da je vaša vera u Boga ili *višu moć* potrebna da biste prošli kroz dostizanje samomajstorstva ili ekspanziju svesti?

15. Da li ste svesni mogućnosti lepote, jasnoće, svetlosti, stanja bitisanja, povezanosti i blaženstva, nežnosti, ljubavi, mira, radosti i slobode koje vam ovaj proces može doneti? Da li ste spremni za to?

16. Da li zaista želite Boga i da budete u stanju *Jednote*?

Ako ste rekli “da” svim ovim pitanjima, onda ste verovatno veoma dobro usklađeni sa čistotom i sposobni da poštujete svetost ovog procesa.

Smernice: Deo 2

Staratelj

- U ovim smernicama ja predlažem da imate savetodavca i staratelja.
- Staratelj je osoba koja razume i koja je voljna da podrži ovaj proces.
- Savetodavac je osoba koja ima “bistrinu” i koja se već podvrgla 21-dnevnom procesu.
- Termin “bistrina” se ovde koristi da bismo označili dobru, jasnu komunikaciju sa *duhom* i intuitivno znanje o tome kako vaš proces teče i kako se odražava na vas.
- Ono što je važno tokom procesa je da imate savetodavca koji će vas informisati o različitim delovima ovog procesa koje treba da razumete, i takođe staratelja koji bi trebalo da fizički vodi brigu o vašim potrebama. Staratelj može biti savetodavac, ili može biti kontakt osoba između vas i savetodavca, ili možete sami izabrati svog savetodavca.
- Savetodavac mora biti osoba vrlo svesna svoje uloge u procesu. On vas može posećivati ili zvati telefonom.
- Dozvolite da vam ovde predložim da imate samo jednog savetodavca i staratelja jer u suprotnom možete stvoriti konfuziju zbog velikog broja različitih mišljenja.
- Staratelj treba da bude topla osoba puna ljubavi koja se podvrgla procesu ili nije. Ona prihvata i razume vašu posvećenost i obavezuje se da vas podrži 100 %. Ako ne živite u istom prostoru sa njom, ona vas posećuje svakog dana da bi fizički vodila računa o vašim potrebama. To su npr. menjanje posteljine na vašem krevetu, pranje odeće, pomoć u kupatilu ako vam je potrebna, nabavka sokova, aranžiranje

cveća, zalivanje bašte - sve ono što zahtevate.

- Uloga staratelja je uglavnom na fizičkom nivou, a i da vas podseća na proces kao i da vas "drži na putu". Kažem na fizičkom nivou jer bi uplitanje na emocionalnom ili mentalnom nivou predstavljalo odvrćanje pažnje. Oni takode filtriraju tzv. "stvarni svet". Ne diskutuju sa vama o svetovnim stvarima i ne odvlače vas od vremena koje ste posvetili sebi. Oni vam obezbeđuju mir i slobodu od bilo kog odvrćanja pažnje.
- Tokom procesa, mnoge osobe postaju razdražljive i nekako nerazumne (ovo je u redu i za očekivati). Ako se ovo desi ne prebacujte krivicu za svoju nelagodnost na staratelja. Oni su ljudi i rade najbolje što mogu. Budite im zahvalni što su se ponudili da budu tu za vas.
- Svi dogovori sa starateljem, kao i ono što zahtevate od njega treba da se razjasni i treba o tome porazgovarati pre početka procesa. To je veoma važno jer su tri nedelje vreme za vas i duh.
- Ovo je vreme predaje, objektivnosti (nevezivanja) i ostavljanja kontrole, i vi tj. vaš ego će smišljati načine da sabotira vaš mir i da vam odvraća pažnju od sadašnjosti.
- Ako se 21-dnevnom procesu podvrgavate u kući vašeg staratelja, budite svesni troškova koje treba da platite. Većina staratelja traži donaciju i/ili plaćanje troškova. Ovo pitanje razjasnite pre nego što započnete putovanje. Staratelji su srećni što mogu da ponude svoje vreme i ljubav kao deo svoje usluge, ali možda nisu obavezno u mogućnosti da vas podrže i finansijski.

Uloga staratelja

Onome ko izabere ulogu staratelja treba odati priznanje. Ne samo da je odgovornost velika, velika je i čast učestvovati u ovom putovanju sa drugima. To je uloga ljubavi, razumevanja i snage. Vaša ljubav i hrabrost mogu mnogo pomoći pri procesu predaje i osećanja bezbednosti. Postoji onoliko tipova procesa koliko i osoba, i svaki je jedinstven.

Ponekad uloga može biti izazov. Kao čuvari, vodimo osobu kroz proces tako da ima veru u Boga, da se preda i da traži vođstvo. I mi treba da učinimo isto, kada nam je potrebna ljubav i podrška treba da tražimo vođstvo od Boga.

Budite veoma svesni osoba o kojima se brinete, njihove ličnosti/ega. Ophodite se sa njima sa ljubavlju i u isto vreme budite čvrsti. Budite osetljivi na njihove potrebe, ali ne "popuštajte" im i ne dozvolite da vas kontrolišu.

Zapamtite da ste im vi jedini kontakt sa spoljnim svetom tokom te 3 nedelje. Pružite im podršku i biće vam zauvek zahvalne. Budete li bezosećajni i to će zapamtiti zauvek. Uporedite ih sa "ranjivom tek rođenom bebom". One su zavisne i osetljive i u vašoj su milosti. Vaša ljubav i poverenje su veoma važan deo veze koja se uspostavlja zbog ovog procesa.

Zbog poteškoća koje se mogu javiti savetujemo da se ne starate za dve osobe u isto vreme.

Kada ljude pripremite za proces, budite sigurni da su se unapred organizovali, da su dobro informisani i da imaju sve što im je potrebno. Kada uđu u proces - to je to. Nema ulaženja u diskusije. Ako se niste unapred dogovorili da nabavljate određene stvari za njih ili da prenosite njihove poruke, ne potežite tada to pitanje jer im možete odvratiti pažnju od procesa.

Uživajte u svom učešću u njihovom procesu i videćete lepotu koja počinje da sija u njima, sve više i više sa svetlošću koja dolazi iz njihovog iskustva.

Beleška: Staratelj treba da pročita ove smernice radi razumevanja, i možda da popriča sa nama da bismo mu pomogli pri glatkom putovanju svih onih koji su u tome.

Priprema za 21-dnevni proces

- Budite spremni da budete tri nedelje bez ičega svetovnog - telefona, kompjutera, rada ili posla, društvenog života. Ovo je činjenica koja se nikako ne može dovoljno naglasiti pošto nivo predaje koji se zahteva, da bi vam proces koristio 100 %, zavisi upravo od toga.
- Odrecite se svih zadataka i misli o tome da radite bilo šta tokom ovog perioda.
- Ne smete biti zabrinuti za bilo koga drugog tokom ovog perioda - jedino o čemu treba da vodite računa ste vi sami.
- Izolujte se od spoljašnjeg sveta što više možete. Pod ovim mislimo na posao, porodicu, prijatelje, društvene aktivnosti i vezanost za svoje kućne ljubimce. Preporučljivo je da ne budete u svojoj kući jer vam se tamo vrlo lako može odvući pažnja.
- Kada počnete ovaj proces, nećete biti u mogućnosti da napustite svoje neodložne aktivnosti, a sa druge strane, ne treba da se bavite bilo čime što ima svetovni karakter. Zato dovršite sve svoje poslove ili dogovorite se da to neko uradi umesto vas. U to ubrajamo skupove, sastanke, plaćanje računa, zalivanje bašte, brigu o ljubimcima...
- Od vas se traži da se odreknete svega na 3 nedelje.
- Ako proces obavljate u svojoj kući, osigurajte se da se sve

vaše potrebe poštuju i sve kupovine obavite unapred.

- Iako nije ohrabrujuće da budete u istom prostoru sa porodicom, prijateljima ili ljubimcima, ako to i odaberete, bar nemojte biti u obavezi da budete sa njima ili posetiocima. Takođe se nemojte javljati na telefon (nabavite sekretaricu ili ga isključite kada nema ukućana koji bi se javljali na telefon).
- Postavite se u ruke *božanstvenosti (duha)*. Ovo je putovanje i izazov gde se traži prepuštanje.
- Preporučuje se program detoksikacije nedelju dana pre procesa. To u osnovi znači konzumiranje lakše hrane i bez crvenog mesa tokom poslednje nedelje. U isto vreme uživajte u hrani koja će vam možda nedostajati, razmazite sebe.
- Svaka osoba ima drugačije razumevanje "lakšeg". Ipak, kao pripremu, počnite da "čistite" vašu ishranu.
- Preporučuje se da alkohol izbacite iz upotrebe nedelju dana pre početka procesa, ali definitivno 3 dana pre početka, jer je često toliko potrebno da se on iščisti iz sistema.
- Od vas se traži da ne upotrebljavate drogu i/ili cigarete.
- Nikakva seksualna aktivnost tokom 21-nog dana nije dozvoljena, a nakon toga biće vam potrebno da po ovom pitanju tražite vođstvo od vašeg *višeg ja*.

Ako vas mami ideja da potražite pomoć od spoljnih izvora ili sa drugih strana, npr. lečenje tela, medicinski savet, nutricionistički dodaci... važno je da shvatite da je ovo odgovor od vašeg starog uslovljavanja i programiranja. Naša preporuka je da razmislite i da sami sebi budete lekar. Zapitajte se čemu vas ovo uči i šta vam pokazuje - zatim uđite u sebe i tražite od *duha* da vam pomogne u ovakvoj situaciji. Verujte da je *duh* više nego sposoban da reši vaš problem. Ovo je vreme da podsetite sebe na predaju i poverenje koje se od vas očekuje prilikom ovog velikog skoka koji preduzimate. To je uslov za vaš budući napredak u samomajstorstvu.

Tokom 21-dnevnog procesa, telo pokazuje znake čišćenja i nema razloga za strah. Majka priroda zna najbolje, i "prevešće" vas preko svake krize jer je ona istinski Božji lekar.

(Molim vas, imajte na umu, da ako ste prethodno očistili svoj sistem ništa od ovoga ne mora da se desi.)

Neki od znakova da je telo počelo da se čisti mogu biti:

- nemogućnost spavanja;
- glavobolja;
- mučnina;
- iritiranost;
- bol u mišićima;
- obložen jezik;
- loš zadah;
- osećanje slabosti;
- nemir.

Prvi dani su najteži i ako postoje znaci nelagodnosti oni obično ne traju dugo. Ako se pojavi bol, on prolazi u roku od nekoliko sati. Tada se samo odmarajte dok bol ne prođe. Nelagodnost je rezultat oslobađanja toksina koji mogu iritirati tkiva i nerve. Tip eliminacione krize koja se može javiti zavisi od dela tela u kome su se sakupili toksini. Ne treba da brinete jer su sve ovo uobičajeni znaci čišćenja tela. Priroda će odstraniti samo ono što može bez preopterećivanja organa. Savršeno ste bezbedni. Priroda izvodi svoje unutrašnje "prolećno čišćenje" i verovatnije je da ćete osećati radost svojeg čistijeg tela, lakoću, ljubav, lepotu, bistrinu uma kao i povezanost sa *duhom* ili Gospodom.

(Džezmahinina beleška: Izričito preporučujem da se pripremite pažljivo PRE procesa:

1. *budite jaki i u formi;*
2. *postepeno eliminišite jaku hranu, naročito meso i alkohol;*
3. *postite, i ako ste vođeni da to radite, uradite ispiranje debelog creva da biste očistili crevni trakt i odstranili toksine. Što se bolje pripremite, 21 dan će biti lakši!)*

Tokom 21-nog dana ne postoji naročiti raspored koji treba da sledite. Ovo je vreme predaje (prepuštanja). Ipak, možda biste želeli da prodiskutujete sa svojim starateljem (ako ste izabrali da ga imate pošto to nije uslov već sopstveni izbor), u koje je vreme najbolje da vas posećuje, ako osećate da je to bitno.

21-dnevni proces je podeljen na četiri dela:

1. prva tri dana, pre odlaska duha* treće noći;
2. od četvrtog do sedmog dana;
3. od osmog do četrnaestog dana;
4. od petnaestog do dvadeset prvog dana.

**(Ovo znači da se energetsko polje spiritualnog tela stapa sa energetskim poljem više frekvencije višeg ja ili JA JESAM Prisustva - u zavisnosti od nivoa inicijacije kojoj ste se podvrgli. Ovo ne znači da ćete napustiti telo i ostaviti ga bez nadzora. To znači da je spiritualno telo čisto samo po sebi i da mu nije potrebno energetsko regulisanje kao što je to slučaj sa fizičkim, emocionalnim i mentalnim telom. - Džezmahin.)*

Stvari koje su potrebne za tri nedelje:

- Topli, sa puno svetlosti i svežeg vazduha, "odgajališni", mimi prostor sa krevetom i, što je vro poželjno, udobnom stolicom. Biće veoma koristan i mali prostor izvan ovog područja zbog izlaska na svež vazduh i sunčevu svetlost.

- “Gomila” udobne kao i tople odeće, u zavisnosti od vremenskih prilika. Budite spremni jer vaš telesni termostat može biti drugačiji nego obično.
- Sarsaparilla (Lekoviti koren američke vrste tetivke. Na latinskom: Smilax sarsaparilla. Prim. ured.) i voda, u zavisnosti od vašeg individualnog ukusa (*ili zamena*).
- Led, da biste ga lomili u ustima a zatim i ispljunuli. Neke osobe vole hladno.
- Posuda za pljuvanje sa svežim kriškama limuna, koje će dati svežinu.
- Ubrusi za lice.
- Telefon za ograničene pozive, da biste kontaktirali vašeg staratelja i savetodavca četvrtog, sedmog, dvadesetprvog ili nekog drugog dana kada je to potrebno - naravno u vezi sa procesom.
- Esencijalna ulja, gorionik, mirišljavi štapići, tamjan, sandalovina i lavanda se preporučuju za aromatizovanje vazduha, ako to želite.
- Sveće za atmosferu.
- Kada, da biste u njoj uživali.
- Stolica za ispod tuša, ako se kojim slučajem osećate slabim.
- Menstruacija tokom procesa ostaje nepromenjena, ipak budite spremni za varijacije, jer su neke žene iskusile neredovnost, jači ili slabiji odliv...
- Nešto za kreativni rad poput umetnosti bilo koje vrste, vez, sviranje gitare ili neki blagi hobi, sve dok u tome uživate, ali ne morate da se time bavite pošto poto.
- Štivo koje je lako i koje čini da se osećate dobro. Materijal za čitanje u ovo vreme ne treba da se ocenjuje kao dobar ili loš - on će samo okupirati um jedan deo vremena. Preporučujem novelu “Magle Avalona” ili neku drugu dobru priču, romantične novele, časopise itd.

- Meditativna i inspirativna muzika.
 - Za drugu nedelju, voćni napitak (od narandže, jabuke ili nečeg drugog što vam odgovara) koji je samo 25 % koncentrovan. Zapamtite da je “stari” sok bolji od sveže ceđenog soka - jedan od razloga za to je činjenica da sveži sok može biti veoma kiseo i usled toga, u to vreme, prouzrokovati nelagodnost u vašem sistemu.
 - Za treću nedelju, bilo koji voćni sok ali ne više od 40 % koncentrovan.
- Džezmahinina beleška:*** Zapamtite da ako imate bilo kakvih pitanja o kvalitetu ili izboru sokova, koristite svoje rasuđivanje jer čitava ideja ovog procesa je u slušanju unutrašnjeg bića. Glavni zahtev je da sok bude razblažen zbog lakšeg apsorbovanja od strane vašeg novog osetljivog sistema. Ako osećate da treba da ostanete na vodi, uradite tako.
- Blok za skiciranje i olovke u boji za kreativno pisanje ili crtanje.
 - Dnevnik da biste pisali o svom ličnom iskustvu i putovanju tokom procesa.

Ono što vam nije potrebno i što ne treba da radite:

- televizor;
- umni rad;
- čitanje nečega što vas opterećuje;
- posetioci;
- telefonski pozivi;
- muzika sa stihovima, ako osećate da vas može ometati;
- jake vežbe;
- izlazak izvan granica vašeg prebivališta;
- bilo šta što će vam odvući pažnju od bitisanja u sadašnjem trenutku.

Beleška: Završetak procesa može biti prolongiran iz individualnih razloga. Ipak, ako pratite smernice, one će za vas obezbediti tekuće i lako vreme. Razlog postojanja smernica jeste taj da vam one pruže podršku, onoliko koliko je moguće, da biste otišli izvan ego uma, da biste prestali da donosite odluke bazirane na navici ili uslovljavanju. Predajte se potpuno bez pozivanja na um. Ako možete zamisliti sebe kao oštroumnog učenika ovih smernica, osećam da ćete početi da otkrivате *majstora* unutar sebe i da više nećete biti rob uma. Što ste više u mogućnosti da se predate da bude ono što treba da bude... samo da dozvolite... pre će vaša suština moći da prosija kroz vas.

Gusenica ne preispitava, i ne bori se za svoj stari oblik - ona jednostavno prihvata proces transformacije i postaje prelepi leptir. Nema bola. Nema otpora. To je prirodni preobražaj.

21-DNEVNI PROCES PREOBRAŽAJA FIZIČKOG TELA Šarmejn Harli

Prva 3 dana:

- Radi lakšeg pamćenja, možda biste želeli da vaš proces počne u ponoć, i od tog vremena pa na dalje neće više biti hrane i pića narednih sedam dana.
- Ovo je mirno vreme da se smestite, meditirate (šta god to značilo za vas) i da ostanete sami sa sobom.
- Uđite unutar sebe da biste uspostavili "cev" komunikacije sa svojim *duhom*, svojim unutrašnjim učiteljem.
- Potvrdite da želite da se proces nastavi.
- Ovo je vaše vreme, vreme u kome treba da budete mirni i da komunicirate sa Bogom.
- U dubokom miru, možete zapitati za ime vašeg *JA JESAM* Prisustva.
- Drugog dana ćete možda osetiti bol u predelu bubrega, donjem delu kičme i/ili u bedrima. To može biti uobičajeno jer ste ostali bez tečnosti koja ispira vaše bubrege a to može prouzrokovati nelagodnost i glavobolju. Toksini koji su otpušteni unutar tela još uvek nisu isprani - za ovo je potrebno vreme. (Ovo se verovatno neće desiti ako ste "bili čisti" pre početka procesa - Džezmahin.)
- Možete otkriti da urinirate mnogo i možete, za kratko, osetiti peckanje.
- Nemojte biti zabrinuti za vaš crevni trakt, pošto se možda još uvek nije ispraznio onoliko brzo koliko vi smatrate da treba. (Možete odlučiti da izvršite ispiranje debelog creva pre početka procesa - Džezmahin.)
- Možete osetiti slabost tela i drhtavicu, tako da prilikom

tuširanja možete koristiti stolicu. Ako je ovo slučaj, neka vaš staratelj bude tu da bi vam pomogao. Možete koristiti i kadu, ako to želite.

- Kada je potrebno da koristite sarsaparillu - isperite usta, a zatim ispljunite to u kofu.
- Lomljenje leda u ustima a zatim ispljuvavanje može biti još jedna opcija - nijedna druga forma olakšavanja žeđi nije dozvoljena.

Nikakva tečnost se ne sme progutati.

- Usta mogu postati hrapava zbog nagomilavanja toksina ili mogu biti sluzava, tada nastavite da ispirate. Ako je potrebno perite zube.

3. dan:

- Naredba dana je da ćutite i budete mirni!
- U jednom trenutku večeri, *duh** će se odvojiti na jedan vremenski period i sačekati dok vaše telo ne bude spremno da se on vrati u svoj svojoj veličini.
- Potvrdite svoju želju da *duh* ode* ove noći i da se proces nastavi.
- Možete da zatražite da budete svesni onda kada *duh* odlazi.*

* (*"Odlazanje duha" se sastoji u stapanju energetskog polja spiritualnog tela sa poljem finije vibracije božanskog ja. Sva energetska tela postoje u okviru polja JA JESAM Prisustva, koje je uvek sa nama, koje je naša suština i koje vodi ovaj proces božanstveno. - Džezmahin.*)

Jutro 4. dana:

- Duh je otišao najverovatnije dok ste spavali.
- Možete se osećati drugačije. Kada je *duh* napustio vaše telo, sva osećanja i ljubav su takođe otišli - stoga se možete

osećati prazno.

- Oslonite se na sopstvenu unutrašnju usklađenost, ili kontaktirajte savetodavca (ako ga imate) ako to želite, da biste videli da li je *duh* otišao.
- Vaše **božansko ja** i *uzvišeni* će početi da rade odmah pošto je *duh* otišao da bi predupredili "proces smrti". Oni su započeli svoj proces danima, možda i nedeljama pre, ali oni neće učiniti ništa što se ne može okrenuti unatrag, u slučaju da promenite mišljenje pre ovog trenutka. Tokom ova četiri dana oni su radili sa energetskim poljima svih vaših tela, menjajući vaš sistem tako da koristi *energiju svetlosti* koja će povisiti vibraciju vašeg tela.

Od 4. do 7. dana:

- Od 4 - 7. dana se takođe ne sme unositi tečnost.
- Ako se tečnost unese, smatra se da će se proces usklađivanja obustaviti i neće se nastaviti za još 24 h nakon što ste uzeli tečnost (odlaganje vašeg procesa). Mnogi su osetili kako im se eterična "kap" ubacuje u ledni deo, u blizini bubrega, tako da nema potrebe da se plašite nedostatka tečnosti.
- Takođe je i dalje naredba da budete mirni!
- Tokom ovih nekoliko dana morate biti svesni potreba svoga tela.
- Preporučuje se da ostanete mirni (nepokretni) i tihi za vreme tri intervala u toku dana.
- Izaberite vreme i pridržavajte ga se. Preporučujemo 10 h ujutru, 13 h i 16 h.
- Ovaj proces preuređivanja (ponovnog poravnavanja) često može da traje oko 2 sata svaki put.
- Možete osetiti nešto od ovog procesa poravnavanja.
- Instinktivno ćete znati kada da promenite položaj (da se npr. prevrnete na drugu stranu), kada da budete mirni ili da odete u toalet itd.

- Možete se osećati “grog” ili teški što je manje verovatno ako ste prethodno već bili dobro usklađeni.
- Najvažnija stvar je da budete mirni u ovo vreme - vi možda i ne mislite da se nešto događa. Ipak, ako ste mirni bićete toga svesni. To može biti veoma istančano.
- Vaše **božansko ja** vas vodi. Bezbedni ste i zaštićeni.
- Sve što treba da uradite je da se prepustite procesu.
- Možete poželeti da govorite sa anđelima, pošto će vam oni pomagati.
- Možete se kupati i tuširati ako to želite.
- Možete iskusiti ono što se naziva “porast eterične temperature” kada osećate da vam je veoma toplo. To je znak da je sve i dalje u redu. Možete biti u iskušenju da se istuširate hladnom vodom ili da skočite u bazen - oduprite se tome - to bi bila veoma drastična promena za telo u to vreme. Da biste smanjili toplotu uzmite pakovanje leda ili zamotajte led u salvetu i postavite ga na zatiljak (to je centar koji će biti osetljiv i koji će vas rashladiti).
- Tokom ovih dana, možete osetiti da ste zaista žedni. Budite toga svesni, ali nemojte popustiti jer ćete na taj način produžiti proces i odložiti uzimanje vašeg prvog pića sedmog dana.
- S obzirom na to da ste više u prostoru uma, vaše misli mogu lutati i biti nesređene. Mogu se pojaviti mnogo misli a bez emocija. Potrudite se da smirite um i meditirajte da biste to ostvarili.
- Možete biti veoma iritirani tj. možda će vam se javiti preosetljivost ili odvratnost prema nekim stvarima, ali potrebno je da budete svesni i da umirite um.

7. dan:

- Oslonite se na sopstvenu unutrašnju usklađenost ili kontaktirajte savetodavca (ako ste izabrali da ga imate), da biste

ustanovili u koje vreme možete popiti svoje prvo piće - obično ovoga dana i to negde u kasno popodne ili uveče. Dozvoljeno je piti sok od voća.

- Sok treba da je koncentrovan 25 % i da se koristi kada je na sobnoj temperaturi i to u maloj količini. Sat kasnije, možete uzeti još malo soka.
- Zapamtite da vaše telo nije ništa okusilo 7 dana. Krenite polako i budite nežni.
- Tada ćete dobiti specifične instrukcije po pitanju vašeg pića.

Od 8. do 14. dana:

- U toku dana je i dalje bitno biti tih.
- Pričajte sa anđelima i oni će vam pomoći u lečenju. Budite srećni. Uskoro ćete se osećati čarobno.
- Od sada pa na dalje, možete piti razređeni sok (25 % koncentrovan).
- Razumite da ste se podvrgli znatnom energetskom preuređenju (poravnanju), iako uglavnom eteričnom. Odmarajte se u skladu sa tim.
- *(Opet, što ste više bili usklađeni pre procesa manji će biti rad na energetskom preuređenju tokom prvih sedam dana - Džezmahin.)*
- Sada dolazi proces isceljenja. On će trajati narednih sedam dana, i morate se striktno pridržavati navedenih uputa sve vreme.
- Hrana nije više deo vaše stvarnosti, jer vaša stvarnost nije više ono što je bila.
- Ako budete “bombardovani” projekcijama misli iz nekog spoljnog izvora (koji je negativan), onda morate pronaći način da okupirate um nečim mnogo mirnijim. Vaš logični um i ego/ličnost mogu biti van kontrole u to vreme. Vi ste potpuno bezbedni od ovoga, u to neme sumnje. Zato, molim vas,

negativnosti ne pridajte bilo kakvog značaja.

- Ovo je nedelja lečenja (isceljenja) - veoma lep period. Uživajte u njemu i odmorite se.

- Tu možete biti upoređeni sa nekim invalidom, molim vas prihvatite ovo i ponašajte se u skladu sa tim.

- Možda ćete puno spavati.

- Možda ćete se osećati omamljeno ili dezorijentisano.

- Možda će se nastaviti nelagodnost u telu.

- Svačije iskustvo je jedinstveno (i zavisi od toga koliko dobro ste se prethodno pripremili).

- Možete se osetiti vrlo energično, ipak, ne trošite ovu energiju, čuvajte je za lečenje.

- Neki ljudi su otkrili da kada se ne odmaraju dovoljno, počinju da se osećaju bolesno ili osećaju neku vrstu nelagodnosti - to je znak da *duh* želi da budete mirni.

- Možete i u ovo vreme uživati u kupanju.

- Odmarajte se, čitajte i ove dane provedite postajući bliski sa svojim **božanskim ja** (*BOŽANSKIM JEDNIM unutar*).

Od 15. do 21. dana:

- Ovo je nedelja integracije. Lečenje se privodi kraju. Više energije narednog finijeg energetskog polja svesti - *BOŽANSKOG JEDNOG unutar* - će početi da se oslobađaju unutar tela, pomalo više svakoga dana.

- Poćećete da se osećate snažnije.

- Upitajte: Šta je moja uloga, moja svrha? Šta li sam došao ovde da radim?

- Možete da, ponekad, priupitate ponešto savetodavca ili da gledate nešto preko videa. To treba da bude "stvar" od koje se osećate dobro.

- 40 % koncentrovani sok je ono što je dozvoljeno - supe i mleko su zabranjeni.

- Svaki dan prihvatite onakav kakav dolazi i nastavite da

budete u sadašnjosti.

21. dan:

- Verujte svom sopstvenom nahođenju, ili kontaktirajte savetodavca (ako ga imate), radi razjašnjenja da ćete proces završiti u ponoć tog dana. (Molimo vas da zabeležite da upotreba ponoći nema nikakve veze sa "satima veštica", kako je to opisala jedna nama draga Francuskinja, već prosto samo označava kraj dana - Džezmahin.)

Promene nakon 21. dana

Možda ste već primetili svoju objektivnost (nevezivanje). Možete se osećati obično ili neobično. Iako se može iskusiti izoštrije čulo mirisa, ukusa i dodira. Vaši zubi mogu biti osetljivi. Možete imati neke bolove. Znajte da se isceljivanje još uvek odvija.

U ovo vreme, nije neobično zapitati se da li je uopšte bilo promena, ili možda, da li ih ne primećujete. Promene će u početku biti suptilne, ipak, osećanje lakoće i blagostanja (ugodnosti) biće očigledno. Ja sam lično primetila male promene i kako je vreme odmicalo primećivala sam sve više i više promena. Moj hod je bio drugačiji (moje stope su bile poravnatije, umesto da štrče ka spolja), izgledala sam viša i uspravnija. Bilo je potrebno par meseci da se otelotvori moje stvarno osećanje povezanosti i jak osećaj da sam jedno sa Bogom. Budite strpljivi sa sobom, volite svoj put i iznad svega uživajte u njemu.

Autentična sloboda je trajna

Sada kada ste završili 21-dnevni proces, vi ste iznad starih verovanja. Život uz stara verovanja, dok u isto vreme pokušavate da verujete u Boga može biti težak. Ne možete živeti u sistemima oprečnih verovanja. Veoma je korisno zapamtiti da je proces zaista početak ostatka vašeg života - zagrlite novo "sebe". Biti ponovo rođen sastoji se od puštanja prošlosti i stavljanja svoje budućnosti u ruke Boga.

Od sada nemate fizičke ili nutritivne potrebe za hranom ili pićem. Šta god odlučite da pijete, važno je da uz to ne date ego/površini uma dodatnu moć. Npr. neki ljudi su bili u iskušenju, koje je izazvalo njihovo staro verovanje, da dodaju miksiranu bananu mlečnom napitku. Ego će potvrditi da vam je banana potrebna zbog celuloze ili kalijuma. Kada biraju pića, neki ljudi misle da to moraju biti prirodni, čisti i zdravi napici. Vama više nije potrebno da birate piće prema njegovoj nutritivnoj (hranljivoj) vrednosti.

Vaša želja za hranom ili pićem nema fizičko poreklo, već dolazi iz mentalnog ili emocionalnog izvora. Ako se ova želja pojavi, možda ćete želeti da je potisnete pićem. To je u redu, savetujemo da budete svedok onoga što radite. Time što ćete biti posmatrač ovih osećanja ili misli, dobićete uvid u sebe i razvijaćete se. Promena će se desiti u toku vremena. Ipak, moguće je da vaši receptori za ukus možda žele neke ukuse (arome). To će se takođe promeniti vremenom.

Budite nežni sa sobom. Nemojte biti ponosna osoba "bez jedenja i pijenja". Neki će piti vodu ili biljne čajeve zato što smatraju da je to zdravo. Deo samosabotaže ega će pokušati da stvori iluziju tako što će vas navesti da verujete da postoji set utvrđenih pravila, sistema pijenja ili da na naročit način on mora da postoji. Bilo koje piće koje želite je potpuno u redu.

Odlučite šta ćete piti bez gubitka radosti života. Ako

želite kafu, to je u redu. Ako želite vodu i to je u redu. Ako želite đus, takode. Možete odlučiti koje je piće "pravo" za vas, po tome kako se osećate kada ga pijete. Ako vam je preteško, to ćete definitivno znati. Naš prvi motiv je da se ide za svetlošću i ljubavlju uz uživanje. Postoji tanka linija između uskraćivanja sebe i primene samodiscipline. Morate otkriti ravnotežu, tako da se ne osetite uskraćenim.

Ne sudite sebi strogo o tome šta je dobro a šta ne kod pića. Nakon procesa neki ljudi su veoma dobri u samodisciplini i ne traže odvrćanje pažnje time što uzimaju da piju nešto. Drugi smatraju da treba da piju više i da im je potrebno to zadovoljstvo da bi se osećali dobro. Svako je različit - to je sigurno - i svako je na različitom stadijumu putovanja. Mi smo tu da uživamo u svom razvoju. Lepo se zabavite i budite dobri prema sebi i drugima.

Društveno, ne postoji razlog zbog koga ne bi trebalo da praktikujete ručkove i večere sa drugima. Npr. neko može uzeti tanjir čiste supe i piće, bez da privlači pažnju na sebe ili da izgleda drugačije. Jednom, kada vam bude prijatno i kada prihvatite svoj novi način života, drugi čak neće ni primetiti ako ne jedete niti će biti zabrinuti zbog toga. Shvatili smo da su naše društvene i poslovne aktivnosti oko jela, u restoranima, kafeima i slično mnogo lakše nakon procesa. Pre smo bili naviknuti da budemo svesni o zdravlju i zabrinuti za stvari poput belog ili smeđeg šećera, kvaliteta, svežine hrane, nivoa konzervansa itd. dok sada možemo biti opušteniji i bolje se provoditi.

Sada ste na tački kada možete ući unutar sebe i tražiti da vam se obezbedi sve što vam je potrebno. Tokom poslednjih 21-nog dana savetovali smo vas da imate poverenje za svo lečenje i blagostanje. Možda će proći još neko vreme pre nego što vaše telo bude u potpunom poravnanju; dozvolite ovom procesu da se nastavi bez spoljnog uplitanja. Vi ste i

više nego sposobni da lečite sebe. Za vaše optimalno i rastuće zdravlje ne treba vam lečenje od strane drugih ljudi, npr. kiropraktičara, lekara ili sl. Vaša savršena težina i zdravlje će se ispoljavati automatski.

Završna reč

Podstaknuti ste da zatražite bilo koju pomoć koja vam je potrebna. Dok otkrivате svoju sopstvenu mudrost i jasnoću, može biti od koristi da porazgovarate sa nekim drugim, možda sa nekim ko vam je pomagao u toku procesa ili nekim ko zna put koji ste izabrali. Niko ne zna više od vas, niti ima više uvida nego vi sami. Ipak, u pričanju sa drugim osobama vaša bistrina postaje očigledna. Često, dok budete postavljali pitanje, shvatićete da, takođe, znate i odgovor! Slobodno nas kontaktirajte, pošto smo voljni da podelimo vaša iskustva.

Sa puno ljubavi,

Šarmejn Harli

I molim vas uživajte u čudima.

Kada neko posveti sebe Bogu a ne iluziji - efekat na čovečanstvo i na planetu je nemerljiv, i moć isceljenja je ogromna. Svaki put kada *biće* podigne svoju vibraciju efekat se ustalasa do najdalje tačke univerzuma.

Džezmahinina beleška: U odnosu na Šarmejnin komentar o “starom” soku, koji su neki puristi (čistunci) doveli u pitanje, želela bih da naglasim da sam ja pre procesa jela zdravu hranu i bila ovisnik od spiruline i vitamina. Shvatila sam da se veliki deo ovog putovanja sastoji od poverenja. Završavanje procesa a zatim i dalje uzimanje vitamina ili samo “zdravih” pića bi predstavljalo nepoverenje u sile *svetlosti* i u činjenicu da nas one održavaju. Veliki skok vere!

Logično, shvatila sam da pošto sam verovala da sva moja hrana, vitamini i održavanje dolazi zaista od *svetlosti* - a

zatim i iskusila koristi tog poverenja u vidu zadržavanja zdravog tela - mogu da unesem bilo koji “nezdrav” ukus koji želim, jer ću uživati samo u vrednosti ukusa, a ne u nutritivnoj vrednosti. Počela sam da menjam svoj čisti voćni sok za kapučino ili zalogaje čokolade koje sam povremeno uzimala samo zato što volim ukus slatkih stvari.

Za mene, apsolutnog puristu hrane nekih 20 godina, proces je bio veoma oslobađajući! Biti hranjena od praničnih energija i biti slobodna da jedem čokoladu ili odreske od krompira jednom ili dva puta nedeljno tokom zime samo iz zabave, je veoma zabavno!

Pravi dar ovog procesa je sloboda! Sloboda izbora, sloboda od ograničavajućih verovanja, sloboda da dozvolimo *BOŽANSKOM JEDNOM u nama* da nas održava na svim nivoima a ne samo nutritivno. Lično, preporučila bih da svako ko se podvrgne procesu ostane u okviru njega bez uzimanja bilo kakve hrane barem 6 meseci ili dok ne dokaže sebi bez ikakve sumnje da ga zaista održava prana. Ipak, kao i uvek, taj izbor mora biti samo vaš. Znajte da će se vaša težina stabilizovati ako ste u vezi sa tim reprogramirali svoja verovanja i znajte da će vaši energetski nivoi postati veoma visoki. Takođe ćete otkriti da vam je potrebno mnogo manje sna nego pre. To su 3 definitivna znaka da vas hrani prana.

Pošto se ovaj proces sastoji u svesnom stapanju sa *BOŽANSKIM UNUTRAŠNjim JEDNIM*, uvek koristite svoje rasuđivanje (oštroumnost i objektivnost), uvek verujte svom unutrašnjem vodstvu, jer ćete biti testirani na tome iznova i iznova. Proces nije staza zagarantovanog “prosvetljenja” ili brzog rešavanja problema koje imamo, već je samo naredni korak u nastavku našeg puta samomajstorstva.

Ako imate sumnje o podvrgavanju procesu, onda nemojte da mu se podvrgavate još uvek. Zatražite od *BOŽANSKOG JEDNOG u vama* da vam ga učini veoma

očiglednim da je ono deo vašeg "plana"! To nije "hir" niti najnoviji trend nju ejdža. Ponovo, lično, preporučujem da se podvrgnete procesu samo ako apsolutno osećate da je to vaš naredni korak, bez sumnje, bez pitanja i bez straha.

Podvrgavanje ovom procesu se može smatrati veoma radikalnim potezom, ipak, za one koji su usklađeni sa *BOŽANSKIM JEDNIM unutar*, za ratnike ili jogije, često je to savršeno prirodno pošto instinktivno razumeju istinske poklone ovog putovanja.

Ako ste jako vođeni iznutra, onda zatražite od *BOŽANSKOG JEDNOG u vama* da vas savršeno pripremi na svim nivoima, tako da možete proleteti u radosti, lakoći i skladu kroz 21 dan!

I budite svesni da što se bolje pripremite pre procesa, ovaj prelaz će biti lakši.

Poglavlje 15

DRUGI NAČINI

Za one koji nisu usklađeni sa, ili možda nisu zainteresovani za paradigmu uspenja, stvaranje svetog prostora i razumevanje inicijacije, ovde su predstavljene druge alternative. Ideja o životu od *svetlosti* kosmičkih sila postoji već eonima vremena. Lično, ja ovo ne mogu da izdvojim iz njegove spiritualne baze i da ga posmatram kao jednostavnu stvar ishrane, ipak rad Vilija Bruksa (Wiley Brooks) i nekih drugih pokazuje pokušaj da se učini upravo to. Program koji oni preporučuju je prilično jednostavan.

Prvo, pripremite se kao da ćete se podvrgnuti procesu. Budite nežni i fini prema svom telu, kao što je prethodno rečeno. "Moja je preporuka da pripremite telo na častan način da biste zagarantovali lakoću i užitak u ovom procesu tranzicije. Preporučujemo postepeno izbacivanje iz ishrane crvenog a zatim i belog mesa, onda prelaz na sirovu hranu, zatim na supe i tečnosti, a nakon toga nastavite onako kako ste intuitivno vođeni. Koliko će vremena proći od stanja "mesoždera" do trenutka kada ćete početi da jedete sirovu hranu i da pijete tečnost zavisi samo od vas. Uradite to na način koji vam daje zadovoljstvo i komfor. Vaše telo će vas voditi ako ga slušate." Bez obzira na to kako pretvarate telo da bi uzimalo hranu od kosmičkih sila i dalje će ostati "stvari" u pogledu reakcija emocionalnog i mentalnog tela koje su i ćelijske i kulturnološke. Rad sa većim kosmičkim silama i realnost da smo duhovna bića koja imaju ljudsko iskustvo izgleda da nas još više opunomoćuje. Naročito u ovoj tački linearnog vremena, izbor da se održavamo samo uz pomoć prane nije ni uobičajen.

jen ni popularan. Za nas koji smo začetnici ovoga na Zapadu, svi dokumentovani podaci o putovanjima su korisni i mi ćemo ih slobodno podeliti sa drugima.

Pošto je moja lična stvarnost čvrsto ukorenjena u paradigmu uspenja a uz to je i moja "pozadina" u pogledu izbora ishrane bila intuitivna sve dok nisam razumela usklađivanje radi postizanja maksimalnog potencijala na svim nivoima, priznajem da mi je teško da razumem bilo koga ko preduzima ovo putovanje a da nije spiritualno svestan.

Ako radite sa nekim vašim smernicama ili intuicijom 21-dnevni proces će vam, ipak, obezbediti "brz put" u procesu konverzije. Onima koji imaju povezanost sa *uzvišenim majstorima* darovi na putovanju će biti zaista čudesni. Sa druge strane, ljudi koji su se podvrgli procesu bez stava potpune predaje i poverenja iskusiće ga kao izazov i borbu, bez tragova ikakvih darova i milosti koju će osetiti drugi.

Neuzimanje hrane ili tečnosti u periodu od 7 dana može biti veoma ekstreman proces i izazov za onoga ko nije pripremio ili uskladio svoje "vozilo". Ipak, ako osoba ima jaku unutrašnju povezanost, ova inicijacija ima potencijal da bude radosna i sveta.

Za one koji žele da eventualno žive samo na prani preporučujemo da odmah prate instrukciju koja sledi, pošto će ona "na pravom mestu" uspostaviti proces konverzije koji omogućava ishranu pronomi. Zatim slušajte svoje telo. Ono će vas voditi da počnete da intuitivno i bez napora eliminišete različite supstance iz vaše ishrane i to na potpuno prirodan način. Dozovite elemental fizičkog tela i zapovedite mu:

"Naređujem da od ovog momenta apsorbuješ sve vitamine, nutrimente i hranu - koji su potrebni da bi održali fizičko zdravlje na vrhuncu - iz sila prane."

Znaćete kada se proces konverzije događa, jer će se vaša težina stabilizovati a energetski nivoi će biti visoki.

Poglavlje 16

BUĐUĆI POTENCIJAL - GLAD U SVETU

Kao što sam napisala u predgovoru, "Oni (*uzvišeni majstori*) mi pokazuju vizije sveta bez gladi, bez ostataka hrane ili uzgajanja, izuzev onog da se uzgaja zbog lepote a ne i potrebe. Zamislite koliko bi se milijardi dolara moglo preusmeriti u druge svrhe, ako bi svako verovao da ga može hraniti univerzalna supstanca, *Božje svetlo*?"

Sve više i više postajemo svesni i ulazimo u duboko znanje da ono na šta se koncentrišemo se i manifestuje i raste. Prepoznavanje moći uma da stvara predstavlja istinski potencijal čovečanstva tj. prepoznavanje moći misli da stvara a zatim i da budemo dovoljno disciplinovani da se fokusiramo na ono što je najviše i za individualno i masovno dobro. Ovo zahteva brak između ljudskog srca i uma, gde "Prava inteligencija predstavlja kapacitet uma da poštuje mudrost srca", Emmanuel Book 11, "*Izbor ljubavi*".

Shvatite da ako masovno nastavimo da usmeravamo misaone forme, medije i pažnju na svetsku glad potvrđujući zastarelo mišljenje "Ako ne jedete, morate da umrete.", onda će mase izglednelih i umirati.

Shvatite da ako masovno nastavimo da usmeravamo misaone forme, medije i pažnju potvrđujući zastarelo pravilo "Ako ne jedete, onda ćete umreti.", onda će i anoreksični umirati. (Na problemu anoreksije se mora raditi dvostrano. Prvo, treba raditi na emocionalnim "pitanjima" i iskorenjivanju "nedostatka samopoštovanja" koje je u korenu uzroka ove

bolesti i drugo, moramo "imati posla" sa gore navedenim verovanjima kulture masa koja nastavlja da tvrdi da "Ako ne jedete, umrećete".)

Shvatite ako mi, kao masa, nastavimo da fokusiramo svoje misli, medije i pažnju na podržavanje zastarelih verovanja poput "Svako je rođen, svako mora i da umre.", onda će svako ko je rođen i umreti.

Provedite nekoliko momenata ili sati u dubokom razmišljanju i zapitajte sebe:

- Koliko vremena provedete u spremanju hrane?
- Koliko novca i vremena potrošite prilikom kupovine u krcatim supermarketima?
- Koliko vašeg prihoda se troši na hranu i socijalne događaje vezane za nju?
- Koliko energije i resursa svake nacije je usmereno na kultivaciju i produkciju hrane?

Zamislite...

- Svet bez klanica (vegetarijancima i borecima za životinjska prava bi se to naročito dopalo)!
- Svet bez uzgajanja životinja koje pasu po vrednoj zemlji čekajući da budu zaklane.
- Svet bez farmi i pašnjaka koji se koriste za proizvodnju hrane.
- Svet bez McDonalds restorana i restorana brze hrane za poneti (strašna misao za neke, bez sumnje).

Zamislite...

- Svet bez gladne dece - svake sekunde negde u svetu dete umre od gladi ili loše ishrane.
- Svet bez anoreksičnih tinejdžera.
- Svet bez siromaštva, pošto bi se milijarde dolara koje potrošimo na hranu, mogle preusmeriti za društvene promene i jednakost životnih uslova, što bi rezultiralo smanjenjem stope kriminala, nepostojanjem sirotinjskih četvrti i potrebe

za socijalnom pomoći.

Zamislite...

- Planetu ujedinjenu za dobrobit svih, pošto je život od *svetlosti* ili motivisan od, ili dovodi do duhovnog buđenja ka svesnijem i harmoničnijem stanju bića.
- Promena dolazi putem otvorenosti za nove ideje, usudivanja da se bude drugačiji, uzdizanjem iznad mediokriteta.
- Postoji bolji način postojanja, mnogo potpuniji. To je način postojanja koji prihvata naš pun potencijal gde je telepatija normalna, gde je biti održavan od *svetlosti* normalno i gde je, takode, fizička besmrtnost normalna.
- To je budućnost naše planete. Neko mora utrti put prihvatanjem ovih ideja kao realnosti a onda ih i živeti.

Fusnota oktobra 1997.

Vreme je da se pomerimo izvan reči i trivijalnosti, i da pokažemo svoje majstorstvo dok pragmatično počinjemo da ponovo uskladjujemo različite sisteme naše planete. To je ono što M.A.P.S. (Pokret probudjenog pozitivnog društva) radi, re-educacija i pročišćenje postojećih sistema na način koji funkcioniše za dobro svih.

Kroz uvođenje ideja i metoda finog usklađivanja naša je namera da pomognemo u eliminaciji svetske gladi putem hranjenja pranom, što će onda obogatiti okruženje i stvoriti podnošljiviju budućnost planete.

Mnogi su komentarisali da je ovo preveliki poduhvat, jer ipak živimo u društvu sa zapanjujućim tehnološkim dostignućima. Jedna od najmoćnijih sila promene su mediji. Kada bi se moć medija koristila na pozitivan način, sa čestitošću i željom da se poštuje inteligencija publike, velike promene bi se mogle pojaviti širom sveta za vrlo kratko vreme.

Za mene lično, jedan od najvećih izazova je da

prođem pored glavnog toka medijskog početnog neverovanja i aspekta senzacionalizma, tako da bismo mogli uraditi nekoliko opširnih reportaža o ovoj "novoj mogućnosti" kao praktičnom rešenju problema svetske gladi. Putovanje reedukacije se nastavlja...

Fusnota 2001.

Avgusta 1999. završila sam dvogodišnji istraživački projekat u kome sam intervjuisala preko 100 ljudi koji su uradili 21-dnevni proces i preobrazili se tako da žive od svetlosti. Njihova prosečna starost je bila 47 godina, najstarija je bila 93-godišnja žena iz Beča, a najmlađe je bilo dete od 13 godina. U ovoj knjizi sam, takode, zašla dublje po pitanjima gubljenja težine i odnosima sa familijom i prijateljima nakon 21-dnevnog procesa. Takode smo dotakli razne medijske pogrešne interpretacije koje su bile u vezi sa našim istraživanjem.

Sabirajući ovo i druga istraživanja od strane dr Karla Graningera, dr Barbare An Mur (Barbara Ann Moore), Čoa Kok Suia (Choa Kok Sui) iz mreže *Praničnog lečenja*, zatim dr Džirdžina Bača (Juergen Buche), čiji kung fu majstora sa svojim prirodnim *Bigu* stanjem, i mnogih drugih, kompletirala sam knjigu "*Ambasadori svetlosti - projekat protiv gladi i za zdravlje u svetu*".

Tu se posmatra redistribucija svetskih resursa, koristi globalnog vegetarijanstva, razoružanja i drugih stvari koje "ako su upućene na pravu adresu" mogu omogućiti znatna sredstva za ishranu, odevanje, smeštaj i holističko obrazovanje svih prema potrebi.

Takode obrađujemo pitanja kao što su dug "trećeg sveta", povećanje novca za socijalnu pomoć, genetski inženjering i opšta pozicija gajenja domaćih životinja i njegov uticaj na okolinu, kao i zdravlje i dugovečnost.

Poglavlje 17

PARADIGME - KUTUMI

Preko Džezmahin 2. 9. 1996.

I tako, dragi moji od *svetlosti*, ove večeri ste se sakupili poput oblutaka na plaži. Došli ste u velikom broju oblika, sa mnogo različitih razumevanja, zar ne? Okupao vas je talas energije zajedno, pri ovom okupljanju, poput plime koja stvara talase na plaži. Ova plima, ova struja energije, je samo proglašenje jednog zakona koji vlada vašim kontinuumom vremena i prostora, jednog od zakona koji vlada formacijom života, materije i energije u ovom kvadrantu svemira koji zovete planeta Zemlja.

Kada očitavamo *svetlost* koja sija kroz centre vaših srca, ona dolazi sa različitim gradijentima, isijava sa različitim stepenima sjaja. Svi se vi razvijate i skupljate informacije koje pomažu vaš lični razvoj i razumevanje. Centri vaših srca se mogu uporediti sa vratima iza kojih je možda zamračena soba. Pa ipak, kada se ova vrata otvore, dolazi do isijavanja svetlosti koje ide iz druge sobe gde su sva svetla upaljena. Neki od vas tragaju za vratima. Neki od vas su ih pronašli i vrata su napola otvorena. Za neke od vas vrata su otvorena potpuno i svetlost iz unutrašnjosti sija poput plamena.

Kao što smo vam mnogo puta rekli, čovečanstvo se razvija prema *božanskom planu*. Svi imate različite uloge koje igrate u toku razvijanja ovog plana. To je poput informacije koja biva privučena vašim bićem i to u direktnom odnosu sa energetskim signalima koje emitujete. Jer vi emitujete signale

zauvek, bilo da ste toga svesni ili ne. Sve što je u okviru vašeg života, u okviru vašeg "gravitacionog polja" stoji kao odgovor signalima koje ste emitovali.

Energija i svest uzvišenog koji se zove Kutumi (Kuthumi) predstavlja široko polje svesti. Jedna od uloga koju je ova svest uzela je ta da glumi na vašoj fizičkoj ravni, i to je uloga *učitelja sveta*. Razlog zbog koga smo mi (*uzvišeni*) i Kutumijeva svest privučeni u vaše okupljanje ove večeri je taj da pričamo o igri koja se odvija na ovoj planeti, da govorimo o stvaranju trojstva paradigmi.

Postoje tri paradigme koje se odigravaju u mikrokosmosu vašeg skupa. A vaš skup, dragi moji, je čist mikrokosmos makrokosmosa koji se odigrava na svetskoj sceni, jer se suština koja ste vi, u svojim različitim nivoima razvoja, može ogledati u svetu danas, zar ne?

Prva paradigma je stvaranje lične stvarnosti koja vam dozvoljava, kao što smo vam rekli ranije, da kao individue živite život do svog maksimalnog potencijala; da više ne idete na jednom cilindru, ili na 2 ili na 3, gde sve ono što osećate je možda fizičko, emocionalno ili mentalno, već da shvatite da imate jedan drugi aspekt sebe - vaše *božansko sebe, božansko ja*; da date nalog tom *sopstvu* da bude potpuno prisutno u vašoj realnosti buđenja, na način koji dopušta vašem srcu da "peva".

Kada ste stvorili svoju ličnu paradigmu, koja vam dozvoljava da izrazite svoju *božanstvenu prirodu* u potpunosti na ovoj ravni na način koji vas održava radosnim i pasioniranim, živeći život do najvećeg potencijala, tada ćete otkriti da gravitirate (da ste privučeni) ka onome što nazivamo globalnom paradigmom.

Globalna paradigma je obrazac energije u kome ljudska bića teže da budu zajedno formirajući orkestar umesto da budu individualni "svirači", da budu deo kolektivne grupne

svesti koja formira *božanski orkestar*. Ova paradigma će se globalno ispoljiti na fizičkom planu saglasno vašoj viziji kolektivne celine. Ona će se ispoljiti u političkim, edukativnim, socijalnim i ekonomskim sistemima. Među vama postoje bića koja svesno rade na implementaciji globalne paradigme koja će dozvoliti da novi milenijum, predskazano *Zlatno doba*, postane fizička realnost na vašoj ravni, a ne samo da bude san za kojim traga nekolicina radi boljeg načina života. Osećate promene u ubrzavanju vremena, zar ne? To je zato što se vibracija menja tako brzo, dok dopuštate ispoljavanje *božanske sile* iz unutrašnjosti svog bića.

Postoji sve više i više vas koji tragate za unutrašnjim vratima i dozvoljavanju *svetlosti* vašeg *božanskog ja* da se potpuno ispolji na planu fizičke realnosti, a to je ono što ubrzava promene. *Božansko ja* živi u paradigmi simultanog vremena, gde ne postoji odvojenost između prošlosti, sadašnjosti i budućnosti, gde se brzina vibracije elektromagnetne energije pomera takvom silom i stvaralačkom moći da ne postoji odvojenost linearnog vremena.

Vaša srca dopuštaju ovim energijama da prođu kroz njega iz unutrašnjih vrata, da stvaraju velike lične promene a zatim da se uliju u globalnu paradigmu.

Koliko vas prisutnih ovde radi na 3. paradigmi stvaranja? To je završni krak trojstva koje se sada otkriva i to je paradigma univerzalnog pripadanja. To je pripremanje čovečanstva da razume da postoje druge životne forme u drugim nivoima energije, u drugim galaktičkim izrazima i drugim planetarnim izrazima. To je razlog zašto se informacije koje se tiču drugih životnih formi, vanzemaljskih inteligencija, sada puštaju i dolaze na vaš nivo razumevanja.

Simultano, postoje 3 paradigme koje su konstantno povezane i koje se konstantno izvode. Stadijum probuđenosti unutar svake osobe zavisi od toga kojoj je paradigmi pristupi-

la u bilo kom momentu. Mnogi od vas su postavili svoju ličnu paradigmu na prvo mesto. Mnogi su se pokrenuli da bi bili aktivni u implementaciji globalne paradigme. Sada počinjete da radite na pripremanju svoje ostale braće i sestara za nadolazeću informaciju da ste svi deo univerzalne celine.

Interesantno je pročitati energije čovečanstva, jer u procesu buđenja, postoje neki koji osećaju da sve ono što postoji u životu predstavlja trodimenzionalnu stvarnost. Oni funkcionišu sa energetskim zrakom nižeg uma i nižeg emocionalnog tela. Niži um - to znači biti "zarobljen" po pitanju opstanka, posla, rađanja i produženja vrste na ovoj ravni.

Postoje oni koji su se sada "zakačili" za viši um - onaj aspekt sebe koji je čisto božanski, koji traži odgovore na pitanja zašto ste u otelotvorenju i koji se stara da kohezivno radi kao grupna svest da bi doneo nivo iskustva fizički po celoj planeti. Tu radite sa svesnošću za dobro svih. To je sila vodilja višeg uma - raditi kolektivno, tako da kada čovečanstvo na ovom planu ispoljavanja dosegne određenu tačku buđenja i svesti, možete zauzeti mesto koje vam po pravu pripada u okviru univerzalne paradigme.

Ova univerzalna paradigma, dragi moji, (a govorimo onima od vas koji su prisutni gde je ovo razumevanje možda još uvek malo ostvarivo, a takođe, i onima prisutnima za koje je ovo stvarno) - vidi vašu planetu Zemlju i čovečanstvo na njoj kao jedan deo gigantske slagalice, jedan deo od bezbroj ekspresija životnih formi, kroz sve dimenzije vremena i prostora, koji je stvorila *jedna sila* u svom iskustvu ekspanzije i kontrakcije.

Ovo je mnogima poznato kao "udisaj" i "izdisaj" Boga. Kvantnim fizičarima je poznato kao ujedinjeno polje energije koje se kontinualno širi i kontrahuje. To je fluidno kretanje svesti sa kojom ste spojeni i čiji ste deo. 1 % vašeg bića stanuje u fizičkom otelotvorenju. Pa ipak, za mnoge 100

procenata njihove percepcije oseća da je sve ono što jesu taj 1 %. Kada otvorite vrata višim sferama kroz centar srca i dozvolite većem aspektu sebe da se izrazi na ovoj fizičkoj ravni, tada je trenutak kada počinje magija, to je trenutak kada se osećate ispunjenim kao ljudsko biće - jer tada počinjete da koristite svoj puni potencijal kao **božanska iskra svesti**.

Kako istražujete i razumete zakone stvaranja (univerzalne zakone), kako razumevate da su svi nivoi bića fluidne struje svesti (kao uostalom i sve što postoji), kako razumevate da zaista stvarate svoju stvarnost time što odaberete da se fokusirate na to što želite da stvorite, tada svesno počinjete da stvarate ličnu, globalnu i univerzalnu paradigmu koje rade harmonično u saglasnosti za dobrobit svih na ovoj ravni. To je ono što tražimo od vas.

To je jednostavna igra i od mnogih je traženo da je igraju ako to osećaju kao dobro u svom srcu. Srce predstavlja vrata. Srce ima istinsku inteligenciju i vezu spajanja višeg i nižeg uma. To su vrata koja vam dozvoljavaju pristup 4/5 mozga koje ste zamoljeni da aktivirate i koristite tako da možete biti potpuno biće koje funkcioniše na svim cilindrima.

Možete igrati igru patnje i nedostatka ako vam to donosi satisfakciju. Ali svi prisutni, i oni koji rade svesno sa stvarnošću *uzvišenih*, su sada odlučili da je dosta patnje koju smo osećali i u ovom i u prethodnim otelotvorenjima. Kada se neko probudi do slave **BOŽANSKOG JEDNOG u sebi**, onda potreba za patnjom prestaje. Prava priroda *božanstvenosti*, Bog u nama, je *biće* koje ne zna za granice, ali zna bezgraničnu ljubav i radost - i to je kvalitet, suština, koju ono donosi dok se ispoljava u vašem životu na ovom planu.

Osećamo u čitanju energija ovde prisutnih, da je potrebna informacija za svakoga od vas da biste stvorili savršeni most koji formira unutrašnja vrata. Svi ovde traže dalje informacije, zar ne?

Shvatite, dragi moji, da je vaše fizičko biće samo masa ćelijske memorije i kao takvi vi u sebi imate baze podataka koje podsećaju na kompjuterske fajlove koji drže svo vaše znanje iz prethodnih otelotvorenja - vašeg sadašnjeg i budućeg otelotvorenje takođe - tako da ako za nečim tragate znajte da je informacija o tome u vama. Ako date naredbu da vam se ta informacija otkrije, to se mora i desiti.

Mi smo donosili serije programiranja (vidite sledeće poglavlje - Džezmahin) koja dozvoljavaju onima koji ih koriste da budu u poravnanju sa *Božjom voljom* i da poštuju usaglašene ugovorne aranžmane sa *BOŽANSKIM JEDNIM*. Svako *biće* koje se ovde nalazi je pre uzimanja otelotvorenja na ovoj ravni "potpisalo" ugovor sa *silom stvaranja*. Taj ugovor je kao uloga koju ste se složili da igrate u jednoj tački razvoja Zemlje - da zaista budete deo veće celine, da zaista "svirate" u orkestru, božanstvenom i savršenom, onda kada naučite koji je instrument vaš i koja pesma treba da se izvede.

Kada tragate za narednim delom vašeg plana, znajući da ste se programirali da budete u poravnanju sa *božanskom voljom*, možda ćete poželeti da jednostavno zatražite da sledeći savršeni deo božanskog plana sada jasno otkrije sebe vama, i da sa sobom dovede osobe koje će vam, sada, savršeno dozvoliti da ispoljite u fizičkoj stvarnosti ovaj komad plana. Taj program i instrukcija, dragi moji, koju dajete univerzalnim silama će dozvoliti da vam se to otkrije jasno, jer ste im dali instrukciju i one će vam preko drugih bića koja će dovesti pomoći u manifestovanju.

Vi ste svesni da radite na 3 nivoa, da radite kao grupa svest za utemeljenje plana Zlatnog doba. To je velika paradigma koja treba da bude utemeljena i stvorena, zar ne? To je veća paradigma koju treba implementirati u fizičku stvarnost, kojom treba preći granice i ujediniti vaše društvene, političke, ekonomske i edukacione strukture.

Ovo utemeljivanje globalne paradigme je kreacija 12. nivoa vašeg svetlosnog tela. Prisutni ovde, aktiviraju različite nivoe kreacije svetlosnog tela unutar njih i postaju svesni onoga što je već u njima. To je kao odlazak u dvorac koji je u mraku, i kada okrenete ključ, koji predstavlja unutrašnja vrata, i otvorite vrata tada aktivirate dovod struje (uključujete napon za sva svetla). Ali vi morate proći kroz svaku sobu dvorca i sistematski upaliti svako svetlo. To je aktiviranje vaših svetlosnih tela, jer je sve već prisutno samo to pre niste videli. Kada upalite unutrašnje svetlo, ono će vam se i otkriti.

Neki od ovde prisutnih su otvorili vrata i aktivirali svetlost koja će im otkriti šta se nalazi u foajeu i hodnicima. Drugi su aktivirali svetla svojih predvorja, kuhinja, spavaćih soba itd. Dvanaesti nivo koji je utemeljen, utemeljen je od strane onih koji su prošli kroz, aktivirali i upalili svako svetlo u unutrašnjem dvorcu. Ovo ima smisla, zar ne? Oni su postali svetionik nove globalne paradigme.

Kada je lična paradigma utemeljena i kada su sva svetla popaljena, kada ste postali probudeno biće, kada ste se probudili do slave *BOŽANSKOG JEDNOG* i prepoznali da ste doživeli uspenje, tada ćete, takođe, znati da ste majstor koji je "sišao" i koji sada utemeljuje globalnu paradigmu kao deo svog prethodno usvojenog ugovora sa *BOŽANSKIM JEDNIM*. Kada su svetla upaljena, to će delovati kao svetionik, kao svetionik drugim bićima koja još uvek tragaju za stvaranjem moćne lične paradigme.

Globalna paradigma, dragi moji, mora biti manifestovana fizički. Sada mnogi od vas čuju poziv, zar ne? Poziv da se grupišu zajednički, da se povežu, da stvore fizičku realnost na ovoj ravni koja je za dobrobit svih i da donesu informaciju; da imaju ponos i hrabrost da to urade u lice ismejavanju. Kolektivne mase, dragi moji, još uvek nisu našle vrata za unutrašnjost dvorca; ostavite uključena svetla u svim sobama

koje tamo postoje i otkrijte magiju, istinsku božanstvenost i svest koju tako donosite.

Stojite uspravno i govorite o univerzalnoj paradigmi, o kosmičkoj braći i sestrama, vanzemaljskoj inteligenciji, bićima od *svetlosti* i ljubavi, o datom pozivu čovečanstvu da postane deo *Intergalaktičke federacije svetova* (tela svesti koje vlada drugim paradigmama svih planeta u drugim energetskim poljima). Za to je, dragi moji, potrebna hrabrost.

A mnogi ovde još uvek svesno ne žele da govore o univerzalnoj paradigmi, ipak doći će vreme u vašoj bliskoj budućnosti, kada će se o takvim stvarima diskutovati slobodno i kolektivno. Ova informacija dolazi preko vaših medija, zar ne? Ona je posejana, govoreći rečima više svesti. Osim toga, kao odgovor pozivima unutar srca probuđenih, vreme je da “zavrtimo točak”, dragi moji.

Kao što smo i rekli, postoji sve vreme na ovome svetu, a ipak nemamo vremena za gubljenje. Vreme je da zaronite u centar svog srca, da pronađete unutrašnja vrata; da razumete da ste vi toliko široko multidimenzionalno biće; da otkrijete 99 % sebe koji vam se možda nisu otkrili u potpunosti na ovoj fizičkoj ravni. Vaša misija je da budete ovde, ali da budete neograničeni. Nije vreme, kao što smo rekli, ličnog prosvetljenja i napuštanja ovog plana egzistencije. Vreme je da budete lično prosvetljeni, a zatim i da prosvetlite svet, da upalite sva *svetla* u svim srcima, u svim unutrašnjim sobama, u unutrašnjim dvorcima svih ljudi koji nastavljaju da budu u fizičkom otelotvorenju u ovom vremenu sadašnjosti, na vašoj planeti.

Tako da, dragi moji, možete ostati u okviru shvatanja da je sve ovo glupost, i neki od prisutnih su se zapitali da li je to možda tako. A ipak, možete odlučiti da poslušate svoje srce i da budete otvoreni za istraživanje drugih paradigmi, da razumete da postoje druge stvarnosti koje možda sada biraju

da budu istražene. Prilikom istraživanja ovo donosi velike plodove u fizičkom svetu.

Ovo donosi dar telepatije; dar vidovitosti, moć da se vide energije i druga “carstva”; sposobnosti samoisceljenja i isceljenja drugih; dar da se bude sposoban da se uskladi sa otkucanjima srca *majke/oca stvoritelja Boga* koji zrači iz centra srca svih životnih formi i izraza na ovoj ravni. Takođe donosi dar velike magije.

Pa birajte, dragi moji. Izbor je između života u *svetlosti božanskog JA JESAM* i znanja velike magije i bezgraničnog bića, i možda nastavka u sferi straha i sumnje i nesigurnosti. Izbor uvek postoji, dragi moji, jer sve paradigme postoje u fizičkoj stvarnosti dualiteta na ovoj ravni.

PROGRAMIRANJE - MOĆ UMA

Bila sam vođena da uključim ovo poglavlje s obzirom na to da je jedan od najmoćnijih darova koje sam dobila prolazeći kroz proces bilo razumevanje potrebe za deprogramiranjem ćelijske memorije i reprogramiranja u samomajstorstvo neograničenosti.

Kako sam razumela:

“Vaše telo je biokompjuter, vaše misli su softver, a vaš život je otisak ova dva. Promenite softver, ponovo napišite ili modifikujte program i promenite život. To je tako jednostavno.”

Sledi članak koji sam napisala za “Silver Cold” magazin, a zatim ga doradila i proširila za “ELRAANIS Voice”, da bih uključila dodatne “alatke” za programiranje. Zbog visokog nivoa uspeha mnogih koji su koristili ove informacije, iznosim ih ovde radi vaše zabave i pozitivne moći transformacije koju će vam doneti u život ako ih koristite.

Nakon završetka moje druge knjige *Umetnost rezonancije*, moje unutrašnje vođstvo je bilo da prestanem da čitam. Možda zato što je projekat bio intenzivno fokusiran duže od 6 meseci, a za to vreme sam pokušavala da “izatkam” istraživački materijal koji je skupljen iz prethodno pročitanih 40 tekstova. Moja namera je bila da, obezbeđujući dobro istražene podatke iz mnogih izvora, prezentujem priručnik za lako korišćenje “alatki” za samopomaganje koje poštuju srce i intelekt.

Više nego ideja “uzimanja odmora” od istraživanja, je

bilo razumevanje značaja dozvoljavanja da se ono što je pročitano smesti u ćelijsko znanje, koje se može postići samo proživljavanjem. Takođe sam intuitivno znala da u sebi nosim svo potrebno znanje da bih bila bezgranično biće za čijim sam jasnim pokazivanjem težila.

Budući da mogu posvedočiti i o drugima koji su se podvrgli procesu, pojavljuje se obrazac koji izgleda da koristi svo naše “znanje”. Duša se pokreće, počinjemo da se budimo. Žedni smo znanja. Poštujemo intelekt kroz istraživanje i otkrivamo zajedničke stvari, niti istine koje izranjaju kroz svo učenje *majstora* i *mudraca*, starih škola i religija. Kombinujemo i znanje kvantne fizike. Otkrivamo *univerzalne zakone* i prepoznajemo da oni rukovode svom energijom i materijom i predstavljaju temelj svih nauka i religija. Razumemo da su to zakoni sami po sebi. To su *zakoni stvaranja* i kada radimo sa njima, magija se događa. Mi vežbamo, “igramo se” i svesno stvaramo.

Znajući da stvaramo stvarnost putem svoje vizije, marljivo posmatramo proces misli, brišući sve osim bezgraničnog mišljenja. Prečišćavamo, reprogramiramo, prisustvujemo odgovoru zakona energije i isporučujemo ovu novu paradigmu u svoju svakodnevnu stvarnost.

Meditacija donosi darove nevezanosti (objektivnosti), i postajemo svedoci, stvaraoci koji osećaju i žive u svojoj sopstvenoj kreaciji. Shvatili smo da uticaj *bića* i življenja na taj način (koje intelektualno razumemo), daje stvarnosti još veću moć. Jer, zrak energije misli je manje moćan nego duboko ćelijsko znanje koje izbija iz svake ćelije, svake niti našeg bića, menjajući elektromagnetno obrasce energije oko nas. Celo telo šalje frekvencu, rezonanciju koju saopštava fluidnom univerzumu koji mu na nju odgovara. Kaže se da univerzum doslovno sebe rearanžira da bi udovoljio našem modelu stvarnosti, jer je to *Zakon rezonancije* na delu.

Preko svesnog stvaranja, preko usklađivanja i programiranja, pronalazimo da *univerzalni um* razgovara sa nama kada se uključimo u *božansko kosmičko kolo*. Zbog naše *božanstvenosti* nemamo potrebu za hranom ili snom i ne patimo, jer se svesno reprogramiramo u radosti, skladu, lakoći itd. Probuđeni i opunomoćeni preko namere, programiranja i igranja po pravilima *božanske igre*, stvaramo mostove između svetova, paradigmi i doživljavamo *Jedinstvo* u svemu.

Svedočimo o ritmu *svetlosnih* radnika i “glavnog toka” društva. Mnogi traže da se zabave, zarade novac i da čine dobro. Mnogi prosto teže da stvore model koji će im dopustiti da žive život na svom maksimalnom potencijalu (fizičkom, emocionalnom, mentalnom i spiritualnom), na način koji poštuje sve - pozitivna paradigma *novog doba*.

Pozitivne paradigme mogu biti stvorene preko specifičnog programiranja sa namerom. Programiranje je instrukcija koja se ponavlja. Pošto u svakom momentu fizičkim i emocionalnim telom upravljaju mentalna tela (niži i viši um), efektivno programiranje nas oslobađa i takođe usmerava kroz život. Ono dozvoljava putovanju opstanka da bude jednostavno, tako da možemo harmonično napredovati. Sledi program koji mnogi smatraju najmoćnijim:

“Draga *majko/oče stvoritelju Bože*, molim te da se svaki momenat svakoga dana razvije u potpunom i savršenom poravnanju sa *božanskom voljom* u *božanskom vremenu*.”
(Ovaj program garantuje uspešno ispunjenje svih usklađenih snova i vizija, i čini da prestanemo da se pitamo da li nam je “namenjeno” da uradimo nešto. On nam, takođe, dozvoljava da znamo da ako se nešto ne manifestuje, onda to nije u poravnanju, ili nije spremno po *božanskom tajmingu*, tako da ga možemo pustiti.)

“Tražim da svi moji odnosi u svakom trenu budu za najviše dobro drugih, kao i za moje najviše dobro.”

(Zašto bismo želeli da naši odnosi budu ista drugo, osim ono najviše? Ovo takođe daje našim vezama dozvolu da budu sve ono što mogu da budu, slobodne od naših očekivanja.)

“Tražim da energetska polja mog fizičkog, emocionalnog, mentalnog i spiritualnog tela budu u savršenom poravnanju, tako da moje **božansko ja** bude svesno u potpunosti ispoljeno na fizičkom planu i svim planovima postojanja, na način koji mi donosi veliku radost, lakoću, sklad, zadovoljstvo i obilje.”

*Najmoćnija sila stvaranja i pretvaranja u univerzumu je sila **božanskog ja** (JA JESAM ili monada). Zahtevati od nje da nas poravna znači da će to i biti urađeno moćno i na način koji je radostan, jer zato što smo božanski, zaista više ne moramo da patimo ili da ostajemo u ciklusu konstantnog prolaska kroz “propisane procedure”.*

Ovo gore sam nazvala osnovnim programom. On je napravljen da bismo postigli ono što želimo da stvorimo. Programi mogu biti dugoročni (osnovni) ili pak kratkoročni, a oni služe za postizanje specifičnog rezultata. Ipak, nakon reprogramiranja, potrebno je da budemo oprezni po pitanju svojih misli, birajući da prihvatamo isključivo mišljenje koje je u poravnanju sa bezgraničnošću.

Razlog zbog kojeg mnogi osećaju život kao manje savršen se nalazi u ćelijskoj memoriji i u izboru naše pažnje u svakom momentu. Dr Dipak Čopra kaže da su ćelije samo sećanja obučena u materiju. Uzvišeni nam ukazuju na to da ako je biće imalo 1000 otelotvorenja i ako je svako od njih trajalo prosečno 30 godina (zaokruženo) onda imamo 30000 godina ćelijske informacije bazirane na memoriji, i to samo iz zemaljskog ciklusa.

Kopanje po svojoj ćelijskoj memoriji bez specifičnog programiranja može nas zabavljati eonima godina i može biti vremenski neefikasno. Ako težimo spoznavanju svojeg

pravog sebe i da doživimo neograničenost, onda je najlogičniji pristup koncentrisanje pažnje na svom neograničenom **božanskom ja** osećajući da sve ono na šta se fokusiramo postaje naša stvarnost!

Specifičan program za one koji su već usklađeni se nalazi dole u tekstu. On je napravljen da bi nas održavao spremnim u vreme “zaposlenosti”, kada ne možemo uvek implementirati našu “normalnu” ili željenu rutinu.

PROGRAMIRANJE ZA NEOGRANIČENOST

“Sva moja tela su usklađena, snažna, u zdravlju i formi. Ona vibriraju a takođe se i izražavaju u savršenoj harmoniji ritma *majke/oca stvoritelja Boga*. To je istina bilo da jedem, spavam, vežbam ili meditiram.”

Ovaj program odbacuje “traku sopstvenog govora” koju neprestano puštamo zbog gore navedenih navika, kao i bilo kakvu krivicu ili ograničavajuće misli koje možda posedujemo po pitanju svog jela, spavanja, vežbanja, meditacije ili drugih navika. Ako se već programirate, ubacite svoje sopstvene programe rada. Gore navedeni program jednostavno “prelazi preko”.

Jedan od izazova u manifestovanju - nakon poravnanja naše volje sa “većom slikom” (*božanskom voljom*) - je tajming. Mnogi su, takođe, bez sumnje otkrili da samo zato što ste u poravnanju, ne znači da će se stvari manifestovati kada očekujete, jer obično postoje i drugi delovi (i ljudi) slagalice koje tek treba otkriti, stvoriti, namestiti u dobru poziciju itd. Ja koristim sledeći program sa velikim uspehom, jer on

dopušta zagarantovano, savršeno, korak po korak poravnato razvijanje. Takođe dopušta da se sve razvija tečno u božanskom vremenu:

“Tražim da moj naredni savršeni ideo/korak u *božanskom planu* jasno otkrije sebe meni i donese mi savršene igrače koji učestvuju u stvaranju i izvršavanje ovog plana tako da se može fizički ispoljiti SADA”

Kako su mnogi svesni, mi se sada podvrgavamo “grupnoj inicijaciji”, učimo da radimo harmonično i zajedno na ovoj fizičkoj ravni. Ovaj program, takođe, doziva prave ljude (one koji učestvuju u ispoljavanju našeg udela u planu) da sa nama rade, da bi se naše vizije sada manifestovale.

Onima koji rade sa, ili razumeju simultane vremenske šeme, naredni program dozvoljava ponovni pristup našim prošlim i budućim darovima koji će nam dati moć pri našem ispunjavanju unapred ugovorenog udela u “većem planu”.

“Dajem instrukciju svom *JA JESAM Prisustvu* da donese u moju svest sve talente, darove i informacije iz prošlih, sadašnjeg i budućih života, koji će me dalje opunomoćiti u ispunjavanju mog udela u *božanskom planu* na ovoj fizičkoj ravni SADA”.

Glavna korist od majstorstva uma i svesnog stvaranja preko programiranja, koncentracije i namere je sposobnost da privučemo, iskoristimo i usmerimo izvornu moć stvaranja! Kada smo u poravnanju sa *božanskom igrom*, ova moć je neograničena u svom kapacitetu da magično koristi celini.

UPUTSTVA ZA NOVI MILENIJUM

- Usmerite pažnju na kvalitet informacija koju razmenjujete, a ne na spoljne strukture.
- Nemojte ponovo “izumeti točak”- koristite darove i talente drugih, udružite se da zajedno napravite moćnu celinu.
- Otvorite se kooperaciji a ne takmičenju, jer takmičenje potpomaže separaciju.
- Sva uputstva proverite sa glasom radosti odgovora svojeg srca.
- Prihvatite ponudu *unutrašnjeg učitelja* da pohađate časove - na unutrašnjim sferama preko meditacije i mirnog dubokog razmišljanja - i spoznajte ko ste vi zaista.
- Budite neograničeni u svom razmišljanju - kvalitetno razmišljanje donosi kvalitetan život.
- Pustite svoju maštu da teče - zapamtite da je imaginacija dar od Boga da vas poveže sa sferama duha.
- Budite jasni u svojoj viziji i slobodno je podelite sa svima koji traže to od vas.
- Ovo je grupna inicijacija, tako da svi moraju dobrovoljno da se jave motivisani samo radošću u svojim srcima i svojim priznanjem da delimo zajedničku viziju.
- Obratite pažnju na one koji se mogu dobrovoljno ponuditi da pomognu u fizičkom ispoljavanju vaše vizije, jer svi imaju ulogu koju treba da igraju, dar koji treba da donesu.
- Budite svesni moći jezika i koristite reči koje pokreću (reči koje su “okidači”). Ako tražite jedinstvo koristite poziti-van jezik u paradigmi jedinstva.
- Radite u skladu sa onim što pričate - budite živi primer.
- Besplatno delite informacije, vreme i izobilje.
- Zapamtite da ne možete osigurati “autorska prava” za *uni-verzalni um*.

- Budite tečni i fleksibilni - širite se u ono što je novo i BUDITE u svakom momentu (uvek prisutni u sadašnjosti).
- Uskladite se, razvedrite se i rastite!

Uzvišeni majstori
"Prijatan preokret"

Poglavlje 19

SAMOISCELJENJE

Jedan od najvećih darova koje možete pokloniti sebi je da potpuno vladate nad svojom molekularnom strukturom i svim svojim energetskim poljima. Ta vlast nam omogućava da živimo u apsolutnom zdravlju, neprekidnoj regeneraciji i da nismo bolesni ni na jednom nivou svoga bića. Jedna od prvih stvari koju treba da naučimo je kako da harmonizujemo sebe, preuredimo štetne, oslabljene ili nefunkcionalne energetske šeme, a onda stvorimo savršeno zdravlje svoga tela. Osim svesnog programiranja i gajenja pozitivnih misli, pozitivnih osećanja i kvalitetne ishrane (uključujući i ishranu živom hranom ili pranom), postoje i druge praktične vežbe koje se mogu upražnjavati svakoga dana u cilju ojačavanja naših energetskih polja i postizanja savršenog zdravlja.

Ovaj deo obrađuje vežbu koja nam upravo to omogućava i u koju su me uputili *uzvišeni*. U skladu sa svojim životnim tempom, vežbu možemo praktikovati za vreme tuširanja, u sklopu meditacije, ili vežbi za istezanje kao jedan čin ljubaznosti prema telu. Koristićemo mišiće, um, nameru i volju da kroz mentalno telo "downloadujemo" (prebacimo) program u svoje fizičko telo.

Kada smo sinhronizovani sa *božanskim planom* bez unutrašnjih programa sabotiranja, ovaj program garantovano uspeva. Onima koje interesuje poravnanje sa vremenom, razvijanje višeg plana kao i reprogramiranje unutrašnjeg sabotera, predlažem da pročitaju poglavlje "Moć uma".

Pre svega treba shvatiti da je sve energija i da postoji elektromagnetna mreža energetskih linija - meridijana koji

okružuju zemlju i prožimaju objekte, prostor i vreme. Meridijani u našim fizičkim telima odražavaju njih - "kako gore tako i dole". Moć isceljenja proizilazi od namernog prikačivanja za ovu energetska mrežu putem vizualizacije i zamišljanja kako se energetske linije našeg tela spajaju sa mrežom energetskih linija i sa energetskim matriksima u višim dimenzijama. Npr. kada se tuširamo, možemo zamisliti da umesto vode kroz tuš curi čista *svetlosna tečnost*, mreža energetskih linija (kao špageti) koja prolazi kroz vrh naše glave (temenu čakru, sahasraru) da bi bila brzo apsorbirana od strane naših unutrašnjih meridijana. Pojednostavljeno rečeno, fizički oblik se prilikom svakog novog utelovljenja stvara na osnovu eteričkog "nacrt" ili kalupa koji privlači i oblikuje mrežu energetskih linija ili energetske matrikse. Kroz ponovljena utelovljenja (inkarnacije) ćelije, koje su memorije "odevene" u materiju, postaju gušće i teže - u osnovi zbog "toksičnog" razmišljanja i toksičnog osećanja - to se dešava pre praktikovanja "bezgraničnog bića". Pošto se molekularna i atomska struktura magnetizira u eteričkom planu, naši energetski meridijani često atrofiraju pod dejstvom težine. Prema tome, povećavanjem količine svetlosti u svojim ćelijama, ne samo da još jednom preuzimamo vlast nad svojom molekularnom strukturom, nego i potpuno aktiviramo energetski matriks svojih svetlosnih tela.

Meditacija

Zamislite da se nalazite u jednoj specijalnoj prostoriji u kojoj zlatno-belo zračenje iz *Velikog centralnog Sunca*, izvora energije ovog svemira, ulazi i prolazi kroz vašu sahasraru čakru onda kada je uspostavljena veza. Veza se uspostavlja samo uz pomoć vaše vizualizacije i namere - to je tako jed-

nostavno.

Meditacija/vežba počinje ovako:

Zatvorite oči i nekoliko puta duboko udahnite. Zamolite svoje **božansko ja/JA JESAM** *Prisustvo* da apsorbujete unutar sebe savršenu voltažu životne energije iz najvišeg i najčistijeg izvora koji je savršen za postizanje vašeg sklada - SADA. Zatim zamislite kako se vaši unutrašnji meridijani spajaju sa eteričnom mrežom energetskih linija koje mogu izgledati masivnije ili finije. Komandujte, imajte nameru i vizualizujte da kada se veza uspostavi, čista životna isceljujuća energija počinje da ulazi u vaše telo i ide sve do vrhova prstiju na rukama i nogama. Vizualizujte i naredite da se punite ovom energijom, kao da okrećete brojčanik - sve dok ne proteku i ustale se čisti potoci zlatno-bele *svetlosne energije* kroz celi energetski matriks vašeg tela.

Možete da zamislite ove *svetlosne zrake* kako se kreću izvan, kroz vrhove prstiju na rukama, kroz čakre ruku, kroz stopala i prste na nogama, kačeći vas za planetu Zemlju i dopuštajući ovoj čistoj sili energije da vas koristi kao sredstvo za pomoć, tako da ne samo što će očistiti i uskladiti vaše meridijane, već će se energija opunomoćavajuće kretati kroz vas a zatim će pomoći isceljenje Zemlje. Vizualizujte da dok se ova energija uliva u vaše telo, ona počinje da se okreće kao vrtlog proširujući vaše meridijane, a onda "vrtite" *tokove svetlosti* u sve ćelije, organe, krvotok i kosti tela.

Kada ste se zakačili za i svesno proširili energetski tok i naredili čistoj životnoj energiji da započne proces lečenja/preuređenja, možete nastaviti sa daljim svesnim programiranjem.

Mantra za prvi aspekt izlečenja jeste mantra za oprostaj. Mi nismo nesavršeni, ali u našim ćelijama postoje zapisi iz drugih vremena kada smo mislili da jesmo. Prva mantra, dok posmatrate kako ove energije kolaju vašim telom, jeste da

otvorite svoje srce i kažete univerzumu: "Ja opraštam i meni je oprošteno". Nastavite da zamišljate kako se energija kreće kroz vas, udišite duboko i prilikom izdisaja ponavljajte mantru: "Ja opraštam i meni je oprošteno". Radite ovo sve dok vam vaše *unutrašnje Jedno* ne kaže da prestanete. Verujte svojoj intuiciji. Sledeća mantra isceljenja je: "Ja sada izbacujem (oslobađam, otpuštam) svu neskladnu energiju iz svih svojih energetskih polja". To se može skratiti rečju "izbacujem" (oslobađam, otpuštam).

Dok *svetlost* struji unutra kroz temenu čakru, puneći meridijane - zamišljajte da prolazi takvom snagom koja izbacuje sve neharmonične energije iz svih vaših ćelija preko pora kože. Možete zamisliti *svetlost* kako ulazi u telo i ispunjava svaku ćeliju, zatim pljušti iz tela kroz vrh glave (kao šampanjac koji se preliva iz čaše) stvarajući mehur elektromagnetnog *svetla* oko vas. Zamislite ga kako se širi do granice koju postavljate kada potpuno raširite ruke i bar još 6 inča dalje (1 inč je 2,54 cm. Prim. ured.). Možete imati nameru da *svetlosni* mehur i moćno polje koje stvarate budu potpuno neprobojni za sve energije, osim za one koje vam čine najveće dobro. Ako ovaj svetlosni mehur stalno imate oko sebe i puniti ga čistom Božjom energetskom silom, tada će sve energije ove planete iz svih znanih i neznanih izvora biti ili odbačene ili apsorbirane i izmenjene bez dodirivanja vašeg "jezgra". Takođe, dok otpuštate i vizualizujete ove neskladne energije koje se kreću ka spolja kroz pore vaše kože, kada se one povežu sa *svetlošću* oko vas, znajte da će biti automatski pretvorene i preuređene te stoga neće imati štetan efekat na vašu okolinu.

Sledeći korak, nakon što ste intuitivno vođeni da prekinete sa naredbom izbacivanja jeste naredba "izleći" (ili isceli). Opet, moć leži u vašoj nameri i veri u to da posedujete moć da lečite svu neharmoničnu energiju i bolesti u vašim

poljima. Zamislite kako energija struji ka unutra kroz temenu čakru povećavajući količinu i moć životne sile unutar, tako da dok ova energija preplavljuje svaku ćeliju počinje da transformiše smežurane ćelije u okrugle, sočne, *svetlom* ispunjene grozdove - ili zamislite bilo šta drugo, što će stvoriti efekat lečenja ćelija, njihovu regeneraciju i obnavljanje savršenog zdravlja.

Sledeća naredba je "obnovi". Vizualno slikovito zamišljanje je slično kao i u prethodnim primerima. Nakon toga možete da koristite mantru: "Izbaci, oprosti, oprosti, izbaci, izleči, obnovi, obnovi, izleči, izleči do savršenstva, jer je to *božanska* namera - SADA."

Kada ste ovo završili, možete vizualizovati da je moć izlečenja koja se nalazi u čakrama na vašim rukama potpuno aktivirana i direktno uključena u najčistiji izvor izlečenja koji je u univerzalnoj životnoj sili. Dok sedite u meditaciji, možete šake usmeriti u neki poseban deo tela kome je potrebno izlečenje i primeniti naredbu i vizualizaciju da se to uradi. Dobar način da testirate i izmerite svoje sposobnosti samoizlečenja (i njihov napredak), jeste da izaberete jedan deo svog tela koji želite da izlečite i da se koncentrišete na njega svakodnevno dok se ne primeti fizička promena. Na primer, to može biti vena na nozi, mladež na ruci, ili neki mali ožiljak. Dok sedite u meditaciji, nakon što ste se uključili u energetsku mrežu i uskladili kao što je prethodno savetovano, i dok su vam ruke prslonjene na telo, pri izdisaju možete dati naredbu: "Izleči telo SADA.", ili "Izleči vene SADA". Vizualnim slikovitim zamišljanjem privući ćete čiste i moćne sile isceljujuće enerije u čakre svojih ruku. Energije će protičući kroz njih biti apsorbirane od strane dela tela kome je lečenje potrebno. Zamislite kako ćelije apsorbuju *svetlost* poput sundera, preobražavaju toksičnu energiju i leče sebe do savršenstva.

Oni koji žele da upražnjavaju i fizičke vežbe, treba da zamisle sebe kako su uključeni u energetski matriks čistih sila izlečenja. Zamislite da se vaše telo puni energijom koja sada protiče poput široke i brze reke. Možda ćete početi da pokrećete telo intuitivno, kao da izvodite neki sveti ples ili neke izometrijske vežbe. Možete ovo upotrebiti da prođete kroz čitavu seriju vežbi istezanja kao i kroz joga položaje i vežbe. Koristi neće biti samo povećanje gipkosti i sklada, već i izlečenje i preuređenje vaših energetskih polja. Kada se istežete ili kada plešete istežite mišiće do njihovog punog kapaciteta stežući ih i opuštajući u pulsirajućem ritmu, istežući ih sve više i više kako napredujete.

Sve vreme zamišljate da je ono što struji u i prolazi kroz čakre vaših ruku, stopala, sahasrara čakru (temenu čakru), a takođe i kroz druge čakre, čista isceljujuća energija koju privlačite u telo naredbom i namerom. Zatim vizualizujete da ste povezani sa energetskim tokovima celokupne kreacije i zakačeni za reku jedinstva. Takođe možete da koncentrišete um na pojedini organ ili deo svoga tela za koji intuitivno smatrate da mu je potrebno lečenje ili više pažnje.

Svakodnevno praktikovanje ovih tehnika obezbediće vam jako “vozilo”, naročito ako je to kombinovano sa čistom ishranom, čistim mislima i osećanjima, i nekim drugim programom vežbi koji intuitivno primenjujete. *Uzvišeni* kažu da što imate jače “vozilo”, to možete intenzivniju *svetlosnu energiju* da primite, “nosite”, zračite, menjate njen ritam, prenosite i šaljete od svojih elektromagnetnih polja. Dok svesno preuređujemo svoja energetska polja privući ćemo nivo realnosti koji odražavaju našu sopstvenu šireću svest. Tehnike koje su navedene u ovom poglavlju obezbediće potpuno aktiviranje naših eteričnih energetskih matriksa (*svetlosnih tela*) i pripremiće nas za svesnu buduću teleportaciju.

POSTSKRIPTUM MAJA 1996. REAKCIJE ŠTAMPE

Nakon moje turneje po Hong Kongu i Americi gde sam imala mogućnosti da gostujem na radiju i televiziji i pričam sa novinarima i mnogim drugim o životu od *svetlosti* vođena sam da uključim sledeće belčške.

Važno je da razumete da će oni koji odaberu da se podvrgnu procesu tim postupkom doslovno odgurnuti mnoge zapadnjake izvan njihovog “prihvatljivog okvira stvarnosti”. Jednu stvar sam otkrila tokom intervjua za novine, a to je bio izazov da objasnim u vremenskom okviru od 10 minuta svoju realnost kojoj je bilo potrebno 20 godina da se stvori.

Da bismo razumeli kako neko može da živi od *svetlosti*, moramo imati određeno razumevanje nauke više *svetlosti* i zakona energije. Eksperimentalno i intelektualno istraživanje u ovim poljima koje smo preduzeli moje kolege i ja doslovno stvara novi jezik i novu paradigmu stvarnosti. Ovu novu stvarnost će veoma lako razumeti oni koji su dovoljno zainteresovani da uče i da rade svojim intuitivnim znanjem i rasuđivanjem.

Jedan novinar je rekao da svakog minuta deca umiru od gladi i loše ishrane i da promena našeg verovanja i ustrojstva uma o nutritivnim potrebama za hranom njih neće spasiti. Kada razumemo dinamiku energije, razumećemo da su deca povezana sa energetskim poljima svojih roditelja, naročito sa poljem svoje majke sve dok ne napune 18 do oko 24 meseca. Tada ona započinju proces odvajanja za koji neke škole miš-

ljenja kažu da se završava između 14. i 21. godine u zavisnosti od osobe. Kada se odrasli izlože stvarnosti mnogih osoba širom sveta koje su sposobne da žive samo od *svetlosti*, oni će izgubiti strah i promeniće svoje ustrojstvo uma. To će voditi modifikaciji frekvencija i kvaliteta energije koju emituju. Njihova deca će odgovoriti u skladu sa tim. Sve je povezano. Tajna je u razumevanju moći uma nad molekularnom strukturom.

Takođe je veoma važno da naš fokus bude jasan. Ovo je proces slobode. On se ne sastoji od toga da li jedemo ili ne. Statistički govoreći, veliki procenat ljudi koji izaberu ovaj put se vrati hrani. Ipak, oni na ćelijskom nivou nose u sebi i intelektualno i iskustveno razumevanje i znanje da mogu, ako to žele, da budu održavani samo od *tečnog svetla*. Prema tome, oni su uklonili još jedan strah.

Globalno, mi smo pioniri ovog novog načina bitisanja koji se veoma društveno i ekonomski razgranava. Ako bi naučna ili medicinska "bratstva" bila zainteresovana da uvede praktična rešenja koja bi mogla da spasu 2/3 populacije sveta od umiranja od gladi, ona bi dobila neverovatnu medijsku zastupljenost. Ipak, budući da ova naša staza izaziva duboko ukorenjene sisteme verovanja u zapadnoj kulturi, mnogi su suočeni sa starim paradigmatima straha, naročito straha koji generiše neznanje.

Mi, kao *radnici svetlosti*, stvaramo novu paradigmatu ljubavi i svetlosti. Život od *svetlosti* je samo ko-prodakt ovoga. Mi učimo da koristimo ostale 4/5 mozga za koje medicina i nauka kažu da ih ne koristimo. To je zato što život na ovoj tro/četvorodimenzionalnoj stvarnosti zaokuplja samo 1/5 našeg mozga. Ostatak se koristi za pristupanje višoj svesti. U ovoj igri, ovoj paradigmati, se radi o svesti, o definisanju energije na osnovu svesti koja joj je pripojena. Najviša svest povlači sa sobom najviša energetska polja i najviše

moćnosti.

Takođe, činjenica da imamo na raspolaganju dodatnih 90 - 95 % energije, koju trenutno koristimo za varenje hrane (neki izvori kažu da trošimo 40 % naše energije za varenje hrane), znači da smo slobodni da ovu energiju koristimo za istinsko istraživanje svog neograničenog potencijala. To može biti izazov, naročito kada ste sa ljudima koji veruju da im je potrebno "gorivo" i spavanje, ali kao i sa svime, potrebno je da i njih poštuemo.

Skoro, dok sam putovala imala sam mogućnost da istražim stvarnost života bez spavanja. Pošto je moja energija bila vrlo sinhronizovana sa energijom "vrtloga" Mt. Shasta, shvatila sam da nisam umorna i da nemam potrebu za spavanjem gotovo nedelju dana koje sam tamo provela. Uobičajeno sam, kada nisam spavala, ujutru osećala umor, bila mlitava i imala podočnjake. Svesna ove stare reakcije prilikom lišavanja spavanja, jednostavno sam prihvatila svoje trenutno stanje budnosti, koristila vreme da razmišljam, da meditiram i da deprogramiram a zatim i reprogramiram telo da bude ispunjeno energijom i sveže ujutru, tako da se to i dešavalo. To je bio samo eksperiment koji je urodio plodom i koji mi je podario novi nivo slobode. Znam da mi spavanje nije potrebno i da nemam potrebu za hranom, tako da sam slobodnija, moćnija i nezavisna od verovanja koje ograničava mnoge na ovom planu, jednostavno usled nedostatka njihovog razumevanja za ovo.

Pošto sve više ljudi istražuje neograničenu prirodu svoga bića staza postaje lakša, inspiracija od živih primera je mnogo češća i uobičajenija. Kao "kosmički telepat" - biće koje prima i odašilje poruke drugim bićima u mnogim dimenzijama - savetovana sam da zbog transformacije koja se dešava na planeti i priliva finijih vibracija ni za koga nije neophodno da se podvrgne 21-dnevnom procesu. Možemo

jednostavno dopustiti ujedinjenom polju energije (kako su ga nazvali kvantni fizičari, Bogu po religijama ili univerzalnoj životnoj sili po pripadnicima nju ejdža) da nas održava i to će se i desiti, jer je potencijal polja povećan. Uspah ovoga zavisi od vlasti koju imamo nad svojom molekularnom strukturom i od nivoa poverenja i vere u sopstvenu *božanstvenost*.

Za neke ovo je kao da kažu: "Nemoj ići tim avionom do Pariza, samo se dematerijalizuj, a onda rematerijalizuj.", što je za mnoge lakše reći nego učiniti. Imati ustaljen proces koji dozvoljava konverziju energetskih polja nižih tela da bi bila održavana od svetlosti je poput aviona. Krajnji ishod je isti, ali je brže i jednostavnije nego li godine treninga i deprogramiranja i reprogramiranja koje mogu biti potrebne novajliji da bi naučio umetnost dematerijalizacije.

Svi mi posedujemo ove sposobnosti ali smo ih zaboravili, a proces prisećanja teži da donese, između ostalog, sumnje i strahove. Od nas, od čovečanstva, se traži da napravimo kvantni skok iz straha u ljubav, iz mraka u svetlost. Nova paradigma ovog 7. zlatnog doba je stvaranje *Dijamantskog doba*, gde ljubav i *svetlost* postoje da bi razbili ciklični obrazac uspona i pada čovečanstva.

Moja lična paradigma realnosti je da živim život na takav način da koristim svoj pun potencijal, fizički, emocionalno, mentalno i spiritualno. Svoje telo vidim kao biokompjuter, moje misli su softver, a moj život je otisak ta dva. Mnogi drugi i ja sada svesno ponovo pišemo svoje individualne i kolektivne softverske programe, tako da na ovom nivou egzistencije možemo postojati harmonično kao ujedinjena polja energije, na način koji poštuje sve životne forme. Živeti od *svetlosti* je ko-prodakt ovoga, što potvrđuje i poštuje našu ličnu sposobnost da dozvolimo "Bogu u nama" da nas održava na svim nivoima.

Univerzalni zakoni energije određuju da će ono na šta

se fokusiramo da raste. Tako da, ako izaberemo da se koncentrišemo na svoje savršenstvo, na svoju *božanstvenost*, prepoznaćemo i iskusiti *božanstvenost* i savršenstvo u svemu. Vreme je da imamo hrabrost da isijavamo ovo *svetlo*, "hodajte onako kako govorite" i uživajte u svakom koraku svog puta.

DRUGI POSTSKRIPTUM: NOVEMBAR 1996. DRUŠTVENA REAKCIJA

Jedna od ranih odluka koju sam donela kada sam naučila da iznesem informaciju o ovom putovanju u knjizi, je bila da napišem poglavlje o stvarnosti "nakon procesa". Kako je vreme prolazilo videla sam mnoge osobe koje su se podvrgle 21-dnevnom procesu (ili nekom sličnom) i ostale na tečnosti nedelju dana, mesec dana, 6 meseci, godinu, ili čak i više. Negde, uz put, oni su doneli odluku da se vrate jelu u društvu. Ponovo, razlozi su bili različiti, ipak kao objektivnom posmatraču i istraživaču bilo mi je interesantno da saznam i zašto.

Ovog proleća sam na Novom Zelandu imala priliku da se ponovo povežem sa mnogim osobama koje su se podvrgle 21-dnevnom procesu za vreme od moje poslednje posete pre godinu dana. Diskusije su otkrile da su se vratili jelu zbog društvenog pritiska, nedostaka podrške i osećanja otuđenosti i izolovanosti zbog svog izbora. Kako i čitaoci znaju, opšta reakcija na osobe koje održava *svetlost* u zapadnom društvu trenutno variraju od potpunog neverovanja do reakcije "Pobogu zašto? Ja nikad ne bih ostavio hranu - imam previše

užitaka u jelu i druženju uz jelo.”, a takođe su prisutne i druge reakcije po tom pitanju.

Ovakav izbor danas ima veoma malu podršku i nedovoljno razumevanje. Kada prođe uzbuđenje zbog toga što možete živeti od prane, sledi svakodnevna provera od strane tekuće stvarnosti. Možda ćete otkriti da vas više ne zovu na večere, jer se ljudi možda osećaju nelagodno zato što ste tamo a ne jedete niti sa njima “lomite hleb”. Izgleda da neki osećaju krivicu na nekakav način zbog toga što još uvek žele da jedu, kada možda intuitivno znaju da im to nije potrebno, a vaše prisustvo im služi kao svedočanstvo koje može pobuditi osećanje da imaju slabu volju (kako neki kažu). Opet, postoji mnogo toga što pobuđuje vaš izbor i primer.

Ovo je veoma kompleksno i konfrontivno pitanje. Trenutno, hranjenje pranom nije staza kojom mnogi idu. Neki su usamljeni i umorni od toga da budu različiti. Njima nedostaje osećanje da su “deo društva”. Oni prestaju da pričaju o tome, prestaju da se osećaju radosnim zbog toga. Oni igraju igre “pretvaranja” da jedu u nekim situacijama koje zahtevaju njihovo prisustvo a gde osećaju da je neprikladno da privlače pažnju na sebe. Lista se nastavlja.

Važno je shvatiti da svi pioniri na početku stoje sami. Upravo je to ono što čini začetnike: smelost da se bude različit; hrabrost da se prokrči nova staza; prihvatanje ismejavanja i osuđivanja vaših koraka; znanje da neznanje rađa strah i razumevanje da na Zapadu mnogi nisu izloženi i edukovani po ovom pitanju.

Lično, retko kad prisustvujem društvenim događajima koji imaju veze sa jelom, jer sam otkrila da ljudima može biti nelagodno da budem tamo ali da sa njima ne učestvujem u tome. Druženjem uz popodnevni čaj ili odlaskom u kafiće izbegava se pitanje jedenja ili ne jedenja. Ovo pitanje postaje veoma “crno - belo” prilikom kontakata sa mnogim ljudima

kada čuju da ne jedete. Ako vide da jedete supu - zbog društvene igre - ili med u čaju, oni odmah govore: ”Ja sam mislio da ne jedeš? Na tome možeš da živiš.”, a to kažu tako cinično i osuđujuće da se prosto zapanjite. Da se ovo desilo samo jednom ili dvaput, ne bi bilo toliko strašno. Ali ovo je tipična reakcija mnogih ljudi na mnoge koji su na ovom putu. Nakon nekog vremena možete se osećati kao da idete u samo oko orkana, kao da stalno plivate uzvodno od konvencionalnog i to vas može prilično izmoriti. Čujem povratno dejstvo. Iskusi sam toliko od toga sama, pa ipak... čarobnost i darovi koje putovanje donosi u ponovnom samootkrivanju su zaista nemerljivi.

Ako se podvrgavate ovom procesu budite svesni. Ovo može biti prirodno za vas, ali ne i za 99,9 % vašeg okruženja. Uredite život tako da stvarate najmanju reakciju ako želite mir i ako ne želite konfrontaciju. Primenite zdravi razum. Uskladite se sa energijama onih oko vas. Programirajte svoj život da ispoljava ono što je najviše i to podelite sa drugima. Budite svesni da ono što vas uzbuđuje, obično ne uzbuđuje druge. Možete osećati da je vaša nova sposobnost ne jedenja i održavanja potpunog zdravlja i energije čudesna, ali većina ljudi će to ipak odbaciti kao nešto apsurdno.

Čak i u areni “nju ejdža” i među alternativnim terapeutima postoji visok nivo skepticizma. Alternativni terapeuti samo dolaze do toga da preuzimaju odgovornost za sopstveno zdravlje kroz poboljšanje ishrane, vežbe, nutriticiju i edukaciju ljudi da shvate ulogu koju nerazrešene negativne emocije imaju na stvaranje bolesti. Ova ideja bez hrane, vitamina i nutritivnih dodataka, potresa industriju onoliko koliko i ideja alternativne terapije “izleči sam sebe ili prevencija bolesti na prvom mestu” trenutno potresa milijardodolarsku farmaceutsku industriju.

Kada smo pozvani da diskutujemo o životu od svet-

losti na televiziji, obično je prisutan i lekar koji uvek kaže da je nemoguće živeti bez hrane i "goriva" koje osoba dobija iz nje. Naravno, nama je potrebna adekvatna hrana da bismo održali zdrav sistem, ali ono što lekar ne uzima u obzir (ne shvata) je to da se mi hranimo iz drugog izvora "goriva". Pošto većina zapadnjačkih lekara nije čula za pranu, ideja da možemo da živimo bez hrane odmah uspostavlja reakciju poput: "Pa ona je ili zavedena (zaludena) ili je apsolutno čudo.", da citiram doktora iz Huntington Memorial bolnice u Kaliforniji, kada smo bili pitani o našem radu u emisiji "Čudan univerzum"!

Poglavlje 21

JESTI ILI NE JESTI

Šta sad? Prošli ste proces, stekli ste velike uvide, ZNATE da možete da živite od *svetlosti*. Shvatili ste da su potrebe fizičkog tela minimalne, da u stvari emocionalnom telu nedostaje večera (društvena događanja) ili da se mentalno telo "dosaduje" zbog nedostatka ukusa ili koji god da je neki vaš posebni izazov.

Za vas koji nemate izazove, "skidam kapu" - vi ste zaista jedinstveni! Uživajte u putovanju i podite na novi nivo. Prestanite da unosite tečnost. Samo dišite, uživajte i pišite mi o vašim uvidima i znanju, tako da ih podelimo sa drugima dok nastavljamo da istražujemo i izveštavamo o ovom eksperimentu!

Za mene se ovo putovanje ne sastoji od toga da li neko jede ili ne. Njegov značaj je u slobodi koju ono daje; biti slobodan da se izabere, biti sposoban da naređuješ telu kao gazda u kući; osloboditi sebe od ograničenja, od verovanja da nam je potrebno da jedemo, spavamo, starimo i umiremo; imati hrabrost da istražimo svoj pun potencijal.

Tu se radi o dodavanju nove šeme u ćelijsku memoriju, šeme koja ima osnovu u dokazanom iskustvu iz prve ruke! A to da li neko živi nedeljama, mesecima ili godinama hraneći se pranom je nebitno. Od onda kada ste mu to jednom dozvolili, telo zna da to može. Ono zadržava sećanje. Što ste više toga svesni, to postaje uobičajenije, svakodnevnije i manje začuđujuće.

Da budemo sve ono što možemo je naše Bogom dano pravo, a ne stanje rezervisano samo za svece ili drevne

mudrace. Tu se radi o tome da budemo *hristoliko biće* (Hristos). Vreme je za drugi Hristov dolazak, gde dolazak predstavlja stanje gde svaka osoba ulazi u potpunu svesnost o *BOŽANSKOM JEDNOM u sebi*. To je, dakle, dozvoljavanje *BOŽANSKOM JEDNOM u nama*, da se brine o svim našim potrebama na svim nivoima dok prolazimo ovom stazom kroz život!

Onda kada *BOŽANSKOM JEDNOM* damo dozvolu da bude potpuno očevidno u našim životima, tada možemo svesno da započnemo proces koji zovemo preoblikovanje.

PREOBLIKOVANJE

Preoblikovanje je kanalisano menjanje uz pomoć ponovnog stvaranja na osnovu iskustava iz ćelijske memorije. Ta svesna primena nam dozvoljava da premostimo velove linearnog vremena u simultano.

U članku o moći uma (TEV avgust/septembar izdanje 1996.) dali smo instrukciju da: "Svi darovi i talenti, kao i moći i znanje iz inicijacija u prošlim, sadašnjem i budućim životima neka budu doneseni u našu punu svesnost, na način koji nam u potpunosti daje moć u stvaranju i manifestovanju našeg dela *božanskog plana* u fizičkoj realnosti SADA."

Prilikom igre majstorstva u kojoj svesno stvaramo stvarnost, sposobni smo da, doslovno, ponovo izmislimo (preoblikujemo) svoj fizički izgled, usklađivanjem svih energetskih polja do njihovog savršenog ritma. To se, takođe, pojačava fokusiranjem na sopstvenu ćelijsku memoriju savršenosti i *božanstvenosti*, sećanjem na vremena daleke prošlosti kada smo izražavali svoju punu *božanstvenost*.

Ovo sam shvatila još više kada sam nedavno radila na polju zavisnosti od vibracija droga (heroina). Istraživanje Dipaka Čopre nam kaže da su ćelije sećanja odevena u materiju, ćelije su "dom" ili jedinice za skladištenje podataka memorije. Prema tome, mi imamo unutar sebe "kalemove" memorije - "namotano" emocionalno iskustvo. Kada se svesno uskladimo kroz meditaciju i programiranje, naša vibracija se menja kao što se menja i elektromagnetni signal koji emitujemo i život nam može postati neograničen u zavisnosti od naše namere i programiranja u ćelijskoj memoriji.

Podučavali smo pojedince da dok su u meditaciji mogu da zatraže "da memorija i dosledno vibraciono iskustvo droga (heroina) bude oslobođeno iz ćelijske memorije u njihovu svesnost kroz endorfine mozga". Na ovaj način oni mogu uživati u "ukusu" droga na osnovu uskladištenog pamćenja prethodnog iskustva, a ne da se fizički "fiksaju" redovnim "svežim dozama".

Kombinovano sa promenom energetskih stanja - od beta, preko alfa do teta talasa - što meditacija obezbeđuje, telesne ćelije bi preko memorije onda "pokrile" osećanje da je droga heroin oslobođena.

Slično, možemo "menjati stanje" preko povezanog svesnog disanja i dok smo u stanjima meditacije početi da pristupamo dubokim memorijama i doslovno rekonstruišemo sebe.

Možemo početi vežbu dozivanjem sećanja kada smo bili:

duhovnik/duhovnica Lemurije,
duhovnik/duhovnica Atlantide,
duhovnik/duhovnica Egipta,
duhovnik/duhovnica Avalona ili Glastonburia u
vremenu Druida,
duhovnik/duhovnica u drevnim vremenima.

Takođe možemo dozivati sećanja na treninge u hramovima za lečenje, na hramove muzike i umetnosti, na kristalne pećine, na samu Boginju Zemlje, na vreme kada smo bili monasi, Cigani itd.

Zamislite sebe još jednom u tim vremenima, u moći, usklađenim i punim majstorstva. Osetite kako se energija uliva u vaše emocionalno telo kada se ova sećanja oslobode iz ćelijske baze podataka u vašu svesnost. Zamislite svoj fizički oblik kao da stojite ponosno u svojoj moći. Možda tada izgledate visoko i mišićavo ili nisko i prefinjeno. Šta god da zamislite, samo dozvolite da slika teče u vaše oko uma. Još jednom, održavajte bilo koju sliku koja vam je "pri srcu".

Preoblikovanje se sastoji od re-formulacije iz ćelijskog nivoa bez koštanja ili bola od hirurškog noža ili bez "psihološkog kauča".

Skoro sam imala zadovoljstvo da se povežem sa Rhys Hurt, brizbejskim naturopatom, uključenim u istraživanje i uspešno primenjivanje obnavljanja udova. Kada osoba izgubi neki ekstremitet njeno telo i dalje zadržava njegov fizički otisak u energetskom polju eteričnog tela, tako da je ponovni rast ekstremiteta pitanje majstorstva uma nad materijom.

Slično je i sa ćelijskom memorijom. Imamo sećanja i iskustva iz toliko mnogo života kada smo bili usklađeni, talentovani i izvanredni u nečemu. Preoblikovanje se sastoji od selektivnog izbora briljantnosti iz bazena sećanja unutar nas, da bismo ponovo stvorili fizički, emocionalni i mentalni oblik onoga što želimo sada da budemo. Tu se radi o majstorstvu uma nad materijom, o tome da *unutrašnji majstor* komanduje i vodi izranjanje majstorstva (gospodarstva).

Zamislite sve stvari onakvim kakve biste želeli da budu. Šta god da ulazi u vaš um, dolazi da bi bilo priznato i to je ogledalo onoga što je bilo. Ovaj proces je kao raznolika kolekcija gde stvaralac (vi) izabira ono što je najbolje iz

svakog života, znajući da se ono na šta se koncentrišemo - putem *univerzalnog zakona* - mora i stvoriti (ostvariti). Što zamislimo to ćemo i biti.

Možda biste voleli da date i instrukciju: "Ja SADA naređujem da moja 4 niža tela - fizičko, emocionalno, mentalno i duhovno - u ovoj fizičkoj realnosti potpuno ispoljavaju savršenu sliku i *božanske* kvalitete mog *JA JESAM Prisustva* ili *božanskog Sopstva*."

MNOGOSTRUKOST

Mnogostrukost je proizvod prirodne evolucije i prati-lac preoblikovanja. Kada neko uspešno koristi preoblikovanje - evidentno po fizičkim i emocionalnim promenama - shvatiće da može imati bilo koji aspekt mnoštva karaktera i likova koje posedujemo u svesnom "prebivalištu" u bilo kom trenutku.

Na primer, znam da postoji jedan aspekt mene koji je usklađen, jak i u formi. Tako se osećam kada redovno vežbam i kada brinem o svom fizičkom "vozilu".

Takođe posedujem aspekt sebe da mogu biti "vredni mrav" gde sam previše "zauzeta" da bih vežbala ili spavala. Ponekad, nakon nekoliko nedelja rada i ignorisanja tela, desi se da osetim umor, da sam manje energična čak i mlitava. Kada ovo osećanje ili prepoznavanje dođe do mene ja samo ODLUČIM DA BUDEM (i komandujem da se ispolji) žena ratnik, jaka i u formi. Dešava se pomeranje energije unutar mene i to upravo u skladu sa onim što osećam. Instant energija me diže ili menja moje stanje.

Naše ćelije će osloboditi bilo koji aspekt nas samih,

koji naredimo. Mogu biti ograničena ili ne, jaka ili slaba, puna energije ili "bez energije". Fizičko telo odgovara mojim komandama automatski. To je poput menjanja oblika koji praktikuju šamani.

Slično tome, možemo narediti ispoljavanje karaktera različitih uloga: ljubavnika, kada smo preoblikovali sebe da budemo u svojoj najveličanstvenijoj ulozi ljubavnika; ili ratnika ili šamana opunomoćenih da radosno rade u fizičkoj stvarnosti; možete zamisliti da ste iscelitelj, onaj ko pomaže drugima ili šta god da vam je potrebno. Samo naredite ispoljavanje i **budite potpuno koncentrisani u svakom momentu sadašnjosti.**

Sa mnogostrukošću takođe možete razdvojiti svoja energetska polja i poslati svoje izlečitelj/ratnik/šaman sebe u druge sfere, dok ostajete u svojoj fizičkoj ulozi u svakodnevnoj stvarnosti. Raspoređivanje energije preko vaše koncentrisane namere se sastoji od učenja da se bilocirate i radite simultano i svesno kroz vreme.

PREOBRAŽAVANJE NASTAVLJENO PRANA PUTOVANJE Oktobar 1997.

Interesantno je posmatrati da kada su neki aspekti života predodređeni, oni prosto cvetaju. Pre 4 godine, kada sam započela svoje svesno putovanje hranjenja pranom, nisam imala predstavu da ću pomagati u uvođenju malog ali pokreta punog potencijala u zapadnu kulturu. U to vreme, to je bio samo jedan prirodni korak u mom ličnom putovanju pročišćenja. Sada je to dobro ustanovljena opcija na Novom Zelandu i Australiji, a takođe i u raznim krugovima nju cjdža u Aziji, Evropi i Americi. Da bi informaciju održala jasnom i fokusiranom vođena sam da napišem ovu knjigu i konstantno osećam da je održavanje od *božanske iskre* u nama put veoma "civilizovane" budućnosti i da će uskoro biti zajedničko mnogima koji izaberu jednostavniji i prečišćeniji izraz života.

Šta ovaj članak govori o "šta posle"? Pošto smo dokazali sebi da nas može hraniti prana i da više nije potrebno da jedemo, šta onda? Aktivno, naše globalno društvo i dalje jako podržava druženje oko hrane i emocionalnu zavisnost od nje, a ovaj novi pokret hranjenja pranom još uvek nije dovoljno veliki da bi predstavljao pretnju Mc Donaldsu ili tradiciji restorana uopšte. Ali šta je sa svakodnevnom realnošću onih koji su uključeni?

Iz našeg istraživanja i prethodnog rada na ovom polju, znamo da se većina osoba vraća lakoj ishrani, barem zbog društvenih događaja i ponekad samo zbog ukusa. Lično, kao što sam prethodno i napomenula, nakon više od dve godine na lakim čorbama koje sam uzimala povremeno i uglavnom uzimajući samo tri čaše tečnosti dnevno, bez vitamina i minerala,

dovedena sam u igru svesnog preobražavanja (pretvaranja). Odlučila sam da se u društvu opustim uz malo kafe i gibanice sa sirom zbog razloga iz emocionalnog tela, a završilo se tako što sam dobila strašne bolove u stomaku.

Za moje telo, to je bilo poput bacanja hemijske bombe u ekstremno prečišćen sistem. Moja reakcija je bila ili da više nikad ne unesem ništa što je toksično ili da započnem putovanje svesnog preobražavanja. To je bilo putovanje promene vibracije svake supstance, tako da bude potpuno harmonizovana sa mojom sopstvenom vibracijom. Kafa i gibanica su mi izgledale kao prijatan način da počnem sa tim! Još jednom sam odbacila ideje o tome šta je nutritivno zvučalo, pošto sam znala da me hrani prana, i koncentrisala sam se na osećanje ukusa i preobražavanje.

Interesantno je da ono za šta mnogi misle da je dobrog ukusa obično je loše nutritivne vrednosti i savetuje se njegovo umereno uzimanje. Kada se uzima u malim količinama, gde je osnovna sveža živa hrana, telo se spremno obračunava sa svakom toksičnošću i otpad se lako izbacuje zajedno sa biljnim vlaknima preko normalnog izlučivanja. Postoji osnovno razumevanje da ljudski um svakodnevno obnavlja fizičko telo putem izbora kvalitetnog mišljenja, osećanja i hranjenja ili toksičnog mišljenja, koje onda, takođe, oslobađa toksične emocije koje nas mogu voditi toksičnom hranjenju.

Uzvišeni su, u svom vođstvu na mom putu hranjenja pranom, rekli da je jedini uzrok zdravlja mnogih *svetlosnih radnika*, to što su oni to verovali i očekivali birajući za jelo nutritivno izbalansiranu hranu, uzimajući dodatke i radeći vežbe koje održavaju zdravlje. Tako da se to i desilo. Ali, da li je to bilo delo njihovog nedvosmislenog verovanja ili supstanci hrane koju su unosili? U svojim istraživanjima sam se priklonila teoriji da je to bila posledica njihovog očekivanja, jer sam znala mnogo priča o indijskim jogijima koji su popili

otrov i preobrazili ga tako da nije imao efekta na telo.

Naši umovi su toliko moćni da mogu privući i održavati mnoštvo stvarnosti. U svojoj diskusiji "Priroda stvarnosti", dr Dipak Čopra izjavljuje: "Ljudsko telo je fizička mašina koja je nekako naučila da misli; njen ples molekula stvara pojavu svesti, misli, osećanja, emocija, želja, koncepata, ideja, filozofija, dogmi, religija... nekako se ovi molekuli kreću i mi dobijamo pojavu koja se zove misao. Mi imamo fizičke mašine koje su naučile da misle."

Na drugom nivou, možda, postoji čista misao koja je stvorila "vozilo" da bi udomila jedan aspekt svoje sopstvene svesti. Ako je to slučaj, onda sigurno ta ista čista misao može samoizlečiti, rekonstruisati, promeniti, preoblikovati i održavati "vozilo" koje je stvorila.

Nauka dokazuje da je naše telo složena mašina od milijardi ćelija koje su komplikovano povezane. Sada mnogi od nepokolebljivih tradicionalista izgleda da prepoznaju vezu um/telo. Dr Čopra izjavljuje u istom članku: "Onako kako smo naučili da gledamo ljudsko telo, to nije ispravan način gledanja. Ljudsko telo je dinamičan snop energije, informacije i inteligencije koji se konstantno obnavlja i u razmeni je sa većim poljem energije, informacije i inteligencije koje mi nazivamo univerzum." On dalje kaže: "U osnovi je pokret svesti koji sebe izražava putem procesa jela, disanja, varenja, metabolizma i izlučivanja. Ako bismo mogli da vidimo ovu svest na delu videli bismo koliko bez napora, koliko lako možemo menjati svoje telo, a to u stvari i radimo sve vreme."

Kako Dipak kaže prilikom svakog disajnog ciklusa mi udahnemo a zatim izdahujemo veliki broj atoma. Dakle, mi smo u konstantnom stanju protoka i promene i ono što stvaramo je direktna posledica naše namere i svesti. Neprekidna razmena materije postoji i kod svake druge vrste na ovoj planeti. Svako od nas udiše i izdiše. 98 % naših atoma

zamenimo u toku jedne godine. Dakle, "površinski" život fizičkog tela je kraći nego li podaci uskladišteni u našim ćelijama, pa ipak podaci (emocionalno telo otpušta talase a mentalno telo zrači zrake) su ti koji određuju da li će se naše ćelije degenerisati ili regenerisati.

Dr Čopra dodaje: "Naučnici počinju da uviđaju da misli nisu produkti molekula, već su molekuli u stvari izgrađeni od fluktuacija informacija u polju bezgranične informacije. Svest je primarna pojava a materija je sekundarna. Svest je ta koja shvata, vlada (upravlja), stvara i zaista postaje fizička materija." Misli stvaraju vrstu molekula koji se zovu neuropeptidi. Poruke se prenose iz mentalnog preko emocionalnog tela i na kraju dođu u fizičko telo. Čak je moguće da idu direktno iz mentalnog tela u fizičko. Ovo je srž razumevanja preobražavanja.

Ćelije imunog sistema predstavljaju "cirkulišući nervni sistem". One su programirane da se bore protiv bolesti, da prepoznaju kancerogene supstance i da ih preobrazu. Receptori za neuropeptide se nalaze po čitavom telu. Hemijski signali preko neuropeptida do receptora su pravi jezik tela - vrsta signala odražava misli, bilo da su one pozitivne ili negativne, ograničene ili neograničene. Razumevanje gore navedenog nas dovodi do toga da verujemo da kao gospodari "vozila", zbog načina na koji je ono izgrađeno, imamo preko majstorstva uma potpunu moć da promenimo, preobrazimo, samoiscelimo i čak promenimo izgled fizičkog "vozila". Ograničeni smo samo onoliko koliko verujemo da jesmo.

Pre nego što nutricionisti reaguju protiv onoga što predlažem, molim vas da budete svesni toga da pre nego što sam počela ovaj deo svoga putovanja ja sam bila doslovno čistunac po pitanju ishrane primenjujući veoma uravnoteženu vegetarijansku dijetu preko 20 godina. Uz pomoć redovnog

vežbanja i meditiranja uspostavila sam veoma jaku duh/um/telo vezu. Sada jednostavno povlačim ovo razumevanje na prefinjeniji nivo i ono je prikladno podržano razumevanjem neuropeptida.

Čak i naša ideja o "instinktu utrobe" dolazi od realnosti da naš stomak takođe poseduje peptide i pravi iste hemikalije kao i mozak kada razmišlja. Misao oslobađa hemikalije i informacije se prenose preko neuropeptida do njihovih receptora u svakom organu što takođe postaje osnova toga kako možemo da lečimo telo u celini ili svaki organ posebno. Zato što se mehanizam mišljenja u organima nije razvio do stanja samosumnje, za sve što im se naredi oni misle da imaju kapacitet da to urade. Stoga, možda je čudo spontanog povlačenja bolesti podstaknuto jednom intenzivnom voljom za život i polaganjem te volje u ćelije preko neuropeptida, tako da se isceljenje uspostavlja. Saglasno Dipaku, nauka otkriva da svaka ćelija misli i da je hemijski povezana sa svakom drugom ćelijom.

Neka od najmoćnijih sredstava koje proizvodi naše telo i koja potpomažu imuni sistem su interleukini i interferoni koji se oslobađaju prilikom emocionalnog delovanja osećanja radosti. Kada smo u panici ili strahu mi oslobađamo veću količinu adrenalina što razara imuni sistem. Uprošćeno rečeno, mentalno telo interpretira (tumači) realnost. Ova interpretacija pokreće emocionalni odgovor. U zavisnosti od tipa i dubine emocionalnog odgovora pokreću se hemijski impulsi - od neuropeptida do receptora - unutar fizičkog tela, stvarajući tako ili harmoniju ili bolest.

U poslednje vreme imam tendenciju da poredim ljudsko telo sa psom. Prvo morate da sa njim uspostavite svesni odnos, da ga vidite kao "vozilo" koje vam dozvoljava da dublje postojite u fizičkoj stvarnosti. Onda kada uspostavite vezu sa telesnom svešću, tada možete da počnete da je pro-

gramirate da biste stvorili obostrano opunomoćujući odnos. Slično, onda kada uspostavite jedan nivo komunikacije/poverenja sa psom, tada će on početi srećno da odgovara na vaše naredbe i zauzvrat da vam služi i čak ponekad da vas sasvim prelepo uči. Ponekad kada trenirate psa (svoje fizičko telo) da nauči neki novi trik - kao što je ishrana pranom i preobražavanje - postoji jedan period zastoja pre nego što stari limitirajući naviknuti šabloni prestanu da postoje i dođe do pojave onih novih opunomoćujućih.

U poslednje 2 godine, svoje telo sam naprezala do ekstrema, spavajući u proseku 2 - 3 sata noću (nekada mi je bilo potrebno 8 - 10 sati) i jednom nedeljno, ponekad i češće unosila sam toksične supstance radi ukusa i užitka, bez obzira na njihovu nutritivnu vrednost. Nakon toga sam naučila da nekoga može savršeno hraniti prana, a da ipak postoji neki nivo toksičnosti, kao što su i pokazale moje skorašnje analize krvi. Intuitivno, shvatila sam da sam stigla do tačke gde bi bilo mudro da dam psu da se odmori od učenja trikova i da mu dam malo nežne pažnje pune ljubavi. Za mene, to je samo značilo da treba još malo da se odmorim i da uzimam ukusne zalogaje neiritirajućih supstanci kao što je sok a ne kafa u društvu.

Oni koji se hrane pranom koji možda prezalogaje jednom nedeljno su razvili neverovatno čist i prefinjen sistem. Oni koji postoje na prani i povremenim čašama vode nemaju toksičnih supstanci u hrani sa kojima bi "imali posla". S druge strane, oni koji uživaju u ukusu povremenih zalogaja, mogu izabrati neiritirajuće prirodne supstance, ili igrati igru svesnog pretvaranja. I igra hranjenja pranom i svesno pretvaranje daju nam pristup našoj urođenoj moći stvaranja i proširuju našu svest da bi prepoznala neograničenu prirodu našeg bića. Nemački filozof Niče je rekao: "Živimo sa pretpostavkom da mislimo, mada je podjednako verovatno da nas neko misli."

Poglavlje 22

RAVNOTEŽA BIĆA

Prethodni članak je bio fokusiran na to kako je moguće hraniti se pranom i preobraziti bilo koju toksičnu hranu koja bi mogla da ometa "rast" tela. U suštini, bavio se vezama um/telo, neuroptidi/receptori. Što se tiče emocionalnog tela, sada ulazimo u razmatranje o feromonima na fizički dokazanom nivou.

Različiti eksperimenti, uključujući one na miševima na Stenford Univerzitetu u SAD, su pokazali da biljke i životinje komuniciraju preko feromona. Prema dr Čopri ova otkrića su vodila do otvorenosti ka ideji da feromoni, u stvari, mogu biti molekularna podloga naših emocija. Izgleda da nova "dinamika" u neurobiologiji počinje da shvata ezoterijsku ideju o povezanosti svih živih oblika i njihovu sopstvenu individualnu duh/um/emocije/telo harmoniju.

Eksperimenti su vodili istraživače da zaključe da za svaku emociju koju imamo, postoji pandan, molekularni događaj unutar tela. Ali ovi feromoni se, takođe, kao informacione podloge otpuštaju u okolinu. Oni su u stvari, kao molekularni glasnici koji prenose emocije u spoljni svet. Ovo bi moglo objasniti kako možemo da intuitivno "pokupimo" tenziju kada se nađemo u nekom prostoru ili da osetimo potisnuti bes neke osobe. Pa, možda naše šesto čulo intuicije pokreće oslobađanje ovih feromona dajući nam osećaj mira ili nelagodnosti.

Dr Čopra nam daje na znanje da najdrevniji tekstovi, Vede, kažu: "Ako možete da se setite ko ste, vi ćete odjednom prepoznati da ste u stvari, stvaralac... Kao što je atom, tako je

i univerzum; kao što je mikrokosmos, tako je i makrokosmos; kao što je ljudsko telo, tako je i kosmičko telo; kao što je ljudski um tako je i kosmički um." On naziva kosmički um "nelokalnim poljem informacije sa samoodnosnim kibernetičkim petljama sa povratnom spregom", objašnjava da su naša tela "doslovno muzika prirode" i da su deo večne simfonije. Vede kažu da se iza maske smrtnosti nalazi kvantno mehaničko telo, to suptilno kauzalno telo ... koje nikad nije rođeno i nikada neće umreti.

Poenta moći isceljivanja je u tome da budemo u ravnoteži i da se krećemo iznad ograničenja svojih gušćih tela. Na kvantnom nivou mi smo doslovno sistemi energije. Svako ko je istraživao kvantnu fiziku i/ili dr Čoprin rad a osim toga i iskusio energiju u meditaciji, zna da je to činjenica bilo da su zapadna nauka i medicina sposobne ili nisu da to odlučno potvrde.

Ako usvojimo terminologiju kvantne fizike i pogledamo pitanje zdravlja sa ezoterijske tačke, možemo onda reći da je zdravlje povezano sa harmonijom talasa energije - bilo da se ova energija manifestuje kao materija, svetlost ili zvuk, ili kao emocije ili misli. Zdravlje je onda, pitanje dobijanja i zadržavanja istančane ravnoteže između našeg fizičkog, emocionalnog, mentalnog i spiritualnog tela. U mom slučaju tranzicija ka životu od *svetlosti* je bila laka i harmonična za moje fizičko telo. Ipak, nakon nekoliko godina moje emocionalno telo je bilo neznatno izvan ravnoteže tako da sam uživala u ukusima s vremena na vreme, što je onda dovelo do njegove ravnoteže. Ovo je pak uslovilo da moje fizičko telo postane neznatno izvan ravnoteže zbog toksina iz te hrane i tako se energija mentalnog tela povećala radi procesa preobražavanja koji je fizičko telo ponovo doveo u ravnotežu. Energija je pokretna, šta je ravnoteža za nekoga možda nije ravnoteža za drugoga pošto svi mi imamo jednu

predodređenu rezonanciju. Kada se jednom uspostavi um/telo veza tada postajemo vrlo brzo svesni trenutaka kada smo izvan ravnoteže. Naš sistem od 4 tela je dinamični sistem međusobno povezanih energija. Kao što je rečeno, možemo naučiti da prepoznamo debalans u nekom od sistema i da manipulišemo ovim energijama da bismo povratili harmoniju i zdravlje.

Traženje prave energetske mešavine da bismo stvorili život kakav želimo je kao da pravimo tortu. Tip i doza sastojaka određuje vrstu i ukus torte. Nedavno je jedan moj prijatelj sebe opisao kao nemonogamnog. On mnogo putuje i voli ideju o "devojci u svakoj luci". Uživa u uzbuđenju da "juri" devojke i da im se udvara i time hrani emocionalno telo. Drugi moji prijatelji (i žene i muškarci) su odlučili da uživaju u dubokoj i značajnoj monogamnoj vezi. Oni kažu da je za njih, u skladu sa njihovom usmerenošću i pažnjom na sopstveni ulogu koju igraju u životu, jedna intimna veza kao glazura na torti. Kada je na torti ona deluje lepo i ukusna je, ali ne doprinosi povećanju veličine već pripremljene ukusne torte jer za moga nemonogamnog prijatelja uzbuđujuće i različite veze formiraju njegovu tortu a sve ostalo u njegovom životu je glazura; i on je srećan u svojoj kreaciji. Ovo je jedan savršeni primer pronalaženja prave energetske mešavine i fokusiranja na to da se dovede ravnoteža u naše individualne živote, a takođe i primer koliko smo svi mi različiti po tome šta osećamo da nas stvarno dovodi u prijatnu ravnotežu.

Samomajstorstvo znači vlast nad sopstvenim energetskim poljima, nad mešavinom spiritualnog, mentalnog, emocionalnog i fizičkog tela i zdravlje svih ovih tela.

Postoji bezbroj metoda da se svesno uskladimo da bismo ispoljili majstorstvo (gospodarstvo). Moćno uskladi- vanje dolazi iz svesnog izbora da imamo kvalitetne misli, emocije i hranjenje u svakom momentu. Meditiranje i repro-

gramiranje u svrhu rekapitulacije nam pomaže da redefinišemo svoje odgovore na sećanja i promenimo njihov energetski uticaj. Kao što dr Čopra ističe: "Mi povezujemo stimulanse (podražaje, pobude) sa određenim sećanjima i svaki put kada smo izloženi ovim stimulansima ponovo "pronalazimo" univerzum i sebe prema ovim sećanjima. Procenjuje se da u proseku čovek ima 60000 misli dnevno. Ono što zabrinjava je činjenica da 90 % misli koje imate danas, su iste one koje ste imali juče." Ovo proizvodi biohemijske odgovore i obrasce ponašanja koji se ponavljaju (petlja). Redovnom meditacijom i svesnim reprogramiranjem emocionalnih i misaonih obrazaca možemo izaći iz ovog naviknutog i ograničavajućeg ciklusa.

Individualno, postajemo ono što mislimo, kolektivno postajemo ono što vidimo i čemu svedočimo. "Ako želite da ponovo stvorite (ili promenite) svet, na njega gledajte čistim očima" (**Gospod Šiva**). Naša cela realnost će se promeniti ako umesto gledanja sveta sa tačke koja akcentuje nedostatak, nesklad, disharmoniju i razlike, tražimo (očekujemo) božanstvenu savršenost i tražimo da budemo u savršenoj sinhronizovanoj ravnoteži sa *silom stvaranja (božanskom svešću)*. Blaženstvo znači biti srećan bez razloga. Uskladena osoba je blažena osoba.

Savršeno zdravlje je takođe savršena moć. To je moć da se regeneriše telo, da se zaustavi proces starenja, da se održi fizičko telo u stanju besmrtnosti da bi bilo dom besmrtnoj duši. Fizička besmrtnost je jednostavno sloboda izbora, da budemo ovde radosni dok ispunjavamo svoj udeo u *božanskom planu*. Kada je naš zadatak završen, onda možemo telo uzeti u *svetlost* ili ga odbaciti, u zavisnosti od toga kako smo vođeni tog trenutka.

Ako hranjenje pranom, samoizlečenje, samoregeneracija, preoblikovanje i besmrtnost "razvuku" naš um i

učine da se zapitamo da li smo dovoljno moćni da uradimo sve to, onda uživajte u govoru koji sledi, a koji je dao Isus posmatračima kada je uspešno oživeo mrtvog čoveka...

Iz "Života i učenja majstora Dalekog istoka":

"Kada stojimo pored celokupne inteligencije i kada prepoznamo sebe kao stvarni deo te inteligencije i kada znamo odlučno da je to veliki princip, Bog, ubrzo ćemo otkriti da smo svesni činjenice da sva inteligencija kroz ceo kosmički univerzum radi sa nama. Takođe ćemo brzo shvatiti da inteligencija svih velikih genija, kao i mali mentalitet svake pojedine ćelije tela, radi sa nama u savršenoj harmoniji i skladu. Ovo je jedan *veliki inteligentni kosmički um* sa kojim smo neoborivo sjedinjeni. Zaista, mi smo taj um, mi smo samosvest univerzuma. Ovog trena kada osetimo upravo ovu stvar ništa nas neće moći odvratiti od svoje *čiste božanske prirode*."

DODATAK, april 2001.

Toliko se mnogo stvari dogodilo tokom poslednjih pet godina od kada je fenomen života od svetlosti dostigao svetske razmere. Na osnovu iskustava preko 10 000 osoba koje dopuštaju *božanskom* da ih hrani i još mnogo većeg broja onih u Qigong zajednici, koji postoje u *bigu* stanju, postepeno se prihvata ideja da *božansko*, ne samo da može da nas voli, usmerava i leči, već može i da nas hrani.

Pošto je sposobnost da se živi od svetlosti potpuno uslovljena načinom života osobe, postojeća inicijacija od 21-og dana nije više "u modi", jer sve više praktikanata holističkog življenja zaista živi od svetlosti. Naše istraživanje je pokazalo da dugotrajno praktikovanje meditacije, molitve, programiranja, vegetarijanske ishrane, vežbi, služenja, življenja u tišini i miru u prirodi, kao i korišćenje mantri i pobožnih pesama, proširuje svest pojedinaca, dozvoljavajući im da postoje u zoni *božanskog*, gde je moguće mnogo više no u uobičajenoj realnosti. Mi taj osmostepeni program zovemo *Program prijatnog načina života* (L.L.P. - Luscious Lifestyles Program) a on je u osnovi zamišljen da usaglasi ljude sa frekvencom na kojoj živeti od svetlosti više nije nikakvo čudo.

Zahvaljujući moći medija, koji nam nisu uvek bili naklonjeni, imali smo prilike da govorimo o moći *božanskog*, *Izvoru* koji nas hrani, i da to znanje dopre do preko šest miliona ljudi za manje od tri godine.

U 1996. godini, neposredno pre izdavanja ove knjige na nemački jezik, jedan mladić je pao u komu u toku procesa inicijacije, primljen je u bolnicu, izašao iz kome i počeo da se oporavlja, a onda je dobio epileptični napad, pao, udario glavom o uzglavlje na krevetu i umro.

Dve godine kasnije, jedna Australijanka je odbila da prekine inicijaciju, iako ju je njen savetodavac savetovao da to učini. Ona je, takođe, pala u komu i kasnije su lekari prestali da je održavaju u životu uz saglasnost njene familije, onda kada su ustanovili da ima unutrašnja oštećenja tkiva zbog dehidracije i još neke druge nepovoljne okolnosti. Njen savetodavac i njegova supruga su kasnije bili uhapšeni zbog nemarnosti.

Pred kraj 1999. još jedna Australijanka, koja je živela u Škotskoj, umrla je kada je izabrala da se ne pridržava uputstava iz ove knjige, prestala da jede i pije i putovala nekoliko dana. Završila je tako što je kolabirala zbog iscrpljenosti i umrla zbog "izlaganja elementima".

Iako nisam imala nikakve veze ni sa jednom osobom koja je bila uključena u to, pripisana mi je odgovornost za njihove smrti, jer neki u svetu smatraju da je realnost života od svetlosti nemoguća i opasna. Činjenica da je 1999. godine 280 000 Amerikanaca umrlo od prejedanja, za njih je nebitna. Činjenica da je, posle alkohola i duvana, jedenje mesa treći najveći ubica u zapadnom svetu, je takođe za mnoge nebitna.

Po mom mišljenju, svako ljudsko biće mora da preuzme odgovornost za sopstveni život i da se u skladu sa tim ponaša. Ako živimo zdravim načinom života putem izbora hrane, možemo da živimo duže, a prana je izbor hrane - možda neuobičajen, ali ipak valjan i zdrav izbor i hiljade ljudi sada to mogu da potvrde.

Bez obzira da li su život od svetlosti i ishrana pranom socijalno prihvatljivi ili ne, za hiljade ljudi ostaje činjenica da je to bolji način života i nećemo moći da se pretvaramo da je to nemoguće tako da se oni koji u to ne veruju mogu osećati udobnije u svojoj realnosti.

One, koji žele da ih hrani *božansko*, ja jedino mogu da podstaknem da se što bolje pripreme i da se pridržavaju uput-

stava pripreme za pranu kao što sledi.

Takođe, imajte na umu da 21-dnevna inicijacija ne znači nužno i garanciju da će vas *božansko* hraniti, već to može samo vaše svakodnevno upražnjavanje *Programa prijetnog načina života*. Takođe preporučujemo da radite 21-dnevni proces samo ako vam to zaista pričinjava radost u srcu. Kao i mnoge drevne spiritualne inicijacije, 21-dnevni proces je osmišljen da ispita (stavi na probu) vaše poverenje i snagu vere, i ukoliko nemate jasno unutrašnje vodstvo od svog *BOŽANSKOG JEDNOG unutar* (DOW), ja vam lično preporučujem da to ne radite i da sačekate dok tom unutrašnjem glasu ne poverujete u potpunosti (100 %). Takođe je potrebno da imate vrlo jaku um/telo vezu, da biste oslušnuli sve suptilne signale i poruke koje telo stalno šalje prilikom komunikacije sa svojim *gospodarom*.

Ovih dana, nameravam da preporučim nemački pristup životu od svetlosti, jer je na duge staze, razuman i ne podrazumeva bilo kakvu tešku inicijaciju. U tom pristupu, na primer, oni se podvrgavaju petogodišnjem planu da bi postepeno pripremili svoje fizičko, emocionalno i mentalno telo, dok istovremeno navikavaju svoju porodicu i prijatelje na taj novi planirani način života. Na primer, 1. godina - bez mesa; 2. godina - postajete vegan, bez mlečnih proizvoda; 3. godina - samo sirova hrana; 4. godina - samo voće; 5. godina - samo sokovi (ceđeno voće); 6. godina - samo prana. U toku tog petogodišnjeg perioda oni planiraju da redovno vežbaju i meditiraju i postaju koliko god je moguće finije usklađeni što im dopušta da prošire svoju svest da bi stalno živeli u talasima *božanskog*.

1999. god. sam završila svoju knjigu "*Ambasadori svetlosti - projekat protiv gladi i za zdravlje u svetu*" gde je pitanje života od svetlosti podignuto na svetski nivo, imajući u vidu zdravlje i glad. Sa mnogo istraživanja i statističkih

pokazatelja, knjiga daje odlične argumente u korist globalnog vegetarijanstva i održavanja resursa.

Iako su za pojedinca i svet u globalu očigledne dobrobiti od pranične ishrane, život od svetlosti još uvek nije društveno prihvatljiv način života i mnogi od onih koji se hrane *svetlošću* su vrlo selektivni kada biraju osobe sa kojima žele da podele tu informaciju. Takođe, pošto ne možete od prijatelja i porodice sakriti činjenicu da ne jedete, treba da vam bude jasno da je za mnoge živeti bez potrebe za hranom, kao što znamo, potpuno nemoguća realnost, ali onima koji su doživeli moć *božanskog*, čuda se događaju svakoga dana.

Život od svetlosti i 21-dnevni proces neće ponuditi brza rešenja zdravstvenih ili nekih drugih životnih problema, niti je to lagan put do prosvetljenja. To može rešiti samo ono sa čim ispunjavamo svaki trenutak dana, i dok ta vrsta realnosti privlači spiritualne ratnike koji sebe prihvataju kao sopstvene *gospodare*, možemo samo da vas zamolimo da se prema sebi i ovoj inicijaciji odnosite sa najvećom odgovornošću i poštovanjem.

Takođe bih volela da istaknem da smo tokom poslednje 3 - 4 godine kontaktirali i pregovarali sa različitim istraživačkim institutima da pokušaju i nađu bolje naučno razumevanje moći prane i njene sposobnosti da hrani i naše ćelije, a ne samo naše duše. Nažalost, zbog nedostatka novca, tu smo imali minimalne uspehe. Ipak, i dalje pregovaramo sa jednim većim američkim institutom i planiramo da preduzmemo opsežno ispitivanje u 2002.

Ponovo ističemo, ne započinjite ovaj proces 21-dnevne inicijacije ukoliko se ona ne obraća svakom deliću vašeg bića i zaista veseli vaše srce, jer to nije inicijacija koja će vam garantovati život od svetlosti. To je inicijacija koja će vam omogućiti da plešete na dubljem nivou sa svojim *božanskim ja* i pod uslovom da ste fizički, emocionalno, men-

talno i spiritualno spremni onda ćete kao i mnogo hiljada drugih moći da iskusite istinske darove ove inicijacije na mnogo, mnogo nivoa.

Setite se da je ovo staza samomajstorstva i sve dok nemate svih 100 procenata vere (potpunu veru) u svoj *božanski* unutrašnji glas i dobru jasnu komunikaciju sa svojim telom, onda vam još jednom preporučujemo da započnete manje kontroverzan put za življenje od svetlosti - petogodišnji plan. Glavni fokus treba da bude na samom načinu života, tako da možemo biti na pravilnoj frekvenci gde je život od svetlosti moguć.

Osmostepeni *Program prijatnog načina života* čini sledeće:

1. Svakodnevna meditacija;
2. Molitva;
3. Programiranje;
4. Lagana vegetarijanska dijeta;
5. Vežbe;
6. Služenje (bez očekivanja nadoknade);
7. Vreme provedeno u miru i tišini u prirodi;
8. Mantranje, pevanje i slušanje pobožnih (duhovnih) pesama.

Želim vam stazu velike radosti, harmonije i sreće.

Namaste, Džezmahin

Priprema za pranu

Ako želite da započnete 21-dnevni proces, a već ste proučili sve što ste mogli iz te oblasti i pročitali knjigu "Živeti od svetlosti" (takođe nazvanu "Ishrana pranom") onda je vaš sledeći korak da zapitate sebe: Da li sam spreman-na?

Da li ste *fizički spremni* i možete li da svakodnevno "čvrsto" vežbate bar jedan sat bez problema? Preporučujem vam višestruki (unakrsni) trening program za dobijanje snage, "lakoće", elastičnosti i izdržljivosti, kao što je: podizanje tere-ta, pešačenje, joga, izometrijske vežbe, plivanje, ples, bori-lacke veštine i dr.

Da li ste vegetarijanac bar nekoliko godina?

Da li ste pre samog procesa spremni da jedete samo biljnu hranu šest meseci (da budete vegan), zatim da jedete samo sirovu hranu sledećih šest meseci, a onda da još šest meseci uzimate samo tečnost pre no što započnete 21-dnevni proces?

Da li ste uradili sve što ste mogli da detoksikujete (oslobodite toksina) svoje fizičko telo?

Da li ste tokom ovih godina naučili da slušate glas svoga tela i da ga smatrate za svoj hram?

Emocionalna spremnost - da li imate dobre odnose sa porodicom i prijateljima, da li ste zadovoljni životom i srećni što ste baš to što jeste? Da li ste proradili svoj lični plan i sada samo želite da služite i svoj život posvetite pozitivnom pomaku planete?

Da li ste seli i iskreno se zapitali zašto želite da ura-dite to?

Mentalna spremnost - da li ZNATE i doživljavate da

ste vi taj ko kreira vašu realnost? Da li vežbate majstorstvo uma i tako osećate dobrobiti primenjenih pozitivnih misli i programiranja koji se ispoljavaju u životu?

Da li imate jaku vezu između uma i tela?

Spiritualna spremnost - da li ste redovno meditirali dovoljno dugo da možete da osetite prisustvo **BOŽANSKOG JEDNOG u sebi** i da li u svom životu doživljavate dobrobiti od svakodnevne meditacije?

Da li ste naučili da slušate i verujete glasu božanskog u sebi dok vas vodi kroz život?

I najzad, da li se vaše srce zaista veselilo kada ste saznali za ovaj postupak - do one tačke kada jednostavno "znate" da je to prava stvar za vas?

Da li vam je jasno da 21-dnevni proces neće "rešiti sve vaše probleme" i da se može desiti suprotno, da problemi izađu na svetlo dana i da situacija može izgledati gore?

Sve dok ne možete da odgovorite pozitivno na sva prethodna pitanja, preporučujemo vam da sačekate sa započinjanjem 21-dnevnog procesa. Upamtite da je to inicijacija visokog stepena i da uspeh neprekidne ishrane pranom posle procesa u potpunosti zavisi od prethodno ispunjenih zahteva. Nastavljanje sa ovim izborom načina života, zahteva svakodnevnu disciplinu, posvećenost tome i hrabrost.

Tokom poslednjih pet godina istraživanja čula sam mnoge priče od pojedinaca koji su bili fizički spremni, vežbali, hranili se sirovom hranom i sl, a koji nisu mogli da opstanu na prani iako su se podvrgli procesu (sledili uputstva) baš onako kako je prikazan u ovoj knjizi. Takođe sam srela mnoge koji su bili spiritualno veoma spremni i imali dugu istoriju medita-tiranja, ali su se ipak suočili sa mnogim teškoćama jer nisu bili fizički spremni. Srela sam i mnoge koji su bili fizički

spremni i meditirali godinama, ali nisu primenili majstorstvo uma u svojim životima i stoga nisu bili uvereni, da su oni ti koji kreiraju svoju sopstvenu stvarnost.

Samo je mali broj onih koji nisu bili spremni na svim nivoima dobio zadivljujuće isceljenje od sprovođenja procesa, i dok su neki bili izlečeni, drugi su doživljavali da su problemi još veći. Zašto ovo kod nekih uspeva, ali ne i kod drugih, izgleda da je pitanje božanske milosti.

Pošto nam je jasno da je tip ličnosti koju privlači ovaj način života vrlo jake individualnosti, a ne vrsta čoveka kome treba neko drugi da "kaže šta da radi", istaći ćemo da svi koji prolaze kroz ovo treba da podignu na viši nivo zdrav razum i kritičnost i slušaju svoje telo i svoje *BOŽANSKO JEDNO unutar* na svakom koraku ovog putovanja. Zato nudimo prethodna pitanja da biste bili sigurni da ste dobro pripremljeni i da možete uživati u ovom putovanju bez nepotrebnih problema. Još neka od naših istraživanja u vezi sa "post procesom", biće opisana u našoj novoj knjizi "Ambasadori svetlosti - Živeti od svetlosti".

DODATAK, april 2002.

Kako vreme prolazi, sve se više informacija u vezi sa ishranom pranom prezentuje svetu. Dodajem sledeći članak ovom dodatku, pošto predstavlja jedan izvrstan pogled za razumevanje ovog putovanja - Džezmahin.

U Indiji u februaru 2002. sam se najzad srela sa dr Sudir Šahom i njegovim timom koji je nadgledao jednog pripadnika dainizma, gospodina Hira Ratan Maneka. Slede njihovi zaključci.

Hipoteze u vezi sa produženim gladovanjem dr. Sudir Šah

Ovo je nešto zaista posebno. Složićete se da ovakav slučaj produženog neprekidnog dainističkog gladovanja, najpre iz religijskih razloga (širenje Ahimse i drugih visokih principa), zatim radi naučnih ciljeva (da bi se skrenula pažnja na mogućnost korišćenja sunčeve energije), kao i u cilju rešavanja četvorostruke čovečje krize (fizičke, mentalne, nutritivne i neurološke), i to pod vrlo strogim medicinskim nadzorom, do sada nije zabeležen. To je zaista fantastično i apsolutno zapanjujuće, ali nije izmišljeno. To se ne dešava na Himalajima ili u udaljenim prašumama. To se događa u Ahmedabadu, u oblasti Gudarat (Indija), uz stalno prisustvo

javnosti i pod strogom medicinskom kontrolom i nadzorom od strane ekspertskog tima lekara.

Nema razloga za nevericu. Svako može da lično dode, prover i nadgleda. Mi (lekari) smo radili tamo svih ovih meseci i naše kolege su ostajale sa njim sve vreme. Pored toga, nekoliko posetilaca ga je stalno "pratilo", i danju i noću. Gospodin Hira Ratan Manek je uspešno završio 411 dana gladovanja do 14. februara 2001. Počeo je 1.1.2000. Bio je na potpunom gladovanju kao što zahteva dainizam. Uzimao je prokuvanu vodu svakodnevno u vremenu između 11 i 16 h, bez ikakve druge hrane ili tečnosti, bez intravenskih ili intramuskularnih injekcija. Bio je potpuno izolovan i pod strogim posmatranjem.

Nekoliko dana pre programa gladovanja urađeni su mu medicinski pregledi i nastavljani su do danas. Oni se sastoje od svakodnevno merenih vrednosti pulsa, krvnog pritiska, disanja, temperature, unosa vode, lučenja urina, težine itd. kao i od relevantnih hematoloških i biohemijskih testova (osnovnih i nekoliko "naprednih") koji su rađeni periodično, odn. jednom ili dva puta mesečno. EKG snimanja su rađena redovno, ultrasonografija (ultrazvuk), EEG - elektroencefalografija (snimanje moždanih talasa), CT. skeniranje i M.R.I. mozga su urađeni na kraju godine, a tim sastavljen od lekara opšte prakse, doktora nauka, hirurga, kardiologa, endokrinologa i neurologa je redovno i periodično radio preglede od prvog dana gladovanja. Sem gubitka 19 kg telesne mase (koja je sada stabilna i nije se više smanjivala za poslednja tri meseca), neznatnog smanjenja pulsa i krvnog pritiska i jasne redukcije broja udisaja (od 18 na 10 u minuti), što je zadivljujuće, nema drugih medicinskih odstupanja. Čak su rad mozga i mentalne sposobnosti apsolutno nepromenjeni (normalni). Skoro da nema nikakvih "značajnih" nalaza. Prestao je da ima stolicu posle 16. dana gladovanja, a količina izlučivanog

urina se kretala oko 600 do 800 ml. Nivo šećera u krvi je 60-90. Nema acetona. Svi ostali parametri su normalni.

To je zaista zapanjujuće. Zar ne? Ali, kako da to sada naučno objasnimo? Kako nauka gleda na to? Prema naučnim objašnjenjima, pod normalnim okolnostima produženog gladovanja (u neočekivanoj ili ekstremnoj situaciji), ljudsko biće gubi na težini vrlo brzo. Najpre sagorevaju (se koriste) masti. Ketoni se pojavljuju u urinu u prvoj nedelji. Onda sagorevaju proteini. Pre toga, osoba postaje slaba, letargična (bolesno pospana) i razdražljiva, njeno logičko rezonovanje otkazuje, ostali vitalni parametri takođe opadaju i za 8 do 10 nedelja, prema nauci, fizička egzistencija biva ugrožena. Ovde nema takvih bolesnih pojava. Kako da to objasnimo? Kako stoji stvar sa održavanjem i potrošnjom energije? Kako to da je ostao tako očuvanog normalnog intelekta i normalnih mentalnih funkcija? Mada do sada nema čvrstih objašnjenja (jer je to prvi slučaj u svetu koji je rađen pod medicinskim nadzorom), mora da postoji neka logična naučna hipoteza. Ova pretpostavka objašnjava dosta, ali takođe ostavlja nekoliko pitanja bez odgovora, za sve nas za buduće analize. Ona, takođe, istovremeno otvara nekoliko novih puteva za buduće vreme, da radimo na njima (na primer problem gojaznosti).

Ova hipoteza ima četiri osnovna koraka kojima objašnjava proračun energije i metabolizma. To su:

1. Smanjenje potrebe za kalorijama hroničnom adaptacijom;
2. Uzimanje osnovne energije iz kosmičkog izvora - uglavnom "energije Sunca";
3. Korišćenje energije na efikasan način i njeno recikliranje u telu;
4. Genetijski ili fenotipski različite telesne konstitucije (sklonosti).

1. Sindrom hronične adaptacije. Pošto se telo i um adaptiraju na hroničan stres na zdraviji način u poređenju sa akutnim stresom, slično tome i adaptacija tela mora biti različita na hronično gladovanje (koje traje više od trideset dana) u poređenju sa akutnim gladovanjem (npr. 3-15 dana). Niko ne zna tačno momenat kada se telo hronično adaptira, ali 30 dana izgledaju kao prihvatljivo vreme, iako to može da varira individualno. To je, kako bi se reklo, neka vrsta hibernacije. Uobičajena "matematika" potrošnje kalorija zvuči logično i može se u potpunosti primeniti na akutno gladovanje u kome se masti prve potroše, u urinu se pojavljuju ketoni i počinje smanjenje težine; mišićna masa se smanjuje a vitalne funkcije i mentalne sposobnosti mogu početi da opadaju. Prema tome, prilikom akutnog gladovanja utrošena energija mora doći iz uskladištenih rezervi tela što odgovara odnosu 1:1 između "uzimanja" kalorija (iz rezervi) i iskorišćenja istih. U hroničnoj adaptaciji, metabolizam tela mora da se uspori. Telesne potrebe se redukuju na minimum. To je moguće postići spuštanjem regulacije celularne i receptorne funkcije. Na taj način se smanjuje energija metabolizma do najnižeg mogućeg nivoa. Kiseonik i voda, kao osnovne materije, se dopremaju do ćelija. Na tom stadijumu, centar za glad će biti potisnut, a centar za sitost aktiviran. Tako neće biti nikakvog osećanja gladi ili želje za hranom. Za takvu osobu može biti moguće da obavlja uobičajene aktivnosti sa vrlo malom potrošnjom energije, 500 - 600 kalorija, tek da bi se održao ćelijski metabolizam.

2. Uzimanje energije iz kosmičkog izvora - sunčeva energija. Ma kako da je mala količina energije, koja je za nešto potrebna, ona mora doći iz nekog izvora. On uzima samo prokuvanu vodu - koja prema naučnim saznanjima nema nikakvu kalorijsku vrednost, ili možda i ona sadrži neku

energiju? Pre će biti da on crpi energiju iz kosmičke energije - kosmičkih izvora. Zato je ispravnije baviti se proračunom energije, a ne kalorija (Kada se pominju kalorije misli se na energiju dobijenu iz telesnih materijalnih izvora kao što su masti, ugljeni hidrati, proteini itd. Prim. ured.). Ovo je koncept vredan pažnje.

Između svih kosmičkih izvora, SUNCE je najmoćniji i lako dostupan izvor, a koristili su ga kao izvor energije mudraci i rišiji od davnina, uključujući gospoda Mahaviru, tibetanske lame i druge rišije. Da vidimo, kako se prima sunčeva energija. Mozak i um su najmoćniji receptori u ljudskom telu. Retina (mrežnjača) i pinealna žlezda (epifiza, treće oko ili sedište duše, po Rene Dekartu) su opremljeni fotoreceptornim ćelijama i mogu se smatrati fotosenzitivnim organima. Kao što biljno carstvo opstaje na hlorofilu i fotosintezi, direktno zavisno od Sunca, slično tome, moramo uzeti u obzir da se neka fotosinteza mora događati i kada je u pitanju uzimanje sunčeve energije od strane čoveka.

Ta energija mora da ulazi u telo nekim kompleksnim načinima i određenim putevima. Postoji putanja od retine do hipotalamusa, nazvana retinohipotalamički trakt. On nosi informaciju o ciklusima svetlosti i tame do suprakiazmatičnog nukleusa (SCN) hipotalamusa. Iz SCN impulsi idu nervnim putevima, preko pinealnog nerva (simpatički nervni sistem) do pinealne žlezde. Ovi impulsi sprečavaju (inhibiraju) proizvodnju melatonina. Kada ovi impulsi prestanu (noću ili u tami, kada svetlost više ne stimuliše hipotalamus) prestaje pinealna inhibicija i melatonin se oslobađa. Pinealna žlezda (ili treće oko) je stoga fotosenzitivni organ i važan faktor u ljudskom telu koji utiče na usporavanje starenja. Još nedovoljno istražen proces stvaranja energije i transformacije iz sunčeve energije, izgleda da se delimično odigrava ovde.

Dok proučavamo detalje novije naučne literature i

kada ih upoređujemo sa starim indijskim spiritualnim tekstovima, kao i zapadnom okultnom i "nju ejdž" literaturom, dolazimo do sledećeg. Aktivacija pinealne žlezde je ključni korak u psihičkim, spiritualnim i procesima transformacije energije. U ovoj žlezdi se odvija prerađivanje i redistribucija energije. Pinealna žlezda reguliše rad svih endokrinih žlezda, što znači da kontroliše hormonski sistem. Ona pored toga, reguliše cirkadijalni ritam, ciklus spavanja i budnosti, a takođe usporava proces starenja. Ona ima svoje psihičke karakteristike i sedište je duše ili uma - stoga je nazvana treće oko. To je Adna (Agja) čakra u tantričkom sistemu. Agja se može aktivirati dugotrajnim redovnim jogijskim i meditativnim tehnikama ili putem "prakse" sunčeve energije. Ovo poslednje ne podrazumeva klasične etape joga sistema. Pinealna žlezda takođe sprečava rast i metastaze nekih tumora. Ima stimulativno dejstvo na imuni sistem. Kod ptica i drugih životinja ona poseduje magnetni materijal i zato je centar za navigaciju kod ptica.

Naučnici su zainteresovani za ispitivanje magnetnih, navigacionih svojstava pinealne žlezde kod ljudi. Tako dolazimo do toga da je pinealna aktivacija i punjenje preko sunčeve energije vitalni korak i to je ulazak na energetski "glavni put". Drugim rečima, to može biti aktivacija *Kundalini Šakti*. Uobičajene mere pinealne žlezde u ljudskom telu su 6 x 8 mm. Na osnovu C.T. i MRI skeniranja gosp. Hira Ratan Maneka, videlo se da su one kod njega uvećane na 8 x 11 mm! To indirektno može podupreti mišljenje o važnoj ulozi pinealne žlezde u transformaciji energije. Ipak, moramo da se ogradimo da anatomske uvećane žlezde ne podrazumeva neminovno i njenu pojačanu funkciju.

Od trenutka kada je čovečanstvo počelo da zanemaruje psihički i spiritualni "naboj" pinealne žlezde, ona je spala na prost fizičko-materijalni nivo i beskrajne patnje su pale na

čovečanstvo. Čovečanstvo sada mora da ponovo nauči da aktivira pinealnu žlezdu i druge psihospiritualne centre, bilo kroz dinamizam kosmičke energije, bilo kroz praksu Radža joge (kraljevske joge), Tantrę ili neke druge takve prakse. Smatra se da se *Kundalini Šakti* aktivira kroz pomenute centre što prate čista sreća, mir i blaženstvo. Ova svetlosna energija se može transformisati u električnu, magnetnu ili hemijske energije u telu. Jednom prerađena, ova energija se mora negde preneti i uskladištiti. U stvari, osnovni oblik svake energije je svetlost. Energija i svetlost mogu biti pretvoreni u materiju i ponovo vraćeni u energiju. Hipotalamus kontroliše autonomni nervni sistem, a pinealna žlezda je u blizini autonomnog nervnog sistema, tako da je logično da nov prenos energije može ili da aktivira ovaj sistem ili da koristi ovaj sistem kao sredstvo prenosa.

Parasimpatički nervi i hormoni i hemikalije povezani sa njima mogu biti mnogo korisniji od simpatičkog sistema. Dok simpatički sistem povećava potrebe tela (npr. mišljenje, odbrambeni stres, uzbuđenje itd.), s druge strane, parasimpatički sistem, kao što je poznato, redukuje energetske potrebe. On održava osobu smirenom, bez uznemiravajućih misli, dovodi metaboličke potrebe na niži nivo i "uspavljuje" ih. Ovde mogu biti uključeni i hormoni ili druge hemijske materije. Uloga slepoočnog režnja i limbičkog sistema takođe može biti značajna. Oni mogu raditi kao regulatori (u protivnom slučaju kao receptori) i mogu biti psihički uključeni u usmeravanje energije u odgovarajuće puteve. Duboko u limbičkom sistemu ili u delovima medule oblongate (produžene moždine), ova energija može konačno biti uskladištena i povremeno (po potrebi) se može reaktivirati, dopuniti ili reciklirati. Medula oblongata ima sve vitalne centre i zato se može smatrati za centar (skladište) vitalne energije.

Tako, da bismo objasnili logistiku energije, ovde

imamo prijemnike energije ili receptore, procesore analizatore, transformatore, skladišta energije itd. Pošto se ovaj način obračunavanja količine energije razlikuje od uobičajenog (gde je u pitanju izračunavanje vrednosti hrane i broja kalorija), mi ćemo ovu energiju nazvati mikro hrana ili hrana koja se upotrebljava umom (Manobhakshi Aahar). Ovde smo govorili o sunčevoj energiji, ali čovek može koristiti bilo koji izvor iz kosmosa, npr. vazduh, vodu, biljke, zemlju itd. To se može označiti kao Surya vigyan, ali isto tako i Chandra vigyan i Vanaspati vigyan, kako je zabeleženo u našim drevnim tekstovima.

Takode, nezavisno od mrežnjače i pinealne žlezde, koža i ostala čula mogu biti odgovorni za prijem energije. Ukratko, to otvara ogromne mogućnosti. Ova mikro hrana može rešiti krize gladi na zemlji i u suštini je jedina moguća ishrana, u prisutnom kontekstu, za nekoga ko želi da na duže staze putuje svemirom ili planetom. Zadivljujuće! Pravi je trenutak da naglasimo da naša uobičajena hrana nije jedini izvor opstanka fizičkog tela. Uloga uma: šta god da je rečeno, u ovom koraku (odn. drugom koraku, gde se energija dobija od Sunca i transformiše u telu) um može imati odlučujuću ulogu. Dobro je poznato da um ima ogroman kapacitet (moć), a duša ima čak veće ili neograničene mogućnosti. Putem *Sunčanog trataka* i meditacije, stvaraju se ogromni kapaciteti koji će doneti mir našem umu i usporiti metabolizam, kako je već pomenuto u koraku I. (Tratak na Suncu predstavlja koncentraciju na Suncu. Preporučujem da ne "eksperimentišete" sa tim ukoliko nemate znanje o tome kako se pravilno, i u koje vreme, izvodi ova tehnika. Inače možete oštetiti oči. Prim. ured.)

Um može da uradi sve, uključujući i takozvana čuda. Može da revitalizuje (regeneriše, podmladi) telo, da leči bolesti, može znati unapred šta će se dogoditi i može uprav-

ljati zakonima fizike. Do danas nije jasno da li je um poseban entitet ili je to pinealna žlezda. Vera i blagoslov dobijen od jogija i gurua imaju važnu ulogu u održavanju ličnog integriteta u nepovoljnim situacijama. U važnim religijskim danima, pod snažnim religijskim nabojem i u produhovljenoj atmosferi, nekoliko ljudi, na opšte iznenađenje, izvode neuobičajene podvige, kao što su hodanje po vatri ili probadanje oštrim mačevima kroz telo, bez ikakvih samopovreda. Na sličan način, ako neko gladuje, ti fenomeni mu mogu pomoći da prevaziđe (lakše prođe) periode fizioloških kriza, dok ne uđe u fazu hronične adaptacije (trajnog stabilizovanja zdravstvenog stanja).

3. Racionalno korišćenje energije i recikliranje energije u sopstvenom telu. Oni koji su trajno lišeni energije (one koja se dobija od hrane), naučili su da koriste svaku dostupnu energiju na mnogo efikasnije načine - tako da čak i u stanju "niske" energije, metabolizam tela i vitalne funkcije, uključujući i nervni sistem, ne trpe. To je sasvim logično i lako možemo zamisliti šta se događa kada neko bude zahvaćen prirodnim katastrofama, ili kada se nađe sam nasred okeana, ili preživi na velikim visinama posle pada aviona i sl. a uspe da preživi nekoliko dana ili nedelja bez hrane. Zato, možemo da pretpostavimo da su ovi ljudi možda reciklirali energiju u svojim telima. To se može izvesti složenim mehanizmima, uključivanjem nervnog i hormonskog sistema. Sunčeva energija, koja se prostire telom, može se apsorbovati u zemlju i dok hodamo bosonogi po tlu, a pri tom smo izloženi Suncu, to nam može omogućiti da upijemo ovu energiju kroz kožu prstiju na nogama ili tabana, kako to redovno radi Šri Hira Ratan Manek i uvek propoveda da tako radi da bi reciklirao energiju. To možemo povezati sa osnovama akupresure ili refleksologije.

4. Genotipski ili fenotipski različite telesne predispozicije.

Ovaj aspekt treba pažljivo da razmotrimo, jer ostavlja prostor za važnu diskusiju - da li svako i svi bez razlike mogu da koriste sunčevu energiju, i ako da, da li podjednako uspešno? Samo vreme može da nam da odgovor na to. Ali, moguće je da svaki pojedinac ima drugačiji genetski kod i da svako telo ima drugačije fizičke potencijale. Prema tome, neko lakše može da primi tu sunčevu energiju, može bolje da je transformiše i skladišti, da je uspešnije koristi i čak reciklira - dok neka druga osoba ne može to da uradi u istoj meri. Zato, treba uraditi eksperiment, ukoliko je moguće na slučajnom uzorku volontera u poređenju sa kontrolnom grupom. Ipak, ostavljajući ovu mogućnost na stranu za neko vreme, mnogi ljudi mogu izvesti ovaj eksperiment vrlo uspešno pod supervizijom. Obavezan je prethodni zdravstveni pregled i posebno prethodni retinalno - očni pregled, i nakon toga se, pod strogim medicinskim nadzorom, može u raspoređenim vremenskim intervalima izvesti eksperiment sa volonterima.

Ako se ova teorija može generalizovati, onda ona može izmeniti sudbinu čovečanstva. Najpre, rešiće se kriza gladi u svetu. Aktivacijom ove vrhunske energije u telu, transformacijom u električnu, hemijsku ili magnetnu, osoba može ne samo postati slobodna od bolesti, već može postići apsolutno zdravlje sa vibrantnom austom. Njen sjaj može impresionirati čak i neprijatelje i ublažiti ili poništiti neprijateljstvo. Sa povećanjem mentalnih i intelektualnih kapaciteta, čovek će moći da koristi snagu mozga 90 - 100 %, umesto 3 - 10 % kao što je sada uobičajeno. To će biti carstvo mira i napretka. Pošto nema hrane, loše misli i loša osećanja će nestati, tako da može da zavlada trajni mir.

Ovo će takođe dovesti u pitanje uobičajeno izračunavanje potrošnje kalorija. U međvremenu, to ostaje izazov za ustaljenu "kalorijski" baziranu nauku. Njena ograničenja su

očigledna, a sa druge strane složena pitanja gojaznosti i neuhranjenosti se mogu lako objasniti konceptom sunčeve energije. Moguće je da gojazni ljudi, mada ne jedu previše hrane, dobijaju na težini dobijajući energiju iz kosmičkih izvora. To može objasniti njihovu debljinu. Koncept kosmičke energije se tako može koristiti za opšte uzdizanje čovečanstva na fizičkom, mentalnom, intelektualnom, nadmentalnom i spiritualnom nivou. Zato bi trebalo da odgovarajući stručnjaci, uključujući biologe i medicinske stručnjake, odmah preduzmu opsežno naučno istraživanje, kako bi našli odgovor na sva ova pitanja.

(Referentna studija slučaja g.Hira Ratan Maneka: 411 dana gladovanja; 375 dana završeno 9.1.2001.) Doktor Sudhir V. Shah, M.D. (doktor medicinskih nauka), neurolog 206-8, Sangini Complex, Nr. Parimal Crossing, Ellisbridge, Ahmedabad - 380 006. Ph.: (c) 079-6467052 R)079-6621742; Počasni neurolog njegove ekselencije guvernera pokrajine Guđarat, Indija; Predsednik Asocijacije lekara Ahmedabada; (97-98) počasni docent neurologije: Sheth K.M School of PGMR Smt. N.H.L.M.M College; Počasni neurolog: V.S.Hospital, Ahmedabad, Jivraj Mehta Smarak Hospital.

Zahvaljujem se na sugestijama i pomoći za postavljanje hipoteze koje su dali:

- (1) Dr Navneet Shah M.D. FICA (U.S.A), lekar endokrinolog (C) 6425566;
 - (2) Dr Gargey Sutaria (M.D.) i dr Kalpesh Shah (M.D.) koji je radiolog u Usmanpura CT. Scan centru.
- Takođe se zahvaljujem za medicinsku pomoć koju su pružili: dr Nalin Gheevala M.D, lekar; dr K. K. Shah, M.S. (Master of Surgery, magistar hirurgije), hirurg; dr Viresh Patel M.D, lekar; dr P. G. Shah M.B.B.S, porodični lekar; dr P.D, Doshi M.B.B.S, porodični lekar.

Živeti od svetlosti i svetsko blagostanje

Da bismo učestvovali u stvaranju raja na Zemlji, treba da osiguramo usvajanje sistema koji omogućava trajnu održivost resursa (prirodnih bogatstava) koji služe kao izvor opstanka na Zemlji, kao i da redistribuiramo (rasporedimo) naše raspoložive resurse tako da možemo da adekvatno hranimo sve ljude sada i u budućnosti. Trenutno, mogućnost da se hranimo pranom je ispred našeg vremena i ima još mnogo koraka koje treba da preduzmemo pre no što to postane globalno prihvaćen način života. Za mnoge, NJEN NAJVEĆI DAR JE SLOBODA IZBORA - jesti iz zadovoljstva, a ne iz nužde. Put do iznošenja mesa na trpezu troši 20 puta više resursa u odnosu na žitarice, i ono za šta je čovečanstvo sada spremno je globalno vegetarijanstvo. Do sada je urađeno dovoljno istraživanja da bi se dokazalo:

- a) Vegetarijanstvo je ODLIČNO za naše zdravlje!
- b) Vegetarijanstvo je ODLIČNO, jer obezbeđuje trajnu održivost raspoloživih resursa!
- c) "Vegetarijanstvo usklađuje naše lično biopolje sa vibracijama saosećanja sa svim živim bićima." Džezmahin

Novo istraživanje je pokazalo da za ljude nije neophodno da prođu 21-dnevni proces inicijacije da bi živeli od prane. U skladu sa svojim holističkim načinom života, mnogi ljudi sada intuitivno prefinjuju i smanjuju svoju ishranu. Majstorstvo uma i reprogramiranje su potrebni da bi se održalo vrhunsko zdravlje. Ako želite da se slobodno opredelite da pređete na pranu umesto čvrste hrane preporučujemo vam da primenite sledeće programe koji sigurno deluju ako verujete u *MOĆ BOŽANSKOG JEDNOG U VAMA*:

a) Svaki put kada jedete kažite sebi: "Jedem iz zadovoljstva, a ne iz potrebe". To će početi da "prekopčava" nervne puteve u vašem mozgu.

b) Usvojite *Program prijatnog načina života* da biste stalno bili usklađeni sa kanalom *MOĆI BOŽANSKOG JEDNOG U VAMA*.

c) Programirajte: "Dajem dozvolu svom *BOŽANSKOM JEDNOM* da mi obezbedi sve potrebne vitamine i hranljive materije (i sve što mi je potrebno da održim zdravo, vitalno i telo koje se podmlađuje) iz prane. *SAVRŠENO ZDRAVLJE, SAVRŠENA RAVNOTEŽA, SAVRŠENA TEŽINA, SAVRŠEN IZGLEDE, SADA!*" Zatim postepeno smanjite unos hrane, dozvolite svojoj težini da se stabilizuje uz navedeni program, uživajte u *PROGRAMU PRIJATNOG NAČINA ŽIVOTA* i *OČEKUJTE OD SVOG BOŽANSKOG JEDNOG* da vas hrani! To je sve vladavina uma nad materijom.

MOĆ BOŽANSKOG JEDNOG UNUTAR i pranična ishrana je naša budućnost. Neka naš prelaz bude prelaz radosti, lakoće i sklada.

Izgleda da je moj zadatak u vezi sa praničnom ishranom imao za cilj:

- a) da dokažem ličnim primerom da je to moguće, živeći više od dve godine samo na prani, čaju i vodi;
 - b) da razgovaram sa više od sto drugih ljudi koji to isto rade i da sredim i objavim rezultate svojih istraživanja;
 - c) da sakupim i objavim istraživanja drugih po tom pitanju;
 - d) da predložim rešenje problema zdravlja i ishrane u svetu.
- Sve od navedenog je dosad urađeno. Šta će svet odlučiti da uradi sa našim istraživanjem i zaključcima, zavisi od onih koji su zainteresovani za iskorenjivanje problema zdravlja i ishrane na ovoj planeti.

Kako se naše istraživanje življenja od svetlosti

(ishrane pranom) može koristiti za izazove rešavanja zdravlja i gladi u svetu, možete da pročitate u mojoj sledećoj knjizi "Ambasadori svetlosti" a ona daje prikaz opsežnog istraživanja koje sam radila ja lično i još mnogi drugi. U ovoj knjizi se mi, takođe, bavimo redistribucijom sredstava da bi se eliminisali problemi zdravlja i gladi.

Za najnovije informacije o ovome, molim vas idite na www.jasmuheen.com/who.asp#lol

ODGOVORNO IZVEŠTAVANJE i ishrana delta talasima

Ono što me je navelo da napišem ovaj članak je to što sam "imala posla" sa reakcijom kritičizma koja se odnosila na osobu koja sada živi na prani, a koja je radila dosta medijskih nastupa - uloga koje sam se ja, srećom, oslobodila. Drago mi je što mogu da odbijem takve pozive, posebno od strane popularne štampe i svakog dana se sve više osećam kao Greta Garbo koja je rekla: "Želim da budem sama." - makar da to dođe do svetske popularne štampe.

Volela sam da čitam navode u nedavnom članku poznatog njujorškog novinara (koji i ovog puta nije uzeo u obzir moć *božanske ljubavi*), i koji je rekao nešto kao "Australijanski Alfa guru, Džezmahin, odbila je da da intervju" i sa tako osetljivom temom, kao što je moć prane, čutanje je za mene postalo bolji izbor. Svi podaci su sakupljeni i prezentovani (putem besplatnih uputstava koje smo pokazali na www.jasmuheen.com/who.asp#lol) i sada samo očekujemo učtivo prihvatanje puno poštovanja. Vreme će, naravno, kao i obično, biti na našoj strani.

Ništa manje, oni među vama koji su inspirisani ili prethodno "programirani" da se pozabave medijima u pogledu holističkih edukativnih aktivnosti, mogu naći da je ovaj članak koristan.

Posle sedam godina tokom kojih sam bila na raspolaganju da dajem intervjue za novine, časopise, radio i televiziju i radim dokumentarne emisije, velika je stvar da sam završila svoje učešće u ovoj oblasti i da sam otišla u poluizolaciju kada je u pitanju svetska popularna štampa.

Krajem 1999. odlučila sam da ne dajem "materijal"

bilo kojim novinama i da samo uživo radim radio i TV nastupe, jer sam bila razočarana medijskim cirkusom koji se napravio oko nečega što sam postigla kao rezultat vrlo svete spiritualne inicijacije i bila sam umorna od pogrešne obaveštenosti i "bučnih" pogrešnih interpretacija, koje se često događaju u popularnoj štampi. Poslednja kap koja je prelila čašu je bila kada sam provela dva sata sa inteligentnom novinarkom, ljubazno dajući detaljne verodostojne podatke i savesno se trudila da obezbedim da svi detalji budu objektivno prezentovani, da bih posle toga videla da je njen članak bio pun činjeničnih grešaka - preko 20, da budem tačna. Sećam se da sam mislila: "Znam da nije glupa!" Tako da je jedini zaključak koji sam mogla da izvedem da je to uradila namerno da bi dezinformisala čitaoce - zato sam i donela ovakvu odluku da više ne podržavam ovakvo pogrešno obaveštavanje javnosti. Prema tome, ograničila sam svoje medijske nastupe na one novinare koji su imali razumevanja i bili otvoreni za metafizičke fenomene, koji su sami bili integrisane ličnosti i svima njima upućujem iskrenu zahvalnost.

Sa oko hiljadu intervjuova posle toga, koji su doprli do 800 miliona ljudi od 1996. do danas, sebe smatram dovoljno informisanom da ponudim nekoliko uvida do kojih sam došla. Ja to radim, znajući da je posao nas metafizičara celovita (holistička) edukacija. Svi sada znamo da se strahovi rađaju kroz neznanje i da za neke od nas to može značiti da deo našeg rada koji raspršuje neznanje može biti vreme koje posvetimo svetskim medijima.

Zato da počnem:

1) Za vas koji ste bliži ezoterijskoj praksi preporučujem da angažujete *anđeoski marketing i medija tim*, zajedno sa *svetim jednim* da bi nadgledali vaše medijske veze. To je odlično sredstvo za organizovanje vremena i štiti nas od gubljenja

energije ili trošenja na pogrešnu stranu. Moj "medijski agent" za kontakte sa javnošću je Sen Žermen koji se složio da mi šalje samo "probudene" novinare. (Na žalost, zaboravila sam da tražim da to uradi i kada su u pitanju urednici ili izdavači). 2) Budite oprezni prema "rascepkej i sagori" tehnikama koje su uobičajene u popularnoj štampi. Hoću da kažem, da možete napraviti odličan intervju sa upućenim novinarom, da biste kasnije otkrili da, iako je dao promišljen i dobro obrazložen članak, njegov urednik će ga bukvalno iseckati na komade (prekrojiti) u cilju senzacionalizma i time vas "spaliti", predstavljajući to tako, da ono što ste rekli u svom intervjuu ispada mnogo primamljivije i/ili nerazumljivije, jer su važni navodi i podaci iz istraživanja, koje ste vi priložili, jednostavno izbrisani iz teksta. Isti urednik će se pre opredeliti za privlačan senzacionalistički i obmanjujući naslov da bi privukao pažnju i povećao prodaju. Poštenje novinara, između ostalog, za njih nema nekog značaja.

3) Treba da znate da nije uvek onako kao što mi naivno verujemo da su svi članci uzeti iz drugih novina odobreni i imaju potvrđen sadržaj i tačnost izveštavanja pre nego što se štampaju. Lično sam doživela da su najpoznatiji časopisi kupovali i štampali, činjenično netačne i dezinformišuće članke iz tabloida (popularnih novina sa kratkim i sažetim vestima) koji, kao što znamo, često ne proveravaju istinitost sadržaja i umesto toga se odlučuju za senzacionalizam koji će prodavati tiraž. Zarada od tiraža ima prednost u odnosu na razumno i tačno izveštavanje za mnoge od ovih tabloida.

4) Zato preporučujem: dobro otvorite oči kada su tabloidi u pitanju! Isto tako, pre nego što prihvatite da date intervju bilo kojim medijima, proverite njihovo novinarsko poštenje i verodostojnost izveštavanja.

5) Proverite sopstveno poštenje. Zašto, u stvari, želite da se pojavljujete u medijima? Da li na taj način ne zadovoljavate

tajnu želju za slavom i bogatstvom? Koliko dobro poznajete materiju o kojoj ćete pričati? Da li živite onako kako propovedate? Da li je vaše iskustvo 100 % utemeljeno u istini? Mnogi novinari su vešti u postavljanju zamki (trik pitanjima) i uvek tragaju za lažima da bi izneli na videlo prevaru i dublje skrivene motive, jer oni možda veruju da vi težite za slavom. Apsolutni je imperativ da ostanete smireni i ne reagujete na provokaciju, kao i da imate 100 % vere u sebe, svoje znanje ili predloge. Svaka vaša nesigurnost će biti napadnuta i iskorišćena protiv vas.

6) Kada imate posla sa manje naklonjenim medijima, nikada ne odgovarajte agresijom na agresiju, jer će to loše uticati na publiku. U vreme kada sam na globalnom nivou proklamovala ideju *božanske moći* i njene sposobnosti da hrani naše ćelije i naše duše susrela sam se sa nebrojeno mnogo ljutih i/ili agresivnih lekara, psihijatara, nutricionista i čak “drugara” metafizičara koji su bili potpuno napadački nastrojeni, što se videlo po gestikulacijama; sedeli su ukočeno na stolicama, optuživali me, pokazivali prstima na mene, tresli pesnicama, podizali glas i sl. Ako budete mogli da mirno sedite među njima i odgovarate na optužbe blagonaklonim strpljenjem i ponudite dobro potkrepljene nalaze istraživanja, to će uvek biti u vašu korist, posebno kada govorite o kontroverznim temama. Publika će biti impresionirana vašim strpljenjem i vladanjem u tako nepovoljnoj situaciji, posebno ako ste se uvežbali da zračite dovoljno ljubavi koja može da “dirne” gledaoce u njihovim domovima. Zapamtite, ljudi “primaju k sebi” samo 7 % onoga što kažete, a 93 % onoga što primaju je posredstvom tona glasa, fizičkih kretnji i govora tela (gestova).

7) Budite sigurni da ste dobro priključeni na kanale *božanskog* i da možete da zračite savršen naboj ljubavi i mudrosti u svim situacijama. Uvek se ponašajte kao pravi

gospodar (majstor), sa razumevanjem, poštovanjem i dostojanstvom, bez obzira kako se sagovornik i okruženje mogu odnositi prema vama i vašem izlaganju. Za tako nešto je potreban trening, posebno putem meditacije, koji vam omogućava da delate umesto da reagujete kada ste isprovocirani.

8) Ako radite promociju nekog događaja, budite sigurni da je ona, na neki način, i edukativna, jer gledaocima daje besplatna uputstva ili praktične i korisne rezultate istraživanja. Takođe, obezbedite da intervju bude publikovan ili emitovan pre događaja o kome govorite. Naravno, ovde ne mislim na plaćene reklame.

9) Ako je moguće, zatražite da pročitate svaki članak pre štampanja, da budete sigurni da su činjenice tačno prezentovane. Ipak, kada je u pitanju popularna štampa, onaj ko daje intervju vrlo retko dobija bilo kakva uređivačka prava.

10) Budite sigurni da je svaki ugovor koji potpisujete, proverio vaš advokat i da funkcioniše pod uslovima sa kojima ste se vi složili. Ne dozvolite da vas požuruju pri donošenju odluka, uvek razmotrite sve aspekte i mogućnosti.

11) Vodite računa o efektu svog medijskog rada na svetsku “igru”. Ako se ne pridržavate prethodnih tačaka, možete nanositi štetu poštenom radu svojih kolega, naročito onih koji su možda proveli godine pridržavajući se njih. To posebno važi za kontroverzne teme, kao što je lečenje pranom ili ishrana pranom i drugi načini lečenja energijom. Medijskim radom na tim temama dovodimo u pitanje uobičajena verovanja, a mnogi od nas su proveli mnogo godina proučavajući različite edukativne sisteme da bi premostili jaz između metafizičkog i uobičajenog sveta i zato pozivamo sve da to podrže tako što će biti veoma svesni onoga što se ovde prezentuje.

12) Treba da znate da ako vaše istraživanje ugrožava interese

onih koji obožavaju boga novca, čak iako ste se pridržavali svega napred pomenutog, možete biti predstavljeni u negativnom svetlu. Načini života koji deluju kao preventivni medicinski programi će smanjiti prihode medicinskoj profesiji, isto tako kada ne morate da uzimate fizičku hranu, vi ćete dovesti u pitanje milionske prihode industrije hrane, industrije medicinske opreme (jer nikada nismo bolesni) i farmaceutske industrije i poljuljati verovanja svakog koji nije iskustvo dobrobiti *hožanske moći* i njene sposobnosti da nas leči (*Reiki*, *Pranično lečenje* itd), vodi (vidovitost i sposobnost da se čuje izvan dosega sluha) ili još diskutabilnije, da nas hrani i voli.

13) Prema tome, sve što možete očekivati kada su u pitanju popularni mediji je to da, ponekad, u najboljem slučaju, poselite nekoliko semenki u plodne umove i što više verodostojnosti ponudite, utoliko bolje. Zato ne brinite mnogo za rezultat svog holističkog edukativnog rada. Privući ćete one prave. Oni koji su spremni će čuti. Oni koji ne čuju, ili još nisu spremni ili ne pripadaju vašem sistemu rada.

14) Zapamtite, duh i moć **BOŽANSKOG JEDNOG UNUTAR** će se uvek potruditi da se poruka čuje preko pravih kanala. Unutrašnji sistem prenosa informacija je "nepodmitljiv", pa ga zato koristite.

15) Dajte novčani prilog (ili drugačiji doprinos) uvek kada je potrebno. Ako ste razvili neke sposobnosti posle proučavanja nečijeg rada i primenili njegova znanja i tehnike, uvek uplatite za istraživanja koja obavlja ta osoba. Na primer, na polju svete seksualnosti i taoističke prakse jedan od vodećih istraživača u svetu je Mantak Čia, na polju lečenja pranom je Čoa Kok Sui, za opsežna istraživanja fenomena sposobnosti ljudskog tela je dokazane vrednosti knjiga Majkla Marfija "Budućnost tela". Slično, dr Dipak Čopra je vodeći istraživač u razumevanju veze um/telo.

16) Isto tako, ako vam neko dostavi značajnu informaciju koja će vam pomoći u radu, odužite mu se i zahvalite na pravi način. Uzajamno potpomaganje i priznavanje sa poštovanjem i zahvalnošću su deo nove igre jedinstva i treba da se jačaju i podržavaju kao *hožanski običaj*.

17) Izaberite medij koji će na najbolji način da potpomogne i predstavi vas i vaš rad. Na primer, spiritualni ili holistički programi su obično sa manje predrasuda i otvoreniji za saradnju, mada se često događa da koriste usluge profesionalaca da bi obezbedili rejting svog nastupa. Na primer i glavni i ezoterijski mediji često konsultuju lekare i nutricioniste za mišljenje kada je u pitanju život od svetlosti, što je u suštini gubljenje vremena ukoliko ti stručnjaci nisu praktikanti meditacije ili upućeni u istraživanja na temu čia ili prane. Sva tradicionalna nutricionistička istraživanja su se samo odnosila na osobe koje su utemeljene u beta/alfa šemu moždanih talasa, a za meditanta koji živi celovit način života i deluje iz nivoa teta/delta moždanih talasa sposobnost da dostigne nivoe i tipove energije nedostupne masovnoj populaciji je nešto što aktuelni istraživači još ne razumeju.

18) Dobro se pripremite i dobro informišite o temi. Živite svoj život kao *gospodar (majstor)*. Uvek se ponašajte besprekorno, nikada ne lažite i ne "izvrćite" istinu. Zato šta god da neko kaže ili radi, vi ćete uvek imati čistu savest.

19) Najzad, nastup na popularnim medijima, sa kontroverznom temom, nije za naivne ili one slabog srca. Pod pretpostavkom da vam ugledna TV stanica, radio ili časopis iskrive ili pogrešno interpretiraju činjenice da bi ugodili sebi, ili čak lažu da bi udovoljili svojim skrivenim motivima, može se desiti da vam to bude zbunjujuće i bolno.

20) Upamtite, neće se svako radovati zbog onoga što ste otkrili svojim iskustvom i istraživanjem, naročito ne oni čija je finansijska mašinerija ugrožena, ili koji imaju nešto da

izgube zbog toga. Ne želi svako na svetu da stvara planetu gde su bogovi slave, novca, seksa ili moći stavljeni na pravo mesto, ili planetu na kojoj je moć vraćena ljudima. Na primer, izjava da je Bog svuda i u nama i da možemo doći direktno do *božanskog* iskustva preko *božanskih* kanala na unutrašnjim planovima, ugrozila bi hijerarhiju moći sveštenika i finansiranje mnogih crkava, kao što će znanje o novim jeftinim izvorima energije ugroziti (to i čini) postojeće veleposednike izvora energije sa njihovim monopolima na fosilno gorivo, baš kao što i programi preventivne holističke medicine zatrašuju neke tradicionalne medicinske struje, čije zarade zavise od zadržavanja ljudi u krugu bolesti i slabosti.

21) Nema svako na ovom svetu "čiste" namere i dok smo mi navikli da vidimo Boga u svakom biću, bilo bi naivno da verujemo da možemo da primenimo nov i bolji način postojanja na ovom svetu, a da ne budemo osporavani, naročito ako svoj rad iznosimo u javnost.

22) Na kraju, naš poslednji savet za one koji su u globalnoj medijskoj igri je: uopšte ne idite tamo ako niste dobro informisani i ako nemate hrabrost i čisto, čisto srce.

O AUTORKI

M.A.P.S. ambasadorica; autorka 17 knjiga; internacionalna predavačica; vodeća istraživačica na polju ishrane pranom; osnivačica Self Empowerment Academy; suosnivačica C.I.A. - Cosmic Internet Academy; izdavačica i urednica on-lajn M.A.P.S. Embassy biltena - The ELRAANIS Voice (TEV). www.jasmuheen.com

Hronologija:

- 1957. Rođena je u Australiji od norveških doseljenika.
- 1959. Počela je sa vegetarijanstvom.
- 1964. Počela je da proučava *či*.
- 1971. Otkrila je *jezike svetlosti*.
- 1974. Inicirana je u drevnu vedsku meditaciju. Počela je sa periodičnim uzdržavanjem od jela. Otkrila je telepatske sposobnosti.
- 1975 - 1992. Odgajala je decu, proučavala i primenjivala metafiziku i imala različita zanimanja.
- 1992. Napustila je posao u firmi da bi "sledila" metafizički život. Srela je *majstore alhemije*.
- 1993. Uradila je *Prana inicijaciju* i počela da živi od *svetlosti*.
- 1994. Započela je sedmogodišnji istraživački projekat o ishrani pranom. Počela je da "radi" sa *uzvišenim majstorima*. Primila je prvu od 5 "knjiga" od *uzvišenih majstora*. Napisala je "*In resonance*". Osnovala je Self Empowerment Academy u Australiji.

Počela je "razrede" za samomajstorstvo.

Počela je da izdaje bilten "*The Art of Resonance*" kasnije preimenovan u "*The ELRAANIS Voice*".

- 1995. Naširoko je putovala po Australiji, Aziji i Novom Zelandu učestvujući u istraživanju majstorstva.

Napisala je "*Living on Light - Nutrition for the New Millennium*".

- 1996. Pozvana je od strane Sen Žermena i Babadija da istraživanje o ishrani pranom dovede do globalnog nivoa.

Počela je program reedukacije u globalnim medijima.

Postavila je sa Kutumijem International M.A.P.S. Ambasadry u 33 zemlje sveta.

Stvorila je C.I.A. - Cosmic Internet Academy - slobodni veb sajt preko koga se mogu preuzeti podaci od pomoći za lični i planetarni napredak.

- 1996 - 2001. Putovala je naširoko po Evropi, USA i Brazilu sa programom rada *Povratak u raj*.

- 1996 - 2002. Preko globalnih medija pričala je auditorijumu koji broji više od 800 miliona ljudi.

- 1997. Počela je *Our Camelot* trilogiju napisavši "*The Game of Divine Alchemy*".

Formirala je M.A.P.S. Ambassadors Alliance - ljudi koji su se obavezali da rade na globalnoj harmoniji i miru.

Počela je da uspostavlja projekat naučnog istraživanja fenomena života od svetlosti.

- 1998. Napisala je "*Our Progeny - the X-Re-Generation*"

Putovala je širom sveta da bi prenela program rada besprekornog (savršenog, potpunog) majstorstva.

- 1998 - 1999. Napisala je i izdala "*Ambassadors of Light - World Health World Hunger Project*".

- 1999. Napisala je "*Wizard's Tool Box*".

Napisala je "*Dancing with my DOW*".

Počela je da stupa u kontakt sa vladama u svetu radi reša-

vanja problema gladi i zdravlja.

Putovala je po svetu da bi prenela *Plan za raj*.

- 1999 - 2001. Pisala je "*Divine Radiance - On the Road with the Masters of Magic*".

Počela je M.A.P.S. Ambassadors International Training Retreats.

- 2000. Putovala je po svetu da bi potpomogla izbor *Eterične vlade* u 28 ključnih gradova i prenela *Program priyatnog načina života* (Luscious Lifestyles Program - L.L.P.).

- 2000 - 2001. Pisala je "*Cruising into Paradise*".

Pokrenula je OPHOP program rada (One People in Harmony on One Planet).

- 2001. Imala je internacionalnu turneju da bi prenosila *recept 2000*.

Napisala je "*Biofields & Bliss*".

- 2002. "Lansirala" je *recept 2000* kao sredstvo za zajedničko stvaranje globalnog zdravlja i sreće, mira i prosperiteta za sve na Zemlji.

Otvorila je sajt www.jasmuheen.com sa programima za savršeno poravnanje, savršenu akciju i holističku edukaciju.

Pokrenula je I.R.S. (Instigate, Record & Summarize) da bi ljudi zajednički stvorili raj.

- Krajem 2002. Pokrenula je Madonna Frequency planetarni program mira.