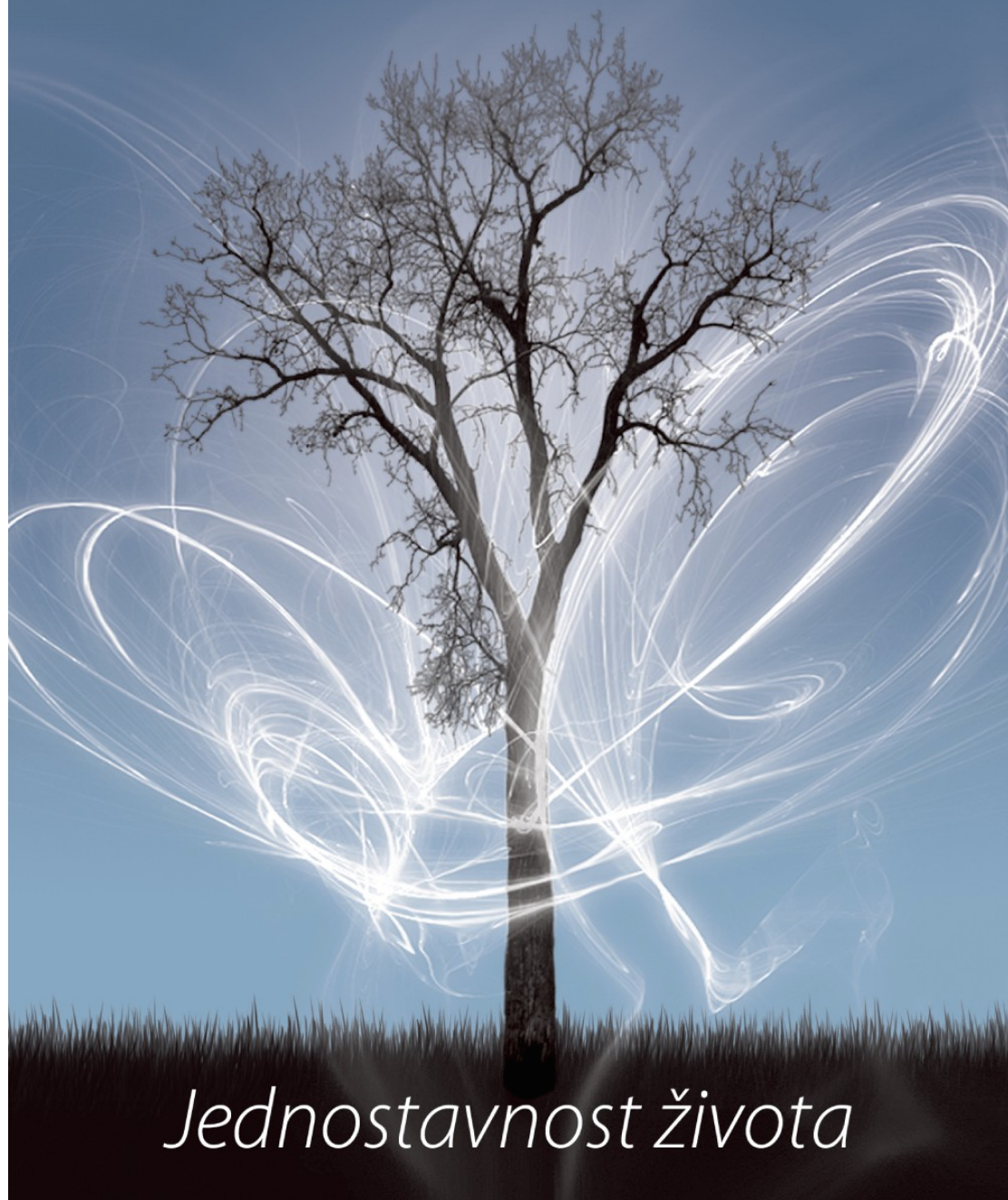


# Magic Wood



*Jednostavnost života*

**Magic Wood**

JEDNOSTAVNOST ŽIVOTA

Maja Šamarinac

Nakladnik:  
Lunarta d.o.o.  
E-mail: info@lunarta.com

Copyright(c): Lunarta d.o.o.

ISBN: 978-953-99891-4-7

### UVOD

Knjiga je zajedno s Magic Wood karticama kanalizirana na Sljemenu, Zagreb 2005/2006 godine. Skup je tekstova koje možete zasebno čitati. Ona govori o hrabrosti koja je potrebna da bi se živjelo i o sreći koja iz toga proizlazi. Govori o osmjesima i radosti, o tuzi i plaču te o svim strahovima koji vas mogu zaskočiti dok plovite svojim životom. Ona nije putokaz, ona je pratitelj, netko tko vam može dati nadu i vjeru. A putovi se zatim stvaraju sami... njih stvarate vi, svojim odlukama, svojim mislima, svojim osjećajima. I zato je bitno da vašem biću omogućite sreću, maksimalnu bezbrižnost i opuštenost dozvoljavajući mu da stvori svoje najbolje putove i donese svoje najbolje odluke. Njihove poruke mogu vam pomoći da ne zaboravite da ste slobodna bića koja ne zaslužuju ništa manje od potpune prepuštenosti životu okupanog u sreći, blagostanju i harmoniji, sa sobom i sa svima oko vas.

Maja Šamarinac

-----

### Početak početaka

Početak svakog bića počinje na njegovom kraju puta. U toj točki on se odlučuje za svoju daljnju budućnost/sadašnjost i s nje kreće dalje. Zato tu točku - kraj puta ne smijete zanemariti ili olako shvaćati. Za nju se trebate pripremiti. A pripremate se cijeli život. Svakog dana pripremate se za svoj kraj i ne znajući to. To nije nešto što bi vas trebalo opterećivati već poticati da daljnji rast, za razvoj svog bića do one visine koju ono zaslužuje - sam vrh.

I svi ste vi na svom putu do vrha nesvjesni sebe i svog puta. Brzina kojom ćete širiti svoju svijest ovisi samo o vama, vašoj želji, volji, vašoj borbi sa strahovima i predanoj vjeri u sebe. Jer vjera je bila i ostala vaše najmoćnije oružje. Vaš vodič na putu.

Ono što ne biste smjeli na vašem putu je posustati. Bez obzira da li se radilo o samo jednom lošem danu ili nekoj većoj nevolji, vaša zadaća prema samom sebi bila bi i dalje snažno kročenje naprijed. Jer ono što ne možete je maknuti se sa svog puta i odustati. U tom slučaju vaše odustajanje značilo bi da ste sjeli negdje pored puta i čekali da ponovo shvatite da morate nastaviti jer se put neće maknuti i vi nećete pomoću neke čarolije nestati s njega. Jer čarolija je taj put. Taj čarobni način da naučite kako izrasti u najveći dio sebe. A to je i nagrada za svu vašu borbu na svom putu.

## **Vječnost**

Čarolija skrivena u riječi. Iako niste sigurni što ona zapravo znači. Onog trena kada ju shvatite, vidjet ćete da ste u njoj, bez obzira na sve krajeve koje ste imali i koji vam slijede. Ne postoji kraj u vječnosti, postoji samo prelazak preko stepenica do neke druge točke.

Sjednite negdje u šumu, zatvorite oči, opustite svoje tijelo i doživjet ćete vječnost. Vaša duša doći će u svoje prirodno stanje i slat će vašem tijelu uputu da se smiri, da se prepusti i uklopi. Ne postoji bolji način opuštanja, a niti prirodniji nego što je ovaj. Ali zašto onda više ljudi to ne radi? Zašto šume nisu pune mjesta na kojima ljudi dolaze, sjede i spajaju se s vječnošću? Zato što smatrate da sve što je dobro mora biti i komplicirano. A jednostavne stvari koje su oko vas odbacujete do te mjere da ih čak niti ne primjećujete. Ali nema potrebe za tim. Vaš put prema opuštanju vrlo je jednostavan i lak. Bilo koje drvo ili šumarak u stanju su pružiti vam dio vječnosti, samo ako im to dopustite. Odnosno, ako dopustite sami sebi da se prepustite i opustite.

Baš poput života kojeg živite. Tražite u malim stvarima ljepotu, znanje, inspiraciju ... Ispod svake jednostavnosti krije se svemir u malom. Onaj isti u kojem ste sada. Svaki dio sadrži svaki dio u kojem je sada i kao takav u stanju je pružiti sve ono što trebate. Vaše smirenje koje će doći kao rezultat toga povećat će vam mogućnosti da napravite sve izazove koje ste stavili pred sebe. A zadovoljstvo kao nagrada donijet će novo smirenje. Na taj način uvidjet ćete da vam zapravo ništa drugo niti ne treba do smirenja. Onog osjećaja koji je tako sličan vječnosti, miru, onom unutrašnjem tonu koji puni svaki djelić vašeg tijela, duše, uma i hrani ih energijom, omogućuje im da žive u svim dimenzijama.

## **Smisao života**

Sve ima svoj smisao samim svojim postojanjem. Jer samo postojanje je smisao života. Ali vaš život, ako nema neki vaš smisao, gubi vrijednost u vašim očima. Potrebno vam je to, potrebno vam je znati zašto postojite. Jer to je ono što kažete da vas čini živim. Pa dobro, tražite svoj životni smisao. Ali tražite ga u svemu. Ne dopustite malim životnim radostima da prođu pored vas samo zato jer vi tražite neki svoj «veliki životni smisao». Mogao bi vam cijeli ovaj sadašnji život proći u potrazi za njim. A onda dolazi žaljenje – žaljenje na kraju životnog puta jer ga niste našli – «smisao vašeg života».

A cijelo vrijeme vam je bio pred nosom, cijelo vrijeme ste prolazili pokraj njega. Prolazili ste pokraj vašeg životnog smisla – vašeg života.

Samo vaše postojanje ovdje je vaš smisao, a svaki dan donosi vam pregršt malih događaja koji su tu baš zbog vas, baš da vam život popune i daju mu smisao. Koračajte kroz život otvorenih očiju za sve što vam on donosi, ne dopustite da on juri pored vas u drugom vagonu. Svako jutro obećajte si da ćete taj dan naći barem 5 razloga zašto taj dan ima smisao u vašem životu. Na kraju dana ih napišite, napišite 5 razloga zbog kojih ovaj dan u vašem životu ima smisla. I to radite sve dok vam ta rutina traženje ne postane nešto poput dobre navike. Vidjet ćete da ćete se početi veseliti svakom novom danu i novom izazovu koji on stavlja pred vas, a samim tim shvatit ćete da je vaš životni smisao baš to – vaš život, to što postojite.

## **Rođenje**

Svojim rođenjem na ovaj svijet dobivate samo ulaznicu za njega i propust unutra. I to je to. Ali to ne znači da je vaše rođenje s tim završeno. Rađate se svaki dan. Vaši postupci, vaša razmišljanja i vaše odluke rađaju u vama novu osobu, osobu spremnu da preuzme kormilo. Iako to u tom trenutku možda niti ne osjećate, vašim novim unutarnjim rođenjem dana vam je nova, svježja podloga za građenje vaše osobe. Ono što vi trebate je prepoznati taj trenutak. I krenuti dalje. Bez obzira na sve okolnosti oko vas, kretanje dalje je jedna od osobina slobode. Ukoliko fizički to ne možete, krenite unutarnjim hodom. Pokretanje unutarnjih energija povući će za sobom i one vanjske. Bitno je da ste vi odlučili iskoristiti novo rođenje. Na taj način dopuštate sebi slobodu izbora koja vam je dana ulaskom u ovaj svijet. I bez obzira kakvi ti izbori bili, oni su vaši, tu su da vam donesu nove spoznaje i nove ideje koje će u vama ponovo roditi novu osobu. Budite sretni i krenite dalje.

## **Ljubav**

Sama riječ već govori puno. Ali njezino značenje širi se na područja koja su poput temelja kuće. Bez njih ništa, pa ni ovaj vaš svijet ne bi postojalo. Vi mislite o njoj svaki dan, ona vam je neophodna za vaš život ali većinom ju tražite u samo određenim stvarima i određenim osobama. Zbog toga propuštate njene osnove, ne shvativši njeno elementarno značenje. Ljubav je energija baš kao i svaka druga energija. Ali energija začinjena sitnim finim česticama koje na svim vašim razinama dovode do treperenja. To treperenje zatim vi nazivate ljubav. To treperenje u vama budi osjećaje, fizičke potrebe i misli vam stavlja u ponekad raštrkani koncept. I sve je to super, baš onako kako treba biti. Ali uz to treperenje trebali bi obratiti pažnju i na samu energiju sa svojim začinima. Energiju koja se provlači kroz sve stvari koje vas okružuju i sva bića koja sretnete. U svima njima nalazi se ta energija. Čim svoju pažnju usmjerite na nju osjetit ćete poznato treperenje i ljubav koju vi poznajete preplavit će vaše tijelo i vaš um. Zamislite kolika sreća, zamislite tu radost življenja kada sve oko vas okružuje ljubav, a vi to primjećujete. Svijet oko vas poprimit će jače boje, a vaše misli teći će poput potoka, bez straha i zastoja. Potrudite se osjetiti, prepoznajte tu začinjenu energiju oko vas, ona je ista baš svugdje, nema razlike. Razlike mogu biti jedino ako ih vi stvorite. Potrudite se ne stvarati ih.

## **Svjesnost**

Svjesnost svega oko sebe čini te budnim za prilike. A to je upravo jedan od razloga zašto si ovdje. Zbog prilika koje ti omogućuju da odabereš da li želiš okusiti nova iskustva i da li želiš sebi pružiti mogućnost za rast i napredovanje.

Već samo jedan izazov i odgovor na njega može tvoj život usmjeriti u sasvim nekom novom pravcu. Možda ti taj put iz ove pozicije nije privlačan, možda bi se čak mogao zapitati da li ti je to uopće potrebno, ali taj put ti omogućuje da vidiš da nisi u klopci iz koje nema izlaza već da si ti gospodar svoje sudbine.

Onoga trena kada se odlučite iskoristiti ponuđenu priliku, vaša svjesnost o vašem životu i svijetu oko sebe izoštrava se. Vaša čula, vaša duša, vaše tijelo traže najbolje odgovore koji će vam omogućiti da shvatite što dalje, što izabrati, kuda krenuti.

Odgovori će se pojaviti sami, na vama je samo da ih slijedite. I da pri tom uživate. Bez obzira na događaje oko vas uživajte u svakoj sekundi sadašnjeg života. Budite sretni što vam je pružena prilika da zaigrate tu igru zvanu život. Vaša svjesnost o tome rast će brojem iskorištenih prilika. Zato krenite i igrajte.

## **Sredstva**

Sredstva s kojima dolazite do cilja ista su ona sredstva koja su vam rođenjem dana na korištenje. Zato ne možete pogriješiti, niti pri jednom odabiru. Ono što morate pri tom slušati je svoju nutrinu koja vam govori s čim se osjeća dobro, a s čim možda osjeća da radi nešto loše.

Povrijediti druge ljude namjerno ili nenamjerno ima samo za zadatak naučiti njih neku novu lekciju. Zato ste svi i ovdje. Ali jedino je pitanje koliko ćete se vi pri tome osjećati dobro. Ukoliko osjetite i najmanji znak nelagode pri nekom događaju prekinite sve, bez obzira da li on imao za posljedice nešto dobro ili loše. Shvatite u tom trenutku da cijela životna škola gleda u vas, u ono što ćete vi u tom trenutku odlučiti. Cijeli vaš budući put može se promijeniti zbog jednog jedinog događaja. Zato dobro razmislite prije nego što nekome nešto kažete ili učinite. Njemu ne možete napraviti ništa loše, on je tu kao i vi, da uči i raste. Ali sebi krojite sudbinu i sebi određujete nastavak putovanja.

Zato u ovom pa ni ostalim životima ne možete kriviti baš nikoga osim sebe za sve što vam se događa. Ako ćete pametno voziti, vaš put će biti zanimljiv i ugodan, potrudite se da tako bude, vi ste u pitanju.

## **Sjaj**

Tvoj sjaj diže se do tvog neba, samo što ti to ne vidiš. Tvoj sjaj privlači kao magnet i omogućuje ti nove trenutke, trenutke koji te pretvaraju u novu osobu, osobu kojom ti težiš. Što više sjaja skupiš oko sebe to ti je put prema cilju kraći. Dok ne dođeš do spoznaje da sjajiš sam za sebe i krećeš se i stojiš ... sve odjednom.

Za sjaj je potrebna prvenstveno volja. Bez nje ništa ne možeš postići, nikuda stići.

Volja je ta koja ti omogućuje da dođeš do sreće, znanja, volja te vodi na nove svjetove, pokazuje nove metode i otkriva nove putove. Bez nje si izgubljen, a s njom je kao da držiš lampicu u najvećem mraku.

Svaki tvoj novi korak nahranjen tvojom voljom za životom, za srećom, povećava tvoj sjaj. Omogućuje ti da sjajiš onoliko koliko je to moguće, a granice ne postoje.

Tvoje želje izlaze kroz taj sjaj i dovode te do trenutaka kada ih možeš ostvariti. Tvoj sjaj privlači ljude kojima možeš nešto pružiti i koji ti mogu nešto pružiti.

Sve što tvoj sjaj šalje dolazi iz dna tvoje duše, iz potrebe za spoznajom, učenjem, za svim onim zbog čega ste sada ovdje.

Nikada nemoj zanemariti svoj sjaj, nikada ga nemoj zapustiti. Pusti ga neka osvjetljava sve oko sebe i raduj se svim promjenama. Tvoj život ovdje prolazi želio ti to ili ne, zar nije ljepše provesti ga u sjaju, učini to, zasvijetli i ostani tako.

### **Za sreću je potrebno ...**

Za sreću je potrebno dvoje. Vi i vi. I jedino tako vaša duša može pjevati od sreće. Svi ostali oko vas mogu vam popraviti raspoloženje ili učiniti da vam taj dan ili ta godina bude u vašim očima izuzetno sretna i uspješna. Ali kada ostanete na samo ili kada pogledate u ogledalo, vidjet ćete sebe. Onog drugog sebe koji vas čini sretnim ili nesretnim. Sebe koji ne glumi ni pred kim i koji je baš vaša slika i prilika. Kada on postane istinski sretan, tj. kada vi postanete puni od sreće, one unutarnje radosti što se isprva polagano, a onda sve brže i brže širi svim vašim stanicama, kada se to dogodi vaša sreća kao najopojniji miris proširit će se na sve oko vas. Vi ćete biti poput novog motora koji gura već dotrajali auto. Sve vaše situacije, svi ljudi, sve pojave oko vas reflektirat će se u vašim očima i puniti se vašom snagom. Pa čak i one loše stvari poprimit će oblik učitelja i pomoći vam da ih shvatite.

Što je najbitnije za vas, što je ono što vas čini sretnim? Vi, vi sami. Kada se pronađete i kada ruku pod ruku krenete za svojom srećom sve što vas okružuje krenut će za vama.

Na taj način i oni će poprimiti komadić sreće koji će dalje putovati i buditi ostale. Pomognite najprije sebi, pronađite sebe, svoju sreću, a onda krenite dalje, krenite i širite svoju sretnu energiju oko sebe, pustite ju da djeluje, a zatim gledajte rezultate.

### **Patnja**

Osmjeh je lijek, ali i patnja je lijek. Ona je kao ispušni ventil za sve događaje oko vas. Ona vam pomaže da se spustite na razinu koju vaš um i vaše tijelo može prihvatiti. Sa njom odlaze viškovi energije koji vam ne trebaju, koji bi vas kočili u vašem napretku. Zato je ona lijek. Jer vam omogućava da ozdravite. I jednako je važna kao i smijeh. Bez nje biste bili zakinuti za taj osjećaj oslobađanja kada ona završi i ode. Kao da se ponovo rodite u ovom životu gledajući na stvari i događaje oko vas jednim novim pogledom. Bez nje bi bili previše prazni jer samo smijeh ne može vam pružiti sve osjete po koje ste došli. I zato se oni izmjenjuju. Patnja i smijeh.

Ono što možete napraviti i čime si možete olakšati je da ih prigrlite s jednakom strašću, da ih izjednačite. Dajući im jednaku važnost, vi uviđate koliko su vam oni potrebni i s lakoćom oboje prihvaćate.

Jedna misao prije početka patnje može promijeniti i ubrzati cijeli postupak. Samo jedna misao, a to je «dobro mi došao učitelju». Jer to je ona, patnja – učitelj. Pokazuje vam kako osloboditi svoje osjećaje, kako se isprazniti pa ponovo napuniti i kako krenuti dalje. Kažete da poslije svake kiše dolazi sunce. Tako je s njima, patnja, smijeh, patnja, smijeh... tvore ovaj vaš život dajući mu važnost. Stavljajući ga u onaj kontekst u kojem ste ga i željeli na početku. I omogućujući vam da ga prođete sa svim njegovim preprekama. Jači nego ikad.

## **Opraštanje**

Uvijek imate nekome nešto za oprostiti. Sebi, drugome, svijetu... uvijek postoji netko tko je kriv za sve, ili ste vi sami krivi. Vrijeme je da svima sve oprostite i krenete dalje. Vrijeme je da otvorite vrata tog rajskog vrta što vas u ovom životu očekuje. Da uđete unutra i okusite svu ljubav i blagostanje što vam pruža, vaš život. Dok ne oprostite sebi, drugima i svijetu za sve što vam se u životu desilo i još uvijek dešava, prolazit ćete kraj tih vrata a da ih ni ne primijetite, stalno u potrazi za njima. A ona su tu, točno kraj vas, samo čekaju na vaš znak. Znak koji će im pokazati da u vama više nema ljutnje, bijesa, razočaranja, nesreće, ... da je ostala samo ljubav, ljepota i toplina. Želja za životom i svime što on jest.

Kada shvatite da ste to uspjeli, da ste oprostili svima pa i sebi, vrata će vam se pokazati u svom punom sjaju i vidjet ćete pokraj kakvih čuda ste svakodnevno prolazili.

Osjetit ćete mirise kakve na ovom svijetu još niste osjetili, vidjet ćete boje kakve u ovom životu još niste vidjeli, osjetit ćete osjećaje koji će vas ponijeti do najviših vrhova vaših želja i ostaviti tamo. Osjetit ćete se tako lagani, pomislit ćete da više niste ovdje, da ste otišli iz ovog života i da ste došli na mjesto koje je samo vas čekalo, koje je samo radi vas stvoreno. I bit ćete u pravu.

Jer osjetit ćete svoj život u njegovom najboljem izdanju, a on je stvoren samo radi vas.

## **Strast**

Riječ koja u vama može potaknuti energiju i pomoći joj da proteče brže. Ali nije važna. Ta riječ. Nije važno ni njeno djelovanje. Važno je ono što vam ona ostavlja, vaše misli, vaši snovi... sve to dobija na važnosti kada je u njih uključena strast. Osjećaji s kojima vas ona ostavlja stavljaju vas na pijedestal u vašoj vlastitoj predstavi, vašem životu, pomažu vam da postanete glavni glumac, a to je ono zbog čega ste ovdje.

Svaki pomak načinjen iz strasti u vašem životnom plesu donosi iza sebe još puno malih pomaka koji kao domino nagrnu u vaš život. Svaka akcija izazvana strašću pomiče vas za nekoliko polja naprijed. Tada znate da radite nešto što vaša duša zasigurno želi i zasigurno treba. Bez obzira da li to bio ručak i hranjenje iz strasti ili tek pogled na životnu kreaciju oko sebe.

Vaš život bez strasti postaje samo odradivanje još jednog života. Nešto što dođe, biva, te prođe kao osrednji film kojeg sutra već zaboravite. Zato vam strast omogućuje da budete glavni glumac u filmu koji se ne zaboravlja, koji sa sobom donosi pregršt značenja, koji iz vas izvlači najbolje i tjera vas da takvi ostanete. Najbolji.

Sve oko vas tu je zbog vas. Vi živite i učite. Dodajte tom učenju strast i vidjet ćete ljepotu. Ljepotu, ubrzani rast i sreću što ste tu. U svom životu ispunjenom strašću.

## **Pokretač**

Pokretač svega onoga što si ti i svega što te okružuje si ti. I onih velikih i onih malih događaja. Na velike si kao pokretač utjecao u sklopu ostalih duša, samim svojim



bivanjem u ovom svijetu, u ovom obliku i ovom «vremenu» - odlučio si, bio si pokretač. Na male događaje, stavljene u kalup tvog jedinstvenog života ovdje utječeš svaki dan. Ti donosiš sebi sve događaje, ti izabireš svoje osjećaje. I zbog toga bi trebao imati mir.

Kada ti dođe trenutak tuge – ti si ga izabrao, ti si mu poželio dobrodošlicu jer ti je potreban u tom trenutku. Potreban ti je kako bi se mirne savjesti rastužio, smirio, isplakao... i kako bi mogao krenuti dalje. Kao neki trenutak odmora i sagledavanja učinjenog. Kada shvatiš da ti je dosta, tvoja tuga odlazi dalje ostavljajući te čistog i spremnog.

A ti, pokretač, odlučuješ što će biti dalje. Možda trenutak sreće koji će ispustiti viškove energije i odnijeti te na vrhove smijeha. Ili samo hodanje i promatranje. Ono što je najbitnije je da shvatiš da ti kao pokretač možeš promijeniti ono što te trenutno muči. Prvenstveno pokušavajući shvatiti čemu te trenutni događaji uče i da li si naučio što si trebao... i onda donoseći odluku o pokretanju sljedećeg trenutka... ti izabireš.

Možda ni sljedeći trenutak neće biti najbolji, ali vjeruj... najbolji je za tebe. Tvoja duša nikada ne bi izabrala nešto što ne može pratiti, što ju ne uči novim saznanjima i ne daje odgovore. Vjeruj joj – vjeruj sebi.

Slika svijeta koja te okružuje onakva je kakva za tebe treba biti. Što prije shvatiš i prihvatiš da si ti kreator, da si pokretač, to prije će i svijet oko tebe mijenjati sliku u nešto novo, nešto drugačije, nešto baš za tebe.

Shvati, prihvati, odluči, pokreni.

Kada to shvatiš i prihvatiš vidjet ćeš koliko je jednostavno.

## **Tišina**

Vaša čula opažaju svijet oko sebe. I sva buka prolazi kroz njih. Pri tom buka može biti zaglušujuća poput bagera koji kopa zemlju, može biti dosadna poput muhe koja neprestano zuji oko vas, a može biti i privlačna poput vaše najdraže melodije. Ali bez obzira na sve, to je još uvijek samo buka za vaša čula. Kada tome pridodate sve ono što vaše oči vide, sve ono što vaš nos miriše i usta osjete, dobijete jednu veliku gomilu svega natrpanu u mali prostor – vaše tijelo. Na to sve dolazi još i vaš um koji poput nekog radija koji ne može prestati proizvodi nekoliko emisija istovremeno. On skuplja informacije i zatim ih slaže, šalje van pa ponovo skuplja. A sve se to odigrava u vama. Zato je tišina za vas spasonosni lijek od sve te buke. Čistač koji sve viškove akumulira i odnosi sa sobom. Otvara vam horizonte, širi poglede.

Ali ono što je najvažnije, donosi vam mir. Jer bez tog unutarnjeg mira vaše tijelo može doživjeti pregrijavanje.

Opustite se svaki dan barem na trenutak i uživajte u tišini, potpunoj tišini. Dopustite neka se sve vaše stanice tijela, duše i uma utope u tom prostranstvu što tišina donosi. Neka vam u tom trenutku ona bude najveći učitelj, hodajte s njom i vidite što vam donosi, što vam pokazuje, kuda vas usmjerava. Vaša duša prirodno slijedi tišinu, vaše tijelo to mora naučiti.

Mudrost, odmor i relaksaciju koju vam tišina podari iskoristite onda kako biste shvatili buku oko vas. Ali tada ćete ju gledati novim pogledom, onim odmornim i svježim. Moći ćete razlučiti koja je buka poželjna za vas, a koje bi se možda mogli kloniti.

I to je sve što trebate. Razmjenjivati trenutke tišine i buke, a dopustiti tišini da vas uči buci jer će onda svaki slijedeći korak biti lakši.

## **Smrtnost**

Smrtnost vas čini ranjivima. U vama budi strah od kraja i nepoznatog. Svaki trenutak koji je bliži kraju podsjeća vas na sve ono što niste, a što bi željeli još napraviti. A to je dobra strana toga straha. Jer u tim trenucima vaša želja za životom jača bez obzira što ste malo prije toga možda pomislili «dosta mi je ovakvog života». To je kao kada djetetu uzmete igračku koja je pored njega i s kojom se do tada nije igrao. Ono bi baš tada svoju igračku.

Nešto vam se mora oduzeti da bi vam postalo važno, da biste vidjeli svu vrijednost toga. U ovom slučaju svoga života.

On je prolazan – vaš život, i za njega se ne treba pretjerano vezati... ali isto tako on vam je ma kakav trenutno bio izuzetno vrijedan. Vi ste ga izabrali, vi ste izabrali u njemu nešto naučiti. A svaka škola je vrijedna, ma koliko bila teška, vrijedna je zbog svog znanja koje vam ostavlja.

Vaš život sastoji od dana, sati, mjeseci... bez obzira što vrijeme kao takvo zapravo ne postoji, vaš život sastoji se baš od toga. Po tim mjesecima, danima i godinama vi ga računate, raščlanjujete – po tome se ravnate u svemu što radite.

I zato biste trebali shvatiti samo jedno – važni su vam: svaka ta godina, svaki dan i mjesec – važni su vam zbog svega što vam donose, zbog prilike za učenje. I bila bi prava šteta to propustiti.

Bilo bi šteta čekati trenutak smrtnosti da ih se sjetite, jer možda će baš taj trenutak biti posljednji u ovom životu.

Udahnite zrak koji vam je pružen, protegnite svoje tijelo koje vam je dano, razbistrite svoj um i poslušajte dušu što vam govori. Pustite ju da vas vodi onim putem koji ste izabrali – to je vaš put i ne možete pogriješiti.

Sve dok osjećate samo mir i unutarnju radost znat ćete da je to taj put – vaš put, ma kakav on bio.

## **Siromaštvo**

Veselje je imati lijepe i kvalitetne stvari u vašem svijetu. Sve te stvari na vaše lice izmame osmijeh zadovoljstva. I onda on traje neko vrijeme, ali se vrlo brzo i ugasi, poput svijeće koja svojim sjajem obasjava prostor sve dok je njen fitilj nov. Nakon što izgori, svjetlost nestaje.

Tako je i s vama. Vaš smiješak obasjava te vaše materijalne stvari dok se one mogu pokazati prijatelju, susjedima, sve dok svi vaši poznati i nepoznati ne pogledaju što vi to novo imate. Nakon toga svjetlost se gasi i pali na nekom sasvim novom mjestu koje vas vuče svojim sjajem i budi želju za njegovim posjedovanjem.

Tu je vaše siromaštvo, tu se javlja ispraznost i gubitak trajne sreće.

Jer svega nekoliko stvari koje vas okružuju su vam zaista potrebne tj. zaista u vama bude onu duboku i iskonsku sreću. Sve ostalo prolaznost je koje se samo ponekad u narednim godinama sjetite.

Ono pravo bogatstvo je uvijek s vama, ono nikako ne može nestati i njega vam nitko ne može uzeti. Vaša duša, vaša sreća koja iz nje izlazi, mir, toplina... to je jedino i pravo bogatstvo koje posjedujete. Jedino se s tim bogatstvom radate i jedino s njim umirete, u ovom i svim ostalim životima.

Pravo bogaćenje tijekom života bio bi rad na tom jedinom pravom bogatstvu, rad na

sebi, na svemu onom što jeste i svemu onom što želite biti.

I to ne znači da vi ne trebate posjedovati i materijalne stvari, pa čak i puno njih ako postoje prilike u životu. To znači da ne trebate svoju dušu usmjeravati prema tom materijalnom, nego čekati da li će ono ući u vaš život. Ako uđe onda je to dio igre u ovom životu i jedan od učitelja na putu. Onda je materijalno nešto što trebate prihvatiti i vidjeti čemu vas je došlo naučiti. Ali ako ga nema... najveća greška bila bi patiti za njim. Jer taj vas učitelj u ovom životu ne želi, vi ga ne trebate i zašto bi onda na silu mijenjali put koji ste si davno još zacrtali?

Što ste vi opušteniji, sretniji i mirniji s onim svojim jedinim bogatstvom koje imate, to se i stvari oko vas - vaš život, razvijaju u onom smjeru u kojem je to potrebno.

Na taj način ste sigurni da sve ono što ulazi u vaš život dolazi s namjerom, a sve ono čega nema nije tu jer tako treba biti, iz razloga koji samo vi možete saznati – ako se dovoljno potrudite pronaći svoj put – put po kojem kročite vi i vaš život.

## **Kavez**

To je ono što vi radite sa svojim životom. Stavljate ga u kavez namećući mu granice na svim nivoima. I na taj način gušite slobodu koja vam je dana rođenjem. Gušite svoju slobodu, tuđu slobodu, namećete svemu pravila stavljajući sve u kalupe. Ono jedino što ne možete ukalupiti je ovaj planet na kojem trenutno živite. I to vas sve grozno ljuti. Jer vi kao ljudska rasa volite imati kontrolu nad svim pa i nad sobom.

Čak i ljutnja koja se možda javlja dok čitate ove redove «jer vaše mišljenje je da vi niste takvi» pokazuje koliku kontrolu vi volite imati.

Osvrnite se oko sebe i pogledajte koliku slobodu imate, koliku slobodu imaju drugi oko vas, uključujući sva živa bića.

Vaše misli o tome kakvi ste i što vi zapravo radite ne donose rezultat – vaše djelovanje je ono koje može donijeti slobodu u vaš i tuđe živote.

I nema veze što vi kao pojedinac možda ne možete puno, bitno je da djelujete. Puno vas tvori skupinu koja se i dalje sastoji od pojedinaca koji djeluju. A skupina već može pomaknuti zid koji vas okružuje.

Otvorite se novim idejama, pustite duši neka pleše oko vas, neka uskovitla tu energiju koja već godinama čuči i čeka bolji trenutak.

To ćete učiniti donijevši odluku da budete sretni. Na neki način to ćete si zapovjediti. Jer na taj način probudit ćete ono uspavano znanje s kojim ste došli – znanje o slobodi.

I pri tom ne govorimo o slobodi kao fizičkoj (ne)barijeri. Nego o onoj unutarnjoj, iskonskoj... onoj pred kojom sve negativnosti uzmiču. Koja sa sobom donosi opojan miris sreće, blagostanja, mira, razumijevanja. To je ono što vam svima treba.

Ali najprije vi morate odlučiti biti sretni, pozvati slobodu i plesati s dušom. Nakon toga više nitko i ništa vam neće stajati na putu. Neće biti nikog i ničeg jačeg od vas što bi vas i pokušalo zaustaviti. Bit ćete poput bujice rijeke koju više ni jedna brana ne može zadržati.

Kada krenete sami sa svojom slobodom na putu ćete sresti druge. Pozdravite ih, prihvatite i nastavite zajedno. Nakon nekog vremena bit ćete poput magneta za slične i vaša energija rast će preko granica koje su ovom svijetu nametnute. Na taj način doći ćete do svijeta koji zaslužujete.

To može i ne mora biti. To ovisi o vama, o vašoj želji i vjeri. Ako ne probate, nikada nećete znati i nikada vidjeti kako taj vaš svijet može izgledati. Odluka je samo na vama.

## **Čišćenje**

Trenutak čišćenja započinje prvenstveno s vašom odlukom o tome. Bez obzira odlučili li napraviti čišćenje stana u kojem živite ili svih nakupljenih i zastarjelih osjećaja. Prvenstveno je bitno da vi donesete odluku o tome. Nakon toga sve je lagano, pola posla već ste obavili.

Ukoliko se odlučite očistiti sebe iznutra ne samo da ćete napraviti dovoljno mjesta nekim novim mislima i osjećajima koji vas već čekaju nego ćete i svoje biće isprazniti do nule i na taj način sresti svoju bit, srž svog bića.

To je neprocjenjiv trenutak jer vam omogućava da se pogledate te možda shvatite i upoznate sve zadatke koje ste stavili ispred sebe.

Na taj način možete iskoristiti svoje sadašnje stanje pretajući ga u početno stanje... tek onda krenite dalje.

Sve ono što vam više ne treba, a nalazi se unutar vas, sve te misli, sve pozitivne i negativne energije predajte svemiru oko sebe, otpustite ih. Spremite se i pripremite za nove, nemojte više čak niti pomisliti na stare, recite sebi da je to nov početak koji zahtijeva svu vašu pažnju i usmjerite se na njega.

Na taj način čišćenje će vam donijeti puno više od toga što sama ta riječ znači. Vi nećete biti samo očišćeni, vi ćete biti vi, onakvi kakvi jeste, prirodni i bez vanjskih dodataka koji uostalom i nisu vaši. Vi ste ih pokupili po putu i nosili sa sobom uokolo.

Jer jedino ono što vama treba ste vi sami, sve ostalo kockice su koje se slažu po vama. Ako ih je malo i vi se sa njima znate nositi – odlično. Ali ako ih nakupite cijelu hrpu postoji velika šansa da se poput nestabilnog tornja srušite i da se sve uruši na vas. Zato je pametno riješiti se suvišnog tereta na vrijeme i ne dopustiti sebi da kroz svoj život nosite pregršt bremena, pogotovo ako ono nije vaše.

Zato primite kockicu, nosite je neko vrijeme, naučite najviše što možete i otpustite ju dalje. Dopustite si slobodu i sloboda će vam biti dana.

## **Vječnost / odrastanje**

Vječnost je ovdje i sada. Jer samo sada i postoji. Sve je u jednoj velikoj točki, na jednom mjestu, samo što se sve i razvija pa vam se čini da vrijeme prolazi.

Vrijeme nikuda ne prolazi, samo vi odrastate.

I pri tom ne mislimo na ove vaše zemaljske godine i na vaše ljudsko odrastanje, to je samo nešto što se događa u ciklusima. Mislimo na ono vaše unutarnje, ono stvarno odrastanje. Ono koje vas je odvelo tamo gdje ste sada i ono koje će vas voditi dalje. A znate li tko upravlja tim vašim odrastanjem? Tko je ta osoba za volanom? Vi! I samo vi. Da i želite drugačije to ne bi mogao biti nitko drugi nego samo vi. Vi ste ti koji dajete prvu i posljednju riječ svemu. Vi ste ti koji odlučujete u kojem smjeru ide vaše odrastanje i vi ste ti koji poslije skupljate plodove vaših odluka.

Kada kročite kroz život susrećete se s mnogobrojnim situacijama i mnogobrojnim dušama koje su došle ovdje iz istog razloga zbog kojeg ste i vi ovdje. Da odrastete. Ti ljudi i te situacije ovdje su da vam pomognu donijeti odluke iz kojih ćete poslije dobiti nova iskustva i saznanja.

I jedino što morate imati na umu jest da nema odluke koja ne bi bila kvalitetna i dobra za vas.

Sve ono što odlučujete poučit će vas nečemu što vam je u tom trenutku potrebno.

Možete si olakšati samo na jedan način. Odluke donosite iz srca, iz dna svoje duše.

Onda je to ono što je najbolje za vas i taj put možda će biti malo lakši.

Poslušajte sebe i svoje unutarnje osjećaje. Dopustite sebi da vam se tijelom proširi onaj unutarnji osjećaj radosti. I onda odlučite.

Ne žalite ni za čim što je u ovom vašem sadašnjem životu iza vas, okrenite glavu prema naprijed i obećajte sebi da ćete hodati okolo srca puna ljubavi, sa smiješkom na licu i željom da ovaj svoj život proživite do kraja na najbolji mogući način koji je za vas u tom trenutku potreban. I ne dopustite nikome pa ni sami sebi da vas smeta na tom putu. Vi ste izuzetna bića, onog trenutka kada to shvatite uvidjet ćete svoju ljepotu i sreću koju imate. A tada za vas više nema granica. Vi postajete ono iz čega dolazite i ono čemu se vraćate. Vječnost u svojoj ljepoti.

## **Tok misli**

Poput vlaka vaše misli tutnje kroz vas. Kako brzo dolaze, tako brzo i nestaju, a samo neke se ponekad zadržavaju. Ima trenutaka kada je to dobro, kada se «pregrijete» od ovog užurbanog života kojim živite i kada vam ta grmljavina od misli bistri glavu i čisti vaš um. Ali u većini slučajeva taj beskonačan tok dolazećih i odlazećih misli potpuno je nepotreban i koči vas na svim nivoima. Jer vam odvlači pažnju od sadašnjosti, od jedinog trenutka koji vam je istinski važan.

To je kao da želite gledati sliku u galeriji prepunoj ljudi. Taman kada pomislite da ste ulovili njenu cijelu ljepotu, nova grupica ljudi prođe ispred vas. Na taj način gubite istinsku vrijednost vašeg trenutka, vašeg sadašnjeg života. I postajete samo neka usputna stanica za vaše misli koje vam ničeg dobrog niti lošeg ne donose, ali niti ne odnose, samo vam smetaju.

Zato je potrebno da se usredotočite na sadašnji trenutak i usmjerite pažnju na sebe. Na taj ćete način primjećivati oko sebe samo one stvari koje će vam biti istinski važne.

Osjetite mir kako prožima vaše cijelo tijelo nakon što to učinite. Kako se vaša glava prazni i kako umjesto roja misli nastupa tišina. Ali tišina ispunjena znanjem.

Nakon što uspijete umiriti buku u sebi i svoje tijelo umiriti u sadašnjem trenutku

ispunite se tim znanjem i krenite u dan. Na taj način izbjeći ćete bespotrebno trošenje energije na stvari koje za vas u tom trenutku nisu bitne.

Ako koji put tišine i nestane te u vama ponovo počne bespotrebna buka, sklonite se na par sekundi u sebe i umirite u tišini. Okupajte svoju nutrinu u znanju i svjesnosti u sreću, ljubav i blagostanje koje se širi iz vas i krenite dalje.

Na taj način bit će vam otvorena sva vrata koja taj dan trebate otvoriti dok ostala jednostavno nećete niti primjećivati.

## **Promjene**

Sve stvari prolaze kroz svoje faze promjena, pa tako i vi. Odbacujete staro da biste napravili mjesta novom. Ne zato što je staro loše, nego zato što ste iz njega naučili već sve što vam je trebalo i spremni ste prihvatiti nova znanja, iskustva, događaje. Kada to ne biste radili, stali biste na jednoj točki i iz nje se više nikuda ne bi pomakli. A to je nešto što vama nije prirodno, nešto što vas može dovesti do bolesti i velikih zastoja u samom organizmu. Kao da vas u tom trenutku vaša duša bodri da ipak krenete dalje namećući vam probleme koje vi onda na neki način morate rješavati. A rješenje bilo čega dovodi do promjena. Na taj način možete uvidjeti koliko su vam one – promjene – zapravo važne. Na ovaj ili onaj način doći ćete do njih.

Svaka promjena ima svoje mjesto i vrijeme u ovom svijetu. To je kao neki kod koji je zapisan u njih. Kada se ona dogodi, ako dobro slušate svojim unutarnjim čulom, mogli biste čak i čuti onaj «klik» kada ona dođe i sjedne na svoje «mjesto».

Ako ste u miru sa sobom, ako svojim putem koračate baš onako kako ste si zapisali, vaš život odvijat će se nesmetano uz ponekad slabiji ili jači «klik». Ali ako ste puni suprotnosti, ako vaš unutarnji i vanjski svijet doživljavate kao nešto što teško možete pratiti, onda će vam «taj klik» dolaziti nakon nekih težih životnih perioda – emocionalnih, duhovnih ili fizičkih padova i zastoja. Možda je onda bolje slušati sebe cijelo vrijeme i promjene raditi na vrijeme. Jer ne možete ih izbjeći, ali ono što možete doživjeti su ti padovi. Oni vam ne trebaju ako sebe doživljavate i slušate s puno pozornosti, ljubavlju i vjerom. Jer nitko ne može bolje znati što je za vas dobro i što je to što vas sada motivira. A kada nešto morate mijenjati - nitko to ne može znati osim vas samih.

Stoga kada već poznajete osobu koja zna put kojim morate ići – družite se s njom, prijateljte, poslušajte... i vjerujte.

Na taj način nikada nećete izgubiti mapu puta, samo ćete pri hodu ponekad čuti «pokoji klik» koji će vas podsjetiti koliko ste sretni i koliko rastete i napredujete. Prihvatite to i uživajte na svom putu jer vi ste ga odabrali.

## **Ciklusi**

Stvorili ste si vrijeme. Ukalupili ste ga u godinu, dan, mjesec... Po njemu ravnate sve svoje događaje i cijeli svoj život. Kao narod na ovoj Planeti posve biste bili izgubljeni kada bi vam netko uzeo odjednom sve vaše satove.

Vi ste ga stvorili jer vam ono treba. Jer dolazite iz vječnosti i sada, u ovom iskustvu potrebno vam je nešto što će vam govoriti koliko već ovo vaše iskustvo traje i koliko vas još čeka. E da vam je još i to znati – koliko vas čeka. Onda bi vjerojatno većina nezadovoljna svojim iskustvom sjela u prvu stolicu i čekala da to iskustvo, vaš život, završi.

Budući da ne znate uvijek, imate motivaciju da je možda baš sljedeća stepenica bolja i trudite se popeti na nju, zanima vas kakav je pogled s nje, kakvo ćete kraljevstvo vidjeti.

I uvijek je to isto kraljevstvo – vaše kraljevstvo – vaš život. Spremno vas čeka, samo je na vama da li ćete živjeti ili biti vječiti promatrač.

Ciklusi koji dolaze i prolaze kroz vaš život pomažu vam koncentrirati energiju na jedno mjesto kako biste sakupili dovoljno snage za sljedeći korak.

Oni zapravo ne postoje, baš kao što i vaše vrijeme koje mjerite ne postoji, ali oni su vam od velike pomoći.

Svaka Nova godina, svako proljeće, jesen, zima, budi u vama uspavanu energiju za novi početak. Pomaže vam da se pokrenete i sami sebi obećate da ćete se potruditi vidjeti što vas sljedeće čeka. A zato ste i ovdje. Inače biste bili kao dijete u slastičarnici prepunoj raznovrsnih sladoleda koje cijelo vrijeme jede samo jedan, ne obazirući se na ljepote okusa drugih. Nemojte biti takvo dijete.

Došli ste ovamo s namjerom da živite ovaj život najbolje što možete. I bez obzira što je on ponekad lijep, sretan, pun radosti i veselja, a ponekad težak, tmuran, nesretan i pun boli – to je ipak vaš život. Dopustite mu da prolazi i hodajte kroz njega uzdignute glave, sa sigurnošću u sebe i srećom. Sve što ste si zadali prije dolaska vi ste u stanju izvršiti, sve, ali apsolutno sve.

Vaša snaga neiscrpna je, vaša moć bezgranična je. Sve boli i patnje, svi osmjesi, sve tuge samo su vaša iskustva, za ovaj život, za ovo tijelo.

Vi ste energija i beskonačno velik oblik ljubavi. Pokušajte se prisjetiti toga i barem malo te ljubavi dovesti u sadašnji život. Vidjet ćete kako će se u tom trenutku sve stvari oko vas početi kretati.

Započnite novi ciklus tom mišlju - Vi ste ljubav, veličanstvenost postojanja. I sve stvari oko vas tu su zbog vas. Dopustite životu da živi i vi živite s njim. Bez straha, samo s mirom, srećom i ljubavlju u svom srcu, tijelu i duši. I vjerujte.

## **Karmička sloboda**

Karma je pojam koji vi na ovoj Planeti koristite na sve načine i trpate u sve ladice. Taj pojam mnogima služi kao izgovor za sve ono što im se dešava ili ono što rade, a možda ne bi trebali.

To je pojam koji vas je na neki način najviše udaljio od slobode, nametnuvši vam stvari kojih se vi niti ne sjećate, a koje vas sada posvještene na umjetan način ograničavaju u vašem djelovanju. Vi hodate pod teretom vlastite odgovornosti koju ste prihvatili jer ste tako čitali ili čuli da treba biti, a koju sa dušom i srcem uopće niste shvatili. Rijetki su pojedinci koji potpuno svjesno i prirodno gledaju na sve ono

što su bili i na sve ono što su stvorili i što sada imaju. A pri tom ne mislimo na materijalne stvari nego na osjećaje, misli, želje, sreću, tugu, bolesti, situacije...

Osjećaj slobode je nešto što bi vam trebalo biti prirodno i na prvom mjestu, bez obzira u kojoj se situaciji vi sada nalazili. Jer na taj način vi dopuštate sebi rastvaranje i spajanje sa svim što ulazi u vaš život.

Dopuštate si iskonsko razumijevanje svega na što nailazite. Ne ograničavajući se sa karmom i događajima kojih se pretežno ne sjećate.

Jer sve ono što ste bili, sve ono što ste radili utkano je u vama, ali ne kao sjećanje, nego kao dio onoga što vi sada jeste. «To» je ono što vi sada jeste. Sastavni dio vas. Osvješćivanje možda nekih prošlih događaja odvodi vas u potpuno novi, nametnuti sloj. Jer gledajući prošle događaje s ovog mjesta, vi stvarate nove osjećaje koji nemaju veze s tadašnjim stanjem. Jer ono je već u vama, s njim ste došli.

Ako prihvatite da vi jeste sve ono što ste nekada bili, a da vam je sloboda nešto što je prvo i prirodno svima, pa i vama, onda ste u mogućnosti osloboditi svu svoju energiju, povezati se sa svemirom i «biti».

Na taj način dopuštate povjerenju i ljubavi da zrače kroz vas, pa vam i svi događaji koji ulaze u vaš život imaju jedan potpuno novi smisao. Jer ih primete sa razumijevanjem.

Odgovornost je na vama samo utoliko što sve ono što ste sada jeste ono što ste i nekada bili te ono što ćete jednom biti. Zato u svakom trenutku, baš kao što je ovaj, vaše misli trebaju biti ispunjene srećom i ljubavlju prvenstveno za sebe. Jer ako naučite voljeti sebe, ovakve kakvi sada jeste, bit će vam i više nego lako voljeti te prihvatiti druge.

Dopustite si trenutak mira, utočite u sebe spajajući se sa svim dijelovima, i onim fizičkim i onim duhovnim, osjetite i najmanji dio svoga bića. Kada to postignete pogledajte se, izvana i iznutra. A zatim se prihvatite i krenite putem na kojem jeste. On je baš za vas tu, da vas vodi baš tamo gdje vam je potrebno. Nitko to ne zna bolje od vas. Budite sretni sa sobom i ljubavlju koju si dajete.

## **Pogled naprijed**

Točka na kojoj biste stalno trebali držati fokus je ona u vama. To je vaš «pogled naprijed». Jer ono što ste vi sada je ono što ste nekada bili, a to sve je zapravo ono što ćete postati.

U toj točki pokušajte vidjeti sve ono što vi jeste, pogledajte sebe kakvi vi jeste i onda se korigirajte. Stavite si osobine kakve biste željeli imati, družite se s osjećajima kakve biste voljeli osjećati. Jer to što ste u svojoj točki, unutar vas, to je zapravo vaš «pogled naprijed».

Na taj način stalno ćete vidjeti svijetlu budućnost i stalno ćete koračati uzdignute glave, a tada niti ne možete vidjeti ništa drugo nego ljepotu svega što vas okružuje. A taj pogled zatim donosi sreću koja u valovima plovi vašim tijelom i donosi radosni uzdah. Tada ste zatvorili svoj krug i ostali u točki. Točki koja vam pokazuje tko ste vi zapravo – onaj kakvim vi želite biti – to ste vi zapravo.



Planet na kojem se trenutno nalazite prolazi kroz svoju najveću moguću krizu do sada. Dio te krize ste i vi jer da nije tako sada jednostavno ne biste bili ovdje.

Uvidjevši krizu i shvativši njene probleme te krenuvši u borbu i rješavanje vi ništa nećete postići. Niti za Planet niti za vas. Jer ovaj Planet tvorite i vi, svojim postojanjem na njemu postali ste dio njega. A kako bi se neki komad mogao početi mijenjati? Tako što bi njegove stanice to odlučile. Promijenivši stanice vi mijenjate zapravo cijeli komad. I bez obzira što vi trenutno mislite o Planetu i drugima krenite od toga da mijenjate sebe. Na taj način bit ćete ponosna stanica velikog dijela koja je odlučila nešto poduzeti.

Kada krenete vidjet ćete i susresti druge ponosne stanice, a zatim će mali broj vas ponosnih učiniti puno. Sjetite se velikog kamena i poluge. Već mala poluga može izazvati pokretanje velikog kamena. Na taj način i vaša najmanja misao može pomoći prvenstveno vama da se probudite i shvatite.

Kada krenete, vaša energija otvorit će vam put i pokazati smjer - onaj «pogled naprijed» - vašu točku – vas.

## **Nivoi svijesti**

Postoji više nivoa svijesti i to razlikuje čovjeka, životinju i biljku. Najniži nivo je biljni, on je naspram ljudskog i životinjskog «najkolektivniji» tj. najmanje usmjeren na pojedinu biljku kao pripadajući dio te skupine.

Nakon toga dolazi životinjski (sada govorimo samo o vašem Planetu) gdje životinje sa svojom sviješću tvore kolektivnu svijest.

Na najvišem nivou je ljudska svijest koja je dosegla nivo gdje duša kao jedinka ima i mogućnost uvida u kolektivnu svijest. Na taj način ona s ostalima tvori zajednicu na ovoj Planeti iako zapravo nikome ne pripada, pa ni toj zajednici. Ona je poprilično slobodan oblik postojanja koji je ovdje zbog svoj izbora. Izabравši dolazak na ovu Planetu ona je pristala biti dijelom te zajednice.

To je ujedno i osnovna razlika između ljudi i životinja. Životinje su ovdje kao pojedinci koji pripadaju njihovoj kolektivnoj svijesti bez mogućnosti izbora, ili dolaska ili odlaska. Na taj je način nivo njihovog razumijevanja i nivo njihovog opstanka i napredovanja na nešto nižem stupnju od ljudskog.

Dok su ljudi kao pojedinci lovili životinje sami zbog sebe, zbog prehrane i odjeće, stvari su energetske bile postavljene u red koji ste izabrali došavši ovdje.

Nakon što ste životinje pretvorili u kutije umotane celofanom i etiketama razmrдали ste neki prirodni protok posložen na ovoj Planeti. Kod životinja ste unijeli nemir i razdor koji njihovoj svijesti do tada nije bio poznat. Na taj način kod njih se razvila neprirodna vanjska energija straha, bijesa, patnje i boli. Sve to vi unosite u svoj organizam uzimajući njihove dijelove, a da zapravo niste niti svjesni što to trenutno imate u tanjuru ispred sebe.

Zbog svega toga vaša svijest doživjela je neprirodne promijene, a vi kao rasa koja dominira i živi na ovoj Planeti postajete sve više zbunjeni.

Oni pojedinci koji ne žele više u sebe unositi tu bol i lošu energiju počinju se okretati drugim izvorima energije, ne shvaćajući da je i ta hrana doživjela promijene u svojoj svijesti. Sađenje velikih nasada kao i uzgoj «na traci», duga dostava te pakiranje dovode do toga da energija koja dolazi s biljnim svijetom na vaš stol više nije živa. Nema onog impulsa zbog kojeg vi nju trebate. Samo vam je utoliko lakše uzimati isključivo biljnu hranu jer njezina svijest je na onom stupnju koji kod vas ne izaziva toliko žaljenja kao pogled na životinju spremnu na «klanje».

I kada bi vam netko sada dao mogućnost života u prirodi i mogućnost vlastite brige za svoju prehranu, vi više ne biste bili u stanju uloviti i ubiti neku životinju kako bi prehranili svoju obitelj. Nakon nekog vremena ipak biste otišli po onu kutiju na kojoj piše «meso» i koja ne asocira na nešto živo, na nešto s tužnim pogledom. Jer izgubili ste onaj prirodni instinkt preživljavanja i brige o sebi. I došli ste na nivo gdje smisao života tražite u savršenstvu, a ono ne postoji. Jer ne postoji savršeniji auto, savršenija kuća, niti savršenije mjesto od vas samih. Vi ste toliko savršeni da se to jednostavno stapa sa nulom, s ničim, i vi to ne prepoznajete.

Ali vi i dalje imate izbor života. Bez obzira što možda sada ne biste mogli uloviti večeru za svoju obitelj, vi imate izbor skretanja svog načina života prema najprirodnijem mogućem putu u ovom trenutku za vas. Na taj način utjecat ćete na kolektivnu svijest i raditi male pomake. A kada ti vaši pomaci krenu zajedno napravit ćete prvi veliki pomak. Pomak koji će ovoj Planeti donijeti otvorena vrata prema napretku i razvoju.

Onda ćete jednoga dana shvatiti i uvidjeti da ste vi savršena energija i da savršenoj energiji kao izvor života treba samo savršena energija, a sve ostalo oko vas je samo materija koju možete i trebali biste samo poštovati. Poštovanje prema svemu oko sebe, uključujući i životinje i biljke jedino je što vas može dovesti na put kakav želite.

Put na kojem biste osjećali da je ovo možda Planet na kojeg biste se jednoga dana voljeli i vratiti.

## **Prisutnost**

Budite prisutni. U svakoj sekundi svoga života budite prisutni. Jer zato ste i stigli ovdje. Ne da gledate tuđe živote i stvarate mišljenja, niti da dopuštate drugima da zaviruju u vaš. Stigli ste da živite svoj život, ma kakav on bio.

Jedina mogućnost da to izvedete je da budete prisutni u njemu. Kroz igru, smijeh, plač ili tugu. Kroz sve to provlači se ona ista energija koja je bila prije ovog života i koja će biti nakon njega. Ona ista energija koja kroji svaku vašu misao, svaki vaš pogled, svako zapažanje ovog ili nekog drugog svijeta. Ta energija ste vi. I sve dok ste svjesni nje hodate putem na kojem vam ona pokazuje strelice koje vas upućuju na skrovišta mjesta sa znanjem, mudrošću i svim onim što vas može dovesti do višeg nivoa shvaćanja.

Tada to shvaćanje i uvide koje ona donosi možete iskoristiti za zidanje novih prepreka koje si sami postavljate kako biste se nakon svake osjećali pobjednički. Ali pobjednički u smislu sreće i zahvalnosti što vam je uopće pružena šansa za rast.

I nemojte imati očekivanja. Ni prema sebi ni prema drugima. Nemojte niti razmišljati o tim preprekama. Jednostavno djelujte iz dubine. Dopustite energiji od koje ste sazdani da vas vodi, jer ta energija ste vi. To je vaša bit, smisao postojanja.

Kada osjetite osmijeh na licu, zahvalite mu se što je stigao, kada osjetite suzu kako klizi, pozdravite ju toplo i sa srcem. Najbolji učitelji dolaze kada se tome najmanje nadate.

Pokušajte zaviriti unutar sebe i pogledati što se to krije u vama. Dobro pogledajte. Jer ako se dobro zagledate vidjet ćete svemir.

Učinak koji ovaj život ima za vas istovremeno je pun ljubavi ali i boli. I vi biste najviše voljeli kada te boli ne bi ni bilo, kada bi jednostavno jednog dana u potpunosti nestala. Ali s njom bi nestale i sve vaše prilike. Vaša sreća bi ostala s vama i tako bi prolazili dani, godine ... i u jednom trenutku vi biste shvatili da ste na kraju jednog veselog puta. Ali i da je to - to. Kraj jednog veselog puta i ništa više. Nedostajali bi trenuci boli i trenuci svjesnosti. Nedostajalo bi znanje. I sreća koju biste u tom trenutku osjećali bila bi za vas isprazna.

Jer tamo od kuda vi dolazite sreća je nešto što je temelj vašeg postojanja, srž vašeg bića. Vi ne morate niti dolaziti na ovaj Planet samo kako biste uživali u sreći.

Vi dolazite po nova iskustva, a ona dolaze kroz situacije koje vaše biće prodrmaju u cijelosti. I u trenucima kada se još uvijek tresete i pitate «zašto i kako» vaš svijet počinje poprimati potpuno drugačije forme i na trenutak bljesak se pojavi u vašem biću. Trenutak rasta, shvaćanja, uvida.

A taj trenutak onda proizvodi sreću zbog koje ste došli. Ta sreća koja dolazi nakon što se vašim umom, tijelom i dušom prolije rast i znanje vas tjera da stalno iznova idete dalje i rastete.

Stoga kad sljedeći put osjetite suzu kako klizi ili bolni uzdah kako nailazi, nasmiješite im se i zahvalite, kako bi ste drugačije i mogli dočekati tako velike učitelje nego sa smiješkom i zahvalnošću.

## **Poruke**

Poruke vaše duše događaju se na svim nivoima. Od onih velikih koje nikako ne možete promašiti, a koje se dešavaju vrlo rijetko, u iznimno značajnim situacijama, do onih malih, svakodnevnih, koje dolaze iz sata u sat, a koje vi redovito zaobilazite i preskačete.

Jer velike i potpuno vidljive poruke dolaze kada ste već toliko spremni na sljedeći korak da vam noge već same kreću naprijed dok vaš um i dalje stoji te čeka da ga nešto pokrene. U tom trenutku vama se dešava nešto što vas potjera dalje, nešto što vas natjera da učinite ono što ste već odavno trebali. I tada je to poruka koju je vrlo lagano osjetiti i doživjeti te koja u sebi nema neko veliko i smireno značenje niti neku mudrost koja bi vas obavila velom znanja. One su bitne, ali ne toliko bitne kao manje poruke koje uporno preskačete.

A svakodnevno molite za pomoć i razumijevanje sebe i svijeta oko sebe. Svakodnevno pokušavate živjeti onako kako bi ovaj svijet vam propisao, po njegovim pravilima. I naravno da onda niste sretni. Jer poruka za vas obično se nalazi u tako malenoj i za ovaj svijet beznačajnoj stvari da za vas kao promatrača ona naizgled nema nikakvu vrijednost.

A samo je stvar u tome koliko si vi možete dati truda prepoznati ih. Baš kao što si skoro svakodnevno dajete truda za stvaranje novih želja i potreba te za pokušavanje praćenja tempa života u ovome svijetu.

Poruke su tu da ih živite. One nisu spasonosne formule koje će vam u jednom trenutku dati rješenje koje vi tako očajnički trebate.

One su pokazatelji manjeg dijela puta na čijem se kraju nalazi svjetlo koje tražite. One su tu da ih prigrлите i osjetite. Da im dopustite da se stope s vašim bićem i iznutra mu pošalju znanje. Iznutra mu osvjetle put.

Jer upravo tamo vode svi putovi po kojima hodate. U vas. Vi ste jedino odredište koje je vrijedno u ovom svijetu, svatko za sebe.

Sve ostalo samo su izvanjske okolnosti koje vas tjeraju da osjetite ono po što ste došli, ono što ste izabrali doživjeti na svom putu.

Jer beskraj iz kojeg dolazite nalazi se u vama, i samo kroz vrata kroz koja ste ušli možete se i vratiti. Ona su tu za vas, uvijek otvorena iako vi to ponekad ne vidite. Ona se niti ne mogu zatvoriti, niti ih itko drugi može zatvoriti sve dok vi ponovo ne prođete kroz njih, natrag od kuda ste i došli.

Kada to uvidite i shvatite, postat će vam jasno koliko ste blizu svom cilju i da se zapravo stalno i nalazite na njemu. Možda u tom trenutku počnete istinski uživati u svom životu. Možda ga onda prigrлите onakvog kakav je i zahvalite se na svim iskustvima koje vam donosi. Jer on je poput mudrog i tihog starca na kojeg više nitko ne obraća pažnju iako ima sve odgovore.

Zato si dopustite slobodu i vrijeme, te živite, plešite, smijte se, plačite, vrištite, igrajte se i skačite. Veselite se svakom novom trenutku vlastita života. To je tako jednostavno jer stalno se nalazite pokraj mudrog starca sa svim odgovorima i pokraj izlaza. Što bi vam onda još trebalo predstavljati prepreku da za svoj život izaberete samo sreću, u bilo kojem obliku?

## **Posljedice**

Nema posljedica. One ne postoje. To je izmišljeni oblik nečega što dolazi nakon što ste vi nešto napravili. I onda za to snosite posljedice.

Ali to bi onda značilo da vi zapravo istinski ne upravljate svojim životom. Jer snosite posljedice za svoja djela. Zvuči više kao neka kazna.

Takvim načinom vi opet mičete odgovornost sa sebe. Jer niste vi krivi, pa upravo ste u vlastitim «posljedicama». Taman toliko da zaboravite što vas je do njih dovelo. To više u tom trenutku nije važno jer vi ste u «posljedicama» i sada se vjerojatno na sva usta žalite.

To bi bilo previše lako i previše neprirodno za nekoga kome je u srži bića sloboda i upravljanje na svom putu.

Jer sve, ali baš sve u svom životu vi ste izabrali. I bez obzira što u vama to sada izaziva možda i neki unutarnji bijes prema toj izjavi, to je ono što je jedina i potpuna istina.

Pogledajte u svijet oko sebe i vidjet ćete vlastiti odraz u njemu.

Kako li je samo velika ta vaša moć, kako ste samo uzvišena i sposobna bića kad ste se povelili na tako kompliciran put. Ali jedino tako vi možete osjetiti onaj trenutak sreće i poriv za životnim izazovima.

Ono uzbuđenje kada gledate nekoj opasnosti u oči tjera vas bez puno razmišljanja na akciju. Tjera vas da se istinski pomaknete i udaljite od te opasnosti.

Rijetki su ti koji će stajati pred jurećim vlakom do zadnje sekunde.

Tako je i sa životom. Pun je mentalnih, duhovnih, emocionalnih i fizičkih prepreka koje vas onda tjeraju da se pomaknete kako biste ih mogli zaobići. A tada, baš tada pri tom pomaku vi možda ugledate predivan cvijet, nešto što zasigurno ne biste vidjeli ostajući ispred prepreke.

Jedan pogled na vlastiti život može vam vratiti vjeru u sebe. Ali pogled pun razumijevanja prema stvoritelju te kreacije – prema sebi.

Sve što imate, sav smijeh i svu tugu – vi ste stvorili. Stoga iskoristite svoje potencijale i krenite dalje. Ne prema slobodi, jer nju već imate, nego prema «dalje».

Hodajući dalje vi ste u mogućnosti vidjeti nova čudesa, bila bi šteta to propustiti. A i bilo bi to poprilično nemoguće. Samo biste zapravo čekali neko vrijeme na nekom trenutno za vas sigurnom mjestu dok ne biste shvatili da ipak trebate krenuti.

Mudrost se očituje u svoj svojoj ljepoti onog trenutka kada se zagrlite sa svojim životom i priznate mu njegovu vrijednost. Tada se stapate s njim i klizite lagano dalje. Pitajte ga što vam on to donosi, čemu vas uči i on će vam reći, kroz ljude, stvari, događaje.

Nije teško prepoznati znakove kada ste spremni na prepoznavanje. Onda je to jedna igra koja u vama budi ono dijete s početka života.

Dijete koje nije poznavalo strah dok ga drugi nisu o tom naučili. I dijete koje nije znalo za život bez nade dok nije to vidio oko sebe.

Ponovo se probudite kao to dijete u ovom životu. I dopustite da sve vaše misli skroje samo jednu – a to je sreća. Misao o sreći, sigurnosti, napretku pretvorit će vas u one koji ponosno koračaju svojim putem, gledajući u ono što dolazi s punim povjerenjem i diveći se ono što su prošli.

Mislite li da to ne možete sjetite se sebe, sjetite se djeteta i vratite mu slobodu koja je njegova, a koju ste mu vi kroz život oduzeli.

I živite!

## **Raskrižje**

Zamislite da se svako jutro nađete na nekom raskrižju i da morate odlučiti kuda dalje. A da zapravo ne znate što se točno nalazi na kraju svake ulice.

Vjerojatno nakon nekog vremena, kada biste shvatili da nemate neke određene pokazatelje kuda dalje, iskoristili svoju intuiciju. Okrenuli biste se u svakom smjeru

na trenutak i krenuli tamo gdje bi vas najviše privuklo. I to vjerojatno s puno povjerenja, jer što bi vas inače moglo motivirati za baš taj put?

Tako je i s vašim cijelim životom. Sve što radite i kamo se krećete zahtijeva donošenje nekih odluka. I nema veze s čime su te odluke povezane, sve one jednako su bitne za daljnje napredovanje. Jer već i neka mala sitnica oko koje odlučite može imati učinak na puno velikih stvari u vašem životu.

I zapravo nema nikada nekih velikih pokazatelja na osnovu kojih biste vi donijeli odluku. Nikada nema sigurnih znakova, jer taman kada postanete sigurni da ste dobro odlučili iza ugla vas može zaskočiti neka nova informacija zbog koje možete početi sumnjati.

Na taj način danima ili godinama možete čekati donošenje prave odluke. A ona nikada zapravo neće niti doći. A znate li zašto? Zato što ne postoji prava odluka.

Jer svaka odluka koju donesete vaša je i zbog toga značajna. U vaš život ne može ući nešto pogrešno jer to je vaš život sa svim onim što ste vi u njemu izabrali.

I baš zbog toga ne biste se smjeli pitati da li ste dobro odlučili, trebali biste imati povjerenje u tvorca svega u vašem životu – u sebe.

A najbolji način za donošenje odluka je onaj kada pitate same sebe što odlučiti. Odgovori će stići možda i u istom trenutku, shvatit ćete da vas nešto ipak počinje više privlačiti ili da u nečem vidite možda veći smisao. Nije bitno što je to, koji je to put koji vam više sjaji, ima jaču energiju i pretvara se u magnet za vas. To nije u tom trenutku bitno. Bitno je da si vjerujete. Da ostvarite odnos pun povjerenja prema sebi. Da ne dopustite da vas vanjske okolnosti zasmetaju i uliju strah. Ono što ste prvo odlučili najbolje je za vas, sve ostalo proizvod je vašeg uma koji onda počne računati i preračunavati što bi to za vas bilo bolje.

Tamo gdje se duša uključuje, razumu nema mjesta.

Jedno s drugim nije, niti može biti povezano. Jer razumu je dano da zaboravi na dušu kako mu svjesnost postojanja nečeg većeg ne bi ometala u traženju i primanju iskustava na ovom svijetu.

Razum je taj koji vam može dati najčudesnije odgovore ali i zablokirati vas kada su vam odgovori najpotrebniji.

Vaše je umijeće naučiti spojiti razum i dušu. Materijalno i nematerijalno spojiti u cjelinu kako biste dobili sliku i uvid u cjelokupnost postojanja.

Zato kada sljedeći put budete stajali na nekom svom raskrižju i čekali trenutak da se pokrenete, oslobodite um svih misli i pustite duši da vas vodi. A tek kada budete krenuli tim putem pustite razumu da upija i zbraja sve ono što vas okružuje kako bi jednog dana uspio shvatiti i povezati sve u cjelinu.

Tada ćete moći stajati na bilo kojem raskrižju bez imalo sumnje u izbor puta, jer znat ćete da pogrešnih odgovora nema i vjerovat ćete u veličanstvenost svih vaših izbora. Svih onih koji vam omogućuju da budete ono što jeste.

## **Otvaranje**

Otvaranje onoga u vama donosi saznanje trenutnog stanja. Sve ono što skupljate unutar vašeg bića čeka da ga pustite van i suočite se s tim.

To se može nazvati i početkom nekog novog početka koji bi vas trebao pomaknuti prema naprijed.

Uz vrlo bolne trenutke u vašem životu dolazi i onaj kada vam se pred očima i unutar vas otvori neki novi put. Mogli biste o boli razmišljati kao o nekom magičnom ključu koji se pojavi kada su vrata spremna na otključavanje i koji nestane kada se vrata otvore. Tako da ih više ne možete zatvoriti. Iako vam puno puta u tom trenutku može doći takva želja.

A sve ono što vas čeka iza tih vrata i staro je i novo. Staro zato što vas možda čeka već dugi niz godina, možda ste to tamo pospremili još u ranom djetinjstvu. A novo jer ga sada bez obzira na njegovu starost gledate nekim sasvim novim pogledom. Taj problem, taj grč ili tu blokadu koju u sebi vučete možda i godinama, tek u tom trenutku počinje poprimati smisao. Za vas.

Pokušaj mentalnog shvaćanja cijele novonastale situacije dobar je samo onda ako dozvolite pristup i vašoj duši. Samo mentalno teško ćete shvatiti sve poruke koje vam mogu i trebale bi stići u tom trenutku. Zato morate pustiti unutarnju mudrost da se bavi s tim, a um da mu samo pomaže.

Osjećaji koji vam se počnu javljati u tom trenutku najbolji su pokazatelji svih onih poruka koje tu čekaju na vas. Ti osjećaji mogu ispuniti cijelo vaše biće i pomaknuti ga na neku potpuno novu frekvenciju titranja. Mjesto gdje će vam uvidi sami dolaziti. Samo ako im to dopustite.

U tom trenutku rješenja dolaze sama. I vi ih prepoznajete sa svakom stanicom vašeg bića. Nitko vam neće dati točniji i precizniji odgovor za trenutnu situaciju kao ti uvidi koje sami vidite.

Oni mogu doći poput nekih slika ili čak poput nekog filma koji vam se može «odvrtiti» pred očima.

Ali mogu doći i kao neke riječi, rečenice koje vam stignu u um. Ili kao neki snažan osjećaj da je nešto baš tako kako vi u tom trenutku to osjećate, i ma što god vam drugi govorili vi u tom trenutku prepoznajete istinu.

I tako bi trebalo ostati. Ne biste smjeli nikome i ničemu dopustiti da vas baci u nesigurnost s vašim novim uvidom. To je nešto što vam je duša podarila i taj film ili sliku, tu riječ ili taj osjećaj čuvajte čvrsto u sebi. Ponavljajte ga što češće dok ne osjetite da je ušao u sve stanice vašeg bića. Tek tada možete biti sigurni da ste ga usvojili i da će on sada titrati unutar vas pomažući vam krenuti dalje i odabrati sljedeći put.

Zato su oni – ti uvidi – toliko bitni. Jer se ne mogu kupiti, niti nabaviti, niti naučiti nigdje. Mogu se samo stvoriti unutar vas. A nakon toga vi ih morate shvatiti i prihvatiti.

To bogatstvo koje zatim uđe u stanice vašeg bića neprocjenjivo je, to je vaša mapa za dalje, stoga je pomno čuvajte.

## **Spuštanje**

Zamislite da stojite na vrhu jedne predivne planine. Gledate uokolo nakon što ste puno truda uložili u penjanje i divite se ljepoti koju vidite oko sebe. Osjećate sreću zbog uspjeha i mir nakon što ste izvršili zadatak koji ste si zadali – popeli se na vrh.

Nakon nekog vremena pogled vam padne na još jednu predivnu planinu, možda čak i ljepšu od ove. Iako vi to možda ne želite vaše misli kreću prema njoj pokušavajući dokučiti kakve bi ljepote tamo mogli zateći. Pokušavate se otarasiti tih misli ali vam ne uspijeva, vaše cjelokupno biće svom je svojom namjerom već krenulo prema njoj. Ta planina vas ustrajno zove i vama ne preostaje više ništa nego zakoračiti u njenom smjeru.

Svjesni ste što taj put znači za vas. Da bi došli do planine prvo se morate spustiti u podnožje pa ponovo penjati, to je jedini mogući način da dođete do sljedećeg vrhunca. U tom trenutku vama se to čini moguće, vi niti ne znate za sve prepreke koje vas čekaju na tom putu, ali i da znate, ne biste odustali jer vaša želja je jaka, vaša sigurnost u sebe u punoj je snazi.

I te osjećaje potrebno je što duže zadržati. Jer vam oni mogu pomoći, ta snaga i ta vjera u sebe mogu vas gurati kada krenete na taj put.

Vaše planine, vaši životni izazovi, vaši snovi, sve je to ono što vas motivira da kročite dalje stazom svog života. Ne dopušta vam da zastanete i predugo se divite ljepoti oko sebe. Jer bez toga vi ne biste dobili iskustva po koja ste došli. Svatko bi zastao na svojoj planini i tamo se divio ljepoti do kraja ovog života ne dajući si niti priliku upoznati sve ostale vrhunce koji ga očekuju.

Iako se to vama sada može učiniti naporno i teško, vjerujte nam, nije. Vi ste stvoreni za to. Vaša snaga puno je veća od one koju vi uopće možete zamisliti. I ta snaga vas pokreće naprijed. Nemojte se podcjenjivati i nemojte se sažalijevati, nemojte se postavljati u okvire. Vi ne pripadate nikome osim sebi. Sve ostalo nametnuta su pravila koja ste sami propisali.

I kada bi sada nestalo svih vaših «zemaljskih pravila», u većini vas probudila bi se već odmah na početku čista ljubav. Shvatili biste koliko ste veliki i moćni. Pokušajte to onda napraviti odmah, probudite svoju ljubav, svoju snagu, svoju moć i sa sigurnošću u sebe krenite prema svom sljedećem vrhuncu.

## **Osjećaji**

Što su osjećaji? Nešto što vam komplicira život ili nešto što ga obogaćuje? Odgovor je i jedno i drugo.

Da ih nemate – osjećaja – vaša trenutna tijela plovila bi ovom dimenzijom bez smisla i puta. Sudarali bi se jedni o druge u nekim životnim lekcijama i kretali dalje bez ikakvog prikupljenog znanja.

Zato su tu osjećaji. Da vas spoje s vašim izvorom, vašom besmrtnošću. I zato ne postoje dobri i loši osjećaji. Jer i dani najveće tuge mogu biti toliko poticajni da vas na neki način katapultiraju u potpunu sreću.

Ali mnogi od vas ne cijene previše to bogatstvo koje posjeduju – osjećaje. Ne vide u njima ništa osim neke smetnje. Misle kako su im teret i prolaze preko njih bez pogleda. I zatim ponavljaju greške, jednu za drugom.

Dok ne shvatite da bogatstvo koje tražite okolo već posjedujete, život će vam kliziti bez naučenih lekcija. Jedina lekcija koju ćete pri tom naučiti je da postoje osjećaji i da su u vama, željeli vi to ili ne.



A oni vam mogu, ako im dopustite, pokazati smjer jer poveznica su s vašom dušom, prenositelji poruka i čist kanal sa «samim sobom». Najbolje se možete slušati dok slušate svoje vlastite osjećaje.

I zato ih ne preskačite kao da ne postoje, što ih prije otkrijete lakše ćete ih shvatiti, lakše ćete primiti poruku.

Čak da ih i ne želite, oni neće nestati, samo će ići u vama dalje i dalje kroz labirint vašeg života i nagomilavati se. A onda kada jednog dana shvatite da nemate izbora i da se morate susresti s njima, imat ćete puno više posla nego da ste to napravili na samom početku.

Stoga krenite dalje kroz ovaj život usmjeravajući pažnju na svoje osjećaje. Dopustite si vremena svaki dan, pogledajte ih, razmislite što vam žele reći i učite. Sami ste sebi najbolji učitelji samo kada si to dopustite.

## **Lomljenje**

Kada slomite vazu ona nestaje, rasipa se u komadiće i prestaje postojati u obliku u kojem je bila do tada. Njezini dijelovi vremenom prelaze u prah i nakon nekog vremena neki njezini komadići vraćaju se možda kao neki drugi predmet ili jednostavno ostanu u prirodi. O njoj ostaje sjećanje samo toliko koliko je ljudi u čijem je posjedu bila pamte.

U njoj nije bilo života kakvog vi poznajete, pa je samim tim nastojite i što brže zaboraviti. Zašto biste pamtiti nešto takvo kao što je vaza.

Ali zato pamtite sve vaše događaje u ovom i svim ostalim životima. Ostaju zapisani u svakoj vašoj stanici i podsjetnik su na sve ono što ste preživjeli.

I kada se jednog dana slomite i pretvorite u prah, vaše sjećanje i vaša svjesnost ostaju. Vi se vraćate u novi život i sa sobom nosite sve dijelove, poput nekog dobrog majstora koji nikuda ne ide bez svog alata.

Mislite da vi ne biste bili vi kada sve svoje stvarčice ne biste nosili sa sobom. Pod stvarčice mi mislimo na sva događanja, sva sjećanja, sve ono što ste nekada bili.

I na taj način si uzimate dio svoje slobode. Stalno ste u grču pokušavajući živjeti život kakav od sebe očekujete. Kakav očekuju sve vaše osobe koje ste nekada bili.

Vi ne živite život, vi igrate igru koju ste si sami nametnuli i u kojoj se većina vas ne osjeća potpuno dobro i slobodno.

Kada tome još pridodate sva očekivanja vaše uže i šire obitelji, vaših prijatelja, cijele vaše okoline, u vama se stvara grč koji vam onemogućuje da jasno vidite i da okusite ono što vam je prirodno – slobodu.

Nju ste izgubili po putu i većina vas provodi život u potrazi za nečim, a većina vas zapravo traži slobodu.

Rješavajući životne obaveze, idete iz dana u dan, poput nekih strojeva koje ste konstruirali i živite život onakav kakav vaša mašta ne vidi. Onakav kakav vaša unutrašnjost ne želi osjećati. Nigdje vam to nije zapisano. Jedino što imate je sloboda i to je ono što si stalno oduzimate.

Pokušajte se pretvoriti u vazuu. Zamislite sebe kao jednu prelijepu vazuu, predivnih boja, punu cvijeća. Krasite jedan raskošan veliki stol i vaša ljepota privlači svaki

pogled. I onda se razbijte. Gledajte sebe kako se rasipate na tisuće komadića, kako se kotrljate po podu znajući da vaši dijelovi više nikada ne mogu biti ono što su dosad bili.

A zatim zažmirite i opustite se. Prepustite se trenutku ničega, trenutku bivanja u trenutku. Prepustite se i budite. Kada osjetite da ste spremni otvorite oči. Pogledajte, osjetite se, pozdravite vaše novo rođenje. Dozvolite si slobodu.

Dobit ćete toliko puno novog prostora koji ćete moći iskoristiti za sve ono novo i lijepo što si želite u životu. Dopustite svojim osjećajima da vas preplave i čestitajte si. Imate i na čemu. Upravo ste si dali slobodu.

I onda živite. Napravite korak i krenite, prema svemu što vas očekuje, prema životu kojeg želite. I ne brinite se ako promjene ne dođu naglo, vi živite i veselite se. Posjedujete ono što je najvažnije – slobodu, sve ostalo doći će samo po sebi.

Kada shvatite da si prepreke postavljate sami, prepreke ćete i ukloniti. Ako ne možete, razbijte se ponovo, ponovo i ponovo. Sve dok ne shvatite da razbijanjem ne uništavate sebe jer vi ste neuništivi, već mičete sve ono što vam ne treba, sve ono što nosite po putu, a smeta vam.

Ono što ostaje je sloboda i vi u njoj, kao život koji živi i sretan je.

## **Oslobađanje**

Okovi koje stavljate po sebi i lanci kojima se vežete za sve stvari na ovoj Planeti drže vas u vašem privatnom zatvoru. Prisilan rad koji ste sami sebi nametnuli događa se tokom cijelog vašeg života. I onda kada pomislite da ste si život posložili taman kako ste željeli, neki unutarnji nemir počne kolati vašim tijelom.

Jer nema slobode dok ne nađete onu unutarnju slobodu. I sve dok vi tražite okolo stvari koje će vas na trenutak učiniti sretnima ili nesretnima vaša sloboda je još u lancima.

Jer ne možete nešto tako prirodno i uzvišeno, nešto što ne poznaje granice vezati za nešto što ima rok trajanja, a svaka stvar, svaki događaj i svaka osoba ima rok trajanja u ovom životu. Bez obzira koliko postojali u ovom životu sve će to doći do nekog prividnog kraja, ali ipak kraja u ovom obliku.

A kod slobode nema kraja, niti početka, nema ničega. Sloboda je stanje bivanja koje u vama pokreće onu iskonsku sreću, ljubav i zadovoljstvo. Jer nema ljepšeg i zanosnijeg smješka od onog na licu osobe koja je upravo našla svoju unutarnju slobodu. Nema niti veće ljubavi koju možete primiti od osobe koja je našla svoju unutarnju slobodu. Jer taj smiješak i ta ljubav ne traži, ne pita, samo daje i potpuno joj je svejedno da li će dobiti nešto zauzvrat jer ona već ima sve.

Kada bi svi na ovoj Planeti odjednom našli svoju slobodu više ne bi postojala potreba za institucijama, brakovima, državama. Vi biste postali postojani oblik bivanja u društvu koje je sebe pronašlo u sebi, a samim tim i u svakome.

Jer kroz vas prolazi ona ista energija kao i u svakom drugom. I samo vas vaš um može spriječiti da to vidite, a neki unutrašnji grč da to osjetite i prihvatite.

Ta energija je ta ljubav, ta univerzalna sloboda, to nešto s čime se radate i umirete, a za vrijeme života teško prepoznajete.

Tražeci se okolo u stvarima, ljudima i događajima vi se sve više i više udaljavate od svog centra i od onog što zapravo tražite.

Sjednite na neko mjesto i umirite um, dajte si vremena da svoje cijelo tijelo umirite. Duboko dišite sve dok se ne smiri i posljednja vaša stanica. A zatim se upitajte: što ja to tražim i gdje to mogu naći.

Ako si dopustite iskrenost i ako dopustite intuiciji da vas vodi vidjet ćete da vas vaš unutarnji osjet vodi u središte vašeg bića, u samo središte vašeg tijela, u područje grudiju. Ako si dopustite prepuštanje osjetit ćete kako ponirete u sebe i kako vas neki osjećaj blagosti počinje ispunjavati. A zatim promatrajte, budite nijemi promatrač i dopustite si vidjeti i osjetiti bilo što.

Bez obzira što vidjeli, ono što ćete sigurno osjetiti ako si dopustite to prepuštanje je ljubav. Onaj osjećaj zadovoljstva koji tražite uokolo.

I što se više budete vraćali na to mjesto on će rasti i širiti se vašim tijelom. Počet ćete živjeti svoju istinu, a nakon toga sve oko vas poprimit će neki sasvim novi smisao. Shvatit ćete što vam govorimo i vidjet ćete se onako kako vas mi vidimo. Kao ljubav koja je upravo postala svjesna sebe. Čestitamo vam na tome.

## **Pitanja**

Što mislite koliko pitanja postavite tokom jednog dana, sebi i drugima? I što mislite da li vas ona onda negdje dovedu? Jer vama zapravo nije važan odgovor koji se možda krije u drugoj osobi kojoj je pitanje postavljeno, vama je važno da naglas izgovorite ono što vas u tom trenutku muči.

Jer svaki odgovor nalazi se u vama i vi mu na taj način pomažete da nađe put prema površini gdje će se pokazati u svom punom sjaju.

A onda još ostaje da ga prepoznate, jer najčešće vam se ne sviđaju odgovori koji vam se prikažu, čak u nekom trenutku pomislite da vi to možete bolje... da, možete, možete „namjestiti“ odgovor kako vama „odgovara“ u tom trenutku... ali nemojte se kasnije čuditi što nećete biti zadovoljni s njim. Njegova trenutna ljepota uvenut ćete kada pri svjetlu realnosti shvatite da to nije istina nego zavaravanje samog sebe. Ne isplati se hodati šikarom ako pri sobom imate predivan put, možda vam se on ne sviđa, možda bi vi neki drugačiji, ali on je tu za vas i vi za njega te jedino tako možete stići do onoga što tražite, do odgovora .. koji se nalaze u vama.

Pokušajte se zamisliti kao jedan cvijet koji stoji na predivnoj livadi okruženoj šumom. I prolaze dani, a on se pita: „Da mi je samo znati što se nalazi iza te šume, da mi je samo na tren promotriti“... i tako prolaze dani, a njegova čežnja postaje sve veća i veća. On više ne vidi ljepotu oko sebe, ljepotu svojega života koji je izabrao, on se samo nada da će na tren vidjeti ono što se nalazi iza te šume“...

I onda mu se jednog dana želja ostvari... u prolazu ubere ga djevojčica i u svojim ručicama prenese preko šume. Još dok ga nosi, njegovoj sreći nema kraja, želja će mu se ispuniti, svi njegovi odgovori stići će kako je i tražio.

A onda ugleda... livadu... predivnu livadu punu cvijeća. I dok tako odbačen uz put umire i suši se pogledava ljepotu oko sebe... vidi predivnu travu, predivne oblake, sunce i ptice... vidi ljepotu. I dok mu se cijelo tijelo puni osjećajem sreće on pomisli kako mu je to sve zapravo jako poznato. Negdje je to već vidio. I dok se posljednji zraci gase u njegovom malenom tijelu on se prisjeti svoga doma, svoje livade i sve

njegove ljepote. Zadnja misao mu je bila: „Kako je predivno, sve ono što me okruživalo, kako je predivno, baš kao i ovo, ja sam sretan“.

Ne morate umrijeti da biste našli ljepotu koju tražite. Ona se nalazi upravo pored vas. I nemojte dopustiti da ju nađete u trenutku kada će za vas u ovom životu već biti kasno. Ovdje ste došli kao tragači, ali potragu počnite od sebe i svog života. Vidjet ćete da će traganje ubrzo završiti, a vi ćete moći koristiti plodove svoje potrage u ostatku svoga života.

Jer samo je jedna energija, samo jedna istina, samo jedna ljubav, samo jedna sreća, samo jedna... sve ono što tražite samo je jedno, i posve isto... svugdje.

Kada to shvatite i prihvatite vaš život poprimat će smisao koji želite. A sve dalje krenut će svojim tokom, baš onim kojim treba ići, i vi ćete toga biti svjesni.

## **Nastojanje**

Nastojanje da postanete ono što niste, a što mislite da biste trebali vodi vas putovima na kojima i nije baš uvijek upaljena rasvjeta. Ta tamna mjesta u sebi skrivaju puno sitnih zamki koje vi u svom nastojanju da dođete do postavljenog cilja niti ne primjećujete. A ako primijetite, pomislite kako je to nešto čime ćete se baviti kad osvojite svoj tako željeni cilj.

I onda vas te stvari vrata na početak. Jer kada dođete do kraja puta vidite da niste prešli cijeli put u potpunosti; te tamne dijelove ste zapravo preskočili tako što ste samo prešli preko njih niti ne gledajući što oni skrivaju. Na taj način vi niste prošli cijeli put, pa samim tim niste u stanju shvatiti ono što vas je dočekalo na cilju.

Tada pomislite kako mora da ste negdje skrenuli krivo i vraćate se te pokušavate na sve načine, milom i silom, doći do onoga što ste si zadali. Na taj način možete provesti cijeli svoj život čekajući da dođete do cilja i da vas na cilju dočeka ono što ste sami sebi u mislima pripremili.

Poneki od vas koji dođu do svog cilja osjete razočarenje, jer nisu oni «to» zamislili, oni su zamislili «nešto» sasvim drugačije. I onda se okrenu i traže dalje.

Jedino ispravno bilo bi krenuti po svom putu, kroz sve njegove mračne i svijetle dijelove i ne očekivati na kraju ništa. Misliti kako kraja puta zapravo niti nema, jer ga ni nema i samim tim ne čekati kraj. Na taj način ništa niti nećete naći i shvatit ćete što je vaš put, vaš život. Putujući po njemu shvatit ćete ga, a to je najveći blagoslov koji sami sebi možete dati.

Jer nitko vam drugi to ne može pokazati, nitko vam drugi ne može objasniti vaš život do vas samih.

Ponekad je radost jedino iščekivanje na kraju tog puta. Vi putujete i jedino što želite je osjetiti radost postojanja, radost što ste živi. Kada bi na svom putu samo malo pogledali bolje kroz prozor našli biste barem tri stvari koje bi vas mogle učiniti radosnima.

Probajte, odmah sada, okrenite se oko sebe u svom životu i pronađite barem tri stvari koje vam mogu trenutno izmamiti smiješak na lice. Možda vam se u početku pričinu teško, pogledajte bolje. Možda ugledate susjedovu mačku kako se nespretno penje po krovu kuće i možda vam njezina upornost i smirenost dovedu taj smiješak na lice. Jer i ta mačka je u tom trenutku dio vašeg života, vi u nju gledate, vi o njoj razmišljate, a što je vaš život nego skup vaših misli... Kronologija vašeg postojanja.

Nastojeći doći do cilja koji ste sami izabrali i sami kreirali vi propuštate život u svojoj ljepoti. Vi na taj način kao da govorite da vaš trenutni život nije dobar, da će on postati dobar tek kada se desi to i to. Vi negirate vlastito postojanje. Radi čega? Radi umišljenih stvari koje ste izabrali za sebe.

Jer kako vi znate što je najbolje za vas? Od kuda vam ta vjera? Ako ste sigurni da je imate onda je iskoristite već sada. Zaposlite je da vam pokaže ljepotu vašeg sadašnjeg života. Pomozite joj da vam otkrije sve čari koje vaš život skriva. Tada će i oni bolni trenuci dobiti bolji smisao jer vi ćete ga stvoriti.

A u trenutku kada stvorite vlastiti smisao u svom sadašnjem životu sva vrata će vam biti otvorena. Jer vi ćete se podići do trona kada sami kontrolirate svoje postojanje i sami mu dajete značaj. Nakon toga samo je na vama koliki značaj ćete mu dati.

## **Prepuštanje**

Zamislite da ste jedan veliki val koji nezaustavljivo juri prema obali. Jureći tako vi shvaćate da vas samo još par trenutaka dijeli od uništenja. Ali vama je toliko trenutno dobro da uopće ne razmišljate o tome, vi samo idete, plovite i prepuštate se.

A onda stigne i taj trenutak. Razbijete se o obalu stvarajući ogroman prasak. Obliznjete jato galebova što je mirno boravilo na obali uzlijeće. A skupina ljudi smočila se u potpunosti u hrpi vaših kapljica što su se razbježale okolo. Ali svi oni imali su ipak osmijeh na licu i bljesak sreće u očima pred silinom snage s kojom su se sreli. Sreća se pojavila i u vama i dok se vaše kapljice, vaši dijelovi, potpuno udaljuju od vašeg središta vi ne žalite, vi znate da ste obavili sve ono za što ste stvoreni. Proizveli ste energiju, pokazali ste snagu i jačinu. Vaše postojanje usrećilo je mnoge, a istovremeno potvrdilo je neki poredak koji treba biti.

Jer što bi se desilo da ste u zadnjem trenutku odustali, kakve bi to imalo posljedice za sve valove iza vas? Možda velike, a možda i ne. Možda se baš ništa značajno ne bi dogodilo, možda bi se s obale čuo samo pokoji komentar «da se more smirilo».

Da, tako je. Apsolutno ništa značajno ne bi se dogodilo da niste udarili o obalu. Ali vi jeste. I to je tada bio vaš izbor. A nakon toga dočekala vas je velika voda i primila natrag u svoj zagrljaj. Spojila vas je ponovo sa svim vašim česticama i ogrnula svojom dubokom plavom toplinom. Pokazala vam je da niste sami.

Jer bez obzira koju odluku donesete, vaš život primit će vas natrag kao i cijeli svemir i sve njegove galaksije. Ne možete učiniti ništa toliko krivo ili loše da zbog toga ispaštate.

Sve je stvar izbora i prepuštanja, bez obzira čemu se prepustili. Udarili o obalu ili ne vi ćete na kraju i dalje biti val, dio velike vode.

## **Rješenje**

Kada mislite da znate onda najmanje znate. Jer ne možete znati. Možete samo pretpostavljati, nadati se ili očekivati. Budući da ništa od toga nije u potpunosti dobro

za vas onda je najbolje da ništa niti ne mislite da znate, da se ne nadate, da ne očekujete.

Teško je to, reći će sada mnogi od vas. Jer, kako vi kažete, u nadi je spas. I čemu onda uopće život ako ga živite ničemu se ne nadajući...

Pa upravo tome, da ga živite. Jer ako se nadate i očekujete onda ne živite, barem ne u trenutku u kojem jeste. Onda su sve vaše misli usmjerene na trenutak u kojem vaša nada poprima oblik stvarnosti.

Trenutak je apsolutno sve što imate u svom životu i apsolutno sve što vam je ikad bilo i bit će potrebno. Bez trenutka vi ne postojite, on je ono što ste vi. Vi ste trenutak.

Kada zaplješćete rukama vi ste u trenutku, kada poskočite vi ste u trenutku, svaki vaš zalogaj vaš je trenutak, svaki vaš udisaj pokazuje vam da ste još uvijek fizički živi u svom trenutku.

Trenutak je toliko dragocjen, toliko pun sitnih i finih tkanja da vi jednostavno kroz njih prolazite, a da ih ne primjećujete. A usput ih i pokidate. Jer u tom trenutku ona su tu i za vas nisu dovoljno zanimljiva, vi bi sada baš ono što nemate i baš bi išli tamo.

I onda i odete, ali samo u mislima. Vaše tijelo ostane u ovom trenutku poput napuštenog broda na dnu mora koji samo čeka da ga neki zalutali ronilac otkrije.

Na taj način vi ne samo da gubite trenutak, vi gubite i sebe. I onda se čudite što se nakon nekog vremena nezadovoljstvo počinje uvlačiti u vas, što vaše misli poprimaju oblik i brzinu rublja u centrifugi i što vama počinje kolati želja da bi van iz svega. Kada bi se tako lagano moglo ulaziti i izlaziti iz života teško da bi netko uopće i doživio punoljetnost.

Ali zato je sustav takav da vam pokaže sve ono što ste željeli da vam bude pokazano, da vam otkrije sve tajne koje ste željeli da budu otkrivene.

Možda uz njih dolazi i koja suza, bol, a možda i smijeh ali sve je to ono što ste vi željeli, bez obzira što vam se u tom trenutku to možda ne čini tako.

Vi ste borci, ali zaboravljate to u trenucima prepuštanja tuzi. I nije ona loša, tuga, ali samo na jedno određeno vrijeme. Ona je pratitelj kojem jednom treba reći i doviđenja.

Stanite ispred sebe i pogledajte se. Ali iskreno pogledajte. Odbacite u tom trenutku sve one slabe pokrivače koje navlačite na sebe kako biste se zaštitili od svijeta. Ispod tih pokrivača nalazi se jedna snažna osoba, puna sreće i samopouzdanja, puna želje za životom koji je izabrala probati. Pustite ju van i dajte joj da se kreće, a onda krenite za njom i spojite se. Nakon toga uđite u trenutak i tamo ostanite.

Živite trenutak po trenutak i radujte mu se, trenutku. Tako ćete stalno imati radost u sebi jer trenutak je neprekinuti dio postojanja. Trenutak je sve ono što ostane od postojanja kada u njega uđete s ljubavlju i otvorenim srcem.

Tada vidite samo veličanstvenost sebe i veličanstvenost trenutka u kojem jeste. Ništa vam više nije niti važno, niti potrebno. Sve ostalo doći će samo. Stoga živite svoj trenutak. Živite sebe.

## **Tragovi**

Počinju tamo gdje ste nekada bili i spajaju se s onim gdje ćete stići. I tako čine cjelinu, krug. Na taj način vas dovode u sklad, ravnotežu. Ako ste u njima.

Jer u trenucima vaših tuga i nesreća vi hodate pored, pratite put ali hodate pored. To iskustvo vas uči onome po što ste došli ovdje. Svako ispadanje donosi vam novosti koje svemir upućuje vama.

Kada osjetite sreću i dodir blaženstva to je znak da je vaše stopalo savršeno sjelo u vaš otisak. Jer sreća i radost vaša su prirodna stanja, to je ono što nikada ne gubite, samo ponekad zaboravljate.

Ono što biste voljeli znati jest kuda ti tragovi idu. To vas ponekad toliko zanima da vam postaje važnije od onoga gdje su ti tragovi sada.

Tog odgovora nema, on ne postoji i nitko vam ga ne može dati. On je duboko zakopan u sve ono što možete i ne morate napraviti, u sve ono što možete i ne morate postati. Taj krug vaših spojenih tragova, vi sami, pomiče se po ovoj i nekoj drugoj realnosti onako kako vi zapovijedite, kako vaš unutarnji i vanjski osjet zapovijede. Što znači, vi upravljate tim pomicanjem kruga. A čak ni vi sami ne znate odgovor na pitanje kuda taj krug ide.

Ponekad se vaši tragovi savršeno uklope s nekim drugim krugom kojeg sretnete, drugom osobom. Tada koračate zajedno dalje i divite se životu u koji ste upali. Ponekad se vaši tragovi savršeno prekrize s drugim krugom i onda pokušavate shvatiti zašto vam je ta osoba «stala na put». Nije. Nitko ne može stati na vaš put, može vas samo malo zaustaviti da bi vam dao novu obavijest koju svemir ima za vas, novo iskustvo. Na vama je koliko iz toga želite naučiti.

Na taj način vaši krugovi plešu s ostalima ples života. Nekada je on tužan, nekada sretan ali i dalje to je samo ples. Što prije shvatite da plešete, to će vam prije dvorana, vaš život, vaša pozornica poprimiti sjajnije boje. Vidjet ćete da se na toj vašoj pozornici nalazi samo ono što ste vi na nju dovukli.

Zato plešite, plešite, plešite.

I nemojte stati.

Plešite ples koji vam je dan – ples vašeg života.

## **Vječni život**

Nemojte misliti da su vaša djeca samo zato što ste ih «stvorili» i podigli «vaša» djeca. Nitko ne pripada nikome. To je prvo pravilo koje trebate upamtiti dolaskom na ovaj svijet. Nitko ni ne može pripadati nikome. Pripadanje je nešto što ste vi na ovoj Planeti izmislili kako bi vam bilo lakše zauzeti mjesta u kalupima i uklopiti se u one cjeline koje ste zatekli dolaskom ovdje.

Vaša djeca / kao i vi sami, djeca vaših roditelja, tu su samo zato što su ona tako željela / što ste vi tako željeli. Nitko se ne rodi ovdje, a da prije toga to nije želio i trebao. Baš nitko. I nikako se ne može dogoditi da se netko rodi u životnim okolnostima koja sam nije želio i trebao.

Sve ono što ste zatekli dolaskom u svoj život s velikom preciznošću postavljeno je za vas kako bi vas naučilo točno onome što vam treba u ovom trenutku, na vašem vjekovnom putu. Vama je ovo još samo jedna od uloga koju igrate u beskrajnom životu izvan ovoga života. Shvatite to i lakše ćete podnijeti sve padove i nevolje, dočekat ćete ih s smiješkom znajući da ste ih na neki način «naručili» kako biste savladali još jednu lekciju.

Pogledajte sebe i svoj život, pogledate svoju volju i želju za napretkom. Ako ona postoji, onda je sve savršeno u redu, baš onako kako treba biti. Ako volje i želje za

napretkom u vašem životu nema onda se morate dobro okrenuti oko sebe i pronaći ih. Inače ćete vječno zapeti tu gdje jeste, a nakon ovog života ponavljati neki vrlo sličan. To vam samo pokazuje koliko ste vi kao bića savršeni, koliko veliki i moćni, mudri, koliko hrabri i neustrašivi. Živite s tim riječima u umu i dopustite tom biću da se ispolji. Tada će i volja i želja izbiti na površinu i vi ćete krenuti dalje. Baš tamo gdje ste *odredili* stići. Baš prema onome što ste *odredili* naučiti.

Vi, samo vi i nitko drugi.

## Stvari

Da li znate da vama u ovoj realnosti ne treba zapravo ništa. Niti odjeća, niti obuća iz najnovije kolekcije. Ne treba vam kuća u određenom kvartu, niti auto s kojim bi trebali stići do posla. Niti najnovija knjiga vašeg omiljenog autora.

Ništa od toga vam ne treba, ali vi to želite. Želite vidjeti sve te stvari kao vaše, dodirnuti ih, opipati, pomirisati, smatrati svojim. Na taj način vi sebe smatrate više živim, živite život radujući se svakoj novoj stvari koju dobijete ili kupite znajući već unaprijed da će ta radost biti kratka.

Kada biste zatvorili oči, ušli potpuno u sebe i shvatili u ovoj realnosti svoje postojanje više vam ne bi trebala niti jedna knjiga, niti jedno slovo. Vi bi se sjetili svega što je, znali bi ste.

Na taj način, s tim znanjem, više vam ne bi trebala niti jedna materijalna stvar, vi to jednostavno više ne biste željeli.

I zato vam je dano da zaboravite ono što jeste kako biste buđenjem shvatili svijet u kojem trenutno boravite. To znači da vi možete i ne morate posjedovati stvari, možete ih i ne morate željeti. To je sve vaš izbor. Ali ako se odlučite da ih želite, ne vežite se za njih. One nisu vi, one nisu dio vas, vi postojite preko svega. A ne možete ih niti ponijeti sa sobom kada jednom budete odlazili odavde.

To je kao da silno želite sladoled i onda kada ga pojedete patite za njim. Vi se ne vežete za taj sladoled, on nije dio vas, on je tu samo trenutno jer ste vi tako željeli.

Tako bi trebalo biti i s apsolutno svakom stvari u vašem životu. Imajte ju, ali ne vežite se za nju. Tako vas ništa neće boljeti ako ju izgubite, a i lakše ćete otvoriti put za nove stvari.

Sve je samo stvar prolaznosti jer u ovoj realnosti sve oko vas je prolazno, sve osim vas, vi ste vječni.

## Opstanak

Kada biste sreli osobu koja ima namjeru sebi oduzeti život i kada biste ju iznenada i nenajavljeno gurnuli recimo s nekog broda, ona bi bez imalo razmišljanja počela plivati i spašavati se. To je opstanak, želja za životom koja je dana svakom živom biću koje je stiglo u ovu dimenziju.

Teški trenuci i dramatični događaji u vašem životu vaša su škola i tada se u vama može pojaviti tračak sumnje ima li sve to što vas okružuje ikakvog smisla. U trenutku kada se sve vaše nade i svi vaši snovi rasplinu u vašoj glavi vi pomislite kako je sve nestalo, kako više ničeg nema, pa ni nade u razrješenje svega i izlaza iz te situacije. Početak rasplitanja svega dogodit će se u onom trenutku kada vi sebi dopustite



slobodu prihvatiti sreću. Jer i u najtežim trenucima vi možete biti sretni, pjevati svim srcem i veseliti se životu. To je nešto toliko prirodno, a opet toliko zagušeno životom na ovoj planeti.

Jer vi ste stvorili pravila, a jedno od tih pravila je i određena emocija – tuga, bol i patnja – u određenim trenucima. Pa onda kada u vama i nema one istinske tuge koja se zapravo vrlo često «sama» javlja - u trenucima najvećih promjena, najčešće je izazvana i pozvana vašim razmišljanjima. Vi ju stvorite. Vi sebe proglasite patnikom i onda se okružite patnjom i pokušavate što bolje se prilagoditi novonastaloj situaciji u kojoj vi nemate izbor, ali samo zato što ste vi tako odlučili.

Jedna nova odluka i patnja nestaje, a sunce se počne probijati kroz oblake vaših tmurnih pogleda i vaših zamagljenih prepuštanja sebi i svojoj patnji.

Kada biste samo na tren tada pogledali oko sebe, vidjeli biste nešto sasvim drugo. Jer život, vaš život ne staje niti zaostaje samo zato što vi trenutno patite. Vi s njim idete dalje, a patnja je vaš izbor. Ništa ne zaustavljate, samo patite.

Pokušajte sada udahnuti i izdahnuti. Pa onda ponovo, pa ponovo... Pokušajte zatim zamisliti da svakim novim udahom uzimate onu iskonsku sreću koja se nalazi svuda oko nas i iz koje smo stvoreni, a svakim novim izdahom izbacujete svoju patnju. Pri tom joj se još i zahvalite, što vam je pokazala sve ono što je trebalo biti pokazano. I tako dišite i izmjenjujte svoje stanje, činite to potpuno svjesno. I činite to sve dok ne osjetite smiješak na svom licu, sve dok ne poželite skočiti sa stolice i vrisnuti ili zagrliti prvu osobu koja naiđe.

Nakon toga ste spremni za dalje. Jer vi živite i vaš nagon za «opstankom» tjera vas dalje. Zašto onda živjeti u tuzi, živite u sreći bez obzira na sve u vašem životu. Dopustite si to baš kao što ste si dopustili tugu. Jer vaš život je kao vlak i vi se vozite u njemu. Možete hodati unatrag po njemu i doći do kraja, ništa s tim niste postigli osim da se u vlastitom životu vozite zadnji. Ili možete hodati unaprijed, sjesti na mjesto vozača i voziti. Jer tko može upravljati bolje vašim životom osim vas samih. A ako i niste sigurni kako bi to napravili, prepustite se, jer vlak, vaš život ionako ide već svojom zadanom rutom. Vi se samo trebate ispuniti srećom i uživati u vožnji, u vožnji koju ste ionako sami izabrali.

## **Naučeno**

Da li mislite da učite? I koliko i kako učite? Da li mislite da je sve škola? I da je vaš život tu samo zato da bi vas nečemu poučio, da biste dobili nove, svježije informacije koje vam kasnije mogu pomoći pri izboru svog rasta, rasta u sebe?

Ako je tako, onda ste vrlo blizu istine, vrlo blizu vlastita izvora, samog sebe.

Dolazak u ovu dimenziju nešto je što ste sami izabrali. Pozivnicu ste ispisali sami kao i sve ono što vas tamo očekuje. I dok sada prikovani za vlastite živote i čitajući ovaj tekst pomišljate kako ste i na koji način to mogli izabrati, kako ste tako nešto mogli odabrati kada bi vi sada toliko toga drugog voljeli, toliko toga promijenili kada bi mogli, mi vas pitamo, a zašto ne biste? Zašto ne biste promijenili? Ako je u vama želja, jedino što trebate je pustiti tu želju na slobodu i pratiti njezine korake, ona će vas dovesti točno tamo gdje ste izabrali, još prije nego ste za tu želju i saznali.

Jer *želju* ste vi stvorili, baš kada ste stvarali i pripremali sve drugo za vlastiti život. Ali onda se većina vas u susretu sa njom, vlastitom željom u svom životu uplaši i sakrije, čekajući da želja prođe. I onda se čudi nesreći i patnji što osjeća u sebi, čudi se malodušnosti i tuzi... a sve one dolaze u trenutku nepoštivanja vlastite želje, nepoštivanja vlastita života.

Hrabrost je nešto što volite gledati u filmovima, to je nešto što imate ali ne volite pokazivati, nešto što radije čuvate u svojim ladicama. Jer kada ju pustite postoji mogućnost da vas odvede negdje sasvim daleko i da vas suoči s promjenama, nečim čemu se svi toliko odupirete. Nečim toliko prirodnim a teškim, da i sama pomisao na njezine «posljedice» može kod vas dovesti do straha... od gubitka, dobitka... od svega onog što bi vas izbacilo iz svega onog gdje ste sada, bez obzira kako vam *je* sada.

A sada spojite želju i hrabrost. I što vidite? Ako želite vidjeti.

Nikakva mapa vam ne treba u tom trenutku, te dvije stvari same ucrtavaju put pri kretanju, pokazujući tako već odabrani smjer, sve ono što ste željeli, još prije nego ste došli.

I bez obzira što na kraju puta našli - sreću, tugu, veselje, bol... to je vaše novo iskustvo. To je baš ono što vam treba u vašem daljnjem rastu i razumijevanju sebe i svijeta oko sebe. Nije bitan rezultat te vaše male igre, bitno je da ju igrate. Jer i najtužniji rezultat manje je tužan od nepostojanja igre same. Od rušenja vlastitog poretka.

Stoga krenite i igrajte. Pobjednika nema, u igri ste sami, svi ostali igrači koje srećete u vlastitoj su igri tako da prilike za takmičenje nema. Samo kretanje, želja i hrabrost. Za svim onim što ste već izabrali, za svim onim što ste željeli prepoznati i za hrabrošću za prepoznavanjem. Toliko lagano i toliko jednostavno.

## Otpuštanje

Koliko toga imate u sebi, koliko osjećaja, sjećanja i emocija. Previše. Hodate okolo poput neke vreće pune stvari noseći sa sobom sve to, misleći da vam je potrebno, da bez toga vi ne biste bili vi. A bez toga vi biste postali više vi. Postali biste slobodni, baš onakvi kakvi i jeste, baš kakvo je vaše prirodno stanje, vaše biće u cjelini. Jer dio koji vidite u ovoj dimenziji samo je jedan otisak koji ste ostavili u ovom vremenu. Sve ono što vidite u ogledalu i sve ono što vidite u tuđim očima samo je dio cjeline, toliko velike da ni vaša najveća mašta to ne može dokučiti, tu veličinu postojanja.

Stoga otpustite sve terete, sve osjećaje i sve događaje koji su se zbili i krenite dalje, napravite mjesta novima. To ne znači da ćete vi zaboraviti sve što je bilo, da ćete otići kao da ničega nije ni bilo, to samo znači da je to već sve utisnuto u vas i da je svojim postojanjem postalo dio vas i da nije potrebno da se više zadržavate na tome. Jer svaki dan koji živite postaje cjelina sljedećem danu, zajedno sa svim događajima. Kada shvatite taj princip vaš korak postat će lak, prestat ćete biti opterećeni sa stvarima koje su se već desile te koje više i da želite ne možete promijeniti. Shvatit ćete da je prošlost gotova i da je zapisana u svim dijelovima vašeg bića, a da vašem umu i vašem tijelu treba prostora za nova saznanja i nove škole, jer toliko je toga oko vas.

Ljepota koja vas okružuje dobit će na svojoj vrijednosti tek ako ju vi primijetite. Jer vi danima možete prolaziti pored uličnog kipa, njegovu ljepotu primjetit ćete tek kada se okrenete prema njemu i uputite mu pogled. Onda možda zažalite za svim prolascima pored njega bez pogleda, možda shvatite puno toga.

Jer sve ono što vas okružuje čeka vaš pogled, čeka da vi to zamijetite, sve to što je tu zbog vas, sve ono što ste zatražili i pozvali u svoj život. Čemu onda odustajanje od nečega što još niste ni započeli. I najmanja sitnica u vašem životu može izrasti u nešto veliko, značajno i važno, samo ako joj vi date priliku.

Kada shvatite da je život lijep i da u njemu postoji samo ljepota, onda ćete doći do istine koja je vjekovima tu, ali je teško prepoznavana. Pridružiti ćete se nekolicini bića koja su hodala ovim prostorima s tim saznanjem. Jer trenutak u kojem živite prirodan je poredak stvari koje su ga dovele do toga i gdje svi vi imate priliku za taj rast, bez obzira na okolnosti u kojima se nalazili. Svi vi imate mogućnost shvaćanja ljepote ovoga života i vas u njemu. Svi imate mogućnost i priliku dobiti unutrašnji smiješak i nikada ga ne izgubiti... trenutak postojanja koji vas spaja s onim što vi jeste.

## **Plovilo**

Kada bi vam netko poklonio barku i kada bi vam rekao da je to jedna skupocjena ostavština nekog kralja jedne velike države, koja je godinama stajala u podrumu nekog muzeja i sada je vama predaju na čuvanje. I kada bi vam još rekao da je njezina vrijednost toliko velika da samo nekolicina ljudi u svijetu može platiti tu cijenu. Što bi vi uradili sa njom? Vjerojatno bi je dobro zaštitili, brinuli bi da ne propadne i stalno je lakirali kako ju vrijeme ne bi načelo. Bila bi vam vrlo važna. A zašto onda to i ne učinite? S vlastitim plovilom, jedinom barkom koju posjedujete, vlastitim tijelom.

Zašto se ponašate kao da nije vaše i kao da ga možete zamijeniti kada se pokvari. Ne dajete mu vrijednost koju ono zaslužuje, vi ponekad mislite da je to tijelo, vi vjerujete ili znate da je to samo dio vas, vjerujete ili znate da ste besmrtni i da vas ovo tijelo samo prati kroz ovaj život. I baš zato što mu ponekad dajete ulogu «samo» pratioca vi ga ne stavljate na prvo mjesto, koje ono zaslužuje.

Jer što vam vrijedi što ste besmrtni, što ste veliki, što ste energija, ako vam se tijelo pokvari ili prestane raditi. Vi možete čitavu vječnost skakati po ovoj dimenziji kao energija, kao samo postojanje, ali vas nitko neće primijetiti, možda samo osjetiti. I na taj način vi ne možete primati iskustva i živjeti život u ovoj dimenziji, razlog zbog kojeg ste i došli.

Zato ste dobili tijelo. Da vas vozi gdje želite i da vam bude prijenosnik za sve ono što želite osjetiti, vidjeti, čuti, doživjeti. Zato vam je ono toliko važno, iako je to «samo» tijelo.

Upute i pravila koja dolaze sa svakim tijelom koje dobijete jedinstvena su baš za to tijelo. Nalaze se duboko unutar vas i jedini način da ih pročitate jest da uđete u same sebe i oslušujete. Ukoliko se dovoljno stišate osjetit ćete upute koje objašnjavaju rukovanje vašim trenutnim tijelom. I to je jedini mogući način, sve ostalo samo je

prepisivanje tuđih uputa koje se mogu podudarati s vašim, ali najčešće rade zbunjenost i onemogućuju vam da vidite što se nalazi unutar vas.

Gledanje sebe, svog tijela i traženje uputa za njega vrlo je jednostavno. Dovoljno je umiriti se, zatvoriti oči, duboko udahnuti i izdahnuti i pitati «da li je ovo dobro za mene?». Onaj prvi odgovor koji se pojavi, onaj prvi osjećaj koji prostruji vašim cijelim bićem najtočniji je odgovor u cijelom svemiru i svim dimenzijama koji u tom trenutku možete dobiti.

Prihvatite ga i krenite po uputama. Nakon nekog vremena vidjet ćete kako se usklađujete s vlastitim tijelom i vlastitim životom. Osjetit ćete mir i sklad, osjećat ćete se kao sat koji kuca svojim tempom bez obzira što se oko njega dešavalo.

Prihvatite taj sklad i živite. Na taj način nećete morati brinuti o plovilu koje vam je dano u ovoj dimenziji nego o dimenziji samoj, o svemu onom po što ste došli, o životnoj školi.

## **Djelovanje**

Poimanje sebe prvenstveno znači prihvatiti sebe, sa svim svojim «nedostacima». To je možda najteži zadatak koji je stavljen pred vas, od vas samih.

Jer prihvatiti sebe znači priznati sebi sve, a to je ono zbog čega većina vas drži oči zatvorenima. Jer lakše je nešto ne znati nego živjeti u znanju, a ne djelovati. Tada vas, kako vi kažete, počne «peći savjest» i zapravo se vrtite u krugu svojih neuspjeha i patnji zbog njih, te nedjelovanja i sumnje u sebe.

A sada sve to prekinite. Zaustavite sve misli u glavi koje su krenule dok ste čitali ove rečenice i prepoznavali se u njima. Pokušajte uhvatiti trenutak i sebe u njemu i zapitajte se - Zar ja stvarno ne mogu ništa učiniti sa tim? Zar ja stvarno ne mogu djelovati za svoje najviše dobro? - Naravno da možete. Nema toga što vi ne možete.

Djelovanje je sastavni dio vašeg života. Vi svaki dan djelujete, djelovanje je vaš pokretač, vaš motor. I možda vam se ne sviđa baš uvijek način na koji djelujete ali bitno je da djelujete. Čak i kada spavate vi radite, vi dopuštate vašem organizmu da se odmori. Vi djelujete i proizvodite odmor.

Pokušajte se umiriti i smiriti na jednom mjestu. Dopustite tijelu da se opusti i prepustite se najvećoj mogućoj tišini. Sve misli koje vam dođu pogledajte i otpustite, to je i tako najviše što možete učiniti s njima. Pustite tako vremenu da prolazi i vi samo boravite u svom tijelu.

Kada osjetite da ste postigli neki mir zamislite da hodate jednom predivnom livadom. Oko vas je puno mirisa, boja i vaši osjećaji miješaju se s njima. Vi sve više i više osjećate tu livadu i osjećate kako sloboda prolazi i ulazi u vaše cijelo tijelo. Puštate joj se. Hodate i ulazite u slobodu, a ona ulazi u vas.

Nakon nekog vremena počinjete se približavati velikom bijelom platnu. Rastegnuto je usred livade i potpuno je prazno. Nakon što ste se dovoljno približili platnu vidite da se po njemu ispisuju slova, ispisuje se rečenica: "Koji je vaš slijedeći smjer djelovanja?".

Nakon toga, nakon što ste pročitali tu rečenicu, puštate se, prepuštate se sami sebi. Jer svaka misao, svaka slika, svako sjećanje, svaka vizija ili osjećaj dio su vašeg odgovora. Dio su unutrašnjeg znanja o tome kuda usmjeriti svoje djelovanje.

Jer upravo je smjer djelovanja ono što je jedino bitno. Vi djelujete stalno, vi ste kao motor koji se nikada ne može zaustaviti, samo može mijenjati smjer kretanja. I nemojte se propitkivati, nemojte analizirati dobiveni odgovor u smislu njegove valjanosti. On je "izašao" iz vas i ne može biti ništa drugo nego točan. Vi samo morate prihvatiti odgovor kao savjet nekoga tko vas najbolje poznaje, nekoga tko vas najbolje može usmjeriti na budućnost, tko ima vašu mapu puta. I prepustiti se. Brzaci koji će vas ponijeti najbolje vas poznaju i točno će znati na koju obalu vas trebaju nasukati. S koje obale ćete moći doći do sljedeće livade i sljedeće table.

Prepustite se putu i pustite da vas vodi. To su vaše table, vaši znakovi, vi ste ih postavili i vi ih najbolje možete razumjeti. Onoga trenutka kada i u najvećem nevjerovanju počnete vjerovati sebi, sve livade, sva platna, svi znakovi prolazit će kroz vas lakoćom postojanja kakvu zaslužujete.

## **Rješavanje**

Kada bi svako rješenje bilo jednostavno i kada bi vam bilo servirano na vrlo uočljiv način vi biste ga jednostavno preskočili. Jer u ovaj život ste došli naučiti nešto novo i takav način bi nekako «vrijedao» vašu svemirsku inteligenciju, vaše biće, ono koje vi jeste.

To je kao da rješavate križaljku u kojoj vam je ispisano već pola rješenja, brzo biste odustali.

Zbog toga svemir skoro nikada ne usliša vaše molbe i olakša vam život u potpunosti jer na taj način bi vam oduzeo igru koju ste sami izabrali igrati.

Kada se okrenete oko sebe i pogledate svoj život vidjet ćete vjerojatno puno velikih i malih problema. Kada bi ih nazvali određenim imenima i postavili na određeni način dobili bi rebus – smisao vlastitog života, ono što svi oko tražite. Zato su problemi takvi da se oko njih trebate pomučiti, otkriti njihove tajne, kako bi se savršeno uklopili u vaš rebus i kako bi se nakon njihovog rješavanja osjećali korisno, jer kakva bi inače bila korist od toga, kakav bi bio smisao.

Kada bi dobro pogledali svoju prošlost i sve događaje u njoj, mogli biste pročitati ili barem nazrijeti i svoju budućnost. Ali to je toliko komplicirano za ovu jednostavnu dimenziju u kojoj živite da vam je dano da samo ponekad, u određenim prilikama možete vidjeti samo obrise svoje budućnosti, a ni onda nećete biti sigurni. To je kao neka kočnica koju ste si postavili pristavši živjeti ovdje. I zato ne želite da vam netko otkrije kraj igre jer bi se izgubio svaki njen smisao.

Život u ovoj dimenziji donosi vam puno prednosti, donosi vam znanje i razumijevanje sebe na puno nižem nivou nego što vi zapravo jeste. Gledajući iz te perspektive, vi si omogućujete iskustva koja vas dovode u situacije preživljavanja, traženja opstanka, suočavanja i prevladavanja straha – svih stvari koje su vam inače jako dobro poznate i na koje se inače, u punini vašeg bića ne biste obazirali, zato vam ne mogu donositi iskustvo, zato se vi spuštate u ovu dimenziju kako biste na trenutak zaboravili sebe i istinu i kako biste barem na trenutak vidjeli što to znači suočiti se sa strahom.

Ako ga pri tom i pobijedite, nitko sretniji od vas.

To je sve zapravo vrlo sigurna igra iako to vama u ovom trenutku, na ovom nivou može zazvučati čudno. Ali vjerujte, ili barem pokušajte, ništa nije toliko strano, toliko opasno i toliko izgubljeno kako vam se u ovom trenutku možda čini. Sva rješenja postoje, u svojoj dubini vi ih sve znate, samo sada igrate igru pronalaženja tih istih rješenja, kako bi pomogli svom biću dobiti iskustvo, iskustvo koje će ga vjerojatno baciti u neko novo znanje postojanja, neku novu svjetlost, neko novo kretanje. Uživajte u svim svojim aspektima i opustite se, lakše ćete prolaziti kroz sve, sve što vas okružuje.

## **Shvaćanje**

Kako divan osjećaj, shvatiti nešto, barem jedan trenutak kada se osjećate zadivljujuće pametni. Trenutak kada nestaju sve brige i vaš život poprima dugine boje.

A onda ga svakodnevica pojede, pretvori ga u još jedan trenutak koji vrlo brzo zaboravite i na koji se još brže naviknete. Ali to čini vaš život. To čini vaše uspone i padove i to je nešto što je svojstveno vama, nešto potpuno prirodno.

Vi težite za tim, za tim shvaćanjem, kao djeca ste radoznali cijeli život iako si to mnogi od vas kasnije ne žele priznati, smatrajući da moraju igrati onu ulogu za koju misle da se od njih očekuje, ulogu odraslog bića. A to ne postoji, barem ne u "svemirskim okvirima".

Jer svako vaše shvaćanje samo je zrnce pijeska na velikoj plaži, plaži kojoj zapravo nema kraja, koja se povećava sa svakim vašim novim spoznajama, svakim vašim proširivanjem.

Na taj način vi si ostavljate dovoljno mjesta i slobode kako biste vidjeli da granice vašeg rasta ne postoje, osim onih koje si sami nametnete.

I zašto onda "odrasti" u onom unutarnjem smislu? Zašto si ne dopustiti slobodu čuđenja i znatiželje cijeli život? Pa makar vas vaša okolina gledala s čuđenjem, zašto si ne dopustite sve to, budite kao primjer slobodnog bića, onog što vi jeste. Jer ako to shvatite, na dobrom ste putu da shvatite i da se od vas ne očekuje da znate sve odgovore, bez obzira koje škole završili. Znanje je nepresušno i to je ono što vas treba motivirati za dalje.

Zato sljedeći put kada se nađete pred nečim što ne razumijete budite toliko hrabri i recite prvoj osobi pokraj sebe: "Ja ne razumijem što je ovo, o čemu se tu radi, kako to funkcionira?". Bez obzira što je to što vas zanima, bez obzira što bi to trebalo biti nešto o čemu biste vi kao "odraslo biće" trebali znati.

Ako si to dopustite, vidjet ćete barem na trenutak da većina osoba oko vas također to ne razumije. Samo se nalaze u kutijama na kojima piše "oni bi trebali znati".

Budite prvi koji će probuditi uspavane oko vas i natjerati ih da razmisle o svojim životima. Natjerati ih da vide da još ima puno lijepih stvari oko njih. Na taj način natjerat ćete i sebe da se pokrenete, da shvatite sve mogućnosti koje vam se pružaju i da ih prihvatite.

Jer lagano je smijati se djeci i njihovim pitanjima, puno je teže na njih odgovarati.

Probudite ponovo ono uspavano dijete u sebi i pođite se igrati, vaše igralište je veliko, imate cijeli Planet i sasvim dovoljno čuda na njemu, počevši od vašeg najbližeg susjedstva.

Zato krenite i igrajte se.

## **Samoća**

Samoća je stanje koje vi jeste ali koje se u vašem svijetu prepoznaje kao odbljesak tuge, kao nešto što samim svojim postojanjem donosi uznemirenost i budi strah. A kada biste ju vidjeli u njenoj punini, samoća bi vam se učinila poput prekrasne slike koju je netko nepravedno postavio u neki zabačeni dio muzeja.

Kada bi svoj cijeli život proveli u samoći naučili biste da samoća ne postoji sve dok imate barem jednog prijatelja – sebe. I sve dok se vaš prijatelj želi družiti sa vama. Jer prava samoća počinje tek kada izgubite to prijateljstvo, tek tada možete reći da ste okusili samoću u njenom punom strahu i snazi.

Nepravedno optužena samoća je osjećaj koji postoji u svima vama, samo je ponekad jasniji, a ponekad se zbog okolnosti koje vas okružuju sakrije čekajući pravi trenutak kada će moći pobjedonosno izaći na površinu i u vašoj unutrašnjosti stvoriti oluju. Oluju koja će kada protutnji isprati sve ono što već dugo nakupljeno u vama čeka svoje oslobađanje.

Možda će vam trebati sati, možda dani, a možda i godine da shvatite koliko ste toga tom olujom dobili. Koliko slobode i kristalno jasnog pogleda. Pogleda koji možete usmjeriti na sve oko sebe čitajući svoj život u svemu što vas okružuje. Jasnoća viđenja, to je ono što dobijete samoćom, i zato bi joj trebali zahvaliti.

Početak i kraj svakog života počinje u onom što vi nazivate samoćom. Dolazite s njom i odlazite s njom. Jedino između toga imate stalnu potrebu za dokazivanjem svojeg postojanja kroz druge, imate potrebu dokazati sebi da ste živi tako što ćete to pročitati u tuđim očima, čuti u tuđim riječima i osjetiti u tuđim emocijama. I s obzirom da je to nešto što vam ne može donijeti olakšanje kojeg očekujete, vi stalno imate potrebu za još jačim i jačim doživljajima sebe u drugima.

Kada biste samo prihvatili da ste vi ti koji trebate sebe sebi pokazati shvatili biste koliko je jednostavno proživjeti ovaj život baš na način koji želite, bez samoće. Sa stalnim pratiteljem koji je uvijek uz vas, spreman vam pružiti podršku kad god vam je to potrebno – sa samim sobom. S nekim koji tako jak u svojoj punini osjeća ono što *je*, i na taj način omogućuje vama da doživite sve ono što želite.

Život je tu da ga živite, društvo ste već odabrali svojim dolaskom, a sve ostalo samo su bića poput vas koja su tu da se družite, da se volite i pomažete. Sve ostalo samo su oblici zajedničkog postojanja koji vas udaljuju od samih sebe, od onog s čime ste došli. Gledajte svoje bližnje kao nekog tko je tu poput vas, sa svojim teretom postojanja, sa svim onim što ima i što ga čeka. Gledajte i promatrajte, a onda djelujte po svojem nahođenju, za najbolje dobro onih pored vas i sebe. To je jedini put da shvatite da je ono od čega najviše svi bježite nešto što vas najbolje pročišćuje i donosi najbolje učenje, priliku za rast i pobjede.

Zato družite se jedni sa drugima i sami sa sobom, uživajte u životu.

## **Prihvatanje**

Vječnost i postojanje smisla u njemu tema je koja vas je sve oduvijek zaokupljala. Vaš život u vječnosti čini vam se ponekad s vaše pozicije tako malen, tako beznačajan. Znamo da mnogi od vas u nekim periodima svoga života izgube "tlo pod nogama" te počnu padati u neke njima samo znane "crne rupe". To mi zovemo prepuštanje. Prepuštanje raspadanju kako bi se ponovo sastavili, sada kao netko sasvim novi. Kao netko sa znanjem i vještinama potpuno stranim onom raspadnutom dijelu. A onda krećete dalje, do nekog novog raspadanja. I gdje je tu smisao, pitaju sada mnogi od vas. Smisao je u postojanju, u postojanju u vječnosti. Jer ono što vi sigurno imate je postojanje, u onom što sigurno jest – u vječnosti.

Kada biste živjeli život bez lomova, živjeli bi vječnost u jednom životu, toliko bi vam se činio dug i naporan. Nakon nekog vremena "vrijeme" bi izgubilo svaki smisao i vi biste u jednom trenutku pomislili da idete unazad, a ne unaprijed. Zato postoje ti lomovi, da vas prekinu u vašoj svakodnevnicu, da vas polome kako biste se ponovo mogli složiti, s novim znanjima i novim iskustvom, uvijek pametniji i sretniji. Do neke nove lomljave, kada vaša duša odluči da je vrijeme za novi raspad.

I odbacite strah, odbacite tu emociju kojoj možete samo robovati. Dozvolite joj da vas pogurne u određenom trenutku ali joj se nemojte prepuštati. Odbacite ju tako što ćete prekinuti sve radnje nekim naglim pokretom, promjenom kretanja, promjenom izvođenja radnje, plesom, glasnim povikom, izlaskom u prirodu, čitanjem knjige ili meditacijom uz neki film. Napravite bilo što, samo nemojte dopustiti sebi upadanje u stanje straha. To je ono što svi zasigurno možete, osjetiti navalu straha i prekinuti ju, ne prepustiti joj se. Jer ona vam zamračuje um i ruši zaštitu, dovodi vas u područje koje je vama neistraženo i ostavlja u samoći. Nigdje možda niste toliko usamljeni kao u emociji straha. Zato joj se ne dajte, vi ste jači od nje, puno jači, samo ako to želite.

Kada prihvatite svoje postojanje, prihvatili ste i svoj život. A to je ono što je većini najteže, prihvatiti svoj život. Zato krenite od malih stvari. Započnite pisati svoj "dnevnik prihvaćanja". Pokušajte na dan prihvatiti barem četiri stvari i zapišite ih u svoj dnevnik. Prihvatite ih na način da razmišljate o njima, da ih vizualizirate, da postane to što u tom trenutku prihvaćate. Krenite od malih stvari pa prema velikima. Krenite od predmeta koji su vam dragi ili koje često koristite, zatim prihvaćajte osobe, događaje, dijelove sebe.

Sve to dovodi vas u trenutak u kojem jeste, daje vam mogućnost da ne lutate po prošlosti i sadašnjosti nego vas stavlja u jedino mjesto koje sada postoji, u vaš život u ovom trenutku. Na taj način kada prihvatite život i sebe u njemu otvorit će vam se vrata njegovog shvaćanja, bit ćete bliže shvaćanju svoga života nego što ste ikada bili. Probajte i igrajte tu igru prihvaćanja, ne odustajte od sebe i svog života.

## **Jednostavnost**

Kada bi postojalo mjesto na kojem bi bila knjižica s uputstvima za vaš život, vi se vjerojatno ne biste usudili otići na to mjesto. Pronašli biste hrpe razloga zašto niste u mogućnosti posjetiti to mjesto i pročitati tu knjižicu. Sada dok ona ne postoji, na neki skriveni način priželjkujete ju, misleći kako bi vam s njom bilo bolje jer biste imali "putokaz". Ali u trenutku otkrivanja toga mjesta vi se jednostavno ne biste usudili, ne biste se usudili pročitati što u njoj piše kako se ne biste razočarali.



Život je jednostavan, sve do trenutka dok ga vi ne zakomplicirate. To je na neki način izazov za vas. I to je dobro. Ti izazovi koje sami pred sebe postavljate, pomažu vam da posrćete i pridižete se, te pri tom učite.

Ali postoje dvije vrste izazova, oni "smisleni" i oni "besmisleni". Zamislite život pun "smislenih" izazova. On bi zapravo bio poput nekog veselog lunaparka, pun nekih čudnih sprava koje od vas očekuju oduševljenje, adrenalin i određenu količinu straha. Većina ljudi iz tog lunaparka izlazi sa smiješkom na licu, većina pomisli kako će doći ponovo.

Tako zapravo izgleda život pun "smislenih" izazova.

A život pun "besmislenih" izazova je napad na vas i sve ono što vi jeste, od vas samih. To je maltretiranje koje biste odmah zamjerali drugom kada bi vam ga priredio, ali sebi ga čak niti na priznajete ili još gore, čak ga niti ne prepoznajete.

To su oni trenuci kada iz neke ljutnje prema životu i sebi samima pokušavate zakomplicirati stvari do te mjere da postanu skoro nepodnošljive. A onda patite.

Uvedete se u krug patnje i očekujete da vas cijeli Svemir u tome podrži. Pod krinkom nekih novih učenja vi putujete svojom stazom života pod teretom koji nitko od vas ne traži da ga nosite, pod teretom koji je svima, a ponajviše vama potpuno besmislen. I bespotreban.

Jer učenja dolaze kada ste vi na njih spremni i u mogućnosti su doći u raznim oblicima, onim teškim, manje teškim i onim laganim i sretnim.

Život je jednostavan. Razmislite o toj rečenici i svemu što ona skriva među tim slovima. Razmislite o sebi i svojem životu i o svemu što on sadrži. Pokušajte napraviti listu svih stvari koje su u njemu jednostavne. Kada ih nabrojite vidjet ćete da ih ima sasvim dovoljno, iznenađujuće dovoljno. A onda se skoncentrirajte na njih, pokušajte vidjeti od čega su sastavljene te jednostavne stvari, što ih čini tako jednostavnima. A zatim tu "formulu" koju otkrijete u tim vašim jednostavnim stvarima primijenite na one manje jednostavne. Vremenom kada uđete u taj "kod jednostavnosti" sve oko vas poprimit će drugi smisao. U trenutku kada vi budete stvari drugačije doživljavali, one će i postati drugačije. A one nove, koje će tek ući u vaš život odmah će dobiti tu "etiketu" jednostavnosti, samim time što ćete ih vi prepoznati i privući.

Pokušajte. Prepustite se jednostavnosti i živite. A dok to radite, pokušajte u svoj životni ritam unijeti nekoliko jednostavnih vježbi koje će pomoći vašem životnom ritmu da uhvati tu "jednostavnost" koju zaslužujete.

### **Postoji / diši / osjećaj / izreci**

- **postoji** – zamisli da si cvijet u polju i da postojiš, to je tvoj jedini zadatak. A sada taj zadatak sprovodi svaki dan, barem pola sata. Sjedni ili legni i samo postoji. Jedino što trebaš je misliti na sebe i svoje postojanje. Budi svjestan svoga tijela, svakog njegovog vanjskog i unutrašnjeg predjela, idi po svim dijelovima, pozdravi ih i postoji.

- **diši** – pokušaj kroz dan biti maksimalno svjestan svog disanja. Ono je tu prisutno razmišljao o njemu ili ne, ali ako ga osvijestiš, osvijestit ćeš i svoj život u ovom tijelu, jer bez disanja ovo tijelo ne bi funkcioniralo, disanje te na neki način spaja s tijelom. Zato tokom dana u različitim situacijama razmišljaj o svom disanju, budi svoje disanje.

- **osjećaj** – osjećaj sebe, svoje emocije, svoje misli. Tokom dana u *različitim situacijama* samo se osjećaj. Bez obzira u kojem stanju bio, osjećaj to stanje. Zastani u nekom trenutku, kao da stisneš pauzu na filmu i osjećaj sebe u toj sceni. Sve ono što ti jesi. Na taj način shvatit ćeš bolje što si i rasvijetliti zašto radiš ono što radiš.

- **izreci** – barem jednom na dan izreci si istinu u samoći. O bilo čemu, nađi temu i sam sebi reci istinu o tome. Nemoj prestati iznositi istinu dok nisi izrekao i najmanju misao o toj temi. Možeš pismeno ili usmeno, pred ogledalom ili pred nekim drvetom, jedino je bitno da si kažeš sve, apsolutno sve o toj temi. Istinu i ništa više.

## **Unutrašnja svjetlost**

Vi živite i u svom životu stvarate, napredujete. Ako iz straha stanete, nikada nećete saznati što se moglo dogoditi, bilo dobro ili loše. Svako iskustvo vam pomaže za neki daljnji put, bez obzira kakav put bio, prolazio kroz tamu ili svjetlo.

Onu unutrašnju iskra, vaše unutrašnje svjetlo nikada ne možete izgubiti, a vaši događaji samo su kamenčići na putu, donositelji poruka. Nemojte se vezati za rezultat nego samo za trenutak.

Svaki pokušaj bijega od sebe donosi nevolju u bilo kojem smislu. Zato nemojte niti pokušavati bježati, od sebe i svega onog što je stavljeno pred vas, nego uživajte u novim iskustvima, postanite iskustvo samo.

Kroz ljude i situacije učite tko ste. Kada bi vam netko izrekao istinu odjednom teško biste je prihvatili, shvatili, ovako postepeno oslobađate sve slojeve koji vam ne trebaju, a prihvaćate svoju unutrašnjost, ono što ste.

Na tom putu ima i padova, ali ih ne biste trebali gledati, oni su samo škola. Što se više vežete za njih, više postaju dio vas, stavljate ih na neki način u svoj zapis i tako omogućujete da nešto slično dođe neki drugi put. Ako ih pogledate i sagledate, a ne ponese sa sobom, omogućit ćete si neko novo znanje i slobodu postojanja, bez suvišnih tereta.

Sagledajte svoje biće svaki dan malo po malo, dopustite mu da živi sa svim svojim stranama, sa svim događajima koji se nalaze oko njega. Ne osuđujte to biće kao ni događaje, dopustite svemu da prođe kroz vas. U osnovi vi ste oblik postojanja koji je dovoljan sam sebi i koji u sebi nosi unutarnju svjetlost svog postojanja. Sve ono što je izvanjsko samo je materijalni prikaz vašeg života, a sve misli koje vam dolaze, svi strahovi i sve sumnje samo su neka vrsta prolaznih uputa po kojima se dalje možete kretati, kako biste dobili nova iskustva.

Zato koračajte dalje, znajući da ste u svakom trenutku dali maksimalno sve od sebe, to je jedino što biste trebali poštivati u odnosu sa samim sobom, uvijek dati maksimalno sve od sebe. Tada niti rezultat koji će dolaziti neće biti nešto što vi nećete shvatiti i što nećete moći s ljubavlju i zahvalnošću prihvatiti. Tada vam neće biti važno kakvi su ti rezultati nego ćete osjećati mir i sreću zbog sebe i svog života. To je trenutak kada ćete znati da ste uspjeli. Jer uspjeh nije ništa drugo nego unutrašnji mir, mir sa sobom i svim onim što vas okružuje. Manje je važno u što je taj uspjeh zamotan, tj. ukrasni papiri samo su ovozemaljske vrijednosti koje se ne odnose na postavke vašeg bića i svega onog iskonskog u vama i oko vas.

Zato živite i pustite svom životu da živi, dopustite si slobodu sreće i tuge, svega onog što ste u stanju proizvesti i uživajte u tome. Potpuno se prepuštajući, ni manje, ni više.

## Smirenje

Većina vas trči po svom životu. Ponašate se kao na željezničkom kolodvoru gdje iz nekih nepoznatih razloga vlakovi stalno kasne i vi trčite okolo izbezumljeni kako bi stigli "na vrijeme" obaviti sve svoje dužnosti što si po putu namećete. A onda kada uhvatite željeni vlak i udobno se smjestite u stolicu te pogledate kroz prozor u sunčan dan shvatite da još uvijek imate dovoljno vremena i da biste se mogli sada i odmoriti. Ali taj odmor traje kratko jer kroz prozor vi vrlo brzo ugledate nešto novo, nešto što vam pobudi neku novu želju i vi brzo počinjete smišljati koji bi sada vlak trebali uhvatiti kako biste "na vrijeme" došli tamo gdje vas čeka baš to nešto bez čega vi jednostavno ne možete dalje u svom životu. Ili ako ste svjesni da možete i bez toga, kažete si da ipak imate neodoljivu želju za tim i da nema smisla živjeti ovaj život, a da si ne priuštite barem nešto. Zaboravljate osnovne stvari jureći tako svojim životom. Jedna od najznačajnijih stvari koje zaboravljate pri tom je vaš život i vi.

Sreća koju želite i smirenje koje očekujete ne dolazi od stvari uokolo vas. Dolazi iz vas, iz vaših dubina, toliko skrivenih i predivnih da biste stajali dugo, dugo pred takvom slikom kada bi bila izvješena u nekom muzeju. Nikada ljudska ruka neće moći stvoriti nešto tako predivno poput vas. Pa ipak se tako kratko gledate, tek toliko da popravite frizuru i pogledate novu odjeću. Ne gledajući ljepotu koja se krije ispod svega, tražeći je u okolnim stvarima vi prolazite jedni pored drugih, pored istinske ljepote. Zar stvarno mislite da jedan auto ili jedna kuća, majica ili cipele, televizor ili mobitel... zar stvarno mislite da to može biti ljepše od nečega što unutar sebe nosi sve ono za čim vi tragate, mudrost, sjećanje, znanje i ljubav.

Vi gledate jedni u druge i vidite lica, ali ne i ono što se krije iza tih lica. Kada pogledate sebe vi ne vidite sebe, vi vidite ono što želite vidjeti, a to su najčešće sve vaše mane, svi vaši nedostaci koji vas u tom trenutku muče. Čak i kada gledate oči, prozore u ono što je iza, vi gledate boju ili bore oko njih prisjećajući se sa žaljenjem prolaska vaših godina i strepeći sa strahom od nadolazećih godina.

Pokušajte sada zastati i razmisliti o ovome što ste pročitali. Željeli bismo da u potpunosti shvatite što smo vam rekli, ne samo da mentalno shvatite, već i da osjetite punim svojim bićem. Da osjetite taj zatvor u koji ste se svojevrijem stavili, da osjetite sve granice koje ste povukli samo zato što vam je lakše putovati kao većina u svijetu u kojem živite. Iako se nikada niste zapitali da li je to pravi smjer.

Kada ste sigurni da ste shvatili ono što ste pročitali i kada ste u tijelu osjetili nemir, možda bol i osjećaj težine, nastavite čitati dalje, spremni ste za novi početak.

Svako živo biće ima pravo na život. Iako ste vi trenutno u svijetu u kojem postoje pravila, vi imate pravo na svoj život. Jer život se nalazi unutar vas i od tuda kreće njegova kreacija koja se manifestirajući u materijalnom pojavljuje u svim onim oblicima stvari, ljudi, pojava koje vas okružuju. I zato ste vi kreator svoga života, svojih mišljenja i svoga djelovanja. Iako mnogi od vas to znaju tako mnogi od vas to niti ne shvaćaju. Misleći kako je to teško i nesavladivo vi idete dalje putem koji ne razumijete i na kojem se ne osjećate dobro.

Život je jednostavan, a vi ga komplicirate. Čak i kada čujete da postoji rješenje vi ga odbacujete ako pomislite da je to nešto što je jednostavno, a ipak od vas zahtjeva trud

i volju. A rješenja su baš takva - jednostavna, poput samog života, drugo niti ne mogu biti.

Samo ste vi ti koji možete odlučiti da želite promjenu i samo ste vi ti koji tu promjenu možete unijeti u svoj život.

Jedna od vježbi koje bi vam mogle pomoći u svakodnevnom životu je

### **"Udisanje svjetla i izdisanje mraka"**

*Zamislite da pri svakom udisaju udišete svjetlo, ali ne samo kroz nos i usta nego kroz sve pore na vašem tijelu, svaki dio vašeg tijela pri svakom vašem udisaju "usisava" svjetlo, a pri svakom izdisaju vi otpuštate mrak iz cijelog vašeg bića, kroz sve dijelove tijela puštate svemu onom što je nakupljeno i tamno da izađe iz vas.*

*Nije bitno gdje se pri tom nalazite jer vi ne udišete vanjsko svjetlo iz vašeg materijalnog svijeta već svjetlo iz izvora, iz mjesta iz kojeg i vi dolazite, iz dimenzije koja ne poznaje tamu. Sama vaša namjera da u sebe udišete energiju izvora i otpuštate tamu spojiti će vas s vašim bitkom, s onim što vi jeste i dopustiti vam obnovu. Pritom mentalno možete govoriti "otpuštam strah" pri izdisaju, "unosim sreću" pri udisaju ili "otpuštam bol" pri izdisaju, "unosim snagu" pri udisaju... Već nakon par minuta osjećat ćete se bolje, lakše i optimističnije.*

Svi vaši putovi vode samo u jednom smjeru i iz ovog života možete izaći samo na jedan način. Što prije shvatite da je ova igra koju zovete "svoj život" pripremljena za vas, ugledat ćete i sve znakove koje ste pripremili na svom putu, a koji vam mogu olakšavati prolaze, savjetovati najbolje pravce i donositi poruke. Sve to možete vidjeti samo kroz svjetlo, jer u mraku sve postaje slično i mogućnost gubljenja po putu je veća. Zato pokušajte unijeti u sebe što više svjetla te otpustiti što više mraka kako bi vam sve postalo jasnije i kako biste vidjeli ljepotu koja vas okružuje. Ne dopustite si provesti cijeli život u mračnoj sobi kako biste na kraju vidjeli da je cijelo vrijeme kraj vas bila svjetiljka koju je samo trebalo upaliti, a zatim vidjeti da svi oni zastrašujući oblici koji su vam prijetili oko vas cijelog života nisu bili tako strašni, veliki i nesavladivi, da su bili tek nešto što ste sami kreirali svojim strahom.

Zato ustanite i upalite tu svjetiljku, pogledajte oko sebe i krenite putem za kojeg ćete najviše osjećati da vam pripada, na kojem ćete najviše ugledati svjetla. Vaša volja je vaš pokretač, vaša snaga je vaš motor, sve to dobili ste dolaskom u ovo tijelo, sada još upalite svjetiljku i krenite, ne dozvolite da sami sebi stojite na putu.

### **Oslobođenje**

Nastanak svakog vašeg unutarnjeg stava izgrađenog na osnovi vašeg iskustva oslobađa vas vaših mentalnih projekcija na temu "Što je to život?"

Zbog toga su za vas iskustva dobra, izuzetno dobra, jer vas tjeraju da rušite barijere i zidiće koje vašim pretjeranim razmišljanjem i analiziranjem gradite unutar svoga bića. Sve do oslobođenja. Do oslobođenja koje nikada ne može doći u potpunosti već dolazi u naletima, odbljescima znanja koja kao sunce nakon kiše proviruju i rasvjetljuju sve vaše strahove, sva vaša destruktivna razmišljanja, pokazujući ih u onom svjetlu koje je ponekad i teško prihvatiti ali koje vodi do raspleta.

Jer što bi oslobođenje trebalo biti? Kako ga vi zamišljate? Da li je ono neki ugodan život koji želite i koji se može ostvariti i donijeti vam sreću kroz materijalne stvari, ljude, mjesta? Ako je to ono što smatrate "oslobođenjem" onda ćete se još načekati i

vjerojatno osim nekih sretnih trenutaka oslobođenje nećete dočekati.

Jer oslobođenje, ono u punom smislu te vaše riječi znači - nevezanost - ne vezati se za ništa, pa niti za sebe. Dopustiti svemu da se udalji od vas do te mjere da se može sagledati iz daljine, iz jednog posve drugačijeg kuta.

I to ne znači da sada morate pokupiti stvari, pozdraviti se sa svima pa i sobom i otići živjeti u prvu šumu. To znači da morate pristati dati slobodu tom grču unutar vas i odmaknuti se od ljudi i događaja koji vas okružuju, odmaknuti se onim unutarnjim odmakom sagledavanja sebe kao da sagledavate nekog drugog. Dati si prostora, dati prostora svom životu. Disati. Živjeti.

**Sljedeća vježba je vrlo lagana iako to na prvi pogled tako ne izgleda. Nastojte ju izvoditi neko vrijeme kroz sve što radite i pratite svoj napredak:**

*Dopustite si neku situaciju i kada osjetite grč koji se u vama počinje stvarati zamislite ga kao neku krutu tvar koja se u vama sve više i više stvrdnjava...pratite cijelo svoje tijelo "unutarnjim" pogledom i osjećajem te sakupljajte na jednu hrpu taj grč, tu bol koju vam je određena situacija donijela.*

*Nakon što ste sve sakupili u jednu hrpu, pogledajte to i zahvalite mu se. To ste vi, to je ono što ste postali prolazeći kroz svoja iskustva. Zato mu se zahvalite s radošću. A onda krenite udisati svjetlo i izdisati tamu i pri tom dopustite da kroz svaki vaš izdisaj jedan dio te nakupljene krute hrpe izađe kroz vas, kroz cijelo vaše tijelo, sve vaše pore. Udišite i izdišite dok ne dobijete osjećaj da ste iz sebe izbacili sve te nagomilane osjećaje, svu bol, sve to nakupljeno iskustvo. Tada se još jednom zahvalite i krenite dalje.*

U početku vježbu ćete raditi češće i duže jer u svima vama ima puno boli i puno nakupljenih emocija. Ali kako će vrijeme prolaziti osjetit ćete olakšanje čim krenete kupiti bol i osjećaje po tijelu. S radošću i brzinom oni će izlaziti kroz vas.

Ova vježba može vam pomoći i u deidentifikaciji sa spomenutim osjećajima jer skupljajući ih po tijelu i odvođajući ih van vi ćete lakše uvidjeti da vi niste oni, vi niste svoji osjećaji. Oni su samo prolaznost u vašem životu koju kao takvu treba i prihvatiti. Stoga skupljajte, oslobađajte, živite. Pustite slobodu da vas preuzme. Dopustite si oslobađanje, ali onakvo kakvo zaslužujete.

## **Unutarnja tišina**

"Gdje bi mi bio kraj kada bih dobio sve te novce/ljubav/poštovanje/zdravlje..." samo je jedna od rečenica koju skoro svakodnevno ili izgovorite ili pomislite, svjesno ili nesvjesno.

Mi bismo vam rekli: "Gdje bi vam bio kraj kada biste mogli čuti tišinu". Bio bi točno ondje gdje ste sada. I onda vas pitamo: "A zašto ne čujete tišinu?". Odgovor bi bio: "Zbog buke unutar vas, zbog buke oko vas, zbog svega što vas okružuje". I tada biste mogli pomisliti kako je onda zapravo nemoguće čuti tu tišinu jer vi sada živite ovdje i ne možete se izolirati od onoga što vas okružuje, a ponajmanje od sebe, onoga koji zapravo radi najviše buke, one buke koja raspršuje unutrašnju tišinu.

Poanta je da se ne trebate izolirati, da ne trebate čak niti prestati svjesno pričati, vanjskim ili unutrašnjim dijalogom. Samo trebate početi slušati. A kada to počnete, govor i buka prestat će sami, jer ništa ne može opstati kraj takve ljepote kao što je tišina. Ona tišina od koje ste sazdani, ona od koje dolazite i kojoj se vraćate, ona tišina

iz koje nikada niti ne izlazite, samo ju ne primjećujete. Moći ćete biti sigurni da ste ju uspješno ponovo primijetiti onog trenutka kada vas nakon što ju osjetite obuzme val sreće i radosti. Onog unutrašnjeg blaženstva koje tjera suze na oči. Tada možete biti sigurni da ste ju ponovo otkrili i da je dosta teško potpuno ju zapustiti, možda na trenutke ostaviti ili zaboraviti, ali nikako potpuno zapustiti. Jer ostat će vam u nekom sjećanju na nešto što podsjeća na dom, na vaše biće koje tražite i na sve ono što vas ispunjava i čini onim što jeste.

Vaše molitve koje upućujete svima pa i sebi nikada ne prođu do kraja i ne pruže vam ono zadovoljstvo koje očekujete. Jer vi molite i zatim oslušujete - kroz stvari, događaje i ljude vi očekujete ispunjenje svoje molitve. A kada biste došli u tišinu i tamo ostali neko vrijeme, postigli biste blagostanje koje bi bilo neusporedivo jače od svega što ste mogli osjetiti. Nakratko vi biste ponovo postali vi, sa shvaćanjem da zapravo sve već imate i da ništa oko vas u ovom materijalnom svijetu ne može ispuniti ono što vi tražite – osjećaj sebe i onog što vi jeste. To je ono za čim žudite. I zato ne trebate nikoga i ništa moliti, dovoljno je doći do tišine i na trenutak tamo boraviti. A zatim krenuti, stvari će se dalje same rješavati. Jednostavno, a učinkovito.

Jedino sada još morate doći do te tišine, otkriti vrata koja vode prema njoj i prepustiti joj se. Najlakše ćete to učiniti kroz vlastito srce. Onaj dio vašeg energetskog tijela s prednje strane koje vas može dovesti do vlastitog središta, do tišine.

Umirite se i zaklopite oči, pratite vlastito disanje i opustite se. Neko vrijeme ostanite tako i pustite da sve ide svojim tokom, disanje, misli koje vam se javljaju. Nakon par minuta postavite najprije desnu ruku na središnji prostor vaših prsiju, a zatim lijevu preko nje. Nakon toga ostanite u tom položaju nekoliko trenutaka i dalje puštajući da sve ide svojim tokom. A zatim svu svoju pažnju usmjerite na to mjesto, koncentrirajte se na središnji prostor na vašim prstima i razmišljajte o njemu, fokusirajte se, poklonite mu svu pažnju. Ukoliko možete, vizualizirajte ga, gledajte sebe kroz njega. I dišite. Kada vam dođe bilo kakva misao odbacite je na taj način da pojačate koncentraciju na taj prostor. To ste vi, to je središte vašeg bića i jedino što vi želite u ovom trenutku je ući u svoju tišinu.

Možda će vam se u početku vježba činiti teška, ali ako budete uporni i napravite ju barem dva puta na dan po nekoliko minuta, vidjet ćete nakon par dana veliku razliku. Vidjet ćete da vas već i mala koncentracija na svoje središte može približiti vlastitoj tišini. A kada ju dosegnete, kada "čujete" tišinu, kada postane ona, više vam nitko ništa neće morati objašnjavati.

Nakon toga to vam može biti mjesto na kojem "punite vaše baterije" i odmarate se od ovog užurbanog života koji živite. Kada jednom dosegnete tišinu bit će vam dovoljan samo trenutak pažnje na središte vašeg bića da vas preplavi tišina i da shvatite da su sve brige oko vas tu da ih prihvatite i riješite, a ne da se oko njih brinete.

Ovaj život koji vodite je nešto što ste izabrali sami, ma koliko vam to sada može teško i neprihvatljivo zvučati, ali vi ste kreator svoje sudbine. Sada imate dva izbora, plakati nad sobom i svojim životom čekajući da netko dođe i riješi sve vaše probleme ili uzeti stvari u svoje ruke. Mi se iskreno nadamo da će biti sve više vas koji će se odlučiti uzeti stvar u svoje ruke i shvatiti da ste vi ti koji upravljaju svojim životom. Nitko ne kaže da morate biti savršeni vozač, bitno je da budete vozač koji je svjestan sebe, svog puta i svojeg života. I koji je svjestan tišine, onoga što vam pokazuje da ovo vozilo koje sada vozite niste vi, da je to samo vaša projekcija u ovom trenutku na ovom mjestu. Kada budete tišina, sve stvari čut ćete bolje, jasnije, bit će ono što

jeste, netko s puno snage i volje za sve oko sebe. Netko tko želi biti ono što jest, u najboljem izdanju.

## **Nada**

Da li se vi nadali nekom pozitivnom ishodu u nekoj situaciji neće bitno mijenjati sam tok te situacije. Ali vaša energija hoće.

Vi ćete biti poput spremnika cvijeća u koji netko dolijeva vodu. Onaj spremnik bez cvijeća punit će se vodom i nakon nekog vremena možda i prelijevati vodom ako se prepuni. Vi ćete biti puni cvijeća koje će plutati na površini šireći svoj miris, svoje boje, svoje šumove. Ako se i prelijete poput prvog spremnika, vi ćete se još samo više ukrasiti kada svo to cvijeće popada pored vas.

Zato je vaša nada dobra, ne u smislu iščekivanja nego u smislu vesele i pozitivne energije koja vam onda omogućuje da zračite onim smjerom koje je najbolji za vas, na kojem vas iščekuje jednako toliko vesele i smirene energije kako biste se poput djelića mozaika stopili zajedno.

Pokušajte na život gledati s one sunčane strane, a gledajte ga poput nekog projekta. Projekta kojeg ste dobili, ali od kojeg nikako ne možete odustati.

Kada biste vi s tim svojim projektom mogli doći na neki Božanski nivo i kada biste tamo mogli zamoliti pomoć za njega, što biste točno zamolili? Da li biste rekli da želite točno takve dimenzije, takve boje projekta, da on izgleda baš određeno i ponaša se po nekoj šablوني?

Ili biste jednostavno zamolili pomoć u radu, da projekt ima Božji blagoslov, da sve što je vezano za njega ispadne dobro? Vjerojatno bi bilo ono drugo. Samo zato što većinu vremena vi zapravo i ne znate što točno želite. Vi samo znate da želite sreću, mir, zadovoljstvo, blagostanje... malo od vas točno zna na koji način bi to željeli. A ako i znaju, mogli bi se vrlo lako predomisliti kada u blizinu dođe nešto bolje, veće, jače.

"Nadu" trebate imati kao svjetlo iznad glave koje vam osvjetljava put i na taj način pomaže da putovi budu još svjetliji ili manje mračniji.

Pustite da sve vaše misli prolaze i dolaze, ne vežite se za određene.

Pustite da svi vaši događaji prolaze i dolaze, ne vežite se za određene.

Jednostavno pustite vašem životu da prolazi i dolazi, ne vežite se za njega. Samo budite u miru i spokoju, sa svjetlom iznad glave, tada će sve kliziti lagano.