

A Tudat Gondolatai

Irta: Fejes Katalin

8.-9.-10.-11. rész

készült: 2008

Ahogy egy ember egyetlen parányi sejtjének kódrendszerében az egész ember és valamennyi sejtjének ismerős jellege benne van, úgy nem vagyunk mi sem elszigetelt, magányos lények a világban. Van Korona-csakra, Homlok-csakra, Torok-csakra, Szív-csakra és Gyökér-csakra, melyek utat mutatnak a felfelé áramló energiának. Mindenki túl van már egy tisztulási folyamaton, melyet mindig követnek újak és újak. A Teremtés részeseként minden sejtünk részt vesz a körforgásban.

Lelkünkben nem csak a saját történetünk olvasható ki, hanem mindazoké, akiknek a sorsa, akár a legtávolabbról is, összefügg a miénkkel. Mindkettő archetípussal élünk. Ezért van az, hogy egyetlen sejtől egy egész sejtrendszer, szervezet, ember, sőt még unokáinak génjei is fölismerhető. Sorsodat ilyenkor belül ugyanaz az archetípus működteti, mint kívül. Ez a mondat akkor válik lényegessé, ha együttműködsz a Lelkeddel. Ha jóslatot kapsz, először is magadban keress! Fogd föl először a jósjel tanácsát úgy, hogy ez a te lelkedről, érzelmeidről, gondolataidról, lelkiállapotodról, tudatos és tudattalanod viszonyáról, belső háborúságaidról, félelmeidről, szorongásaidról – Felsőbbrendű Éned („Igaz Ember”) és egód (az ember, aki még nem nőtt fel”) viszonyáról szól. A Fény elsötétedése például egy sötét, ellenséges és sok tekintetben ártalmas külvilágot fest köréd – mégis keresd először úgy a megfejtést, hogy te nem látsz tisztán! Tudatod fénye elmerült a homályban, s rosszul ítéled meg a helyzetedet! S ha magadba már tisztáztad a helyzetet, fordulj kifelé. Ha már belül fényes vagy, tudod, hogyan taktikázz egy sötét élethelyzet sötét eszközei ellen. Ha lelkem erői rendben vannak, „külső családom” is rendben lesz, a társadalom is hű tükre a lelkünknek. Jöhet jó és rossz, ha egy szívvel, egy csónakban evezünk! Bármí történik, tartsd az irányt! Minden változik, sőt nincs is más, csakis örökös Változás – ez a jel a maradandóságról szól, a tartósságról; arról, hogy a Szívnek – a középpontnak – nem szabad változni.

A tartósság titka, hogy miközben minden meghal, állandóan újra is születik. Ha a hűség nem változik, ha megmarad a „szív”, akkor az „elmúlás-születés” változása értelmet és irányt kap. A középpont nem változik. Jó úton haladsz, maradj rajta, tartsd az irányt! Ezt csakis akkor tudod megcsinálni, ha egységben vagy önmagaddal, ha meg vagy győződve róla, hogy az Út, amin haladsz: jó felé visz. Kérdéseidben a hűség drámája rejlik. A zaklatott ego azt hiszi, a Tartósság unalmas, pedig ez a legnagyobb kaland! Az egonak ugyanis örökös szenzáció kell; hajszolja az állandó fordulatokat, a másikat, az újat, a divatokat. Ami az egóban tartós, az a rossz közérzete s örökös zaklatottsága. Aki viszont a szívéből él, nem igényli a szenzációt, nem hajszolja a változást, mert ami tartós benne, az a jó közérzet és a benső nyugalma. Ez a lelkiállapot jelzi vissza, ha valaki a sorsát éli – akkor is, ha ez a sorsa nehéz. Lehet, hogy valami új előtt állsz! Ha ezt az újat nem csak mohóságod, de szíved is óhajtja, bátran menj bele, mert erre készültél régóta már; a tartósság titka a folyamatos megújulás! Őrizni semmi mást nem kell, csak a célt! A tartósság az Örökkévalóság sejtelve a mulandóságban. Fejest ugrani a tartósságba: baj!

Ha egod félelme, szorongása, nagyravágyása, pánikja irányít, ha a külvilág hatása alá kerülsz s elveszted benső ösvényedet, sodródó leszel. Az eseményeknek nem ura, de áldozata. Amit az ember nem sorsának útján kap, hosszabb távon súlyos veszteség. Hallgass legbensőbb hangodra, amely a zűrzavar mögött csendesen szól: „Ne erre! – Arra!” Hagyd magad vezetni! – mondja a bölcs. Hallgass másokra s légy alkalmazkodó. Kitartásod már megvan. Már csak az alázat hiányzik. Hajlamosak vagyunk rá, hogy mindig izguljunk valamiért. Ennek gyökere a hitetlenség. Örökös félelem, hogy nem kapom meg, ami az enyém, hogy baj lesz, hogy nem sikerül. „Ne aggodalmaskodjatok a holnap felől!” – mondta Jézus. Ha valaki sokat aggódik, aggodalmaskodóvá válik, s erről már nehéz leszokni.

9. rész

A spirituális valóság megértése, az ókori görögök orákulumokon keresztül beszéltek a szellemekkel és az Istenekkel. A ma emberének is ezt kell megtapasztalnia. Minden ember képes a saját szelleme által kommunikálni a világegyetem összes teremtményével. Nem csak egyes emberek kiváltságos tehetsége. Minden ember önmagát tapasztalja meg és általa a Világegyetem Teremtményeit és a Teremtőt. A szellemi lények létezését az emberiség számára teremtették. Csak az emberek vannak kapcsolatban szellemi lényével, a többi teremtmény csak önmagával, és így kapcsolódik a teremtésbe. A spirituális világot sok olyan teremtmény lakja, akik egymás tanítására teremtődött. Ti, emberek is egymásért születetek, hogy megtapasztaljátok mindazt, amit általatok a Teremtő meg akar tapasztalni. A megtapasztalás mindenki számára fontos, mert csak így tudtok boldogok lenni. Egy-egy megtapasztalás fájdalommal jár, és ilyenkor felemelkedik a Lélek, és tovább lépsz a megtapasztalás útján, és egyre nagyobb lesz a fény a Lelkedben és körülötted. Együttműködni szellemi vezetőinkkel életünk egyik felemelőbb kalandja. Általa megnyithatjuk magunkat a csodák világának. Segítségével kiolthatjuk a haláltól és a születéstől való eredendő félelmünket, hiszen kapcsolatba léphetünk már eltávozott lelkekkel. Megtapasztalhatjuk elhunyt szeretteink anyagi világon túlról érkező gyöngéd szeretetét, s ezáltal gyászunkat megtanulhatjuk ünnepélyes beletörődéssé változtatni. Szellemvilági kapcsolataink révén megtanuljuk, hogy valójában soha egyetlen percre sem maradunk teljesen egyedül, hiszen az életnek ott vannak azok a rejtett dimenziói, amelyek bármikor nyitva állnak előttünk. A szellemlények közvetítésével valóban átéljük és megértjük az isteni közreműködést életünkben, mert vallásosságunk – az addigi vak hit helyett – mindennapi személyes tapasztalatunkká válik. Alkotó képzeletünk felébred szendregéséből, hogy életünk nap mint nap újabb csodákkal és áldással teljék meg. Szeretetet, támogatást és fokozottabb életerőt nyerünk világi feladataink és felelősségeink betöltéséhez. Megtanuljuk, hogy sosem hagynak magunkra bennünket.

Igen, való igaz, hogy a szellemvilágban is léteznek negatív, vagy kevésbé fejlett lények. Ne csodálkozzunk ezen, hiszen ezek a negatív, vagy tudatlan energiák megjelennek fizikai világunkban is. Ám ez senkit se tartson vissza attól, hogy a számunkra hasznos kapcsolatokat felvegyük és elmélyítsük. Nem rejtőzhetünk el otthonunk menedékébe csak azért, mert hallottuk, hogy a világban egyre nagyobb mértékben dúl az erőszak. Egész életünk során előfordulnak ezek az általunk észrevétlen beavatkozások. Anélkül, hogy tudnánk róla, bizonyos helyzetekben ők segítenek bennünket. Minél inkább tudatosítjuk támogatásukat, és minél több lehetőséget nyújtunk erre, annál erősebb lesz a segítőkészség az ő oldalukról. Ahogyan bizonyos törvények uralják a fizikai világot, a spirituális birodalomnak is ugyanúgy megvannak a maga törvényei. A bennünket segítő szellemi lényeket is kötik az ő törvényeik. A tudtunk nélkül csak bizonyos szintig tudnak a segítségünkre lenni. Ezen a ponton azonban tudatos munkába kell kezdenünk, hogy fokozzuk energiaszintünket, és megnyissuk számukra szívünket.

Amikor készen állunk arra, hogy inkarnálódjunk a fizikai világba, belső spirituális lényünk elkezd felépíteni önmaga köré az egyes finomenergia-burkokat. Ezek afféle hídként funkcionálnak, amelyen keresztül tudatunk képes megnyílni a fizikai felől a finomabb és spirituálisabb világok felé. Ez az összeköttetés a finomabb szférákkal egész életünk során megmarad. Mindössze az a dolgunk, hogy megtanuljuk kitéríteni feléjük tudatos érzékelésünk határát, mégpedig minél kiegyensúlyozottabb és biztonságosabb módon. A finomanyagok szerves alkotórészei auráknak. Az emberi aura olyan energiamező, amely minden irányban körülveszi a fizikai testet. Háromdimenziós. Egy sor energia járja át, veszi körül és lép ki belőle folyamatosan. Ez mind hatással van magára a fizikai testre is. Ha megtanuljuk harmonizálni a különböző finomenergiákat és rájuk hangolódunk, akkor képesek leszünk megnyílni a szellemvilág lényei felé, akik itt élnek és működnek körülöttünk. Minél erősebb és magasabb rezgésszintű az auránk, annál könnyebb ráhangolódunk az életünket átszövő finomenergiákra, köztük spirituális vezetőink erőire is. Minél gyengébb és kiegyensúlyozatlanabb az energiamezőnk, annál nagyobb a valószínűsége annak, hogy a szellemvilágból inkább a negatív hatásokat vonzzuk magunkhoz.

A spirituális vezetők is legalább annyiféleképpen lehetnek, ahányféle emberrel találkozhatunk a Földön. Amikor először lépünk kapcsolatba a finomabb energiájú dimenziókkal, egyaránt

találkozhatunk humán és nem humán szellemi lényekkel. A nem humán szellemi vezetők olyan életáramlatokból származnak, amelyek ugyan együtt tökéletesedtek az emberiséggel, mégsem váltak részeseivé az ember fő fejlődési ágának. Ide tartoznak – többek között – az angyalok, dévák, a természet szellemei és a totemállatok. A dévákat és angyalokat gyakran ugyanoda sorolják, mert ugyanazon fejlődési energia részeinek tekintik őket. Mindkét típusba sugárzó lények tartoznak. Ha mégis szeretnénk megkülönböztetni őket, akkor a dévákat tekintsük olyan szellemi lényeknek, akik többet dolgoznak a természet erőivel. A humán vezetők lehetnek élő és holt szellemek is (az élő illetve holt megjelölést természetesen fizikai értelemben használjuk). Az élő kategóriába tartozók között találkozhatunk olyan szellemmel, amely időlegesen elvált fizikai testétől. Ez leginkább az éjszakai órákban történhet meg, alvás közben. Találkozhatunk olyan személyekkel is, akik sok gyakorlás eredményeképpen már tudatosan képesek elhagyni fizikai testüket, visszavonva energiájukat és tudatukat a finomabb dimenziókba (asztrálutazások). Ők lehetnek az anyagi világ mesterei, adeptusok vagy spirituálisan és lelkileg kiemelkedő fejlődést mutató személyek. Az említett kategóriába tartozó lények legtöbbször még mindig a fizikai világban élik életét. A halott lelkek kategóriájába tartoznak az átlagos, hétköznapi emberek lelkei (rokonok, barátok), akikkel haláluk után találkozhatunk. Olyan lelkekkel is találkozhatunk, akik már újabb inkarnációjukra készülnek éppen. Az árnyéknak nevezett lényekkel való találkozásokat is ide sorolhatjuk. Ez olyan személyek esetében fordul elő, akik éterikus vagy asztrális energiájukat maguk mögött hagyták, amikor végleg kiléptek a fizikai testből (szellemjárás a temetőben – efféle élmények). Olyanokkal is összeakadhatunk, akik valaha régen fizikai testben éltek a Földön, de ma már a szellemvilágban tevékenykednek. E személyek gyakran szolgálnak vezetőként, tanítóként, gyógyítóként az anyagi világban élő emberek mellett. Legtöbb nagy spirituális vezetőnk ebbe a kategóriába tartozik.

A nagy tanítók általában rengeteg ember spirituális fejlődését és lelki növekedését kísérik figyelemmel. Segítő erejük nem korlátozott egyetlen személyre.

A fizikai orvos, ez a szellemi vezető, az egészségünkért és fizikai jólétünkért fáradozik.

Mindenkinek van egy fizikai orvosa, aki a gyógyászat terén tevékenykedik. Általában olyan személy, aki földi élete során aktívan részt vett a gyógyító munkában.

A tanító orvos, ez a szellemi vezető szellemi tanulmányainkban, spirituális növekedésünkben támogat bennünket. Segít megérteni a filozófiai kérdéseket, és aktívan közreműködik életünk bármely területén, mindenfajta tanítás elsajátításában.

A kémikus, a spirituális hagyomány szerint olyan szellemi vezető, aki testünk, szervezetünk kémiájával dolgozik. Segít átállítani szervezetünk kémiáját, hogy ezáltal is alkalmasabbak legyünk a szellemvilággal való kapcsolatfelvételre, és hogy képessé váljunk felvenni annak magasabb szintű rezgéseit.

A védelmezők, ezek a vezetők gyakran hatalmas, személyükben és kiállásukban erős figura formáját öltik magukra. Egyáltalán nem szokatlan, hogy egy védelmező indián vagy viking alakban lép eléink. Az sem ritka, hogy erős, nagytestű állatok – párduc, elefánt vagy sárkány – képében jelennek meg. E vezetők akkor tűnnek fel életünkben, amikor hatalmas erőre és energiára van szükségünk.

A hírvivők, ezek a lények intuitív érzékelésünk erősítésében szolgálnak bennünket. E vezetők a lényeges információk megtalálásában szolgálnak minket. Agyon sok tisztánlátó és médium a hírvivők segítségével juttatja el fontos üzeneteit a többieknek.

A kapuk őrei, bizonyos értelemben e vezetők is úgy működnek, mint a védelmezők.

Segítenek távol tartani a negatív erőket, amíg a személy megnyitja belső kapuit a szellemvilágra. Őrt állnak e kapuk mellett, hogy csak a pillanatnyilag kívánatos vezetők léphessenek kontaktusba az illetővel. Azoknak, akik elsajátítják a médiumi transzképességet, ők vigyázzák fizikai testét, míg a tudat vissza nem tér a transzból.

Természetesen még számtalan egyéb szolgálatra szakosodott szellemi vezető létezik.

Vannak „öröm szakos” vezetők, akik jókedvet és derűt hoznak az életünkben. Mindig ott vannak körülöttünk, ha jóízűen nevetünk.

Vannak egész életünkön át kíséző vezetők, akik létünk minden pillanatában jelen vannak.

Érkezhet vezetőnk egyetlen napra is, vagy segítőnk lehet egy tulajdonság vagy képesség kifejlesztésében. Vannak családi vezetőink, totem-vezetőink, sőt még mitológiai vezetőink is.

Segítőink lehetnek az úgynevezett belső és külső csapatunk tagjai. A belső csapatba azok a vezetők tartoznak, akik napi rendszerességgel dolgoznak velünk. A külső csapat vezetői akkor lépnek színre, amikor elkezdünk még tudatosabban dolgozni szellemi fejlődésünkön. Általában ilyenkor találkozunk nagy tanítóinkkal. Ekkor válunk igazán nyitottá a szellemvilág hatásaira.

Ne feledjük, hogy hozzánk hasonlóan a szellemvilág lényei is tulajdonképpen energiák. Azt a fajta energiát fogjuk magunkhoz vonzani, amely leginkább rezonál a miénkkel. Szellemi vezetőink ugyanakkor önálló személyiséggel rendelkeznek, és csak a velük való kapcsolat jellege, mélysége és időtartalma alapján határozhatjuk meg őket. Szellemi vezetőink a legkülönbébb módokon vésztik észre magukat. Vannak vezetők, akik gyöngéd érintéssel, vannak, akik hanghatással, egyszerű zümmögéssel vagy halk suttogással, néhányan színeken vagy illatokon keresztül jelentkezhettek.

A gyerekeknek igen erős őrző energiarendszerük van, valamint erős kisugárzásuk, jóval érzékenyebbek a szellemvilág jelzéseire, és esetükben a képzelet szülte barátok valójában nem is mindig pusztán a fantázia szüleményei.

Nincs szükség sem megváltozott tudatállapokra, sem transzra ahhoz, hogy kapcsolatba lépjünk szellemi vezetőinkkel. Épp ellenkezőleg: az a kívánatos, hogy a kommunikáció a legtisztább éber tudatállapotban jöjjön létre.

A szellemi vezetők szinte mindenféle funkciót vagy szerepet felvállalnak, amire megkérjük őket. Ellenőrizzük a vezetőnket! Ne kövessük vakon az utasításait. Akik valóban segíteni jöttek, azok számítani fognak erre az ellenőrzésre, és nem lesznek türelmetlenek miatta. Kétségeink és aggodalmaink láttán nem érzik magukat sértve, és nem hagynak el minket emiatt.

A szellemi vezetővel való együttműködés munka. Munkakapcsolat kettőnk között. Nem azért sietnek a segítségünkre, hogy mindent megoldjanak helyettünk. Nem szolgálhatnak mentségül a téves cselekedetekért, vagy épp a helyes cselekvés hiányaért. „Segíts magadon, a szellemi vezetőd is megsegít”. Végző soron tetteink következményei, tehát a felelősség a miénk, s azok egyedül minket terhelnek.

A szellemvilág törvényei ugyanúgy szentek és sérthetetlenek, mint a természet törvényei. Ha nem sajátítjuk el a megfelelő kapcsolat felvételt, akkor nem jön létre, mert zavart okozhatunk magunkban. Ebben az életben újra fel kell ébreszteni és szívós munkával kell fejleszteni a magasabb rendű világok érzékelésének képességét.

Áldásként hat az életünkben, ha sikerül kapcsolatba lépni magasabb rezgésű energiákkal. Megszilárdítja céljainkat, felébreszti tudatosságunkat, képessé tesz arra, hogy minden erőnkkel földi feladataink betöltésére koncentrálhassunk. Megtapasztaljuk majd, hogy segítségével sokkal nagyobb megértéssel fordulunk közvetlen környezetünk felé, hogy lényünk gyógyító erőként hathasson szereteteinkre.

A szellemi vezetőnkkel való együttműködés komoly alkotómunka. Ehhez pedig meg kell tanulnunk behatolni a tudattalanunkba, méghozzá egy tudatosan irányított módon. Erre azért van szükség, mert a finomabb érzékelések forrása a tudattalanban rejlik. Itt ugyanis minden élményünk fel van jegyezve, legyen bár fizikai, lelki vagy szellemi természetű. A szellemi lényekkel való közvetlen kapcsolat kulcsa a tudattalan elérése. A meditáció a legalkalmasabb eszköz a finomabb érzékelő képesség felébresztésére. Az éterikus világokból érkező energiáknak olyan képekbe kell rendeződniük tudatunkba, amiket felismerhetünk és amikkel dolgozni tudunk.

Koponyánk belsejében agyunk két féltékére oszlik, az érzékelés kétféle módját biztosítva számunkra. A két agyfélteke eltérő tulajdonságai fontos szerepet játszanak a szellemvilág érzékeléséhez szükséges tudatállapot kialakításában. Mindkét agyfélteke ugyanazokat az információkat gyűjti be, de más módon kezeli őket. A domináns bal agyfélteke hajlamos arra, hogy átvegye az irányítást, elnyomva ezzel a jobb agyféltekét. A bal féltéke az, amely elemel, számol, méri az időt, terveket készít, és logikus lépésekbe rendezi a tennivalókat. A jobb féltéke a tudás és érzékelés egy egészen más fajtájával rendelkezik. Nélküle nem látnánk, hogyan állnak össze az apró részek egységes egésszé. Segítségével értjük meg a szimbólumokat, metaforákat és az álmokat, általa vagyunk képesek újszerűen összerakni már létező ideákat, és az élet finomenergiáit is a jobb agyfélteke közreműködésével

érezkeljük. Egyik legfontosabb funkciója a képzelet működtetése. Minden kép vagy szimbólum a világegyetem egy meghatározott archetipikus energiájával áll összeköttetésben. Amikor erre összpontosítjuk figyelmünket és meditálunk rajta, az vonzza be életünkbe azt a bizonyos ősennergiát. A tudattalan megtelik ezzel az erőforrással. Mély meditációban e megidézett archetipikus energia képekre, benyomásokra, érzésekre és intuitív felismerésekre ösztönözhet bennünket. Átala magunkhoz vonzhatjuk a szellemi vezetőt is, aki maga is az adott ősennergia képviselője, hordozója. Belső érzékelésünket segíthetjük különböző illatokkal.

Almavirág: Ez az illat különösen hatékony a természet szellemeivel való kapcsolat felvételére.

Szegfű: Védelmet nyújt a szellemvilág nemkívánatos lényeivel szemben, különösen a már testetlen, de még földhöz kötött lelkekkel szemben.

Kamilla: Az egyiptomi és arab származású dévikus rendbéliet vonzza. Segítségével ráhangolódhatunk a természet birodalmára.

Tömjén: Ez az illat megtisztítja az aurát és a környezetet is. Magas rezgése megakadályozza a nemkívánatos vagy alacsonyabb szintű szellemek látogatását. Tisztító és védelmező ereje révén fejt ki a belső érzékelést könnyítő hatását.

Gardénia: Ez az illat nagyon erősen vonzza a természeti szellemeket. Serkenti a telepáciát, és minden szinten segíti a szellemvilággal való kapcsolatot.

Levendula: Ez a gyógynövény csökkenti a stresszt és megkönnyíti a tudat átkapcsolását. Serkenti a belső látást, és elősegíti a különböző dévikus rendekkel való kapcsolatfelvételt is.

Citrom: Egyértelműen a jó szellemeket bevonzó illat. Segítségével megidézhetjük a minél magasabb rezgésű szellemeket. Hasznunkra válik a szellemvilágban elvégzendő különböző munkánk során is.

Orgona: Egyik legkiválóbb illatanyag a szellemi vezetőkkel való kapcsolatfelvétel eléréséhez. Hozzásegít a finomanyagi világ képeinek érzékeléséhez, és jó szellemeket vonz a meditálóhoz. Igen erősen vonz bizonyosfajta tündéreket. Levelével sikerrel tisztíthatjuk meg a megszállt lakóhelyek tereit. A tisztánlátásra is serkentőleg hat.

Rózsa: Ez az illat leginkább az öröm és szeretet vezetőit vonzza be hozzánk. Lelki-szellemi képességeink fejlesztését segíti szellemi vezetőinkkel.

Rozmaring: Ez a gyógynövény és illat szent a manók birodalmában. Megnöveli a szellemvilág testi szinten történő érzékelésének képességét.

Ibolya: Az ibolya a tündérkirálynő virága. Mindenféle természeti szellemet erősen vonz, ezért segítségével könnyebben hangolódhatunk rájuk, és tisztábban is kommunikálhatunk velük.

Meditáció előtt ajánlatos egy csepp ibolyaolajjal benedvesíteni a homlokunkat.

Lilaakác: Gyakran használják jó szellemek és különleges vezetők megidézésére. Közelebb hozza azokat a szellemi vezetőket, akik az intuíció kreatív forrásaiként szolgálnak, valamint azokat, akik gyógyító energiánkat serkenthetik.

A gyógynövények és illatanyagaik további elmélyült tanulmányozása által jelentősen közelebb kerülhetünk szellemi vezetőinkhez. Nem csupán terápiás gyógyítás kiváló forrásai, de spirituális fejlődésünkre és tudatosságunk fokozására is rendkívül jótékonyan hatnak. Számptalan más módszer is áll rendelkezésünkre, például az inga, numerológia, asztrológia, a tarot vagy a rúnák. Segítségükkel megerősíthetjük a szellemvilágból kapott üzeneteket. A legtöbb módszernek megvan a saját szellemi vezetője, aki az adott eszközzel dolgozik. Ahogyan megtanulunk bánni ezekkel a módszerekkel, egyre határozottabban fogjuk bevonni magunkhoz a hozzájuk rendelt szellemi vezetőket is. A megfelelő hozzáállás elengedhetetlenül fontos. Ha komolyan és józan ésszel közelítünk hozzájuk, sikerrel járunk. A félelem blokkolja az energiaáramlást, megakadályozza ezzel a kapcsolat létrejöttét vagy kiteljesítését. Ha anyagi haszon reményében vagy egonk érvényesülni vágyával lépünk kapcsolatba a szellemvilág lényeivel, akkor nagy valószínűséggel komoly problémáink támadnak.

Az angyalokkal, szellemekkel, sőt halottakkal történő kommunikáció egyidős az emberiséggel. A közvetítő pontosan ismeri az üzenet forrását, és képes az üzeneteket úgy szavakba önteni, hogy a címzett is megértse jelentését.

A szellemi vezetőkkel való kapcsolat célja nem pszichikai erőfölény megszerzése, hanem a szellemi érzékelés fejlesztése. Szellemi kapcsolataink célja nem más, mint az Isten teremtette világ csodáinak és hatalmának felfedezése saját belső világunkban.

Mi egy élő, eleven világegyetemben élünk. Körülöttünk mindent áthat az energia és az élet, valamint az őket működtető rend, a látható és a láthatatlan világban egyaránt.

A legtöbb ember kitalációnak tartja az angyalokat, pedig az angyalok mindig velünk vannak a Föld minden pontján. Örömet és szeretetet ébresztenek bennünk a világegyetem csodái iránt. Gyermekként csillogó szemekkel szólítottuk az angyalokat, mert mélyen belül tudtuk, hogy ők különleges teremtmények. Az angyalok olyan létezők, akik képesek szétszórni Isten fényét még a kevésbé fejlett életformákba és vallásokba is.

Az angyali szolgálat része a mindenben megnyilvánuló isteni elv dicsőítése és figyelemmel kísérése, a hűségeselek támogatása és az emberiség gyöngéd vezetése. Vannak különleges témákra „szakosodott” angyalok; egyesek a hatalom, mások a gyógyítás, az otthon vagy éppen a művészet, az alkotás területén tevékenykednek. Az élet minden megnyilvánulását angyalok vigyázzák, s semmiben nem hagynak bennünket magunkra. Az arkangyalok a még magasabb rendek tolmácsai, és közvetítőként működnek az emberiség és az univerzum isteni hatalmai között. A természet szellemei és az angyalok az univerzumnak a természet erőin és megnyilvánulásain keresztül történő ritmikus kibontakozásán fáradoznak, legyen szó akár egy fűszál növekedéséről vagy akár a bolygók és csillagok mozgásáról.

Mindannyian angyalok egy bizonyos csoportjának felügyelete és örökdedése alatt állunk, akik vigyáznak ugyan ránk, ám feladatainkat nem végzik el helyettünk. Spirituális fejlődésünk előrehaladtával, amint megkezdjük a velük való tudatos együttműködést, lassan észlelni fogjuk, hogy immáron egyetlen őrangyal vezet bennünket. Ez az angyal lesz az, aki tanítóként és beavatóként a megpróbáltatások közepette hozzásegít minket a magasabb szellemi érettség eléréséhez. Az ősi héber hagyomány szerint ez az őrangyal Malakiás rendjéből való, az angyalok azon csoportjából, akik gyógyítással, fénnel és a csodákkal foglalkoznak. Az angyalok hierarchiája saját példával megmutatja nekünk, hogyan valósíthatjuk meg igazi valónkat. Munkájukat alkotó örömmel, derűs leleményességgel végzik, messze könnyebben, mint mi, önként vállalt vagy kényszerű feladatainkkal küszködő emberek. Az ő munkájuk sohasem válik robottá, mert tudják, hogy minden egyes feladatnak megvan a maga helye, ideje és rendeltetése a nagy fejlődési tervben. Nekünk is így kellene gondolkodnunk, dolgoznunk és élnünk. Céljainkat magasabbra emelni, megválni szemellenzőinktől, és végre rálátni a nagy egészre. Az angyalok épp ebben lehetnek a legnagyobb segítségünkre. Nem kell mást tennünk, mint kérnünk. Ismerik és látják létezésünk valódi értelmét. Az angyalok tudják, hogy az időben mik azok a lépések, amiket az emberiségnek meg kell tennie a fejlődés érdekében, és ezalatt azon fáradoznak, hogy minél előbb mi emberek is visszataláljunk isteni eredetünkhöz. Csak meg kell nyitnunk a szívünket feléjük, és ki kell nyújtanunk a kezünket. Velük mi is az angyalok szárnyán repülhetünk.

Az arkangyalok garmadájából négyen kizárólag a Föld érdekében tevékenykednek. Ők Raffaél, Michaél, Gabriél és Uriél. Mindegyikükhöz hozzárendelhető a négy elem egyike, bizonyos színek, a négy égtáj egyike, a zoodiákus három jegye és számtalan fajtájú energia és erő.

Raffaél

- A levegő eleme
- A Föld keleti negyede
- A tavasz
- A kék szín (vagy a kék és az arany)
- Az Ikrek, a Mérleg és a Vízöntő asztrológiai jegyei

Raffaél gyógyító arkangyal. Tevékenysége révén ösztönzi az életenergiákat s így a sikert is. Raffaél ébreszti fel bennünk az alkotóerőt és a szépség iránti fogékonyságot, amelyek ösztönzőleg hatnak magasabb mentális képességeinkre. Raffaél a Szent Grál őrzője.

Michaél

- A tűz eleme
- A Föld déli negyede
- Az ősz
- A vörös szín
- A Kos, az Oroszlán és a Nyilas asztrológiai jegyei

Michaél a védelem és az egyensúly arkangyala. Türelmet hoz, és megvéd a pszichikus jellegű zavaroktól, veszélyektől. Segít lebontani a régit, hogy a helyén felépíthessük az újat.

Gabriel

- A víz eleme
- A Föld nyugati negyede
- A tél
- Színei a smaragd és a tenger zöldje
- A Rák, a Skorpió és a Halak asztrológiai jegyei

Gabriel a remény, a megvilágosodás és a szeretet arkangyala. Ő őrzi a világ szent helyeit és az élet szent vizeit. Ő biztosítja számunkra a spirituális fejlődéshez szükséges tanítást és azok megértésének képességét is. Álmaink (illetve azok üzenetei megfejtését, megértését is az ő közreműködésének köszönhetjük).

Uriél

- A Föld eleme
- A Föld északi negyede
- A nyár
- A fehér és minden földszín
- A Bika, a Szűz és a Bak asztrológiai jegyei

Uriél az alkímia és a tisztánlátás arkangyala. Őt tartják az arkangyalok között a legmagasabbnak, aki szemével keresztüllát az örökkévalóságon. Ő felügyeli a természet szellemeinek munkáját, az embereket pedig ráébreszti a lények létezésére és a velük való harmonikus együttműködés fontosságára. Aki együttműködik Uriéllal, annak megnyílnak a tündérek birodalmi.

Az angyalok mindenkit meglátogatnak, aki önfejlesztésén fáradozik. Ha kitartóan gondolunk rájuk, ha szívünket egyre magasabb tudatossággal folyamatosan nyitva tartjuk feléjük, az életünkben is meg fogjuk tapasztalni szárnyaik finom érintését.

Semmi nem ragadja meg úgy – főleg a bennünk élő gyermeki – képzeletünket, mint a tündérek és manók világa. Ha tudatos érzékelésünket minden síkra kiterjesztjük, szinte észrevétlenül kapcsolatba lépünk éteri dimenzióival. A tündérek és manók létfontosságú alkotómunkát végeznek, amit mi is megismerhetünk, ha tovább fejlesztjük magunkban a láthatatlan világok érzékelésének képességét. A természet szellemei a Földanya gyermekei. Épp olyan sokoldalúak, mint maga a természet. Rengeteg formában és méretben jelennek meg. Mivel energiájuk nem olyan sűrű, mint a mi fizikai testünké, több létsíkon is képesek munkálkodni. Majdnem minden természeti szellem igényli az emberekkel való kontaktust. Ugyanúgy hatással vannak ránk, mint mi őrjük. Az emberiség mindent felülmúló környezetszennyezését és (az) Egy iránti indulatait például nagyon nehezen viselik el. Ennek hatására sajnos egyre inkább eltávolodnak tőlünk, bár erre nem mindannyian képesek. Némelyikük kénytelen elszenvadni az emberi viselkedés következményeit. Ezért is

különösen fontos – még akkor is, ha nem kis erőfeszítést igényel -, hogy vegyük fel és ápoljuk is a kapcsolatot velük. Ott vannak mindenhol, és sehol sem. Legkedvesebb tartózkodási helyük mégis az erdő és a mező. A természet szellemei előfordulnak a barlangokban, a folyókban és a mély tengerekben, a tavak körül, a bokrok és fák között. Minden kőben és kristályban lakik egy természetszellem, aki az adott kőzettel dolgozik. A kővek és kristályok szellemei nagyon öreg szellemek és rendkívül erősek is. Minden nagyobb sziklaalakzatban megtalálhatók. A fák szellemeiről számtalan mese született. Ők élő, eleven lények. Minden fának megvan a maga szelleme, aki hosszabb-rövidebb időre elhagyhatja a fát. Az éjszakai órákban aktívabbak, mivel nappal a fa növekedésén kell fáradozniuk. Közellétük megtapasztalása jelentkezhet egy hűvös fuvallatban vagy egy furcsa, kellemetlen érzésben is. Talán emiatt sem szeretünk éjszaka kóborolni az erdő sötétjében. A természet szellemei ugyan nem tudnak ártani nekünk, energiájukról mégis tudnunk kell, hogy nagyon erőteljes. Ha kapcsolatba kerülünk velük, könnyen tapasztalhatunk borzongást, hidegrázást. A fűzfák szellemei előszeretettel kísérik a vándort Éjszakai sétáján mormogással, különböző hanghatásokkal verve fel az erdő csendjét. Nem kell megijednünk tőle, ez sokkal inkább játék és móka, mint fenyegetés. A szellemek a természet mindenféle elemében megtalálhatók. A földben, a kőben, a vízben, a levegőben és még a nagy tüzekben is. A tündérek és manók között vannak különbségek. Mindkét faj ugyanannak az angyali hierarchiának tagja, de különböző létsíkokon, különböző szolgálatot teljesítenek.

A hierarchikus rend

Elemek	Elementálok	Királyok	Arkangyalok
Föld	Törpék	Gnob	Uriél
Víz	Sellők	Niksa	Gabriél
Levegő	Szilfidek	Paralda	Raffaél
Tűz	Szalamanderek	Dzsin	Michaél
Éter	-	-	Krisztus

Az Elementálok a természet nagy építőkövei. Közel vannak ahhoz, hogy tiszta energiaként, nagy tudatként működjenek. Az elementálok négydimenziósak. Mozgásukban semmi sem akadályozza őket, úgy hatolna át minden anyagon, ahogyan mi a levegőn. Saját fejlődésük érdekében szükségük van némi kapcsolatra az emberek világával. Az elemek királyának nevezett lény felügyeli őket, az ő tevékenységét pedig az arkangyalok vigyázzák. Minden király alá elementálok és természeti szellemek több csoportja tartozik. Evolúciójuk hierarchikus rendre épül. Az elementálok négy fő fajtáját különböztetjük meg.

Törpék (Gnómok), a Föld elementáljai.

A törpe elementálok formája és alakja mindig földies. Nem tudnak repülni, és a tűz elégeti őket. Ugyanúgy megöregszenek, mint az emberek. A tudatosság különböző szintjének megfelelően több típusuk létezik. A föld fizikai struktúrájának fenntartásán dolgoznak. A törpéknek köszönhetjük például a világunkban megnyilvánuló színeket. Az emberek fizikai testének fenntartásának is támogatóiként szolgálnak. Segítik az anyagcserénket, az ásványi anyagok felszívódását. Nélkülük működésképtelenek lennénk. Fizikai testünk fenntartásában általában egy föld elementál játszik szerepet. Számtalan más elementálhoz hasonlóan ők is csak az emberrel való együttműködés folyamatában képesek lélekkel telítődni, s ezáltal fejlődni. Nagy hatással van rájuk mindaz, ami az emberrel történik. Ha visszaélünk a testünkkel, a velünk dolgozó elementálra is káros hatással vagyunk. A törpék munkája szükséges a növények, a virágok és a fák növekedéséhez. Ők adják a növények színét, ők építik fel a kőzeteket és az ásványokat, hogy számunkra a föld továbbra is fejlődésünk helyszíne maradhasson. Ők ösztönöznek mindenféle kézműves mesterséget. Felügyelik a föld kincseit, és segítenek nekünk megtalálni azokat. Ezek lehetnek rejtett kincsek, egy kőzet vagy egy kristály energiája, de az aranyat sem tudnánk megtalálni nélkülük. A természetben

keresztül dolgoznak velünk. Minden kőzetnek ők alakítják ki az arculatát, saját energiamintázatát. Az összes fa, kő és virág magában rejt valamit tudásukból, ami nekünk is javunkra válik.

Sellők, a Víz elementáljai.

Minden természetes vízben és környékén előfordulnak. A sellők közreműködnek az ember asztráltestének fenntartásában, és ösztönző hatással vannak érzelmi életünkre. Ez igaz mind affektív érzelmeinkre, mind pedig magasabb pszichikus működéseinkre is. Az intuíciónak, az alkotásnak és a szüléshez szükséges energiát mind tőlük kapjuk. A sellők irányítása alatt áll az emberi szervezet – erek, nyiradékedények – folyadékháztartása is. Ha ezeket a szervrendszereinket károsítjuk, az őket is negatívan érinti, és nem tehetnek mást, mint együtt szenvednek belső szerveinkkel. Fejlődésük az embertől függ. Ha mi fejlődünk, ők is fejlődhetnek. Nélkülözhetetlenek minden tisztulási folyamatban, a gyógyításban és a empátiában. Fontos feladatuk, hogy segítségükkel megismerjük életünkben a szépséget – akár belső, akár külső szépségről legyen szó. Az emberek erős érzelmeit és alkotóvágyát is a sellők ösztönzi.

Szilfidek, a Levegő elementáljai.

Nem minden szilfidnek kell kizárólag a levegő elemében munkálkodnia, többségük ugyanis igen magas intelligenciával rendelkezik. Sok dolguk van az emberekkel, leggyakrabban a fájdalomcsillapításban, a szenvedések elviselésében, valamint az alkotókészség serkentésében veszik ki részüket. Egyik speciális feladatkörük a meghalt gyerekek lelkének megsegítése, kísérése. Átmenetileg őrangyalokként is munkálkodhatnak mellettünk, amíg meg nem nyílunk a szellemvilágnak, és magunkhoz nem vonzzuk szent őrangyalunkat. Testi szinten az ő támogatásukkal tudjuk kivonni és hasznosítani az oxigént a belélegzett levegőből, mivel minden légcsere folyamatunk az ő irányításuk alatt áll. Ha kényszerből vagy szándékosan szennyezzük légzőszerveinket – levegőszennyezettség, dohányzás -, az negatívan hat rájuk, és erősen csökkenti óvó, serkentő szerepük hatékonyságát. Segítségükkel tisztíthatjuk meg és emelhetjük magasabb szintre gondolkodásunkat és intelligenciánkat. Amikor mélyet lélegzünk, és megérezzük a belélegzett friss levegőt, akkor az ő munkájuk eredményét tapasztaljuk meg. Az intuíció és a ráció összhangjában is ők segítenek. A szilfidek otthonunk és általában vett tulajdonunk megőrzésében is hatékony segítséget nyújtanak. Erőteljes energiákkal képesek összezavarni és gátolni a környezetünkbe rossz szándékkal érkező betolakodókat.

A Szalamanderek a Tűz elementáljai.

Ők is ott vannak a természet minden megnyilvánulásában. Segítségük nélkül nem lehet tüzet gyújtani. A föld belsejében a legaktívabbak és persze szervezetünk belsejében is. Ők irányítják a világítást, ők felelnek a robbanásokért és a vulkánok működéséért is. A szalamanderek erőteljes érzelmeiket ébresztenek az emberben. Ők adnak ösztönzést a spirituális érzékelésre is. Energiájuk serkent bennünket az elavult, régi dolgok elhagyására, lerombolására, aminek a helyén új értékeket építhetünk. A tűz egyszerre jelenti ugyanis a tisztítás és az építő kreativitás szimbólumát. A testben ők irányítják a keringést és a hőháztartást. Felügyelik anyagcserénket, hogy segítségükkel megőrizhessük egészségünket. A lelassult anyagcsere mindig jelzés a szervezet hiányos szalamander tevékenységre. Ugyanígy a gyors anyagcseréből igen erőteljes szalamandertevékenységre következtethetünk. Imádják a zenét, de leginkább a természet ügynökeiként teljesítenek szolgálatot. A tűz elementáljai a tűzön, a lángon és a hőn keresztül hatnak az emberekre. Ebbe pedig beletartozik a gyertya lángjától az éteri lángokon át a Nap hő- és fényenergiája is. Kritikus egészségi állapotban a láz segítségével méregtelenítik szervezetünket. Ilyenkor persze legyünk velük óvatosak, hiszen robbanékony energiájukat nehéz kontroll alatt tartani. Szinte mindig jelen vannak mindenféle gyógyulási folyamatban. Segítenek magas szinten tartani spirituális látásunkat és törekvéseinket. Egész auránkat erősítve serkentenek felismerni életünkben a szellemvilág megnyilvánulásait és funkcióit.

A különböző elemek elementáljaival is kapcsolatban állunk, nem csak a négy elemmel. Ebben segítségünkre lehet az asztrológia, és a keresztnevünk. Ez persze nem jelenti azt, hogy a többi elemhez tartozó elementálok nem működhetnek együtt, pusztán jelzés a legharmonikusabb kapcsolódásra.

Magánhangzó	Elem	Elementálok
A/Á	Éter	Mind a négy csoport
I	Tűz	Szalamanderek
E/É	Levegő	Szilfidek
O/Ó	Víz	Sellők
U/Ú	Föld	Manók

Keresztnevünk leghangsúlyosabb magánhangzója mutatja meg, melyik elem elementáljával lehetünk a legharmonikusabb kapcsolatban. Akinek a nevében leghangsúlyosabb magánhangzó az A/Á, azoknak nagyobb a felelősségük, a kapcsolatfelvétel ezeknek a személyeknek könnyebb. Természetesen ez visszafelé is igaz: ezekre a személyekre maguk az elementálok (és más szellemvilági lények is) erősebb hatással vannak. Ha az asztrológiailag leghangsúlyosabb jegyünk eleme, és a nevünkben szereplő legfontosabb magánhangzóhoz tartozó elem megegyezik, az arra utalhat, hogy erőfeszítéseinket érdemes megduplázni. Ha az elemek ellentétesek, az sem jelenti azt, hogy kizárnák egymást. Minden elem és a hozzájuk tartozó lények nagyon is jól megférnek egymással. A természet szellemeinek igen különböző hatalommal bíró fajtái léteznek. Ezek közé tartoznak a tündérek is. Nagyon eltérő tehát az embereket, illetve az emberi létet befolyásoló képességük is. Annyi azonban biztos, hogy valójában szinte egyetlen természeti szellemnek sincs támadó fegyvere az emberrel szemben. Arra a célra, hogy megvédjék magukat az emberektől, más eszközeik vannak. Ilyen eszközök a lebegés, a láthatatlanná válás, az alakváltoztatás vagy éppen a ragyogás képessége. Akadnak tündérek, akik a gyógyítás titkát őrzik, vagy éppen a föld mélyének kincseiről való tudás birtokosai. Némelyikük valódi kézműves mester. Mások született muzsikuskok. És vannak köztük olyanok is, akik a jó avagy balszerencsével ajándékozhatják meg az embereket. Minden tündérnek, törpének, manónak és az összes elementálnak megvan az a képessége, hogy fizikailag láthatóvá váljon, ha éppen úgy akarja. A velük való együttműködésnek vannak szabályai, nem szabad őket kigúnyolni vagy lebecsmérlően beszélni róluk. Ha titoktartást kérnek tőlünk, azt tartjuk is be, hogy erkölcsi magatartásunkkal biztosítsuk együttműködésünkről. Séta közben meglephet bennünket egy édes illatú fuvallat. Lehet, hogy a virágok tündérének ajándéka volt. Nagy véletlenül észre vesszük a földön egy madártollat. Ezt egy szilfid küldhette, hogy segítségével megerősíthessük a kapcsolatot vele. Ha valakitől váratlanul egy kristályt vagy követ kapunk, az egy törpe vagy manó ajándéka. Amikor pedig nem is számítunk rá, mégis megölelnek, megdicsérnek minket, azt valószínűleg egy sellő küldte nekünk. A természet szellemei megtanítanak bennünket arra, hogy semmit se tekintsünk magától értetődőnek. Megtanítanak megbecsülni a munkájukat. Ilyen alkalomkor mindig köszönjük meg ajándékaikat. A természet szellemeinek birodalmát is erkölcsi rend uralja. Messzemenőkig lojálisak egymással, nem szeretik a mellébeszélést, a titkok kifecsegését pedig kifejezetten elítélik. Megvetésükkel sújtják azokat, akik akár szándékosan, akár véletlenül a természetre ártalmas dolgot művelnek. Nem kedvelik, ha ajándékaikra egy egyszerű köszönőmmel reagálunk, többre értékelik a kimutatott hálát. Soha nem esküdzőznek, mert a hazugságnál semmit sem utálnak jobban. Elítélik az emberi mohóságot, kuszaságot, hűtlenséget és következetlenséget. A tündérek híresek szerelmeskedő hajlamukról, amit az emberekben is képesek felébreszteni. Komoly ajándékokban is tudnak részesíteni minket. A patronessek a mesék jó tündéréinek keresztanyjai. Ők általában idős, nagyhatalmú szellemek. A patronessek legismertebb képviselői a Feek és a Fehér Hölgyek. Egy Fehér Hölgygel való találkozás után életünk új, szerencsés fordulatot vesz. A Feek a bolygó legöregebb lényei. Tőlük származik a tündér keresztanya alakja, akit kék köpenyben és varázspálcával szoktunk megpillantani. Az ő tanácsait szó szerint be kell tartanunk. Ha kölcsönkérnek

valamit, mindig áldás kíséretében adják vissza. A természet minden zugában megtalálhatók. A Fehér Hölgyek szintén öreg és igen magas intelligenciájú szellemek. Olyankor találkozhatunk velük, amikor megcsókolnak vagy megáldanak egy gyermeket, vagy egyedül vagyunk a természetben. Ez utóbbi alkalmakor magányunkban felfigyelünk egy öreg nénikére, aki mentében megáll, hogy üdvözöljön minket. Aztán, mikor utána nézünk, hirtelen nem látunk ott senkit. Általában ezzel szokta kezdetét venni egy Fehér Hölgytől érkező áldás.

A patronessek mindig feltűnően szépek, ám számuk egyre kevesebb. Bizonyos követelményeket állítanak választott kegyeltjeikkel szemben. Először is, védencüknek szabadnak és nyitottnak kell lennie. Másodsor, mindig nagyvonalúnak kell lennie embertársaival. Ezt időnként ellenőrzik is. A védenc legyen barátságos és igaz, szóban és tettben egyaránt. Tanítsunk tiszteletet az anyatermészet iránt. Tanuljuk meg felismerni a velünk dolgozó elementálokat.

10. rész

A régebbi korok sámánjai és papjai az ősi tudás birtokosai voltak. A totem egy olya természeti képződmény, lény vagy állat, amelynek megjelenésével és energiáival szorosan össze vagyunk kapcsolva életünk során. Némelyikük energiájával csak rövid időszakokra kapcsolódunk össze, ám vannak, akikkel születésünktől halálunkig és azon túl is együttműködünk. Nem kell azt hinnünk, hogy ezek az állatok vagy totemek magas intelligenciájú lények, de mindenképpen bizonyos archetipikus erők megnyilvánulásai. Amikor totemállatunk előtt tisztelgünk, akkor valójában a benne rejlő lényegi tartalmak előtt hajtunk fejet. Minden állat a láthatatlan világ egy speciális erejének a szimbóluma, amely rajta keresztül nyilvánul meg a fizikai síkon. Az álmok és a valóság nem váltak még ketté. Az amerikai indián kultúrákban és más földrészek ősi civilizációiban is ezért viseltek a emberek állatbőröket és madártollakat. Az állat így válik szellemi vezetőnké. Segít összekötnünk a természet fizikai síkját a szellemvilág láthatatlan dimenzióival. Felébreszti bennünk az érzést, hogy mindkettőt valóságként fogadjuk el. A madarak a lélek szimbóluma. Repülési képességük a bennünk rejlő egyre magasabb szintre emelkedő tudatosságot tükrözi. Azt a képességet, amivel hidat emelünk a fizikai világ és a mennyek birodalma között. A vízi állatok is szolgálhatnak totemként. A víz az asztrálsík élményvilágának szimbóluma. A halak és egyéb vízi állatok azt az irányítást jelképezik, amelyet intuitív, vagyis nőies részünktől kaphatunk. Még a rovarok is lehetnek totemek.

A sámán a transzban a totemen keresztül igyekszik összekapcsolni a tudatos emberi életet a természettel és a szellemvilággal. Ami a legtöbb embernek gondot okoz, az a képek értelmezése. Csak az illető állat alapos tanulmányozása fedheti fel különös jelentését, üzenetét számunkra. Márpedig ha megadjuk a kellő tiszteletet, azzal el kezdjük építeni a hidat fizikai világunk és a szellemvilág között.

A mágia szó a magosz szóból ered, amely ősidőkben a legmagasabb beavatottakat jelentette. A valóságban a mágia szent tudomány. A szó legszorosabb értelmében a tudások tudása, mert az univerzális törvényeket tanítja megismerni és használni. Sehol nincs különbség mágia, misztika vagy egyéb fogalmak között, ahol igazi beavatottságról van szó. A beavatás rámutat az elemek mély összekapcsolódására. Nem lehet figyelmen kívül hagyni semmit, mert a makro- és mikrokozmoszban az összekapcsolódáson alapszik. Hamarosan megtapasztaljátok mit jelent számotokra az összekapcsolódás. A Szellem – Test – Lélekből csak Szellem – Lélek és a fizikai test a kettő megnyilvánulása a megtapasztaláshoz. Adj esélyt magadnak a felismeréshez és megismeréshez. Minden felvett megismerés egy beavatás a következő megtapasztaláshoz.

Ne elítéld mások cselekedeteit, hanem éld át, hogy megértsd a különböző megtapasztalásokat. Minden ember egy-egy megtapasztalás a Világegyetemen át a Teremtőhöz. A Teremtő megnyilvánulásai sokrétűek, de mindig összekapcsolódnak. Az öt test lehetséges szellemi energiahordozó, mely összekapcsolódik az Ember testi hordozójával, hogy megszabadítsa és szellemileg átfurmálja azt.

Elektromágneses test: Ez a hordozó test kódolja fizikai testünket a helyi univerzum más tudati régióiba az elektromágneses hullámok teljes sorozatán vagy családján keresztül. Az E – M hordozónak a saját Krisztusi Felsőbbrendű Én testével kell együttműködnie, vagy pedig egy Fénymesterrel, feltéve, hogy az E – M hordozó sok elektromágneses spektrumon működik. Énok szerint a tíz szűz illusztrálja azt az „elveszett energia-spektrum”-ot, amely arra az Emberi potenciálra vonatkozik, hogy a sok spektrum megarealitásában más Fénytesteket foglaljon el. Először Fénnyel kell feltölteni az E – M hordozót, mielőtt átléphetnénk a negatív tömeg küszöbén. Máté 25:3-10 láttatja az energiaspektrumot elfedő tudati hordozókat és az Úr Fénytestét.

Epi-kinetikus test: Az energia-rezgő test által egyetlen dimenzió belül kivetülésre és teleportációra használt biológiai plazma. Az epi-kinetikus test a tudati-rezgési hordozó, mely áttöri a sebességet és tömeg közönséges mozgási (= kinetikus) forgalmi – viszonyítási rendszerét (= paradigmáját). A rezgési szintézisnek ez a hordozója teszi lehetővé a rezgési oltalom inspiráló hatalmas energiáit és a kreatív, tudatos szintek egyensúlyba hozását a tudattalan és tudatalatti szintekkel, pl. a 4 – 7 – 8 csakra elrendeződésében. („Az Úr-ral megerősödvé.” Ld.: Dániel 3:19-25)

Eka-test(ek): Létezik a testben az egyenáram feszültségek szubsztrátuma, mely megelőzi a biológiai létezés akciós potenciáljait. Ez egy Magasabb Tudatosságú Test/Két test szubsztrátum, mely koordinálni képes minden tudati idő(t), tökéletesen ellenőrizni képes a biológiai órákat és a megszokott, evilági realitást. Ha ismered eredeted, ismered sorsod is, mivel az Eka-test egy hordozó-szintézis a „megtisztulás tudati idejében”.

Gemátriai-test: A Shekinak Életerejé által kialakított testben a Fény szintézisének a hordozója, mely felügyeli a Fény összes belső kapcsolatát. Ez a test készíti elő az emberi hordozót arra, hogy a Krisztus Test Felsőbb Énjével összekapcsolódjon. Fizikai síkon ellenőrizni tudja az élőlények plazmaállapota és az atomi-molekuláris anyag arányát. A Gemátria-test a Shekinak-val hordozza a tanúságát annak, hogy Isten „cselekvő” emberei vagyunk.

Zohár-test: A „külső fény” testi hordozója, mely lehetővé teszi a testnek, hogy túllépjen a közvetlen relativitás fénykúpján. A Zohár-testen keresztül egyensúlyozódik ki az elme 72 területe, és a tudattalan Ember mikrokozmosza felemelkedik a Fiúsághoz és az Atya Trónján belüli tartózkodási helyre. Zohár-test hármas egységben működik a Felső Én-Testével és a „Felkent Krisztusi Felső Én Test”-tel, mely JHWH Trónvilágaitól kapja közvetlen kinyilatkoztatást.

11. rész

Ugyanakkor valamiféle fájdalomélményre szinte folyamatosan szükségünk van pszichés egyensúlyunk fenntartása érdekében. Az emberiség elérte fejlődésének tetőpontját. Amikor valaki eléri a spirituális érettségnek a magasabb fokait, akkor különleges képességek nyílnak meg benne a szeretet, az életerő, a személyiség, a testi tudatosság, az intuíció, az érzékelés, a kommunikáció és az akarat területein. Első lépés fölismereni ezen szintek létezését. Csak ezután lehet, tudatás szándékkal, elkezdni a különböző metódusok alkalmazását. Teljesen elkülönülve élünk egymástól, a természettől és a kozmosztól. Az „ő más, mint én” mítosza felelős a háborúkért, a bolygón elkövetett számtalan erőszakért és az emberi igazságtalanság mindenféle megnyilvánulásáért. Hisz kinek jutna eszébe megbántani egy másik lényt, ha saját személye részeként tapasztalná őt meg? Valamennyiünk pszichéje és tudatossága kapcsolatban áll a Minden Létezővel, mert valójában nincsenek végérvényes határok a test/ego és a lét teljessége között. Az egyik ember gondolatai és gyógyító szándékú hozzáállása befolyásolhatja a másik emberben zajló élettani folyamatokat. A tudomány világképe és fizikai alapelvei szerint ugyanis ilyen ráhatás nem létezik. Azt

hisszük, hogy csak a fizikai világ létezik, pedig a láthatatlan és megfoghatatlan világban nagyobb élet létezik. Mindig csak azt akarjuk elhinni, amit a fizikai világban látunk és hallunk. Adjunk esélyt önmagunknak a láthatatlan világ megtapasztalására is. Nem csak élnünk kell a hétköznapi életünket, hanem keresni az érzéseink mögött működő világot. Ne adj másnak olyan tanácsot, amire még te sem tudod a választ. Ahelyett, hogy önmagunkat, másokat és az élet egészét kicsiny, földi énünkön keresztül szemlélnénk, amely az idő keretei között születik és él, a lélek szemén át pillanthatjuk meg valódi létünket és valódi énünket. Egyre több ember lép föl erre a magasabb létszintre. Az emberiség problémája mélyen gyökerezik, magában az elmében, vagyis az elmével való téves azonosulásunkban. A jelen pillanat éberségét elvesztő, sodródó tudatunk hajlamossá tesz minket arra, hogy a legkisebb ellenállás ösvényét kövessük, márpedig életünkben ez űrt hoz létre. Az idő kötöttségében élő, elme – a számára rendelt hasznos szolga szerepéből kilpéve – kitölteni igyekszik ezt az űrt, és mesternek kiáltja ki magát. Mint a virágról virágra röppenő pillangó, elménk hol a múlt eseményeibe merül el, hol saját rendezésű filmjeit vetítve rajzolja elő a jövőt. Ritkán pihenünk meg az itt és most óceáni mélységeiben. Pedig csakis itt - és most történhet meg, hogy rábukkanunk igazi énünkre, amely fizikai testünkön túl – az érzelmek és a fecsegő elme világán is túl található meg. Az emberi fejlődést megkoronázó dicsőséget nem érvelő- és gondolkodóképességünk hozza el számunkra, még ha ez is különböztet meg minket az állatoktól. Az intellektus azonban, az ösztönhöz hasonlóan, csupán utunk egy állomása. Végső célunk, hogy újra összekapcsolódjunk esszenciális lényünkkel, és a fizikai világban, pillanatról pillanatra kifejezzük rendkívüli isteni valóságunkat. Akadnak vezetők és tanítók, akik segítenek bennünket az úton. A világ átalakul, jobbá válik. A lét örvényének tölcserében eltűnő félelmek hordalékát új értékek váltják föl. Egy új civilizáció születik. Nem az elvi álláspontoknak van valódi bizonyító erejük, hanem a benned és körülötted lévő, megszentelt élet megérintésének. Az emberek kívül keresik az élvezetet és a kielégülés morzsáit, a megbecsülést, a biztonságot vagy a szeretetet -, miközben belül kincset őriznek, mely nemcsak hogy tartalmazza a Lét sugárzó boldogságát, hanem még mérhetetlenül hatalmasabb, mint bármi, amit a világ kínálhat! Egységben vagy valamivel, ami mérhetetlen és elpusztíthatatlan, valamivel, ami – paradoxonnak tűnő módon lényegében te magad vagy, és ugyanakkor az mégis sokkal nagyobb nálad. Ez azt jelenti, hogy megtalálhatod az elnevezésen és a formán túli, igaz természetedet. Az egység érzékelésére való képtelenség az önmagadtól és a körülötted lévő világtól való elkülönültség illúzióját okozza. Ekkor – tudatosan vagy tudattalanul elkülönült részként éled meg önmagad. Ebből származik a félelem, amely mindennaposá teszi a külső és belső konfliktusokat. A megvilágosodás „a szenvedés vége”. A Lét az örökkévaló, mindig jelen lévő, túl az élet számtalan formáján, amelyek alá vannak vetve a születésnek és a halálnak. A megvilágosodás azt jelenti, hogy újra tudatosan benned a Lét, és az „érző fölismerés” állapotában élsz. A Lét azonban nemcsak túl van minden formán, hanem mélyen benne is él minden formában, mint legbelső, láthatatlan és elpusztíthatatlan lényeg. Ez azt jelenti, hogy legmélyebb énedként, igaz természeteként el is érhető számodra. Egységben vagy a Léttel. A megvilágosodás azt jelenti, hogy újra tudatosan benned a Lét, és az „érző fölismerés” állapotában élsz. A lét kifejezésnek előnye, hogy nyitott fogalom. Senki nem nevezheti magát a Lét egyedüli birtokosának. Ez a te igazi lényeged, ami jelenléted érzésén keresztül közvetlenül megtapasztalható számodra. Csak egy kis lépés választja el tehát a Lét szót a Lét megtapasztalásától. Az elmével való azonosulás, ami a gondolkodást kényszerré teszi. A gondolkodás megszakításának képtelensége rettenetes csapás, ám a legtöbben nincsenek ennek tudatában, mert majdnem mindenki szenved tőle, és emiatt ezt tartják normálisnak. A megvilágosodás nem csak a szenvedésnek és az állandó külső és belső konfliktusnak vet véget, hanem a szakadatlan gondolkodás rettenetes rabságának is. Micsoda hihetetlen fölszabadulás ez! Az elmével való azonosulás a fogalmak, jelölések, képek, szavak, értékítéletek és definíciók át nem látszó paravánját vonja eléd, amely aztán minden igazi kapcsolatot megakadályoz. Beékelődik önmagad és belső éned, önmagad és embertársaid, önmagad és a természet, önmagad és Isten közé. Ez a gondolatparaván szüli az elkülönültség illúzióját, azt a téveszmét, hogy vagy te és van a teljesen különálló „másik”. Így aztán elfelejted az alapvető tény, hogy a fizikai megjelenés és az elkülönült formák szintje

alatt valójában egy vagy mindennel, ami van. Csak a saját megtapasztalásod teszi azonban fölszabadítóvá!

A gondolkodás betegséggé vált. Betegség akkor jelenik meg, amikor az egyensúly fölborul. Semmi baj pl. azzal, hogy a sejtek osztódnak és szaporodnak a testben. Ám amikor ez a teljes szervezetről tudomást nem véve történik, akkor a sejtek elburjánzanak, mi pedig megbetegszünk.

Megfelelően használva az elme elsőrangú eszköz! Helytelen használatnál azonban rendkívül rombolóvá válik! Elsősorban (nem) arról van szó, hogy rosszul használod elmédet, hanem hogy általában egyáltalán nem használod. Ő használ téged! Ez a betegség! Azt hiszed, hogy te vagy az elméd! Ez a tévhit! Az eszközöd átvette a hatalmat. A szabadság kezdete annak fölismerése, hogy megfigyeld önmagad. Abban a pillanatban, ahogy elkezded figyelni önmagadat, egy magasabb szintű tudatosság kapcsolódik be. Ekkor elkezdesz ráébredni, hogy a gondolaton túl létezik az intelligenciának egy hatalmas birodalma, s hogy a gondolat csak parányi része ennek az intelligenciának. Arra is rájössz, hogy minden, ami igazán számít - a szépség, a szeretet, a kreativitás, az öröm, a lelki béke -, az az elmén túli birodalomból származik. Elkezdesz fölébredni. Szentelj különös figyelmet azoknak az ismétlődő gondolatmintáknak, amelyek régi lemezekként tán már évek óta újra és újra lejátszásra kerülnek! Figyelj oda önmagadra, és legyél pártatlan, más szóval ne ítélkezz! Amikor tehát egy gondolatra figyelsz, akkor nemcsak a gondolatnak vagy tudatában, hanem a gondolat tanújaként önmagadnak is. A képbe így a tudatosságnak egy új dimenziója lép be. A gondolatra figyelve egyfajta tudatos jelenlétet érzel – mélyebb énedet -, mintegy a gondolat mögött. A gondolat ekkor elveszíti a hatalmát fölötted, s gyorsan elül, mert már nem adsz energiát az elmének azzal, hogy azonosulsz vele. Így kezdhetsz el véget vetni az önkéntelen, kényszeres gondolkodásnak. Amikor a gondolat elül, akkor szakadást – egy „elme nélküli” hézagot – tapasztalsz meg az elme folyamatos gondolatáramában. Ezek a hézagok vagy rések eleinte rövidek, talán csak néhány másodpercesek, ám fokozatosan egyre hosszabbá válik. A hézagok idején egyfajta csöndet, nyugalmat és békét érzel. Így kezded el megérezni a Léttel való egység természetes állapotát, amelyet az elme eltakar. Gyakorlás révén a nyugalom és a béke érzése elmélyül. Mélységének nincs is hatása. Egyúttal egy finom, bensődből kiáradó örömmérzést is megtapasztalsz majd: a Lét örömét. Ha a lelki béke ára a tudatosság csökkenése, a nyugalom ára pedig az életerő és az éberség csökkenése volna, akkor nem lenne érdemes megszerezni őket. Ez az állapot annak az energiamezőnek a frekvenciáját is növeli, amely a fizikai testet élteti. A tiszta tudatosság állapotát tapasztalhatod meg. A megvilágosodáshoz vezető utadon a legfontosabb és egyetlen lépés tehát: tanulj meg nem azonosulni az elméddel! Az elméd egy műszer, egy szerszám. Arra való, hogy bizonyos feladatokhoz használod, és amikor az adott feladatot elvégezted, letedd.

Az ego számára a jelen pillanat gyakorlatilag nem létezik. Állandóan a múlt életben tartásával foglalkozik, hiszen anélkül ki is volnál? Minduntalan kivetíti magát a jövőbe, hogy biztosítsa folyamatos fennmaradását, és hogy valamiféle megkönnyebbülést vagy kielégülést találjon ott. Figyeld meg az elmédet, és meglátod majd, hogy az valójában így működik! A felszabadulás kulcsa a jelen pillanat. Képtelenség azonban megtalálni a jelen pillanatot, amíg te az elméd vagy. A megvilágosodás a gondolat fölé emelkedést jelenti, nem pedig az alá, az állat- vagy a növényvilág szintjére történő lesüllyedést. Megvilágosodott állapotban szükség esetén továbbra is használod gondolkodó elmédet, de sokkal összeszedettebben és hatékonyabban, mint addig. A gondolat önmagában, amikor már nem kapcsolódik össze a tudat sokkal hatalmasabb birodalmával; gyorsan meddővé, beteggé és rombolóvá válik. Az elme lényegében túlélési gépezet. Alkalmas támadásra és önvédelemre más elmékkel szemben, információ gyűjtésre, annak tárolására és elemzésére, viszont egyáltalán nem kreatív. Minden igazi művész – akár tudatában van, akár nem – az elmenélküliségből, a belső csöndből alkot. Ezt követően az elme csak formába önti a kreatív sugallatot vagy fölismerést. Az érzelmek az elme és a test találkozási pontján keletkeznek. Tested reagál az elmédre: ez a válaszreakció az érzelmre. Úgy is fogalmazhatunk, hogy az érzelem az elme tükröződése a testben. Pl. a támadás gondolata, vagy valami más, szintén ellenséges gondolat, olyan energia-felhalmozódást hoz létre a testben, amit dühnek nevezünk. Minél

jobban azonosulsz gondolkodásoddal, rokonszenveddel és ellenszenveiddel, ítéleteiddel és értelmezéseiddel, annál jobban kifinomul az érzésed. Ha képtelen vagy megérezni érzéseidet, akkor csak fizikai szenvedést élsz meg. Ha kevésbé érzed érzelmeidet, kezd azzal, hogy figyelmedet tested belső energiamezejére összpontosítod! Érezd a testedet belülről is.

A felszíni gondolatok és a tudattalan mentális folyamatok közötti ütközések gyakoriak. Lehet, hogy gondolatként még nem tudod azonosítani elméd tudattalan tevékenységét, ám érzelmeként a testedben mindig tükröződni fog, s annak már tudatára tudsz ébredni. Ha gyakorolod ezt, akkor minden, ami tudattalan benned, az a tudat fényébe fog kerülni. Az érzelem általában egy felerősített és energetizált gondolatmintát képvisel. Hatalmas az energiatöltése, ezért eleinte bizony nem könnyű a jelenben maradni, hogy megfigyelhesd. Amint Ezt megteszed, az elme uralma megdől, és a Lét – valódi természetedként - feltárja magát.

A Szeretet és öröm, ezek elválaszthatatlanok a Léttel való, belső összekapcsolódottságod természetes állapotától. A Szeretet és az öröm futó pillanatai, vagy a mély békeérzés röpké másodpercei elérhetőek számodra, valahányszor a gondolatáramlásban rés támad. A Szeretet, az öröm és a béke nem virágozhat, míg meg nem szabadítottad magad az elme uralmától. Előbb teljesen tudatára kell ébredned az érzelmeidnek, és képessé kell válnod arra, hogy érezd őket, mielőtt megérezheted azt, ami rajtuk túl van.

Az igazi Szeretet nem okoz szenvedést!!! Nem fordul át hirtelen gyűlöletbe, ahogy az igaz öröm sem változik át fájdalommá. Ez természetes állapotod része, amit az elme ugyan eltakarhat előled, ám le soha nem rombolhat.

Az emberek mérhetetlenül hosszú idő óta a szenvedés rabjai. Azóta, hogy kiestek a kegyelem állapotából, s beléptek az idő és az elme birodalmába, elveszítve a Lét tudatosságát. Attól a pillanattól kezdve önmagukat jelentéktelen töredékeknek érzékelték és érzékelik egy idegen univerzumban a Forrástól és egymástól.

Amíg az elmével azonosulsz, addig a fájdalom elkerülhetetlen, mert – spirituálisan szólva – öntudatlan vagy. Itt elsősorban az érzelmi fájdalomról beszélek, ami a testi fájdalomnak és a betegségnek is a legfőbb oka. Ne teremts több fájdalmat a jelenben. Senkinek sem mentes teljesen az élete a fájdalomtól és a bánattól. Az ember fájdalmainak zöme fölösleges. Amíg az őrizetlen elme irányítja az életedet, addig a fájdalom generálódása elkerülhetetlen. A most létrehozott fájdalmad mindig az el nem fogadás valamelyik formája.

Minél inkább képes vagy elfogadni és értékelni a mostot, annál szabadabb vagy a fájdalomtól, a szenvedéstől – annál szabadabb vagy az egős elmétől. Ha nem akarsz több fájdalmat létrehozni magad és mások számára, ha nem akarsz hozzátenni a benned még mindig élő, a múltból származó fájdalomüledékhez, akkor ne teremts több időt! Értsd meg mélyen, hogy csak a jelenpillanattal rendelkezel! Állítsd a mostot életed középpontjába! Amíg ez idáig az időben éltél, és csak rövid látogatásokat tettél a mostba, tedd át lakhelyedet a mostba, és csak akkor tegyél rövid látogatásokat a múltba és a jövőbe, amikor élethelyezeted gyakorlati tennivalói azt feltétlenül szükségessé teszik. Mindig mondj igent a jelen pillanatra! Mondj igent az életre, és meglátod, az hirtelen elkezd érted, s nem pedig ellened működni! Figyeld meg, hogyan rak mindenre címkét az elme, és azt, ahogy ez a címkézés, ez a folyamatos ítélezés fájdalmat és boldogtalanságot teremt!

A Most megízlelteti veled a külső feltételektől független belső szabadságot, a valódi lelki béke állapotát. Fogadd el, majd cselekedj! Bármit is tartalmaz a jelen pillanat, fogadd el, mintha magad választhattad volna azt! Mindig vele működj, s ne ellene! Tedd barátoddá és szövetségessé, ne pedig ellenségeddé! Csodálatosan át fogja ez alakítani az egész életedet!

A múlt fájdalma: a „fájdalomtest” fölöldása. Amíg nem tudsz hozzáférni a Most erejéhez, addig minden érzelmi fájdalmad, amit csak átélsz, részben tovább él benned. Egybeolvad a múltban fölgülemlett, már benned lévő fájdalommal, s betelepül elmédbe és testedbe. Ez természetesen a gyermekként elszünetelt fájdalmadra is vonatkozik, amiket annak a világnak a tudatlansága okozott, amelybe beleszületél. Akadnak olyan fájdalomtestek is, amelyek gazdájukat öngyilkosságba kergetik.

Azt hiszed, ismersz valakit, és hirtelen szembetalálkozol az ő, számodra idegen, kellemetlen fájdalomtestével. Nos, sokkoló megrázkódtatás ér... Fontosabb azonban önmagadban megfigyelni ezt a jelenséget, mint másokban! Kapd el a fájdalomtestedet szunnyadó állapotából való fölébredése pillanatában, és ne engedj a düh, depresszió, harag és sérteni vágyásnak. A fájdalomtest életben akar maradni, mint minden létező lény, és csak úgy képes erre, ha rávesz, hogy tudattalanul azonosulj vele. Akkor aztán fölkelhet, átveheti fölötted a hatalmat, „ő lesz te”, és rajtad keresztül élheti a világát. Minden élmény hizlalja, ami valamilyen formában további fájdalmat hoz létre. A fájdalom kizárólag fájdalomból táplálkozhat. A fájdalom nem táplálkozhat örömből. Számára az emészthetetlen. A fájdalomtest, amely az ego vetette sötét árnyék, valójában retteg tudatod fényétől. Minden megmutatkozik, amikor a fény ráveti sugarát, és bármi, amire a fény ráveti sugarát, maga is fénné változik.

Maradj a jelenben, maradj tudatos! Légy belső tered örökké éber őre! A belső szakadás begyógyul, és újra teljessé válsz. Ettől kezdve már a te felelősséged, hogy ne teremts újabb fájdalmat. Összpontosítsd figyelmedet a benned lévő érzésre. Tud, hogy ez a fájdalomtest! Fogadd el a tényt, hogy az ott van! Ne gondolkozz róla, ne hagyd, hogy az érzés gondolattá alakuljon! Ne értékeld, ne elemezd! Ne azonosítsd önmagadat vele! Maradj jelen, és továbbra is megfigyelőként észleld, hogy mi történik benned! Ne csak az érzelmi fájdalmat tudatosítsd magadban, hanem „azt is, aki figyel”, a csöndes figyelőt! Ez a Most ereje, saját tudatos jelenléted.

Inkább vagy hajlandó továbbra is fájdalomban élni – a fájdalomtest lenni -, mint beleugrani az ismeretlenbe és megkockáztatni már ismerős, megszokott éned elvesztését. Csak te teheted ezt meg!

Nincs szükséged félelemre ahhoz, hogy elkerüld a fölösleges veszélyeket. Ehhez csupán minimális intelligencia és józan ész szükségeltetik. Ez „szorongás szakadék”, pszichológiai félelem. Nincs olyan félelem, amit nem lehet leküzdeni. Önmagad megfigyelése közben a félelmet is le lehet győzni, csak akarat és hit kell hozzá a Most-ban. A jelen pillanattal mindig meg tudsz birkózni, viszont képtelenség megbirkózni valamivel, ami csak az elmének egy kivetítése: a jövővel. Ameddig az elméddel azonosulsz, addig életedet folyamatosan az ego működteti. Minden félelem az ego félelme a haláltól, a megsemmisüléstől. Amíg életedet az egos elme irányítja, addig képtelen vagy igazán nyugalmat, békét és kielégülést találni, leszámítva azokat a rövid időközöket, amikor éppen megszerezted azt, amit akartál, amikor egy sóvárgás éppen beteljesült. Mivel az ego az én érzékelésének származtatott terméke, ezért külső dolgokkal kell azonosulnia, folyamatos védelemre és táplálásra szorul. A leggyakoribb ego azonosulások birtoklással függenek össze.

Ha azonosulsz az elmével, az idő csapdájába esel: arra kényszerülsz, hogy szinte kizárólag emlékekben és jövő várásban élj. Az idő egyáltalán nem értékes, mert csupán illúzió. Amit értékesnek érzékel, az nem az idő, hanem egy időn kívüli pont: a Most. Az valóban értékes. Minél inkább az időre összpontosítasz – a múltra és a jövőre -, annál inkább elveszíted a mostot, a létező legértékesebb dolgot. Azért, mert ez az egyetlen létező dolog. Csak ez van. Az örök jelen az a tér, amelyben az életed kibontakozik, az egyetlen tényező, amely állandó marad. Az élet most van. Soha nem volt olyan időpont, amikor az életed nem most volt, és nem is lesz ilyen. Másrészt, a most az egyetlen pont, ahol kiléphetsz az elme korlátozott keretei közül. Ez számodra az egyetlen bejárat a Lét időtlen és forma nélküli birodalmába.

A Lét tudatossága érzékelésed részévé válik. Az időtlen dimenzió egy másfajta tudást tesz lehetővé, olyan tudást, amely nem rombolja le az élet szentségét és misztériumát, hanem mély Szeretetet és tiszteletet hordoz minden iránt, ami van. Kizárólag a Lét ismer közvetlenül! Az önmegfigyelésen keresztül automatikusan egyre több jelenlét lép be az életedbe. Amint észreveszed, hogy nem vagy jelen, máris jelen vagy.

Elmédd – gondolataid, érzelmeid és a különféle helyzetekre adott reakciód – öreként légy jelen! Legalább akkora érdeklődéssel figyelj reakciódat, mint a helyzetet vagy a személyt, ami, illetve aki reagálásra kész. Azt is figyelj meg, hogy milyen gyakran terelődik figyelmed a múlt vagy a jövő felé! Ne értékeld, és ne elemezd azt, amit megfigyelsz! Ne csinálj belőlük személyes problémát! A megfigyelt dolgok bármelyikénél erőteljesebb valamit

fogsz így érezni: magát az elméd tartalma mögötti nyugodt, megfigyelő jelenlétet, a csöndes figyelőt.

Ha az adott helyzet erős érzelmi töltésű reakciót vált ki belőled, akkor különösen intenzív jelenlétre van szükséged. Nem csökkenti a képességedet, hogy ha használod az időt – a múltat vagy a jövőt –, amikor a gyakorlati életben éppen erre van szükséged. Az óraidő nem csak azt jelenti, hogy megbeszélünk egy találkozót, vagy megtervezünk egy utat. Azt is jelenti, hogy: tanulunk a múltból, mert nem akarjuk ugyanazokat a hibákat újra és újra elkövetni; célokat tűzünk magunk elé, és azok elérése végett cselekszünk; a múltban megismert minták és fizikai, matematikai és egyéb törvények alapján megjósoljuk a jövőt, és ennek alapján megtesszük a szükséges tetteket. De még itt, a gyakorlati élet szférájában is, ahol nem nélkülözhetjük kapcsolatainkat a múlttal és jövővel, a jelen pillanat marad a lényeges tényező: minden múltbeli lecke a mostban válik fontossá, és azokat a leckéket most használjuk föl. Egy adott cél eléréséért végzett bármilyen tervezést vagy munkát is most végzünk el. A megvilágosodott ember figyelmének középpontjában mindig a most áll, más szóval, továbbra is használjuk az óraidőt, de már megszabadult a pszichológiai időtől. Légy éber, amikor azt gyakorlod, hogy ne alakítsd át akaratlanul az óraidőt pszichológiai idővé! Ha pl. elkövettél egy hibát, és abból most tanulsz, akkor az óraidőt használod. Ha azonban mentálisan – gondolataiddal – tartósan az ügyben tocsogsz, és önkritika, lelkipurdalás vagy büntudat jelentkezik, akkor a hibát „énné” és „enyémmé” teszed, énképed részévé, s akkor már az idő pszichológiai idővé változott, ami mindig hamis identitás-felfogáshoz kapcsolódik. A nem megbocsátás a pszichológiai idő súlyos terhét is óhatatlanul ráncok rakja. Életed ennek következtében elveszíti a vibrálását, a frissességét, a csoda iránti érzékenységét. A régi gondolat-, érzelem-, reakció- és vágy mintákat vég nélkül ismétlődő színdarabokban adod elő. Azt az elmédben található forgatókönyvet viszed színre, ami valamiféle identitást ad ugyan neked, ám eltorzítja vagy elfedi a most valóságát. Az elme aztán egy rögeszmét teremt, amelyben a nem kielégítő jelennel szemben a jövőt csillantja meg kiütként. Az egyetlen hely tehát, ahol valódi átalakulás jöhet létre, és ahol a múlt föloldható, az a most, a jelen.

A legtöbb ember nehezen hiszi el, hogy létezik egy minden negatívitástól mentes tudatállapot. Pedig ez az a felszabadult állapot, amiről valamennyi spirituális tanítás beszél. Talán nehezedre esik fölismerni, hogy szenvedésed és problémáid oka valójában az idő. Az árnyékod elől nem futhatsz el! Végső soron csak egyetlen probléma létezik: maga az időhöz kötött elme. Az időben nem létezik megváltás. Nem lehetsz szabad a jövőben. A szabadság kulcsa a jelenlét, tehát csakis most lehetsz szabad.

Találd meg a „szűk kaput”, ami az életedbe vezet! A neve: most. Szűkítsd le életedet erre a pillanatra! Az élethelyzeted talán valóban tele van problémákkal – mint a legtöbb élethelyzet –, de figyelmedet a mostra összpontosítsd és ne a holnapra, és ne a következő percekre. Mindig a mostra figyelj! Amikor problémáktól zsong a fejed, olyankor már nem jut benned tér semmi egyéb, új tényező számára, nem marad hely a megoldásnak. Ezért, amikor csak teheted, csinálj helyet, teremts némi teret, hogy az élethelyzeted mögött rálelhess az életre. Ha voltál már valaha is élet-halál helyzetben, tudod, hogy az nem probléma volt. Az elmének nem jutott ideje arra, hogy bolond köreit megtéve problémává duzzassza a szituációt. Igazi vészhelyzetben az elme leáll, s te jelen vagy a mostban. Vészhelyzet esetén vagy életben maradsz, vagy nem, bármelyik is történjék, az nem probléma. Szavaid, gondolataid és tetteid java részét valójában a félelem motiválja, ami persze mindig azzal jár, hogy figyelmedet a jövőre irányítod, és megszakad a kapcsolatod a mosttal. Mivel a mostban nincsenek problémák, ezért félelem sincs! Ha olyan helyzet adódik, amelyet azonnal kezelned kell, akkor cselekvésed világos, határozott és valószínűleg hatékony lesz, ha az a jelen pillanat tudatosságából fakad. Ugyanis tetted ilyenkor nem az elméd múltbeli beidegződéseiből fakadó reakció lesz, hanem a helyzetre adott intuitív válasz. Lehet máshogyan is tenni. A „hogyan” mindig fontosabb, mint a „mit”. Add legteljesebb figyelmedet annak, amit az adott pillanat kínál, bármi legyen is az. Ebből az is következik, hogy teljesen elfogadod azt, ami van, hiszen nem szentelheted teljes figyelmedet valaminek, ha közben ellenállsz neki. Amint értékeled a jelen pillanatot, minden boldogtalanság és küszködés szertefoszlik, s az életed örömmel és könnyedséggel kezd áramlani. Ha a jelen pillanat tudatosságából cselekszel,

bármit is teszel – akár a legegyszerűbb dolgokat is -, tetteidet a minőség, a gondoskodás és a szeretet érzése itatja át: Ne gondolj tehát tetteid gyümölcsére! Csak magára a tevékenységre figyelj! A gyümölcs magától beérik. Ez egy spirituális gyakorlat. A Bhagavad Gitában, amely egyike a létező legrégebb és leggyönyörűbb spirituális tanításoknak, a tettek gyümölcséhez való nem ragaszkodást Karma Jógának nevezik. A „megszentelt cselekedet” ösvényeként esik róla szó. Amikor a mélyebb én tudatod már a Létből táplálkozik, amikor megszabadultál attól a pszichológiai szükséglettől, hogy „valakivé váljál”, akkor többé már sem a boldogságod, sem az én tudatod nem függ az eredménytől, a kimeneteltől, és így megszabadultál a félelemtől is. Ebben a létállapotban ugyan hogyan lehetnél sikertelen? Hiszen már eleve sikeres vagy! Ezen igazság fölfogásához meg kell élned azt! Amikor a tested minden sejtje annyira jelen van, hogy élettől vibrálónak érzed őket, és amikor az élet minden pillanatában megéled a Lét örömet; akkor mondhatod el, hogy megszabadultál az időtől. De már az is hatalmas siker.

Minden tudattalan dolog szertefoszlik, amint rávetíted a tudat fényét! Amint tudod, hogy miként szüntesd meg a szokványos tudattalanságot, akkortól már fényesen ragyoghat jelenléted fénye, és sokkal könnyebben birkózol majd meg tudattalanságoddal, amint újra érzed annak gravitációs húzóerejét. Eleinte azonban nem lesz könnyű fölismerned a szokványos tudattalanságot, éppen megszokottsága, hétköznapisága miatt. Tedd szokásoddá, hogy megfigyeled mentális és érzelmi állapotodat! Érdemes gyakran megkérdezni magadtól: „Nyugalmat érzek-e ebben a pillanatban?” Annyira érdekeljenek a belső történések, mint a külsők! Ha belső világodat rendbe teszed, a külső is egyenesbe kerül. Az elsődleges valóság belül, a másodlagos kívül található. Nézz alaposan önmagadba! Ha cselekszel – kilépsz a szituációból vagy megváltoztatod a helyzetedet -, akkor először engedd el a negatívitást. Hatékonyabb a szükség fölismeréséből származó tett, mint a negatívitásból eredő. Gyakran bármilyen lépés jobb, mint a nem lépés. Ha hibás lépést teszel, akkor abból legalább tanulsz valamit, és akkor már nem is beszélhetünk hibáról. Ha nem mozdulsz, semmit sem tanulsz. Ismerd el a félelmet, nézd meg, vidd bele a figyelmedet, légy teljesen jelen vele! Ha pedig valóban nem tehetsz semmit az itt és most megváltoztatására, és nem is tudsz kilépni a helyzetből, akkor minden belső ellenállásodat szélnék eresztve fogadd el a szituációt teljesen! Bármelyik utat választottad is, szabad lettél. De bárhog alakul is, nem lesz belső konfliktus, ellenállás, negatívitás. Élvezd az energia áramlását, az adott pillanat magas energiaszintjét! Ha sokat gondolsz a múltra, a bűntudatra, a haragra, a sok pletykára – Ez esetben nem csupán a hamis én tudatodat erősíted meg, hanem még tested öregedését is előmozdítod, mert múltat halmozol föl a pszichédben. Minden pillanatban halj meg a múlt számára! Nincs rá szükséged. Csak akkor utalj rá, ha az a jelen szempontjából múlhatatlanul szükséges! Érezd ennek a pillanatnak az erejét, és a Lét teljességét! Érezd jelenlétedet! Nincs abban semmi rossz, hogy javítani szeretnél élethelyzeteden. Az élethelyzetedet javíthatod is, de az életedet nem. Az élet az elsődleges, közvetlen valami. Az élet a legmélyebb, belső Léted. Az már önmagában teljes, egész és tökéletes! Élethelyzeted a körülményeidből és az élményeidből áll. Nincs abban semmi rossz, hogy célokat tűzöl magad elé, és igyekszel elérni őket. A hibát akkor követed el, amikor ezzel akarod helyettesíteni az élet, a Lét érzését. Ahhoz egyetlen helyen juthatsz hozzá: a mostban. Enélkül olyan vagy, mint az építész, aki nem foglalkozik az épület alapozásával, s csak az emeletek kialakítására fordítja figyelmét és az idejét. Életutadnak van egy külső és egy belső célja. A külső cél az, hogy odaéj, ahova eljutni szeretnél. A belső cél pedig arról szól, hogy hogyan, könnyen és boldogan vagy boldogtalanul és nehezen. Teljesen a jelen pillanati tudatosságod minőségével függ össze. Külső utad millió lépést is tartalmazhat; belső utad csak egyet: azt a lépést, amelyet most teszel. A Létbe emel téged, s átragyog a Lét fénye. Ez egyszerre célja és kiteljesedése is belső utazásodnak, az önmagába vivő útnak. Minden, amit tudnod kell a benned rejlő tudattalan múlttól, azt a jelenben fölbukkanó kihívások a felszínre fogják hozni. Kizárólag a jelen szabadít meg a múlttól. A teljes jelenlétedre van szükség! A tudat a formák áruhájába öltözik, mígnem azok olyan bonyolultsági szintet érnek el, hogy a tudat teljesen elveszíti magát bennünk.

Krisztus „második eljövetele” az emberi tudat átalakulása. Váltás az időből a jelenbe, a gondolkodásból a tiszta tudatosságba, s nem egy férfi vagy egy asszony megérkezése. „Krisztus valamiféle külsődleges formában holnap visszatérne, ugyan mi mást is mondhatna neked, mint ezt: Én vagyok az igazság. Isten jelenlét vagyok. Az örök élet vagyok. Most vagyok.” Soha ne személyesítsd meg Krisztust! Ne azonosítsd semmilyen formával! Minden erős egojú ember jelentéktelennek tartaná, vagy ami még valószínűbb, észre sem venné ő(ke)t.

Ha megvilágosodott mesterhez vonzódasz, az azért történik, mert már elég jelenlét van benned ahhoz, hogy fölismerd a jelenlétet egy másik emberben. Az egók a nagyobb egókhoz vonzódnak. A sötétség nem képes felismerni a fényt. Csak a fény tudja felismerni a fényt. Ne hidd hát, hogy a fény rajtad kívül van, vagy hogy csak bizonyos formán keresztül jelenhet meg. Használd mestered jelenlétét arra, hogy – a néven és formán túl – tükrözze vissza neked saját identitásodat, s hogy te magad intenzívebb jelenlévővé válj! Hamarosan rájössz majd, hogy a jelenlétben nem létezik „enyém vagy tied”. A jelenlét egy.

A csoportmunka is segítheti jelenléted fényének erősödését. A jelenlét állapotában tartózkodó emberek csoportja rendkívüli erejű kollektív energiamezőt gerjeszt. Hatására nem csak intenzívebbé válik a csoport minden egyes tagjának a jelenléte, hanem még abban is segít, hogy a kollektív emberi tudat megszabaduljon a jelenlegi elmeuraltságától. Ez pedig mások számára is egyre elérhetőbbé teszi a jelenlét állapotát! Ha azonban nincs a csoportnak legalább egy tagja, aki stabilan a jelenben tud maradni, tehát képes az állapot energiafrekvenciáját megtartani, akkor az egós elme bizony könnyen ismét érvényt szerez akaratának. A csoportmunka fölbecsülhetetlen értékű, mégsem elegendő, és nem szabad hagyni, hogy függővé válj tőle. Ugyanígy kerülj el azt is, hogy tanítodon vagy mestereden csüngj, leszámítva azt az átmeneti időszakot, amikor a jelenlét jelentését és gyakorlását tanulod tőle.