

robert brus

[u originalu: treatise on astral projection - by robert bruce, 2. July 1994]

- i - prvi deo
- ii - drugi deo
- iii - treci deo
- iv - cetvrti deo
- v - peti deo
- vi - sestí deo

---

## **prvi deo**

ova verzija u potpunosti je prepisana i podesena, i sadri sva pitanja i komentare otkako je prvi put redakcija pocela da prima pisma. Pokusao sam da, koristeći svoje iskustvo kao projektora i misticara, resim neke od osnovnih problema koje ljudi imaju sa astralnom projekcijom (ap). Ovo je postao interaktivni rad zahvaljujuci svim svojim porukama i eksperimentima koje je inspirisao na internetu.

postoje izvesni aspekti astralne dimenzije i procesa projekcije koji su vrlo komplikovani. Mnogo toga je pogresno shvaceno i moze biti vrlo zbunjujuce. Ove serije clanaka trebalo bi da bace malo svetla na subjekat, i nadam se objasne o cemu je rec. Teorije i zakljucci u ovoj raspravi su mahom rezultat mojih sopstvenih ap iskustava. Cilj ove rasprave je da poveca razumevanje i omoguci nove, lakse i efektivnije tehnike za projekciju. Ideje, teorije i tehnike koje se ovde razmatraju su uvek promenljive i predmet su izmena tj. Menjaju se kad god neka nova otkrica bace malo svetla na ovu temu.

## **sta je astralna dimenzija?**

astralna dimenzija je najbliza fizickoj. Ona cini svet velikom misaonom mrezom koja hvata i zadrzava sve misli. Njene sadrzaje stvorila je kolektivna svest zamaljske misli. Ona sadri sve misli, secanja, fantazije i snove svake zive stvari na zemlji. U njoj zakoni privlacnosti cine da se ovaj okean misli slaze u slojevima ili bazenima. Ovi bazeni misli cesto se zovu i astralna prostranstva, astralni svetovi ili astralna podprostranstva ili astralna carstva.

astralna dimenzija je sacinjena od astralne materije, a dobar izraz je i misao. Izuzetno je osetljiva na misli i moze biti pretvorena u bilo koji oblik tj. Formu. Ove tvorevine mogu biti tako stvarne, kao u fizickom svetu.

najbolji način da se objasni misaona materija je da poredimo astralnu materiju i neizložen, brzi foto - film. Kad je film izložen svetlu, fokusiranom pomoću kamerinih sočiva, savršena slika stvarnosti trenutno se oslikava na filmu zahvaljujući hemijskoj reakciji. Kada je astralna materija izložena mislima, fokusiranim misaonim sočivima, savršena slika stvarnosti trenutno se formira na astralnoj materiji reakcijom astralne materije na misao. Kvalitet i stvarnost bilo koje kreacije u astralnoj dimenziji zavisi u velikoj meri od snage misli u toku izrade te kreacije.

## **snovi**

evo kako podsvesni um stvara snove: dok se projektuje u astralnu dimenziju tokom spavanja, on može da stvori bilo koji scenario koji želi. Ovo je način na koji podsvest rešava probleme i komunicira sa svescu. Podsvest stvara seriju složenih misli i scenarija i projektuje ih u misaonu materiju astralne dimenzije, gde one postaju čvrste tj. Postojane. Svest tada prozivljava i oseca ove serije u stanju sna. Kao što filmski projektor (svest) projektuje film na platno (astralna dimenzija).

## **oblici misli**

svaki novi predmet u stvarnom svetu kroz neko vreme povezuje se i sa astralnom dimenzijom. Predstavljanje misaonog oblika nove stvari prvo se ostvaruje u najnižem delu astralne dimenzije, vrlo blizu fizičkog sveta, a postaje sve više trajnije s vremenom. Što više pažnje obratimo na objekat, to se i on mnogo brže učvršćuje. Dalje od fizičkog sveta i duboko u astralnom svetu pronađeno je manje takvih objekata iz fizičkog sveta. Fizički predmeti moraju da se »toče« u astralnu dimenziju dugo vremena pre nego što dobiju misaoni oblik.

da li ste ikada pokušali da se krecete u tuđoj kući u mraku? Nalećete na svasta, zar ne? Ali ako upoznate ovo okruženje, mentalna slika okoline formira se u mozgu i možete da se nekako snalazite. Što više vremena provodite u toj kući, to je mentalna slika jača. Tako se i stvari vezuju i rastu u drugim dimenzijama kao misaoni oblici. Stvaranje misaonih oblika u astralu, takođe može da radi i u obrnutom smeru. Ako je fizički predmet bio oko nas dugo vremena, on će biti dobro vezan za astral. Ako predmet uništimo ili sklonimo, njegov misaoni oblik ostaje i dalje. Tako možete na primer u astralu da nadjete nameštaj oko sebe koji nemate, pomesan sa onim koji je tu. Ovo je izazvano slabljenjem misaonih oblika starih stvari, koje su pripadale starim podstanarima i slično, koje su tu u mislima iako su prošle godine otkada su stvarno nestale.

stari misaoni oblici ne prate njihove fizičke dvojnike okolo kada se ovi pomere. Novi misaoni oblik počinje da raste dok stari polako propada. Što je neka stvar

duze na jednom mestu, to je i misaoni oblik jaci. To isto se odnosi i na zgrade, konstrukcije, reljef terena i slicno. Mozete se projektovati u park i videti kucu, most, potok ili brdo npr. Za koje ste sigurni da nije tu. Sve to je nekada davno tu i bilo. Sto vise u astralu idete to su misaoni oblici stariji, ili vam izgleda da ste dalje u proslosti.

brzina rasta misaonih oblika zavisi uveliko od paznje koja je posvecena tom objektu. Na primer, poznata slika obozavana i vidjena od strane miliona imace jaci misaoni oblik od neke obicne slike, koju je videlo par ljudi. Broj misaonih oblika koji nalazite u astralu zavisi i od blizine fizicke dimenzije. Ako ste vrlo blizu, kao u projekciji realnog vremena (ril-tajm projekciji) ili u ap-i, vrlo malo misaonih oblika cete videti, cak cesto nijedan. U ap realnog vremena, vi niste potpuno u astralnoj dimenziji, ali postojite u astralnom obliku u zoni izmedju astralne i fizicke dimenzije.

### **astralni pogled**

u fizickom telu mi imamo 220 stepeni gledanja, npr. Mozemo videti samo ispred sebe, ali ne iza, iznad ili ispod u isto vreme. U astralnom telu, imamo 360 stepeni gledanja, i mozemo videti sve okolo u isto vreme. Ovo je sferican pogled. Tokom projekcije, navika nas tera da se usredsredimo na jednu stranu, tamo gde osecamo da je prednji deo. Pogled iza, iznad, ispod, levo i desno jos je tu, ali on nemoze da se poveze sa mozgom u isto vreme. To je protiv mozgove dugogodisnje navike da gleda napred. Sferni pogled je kao neko veliko oko koje moze da vidi u svim pravcima u isto vreme!

u astralnoom telu mi nemamo nikakve fizicke organe kao npr. Oci. Mi smo nefizicka tacka svesti koja plovi svemirom. Takodje, na nas ne utice gravitacija ili bilo koji drugi zakoni fizike. U ovom stanju nema gore, dole, levo ili desno - to je samo stara duga navika nase svesti.

vazno je da razumete sferni pogled, ako zelite da operisete u astralu. To se posebno odnosi na ap blizu fizicke dimenzije. Sferni pogled cesto ce vas navesti da pomislite da ste u nekoj dimenziji "u ogledalu" ili da ste izvrnuta kopija stvarnosti. To znaci da ce npr. Vasa kuca biti izvrnuta, recimo na zadnju stranu. Ovo je rezultat gubljenja vase prirodne tacke gledista tokom projekcije.

na nekim mestima tokom projekcije postacete dezorjentisani i zauzecete drugacije glediste na primer obrnucete se naglavacke bez razmisljanja. To ce obrnuti vase prirodno levo i desno. To nece puno smetati vasoj svesti.

posto nemate fizicko telo u astralu, nemorate da se okrecete ili da se uopste mrdate da biste videli iza sebe. Treba samo da promenite svoje glediste na zadnji deo. Kada ovo uradite bez kretanja, izazvacete efekat ogledala - tj. Kao kad

gledate u ogledalo da biste videli pozadi.

donji dijagram ilustruje ovu promenu gledista bez okretanja - obratite paznju - levo i desno se ne menjaju:

desno/desno

(a)<<<<<<-----/----->>>>>>(b)

levo/levo

ako glediste a postaje glediste b bez okretanja, onda levo i desno nisu zamenjeni. Podsvest koristi kreativnost da ispravi pogled tako sto ga izvrce u celini ili deo njega. Tako je lakse za svest da prihvati tu orijentaciju nego da se suocava sa izvrtnjem. Slican efekat mozemo postici ako pokusamo da stojimo na glavi i razaberemo levu i desnu stranu stvari. Ovo izaziva malu pometnju u vasem osecaju za levo i desno, npr. Morate svesno da izracunate koja je leva a koja desna strana s tim da ste u izvrnutoj poziciji. Mala zbunjenost je sve sto je potrebno da bi smo prevarili podsvest kako bi ona stvorila nesto, sto nam je lakse da prihvatimo.

vas mozak ne moze da poveze ovo izvrtnje i tako vam daje novu perspektivu prema onome sto on misli da je levo i desno u nekom trenutku. Kada jednom svesno primetite ovu anomaliju kasno je da je izvrnete. Mozak ne moze da prihvati svesnu izmenu levog i desnog.

ako razumete sferni pogled misli, i desi vam se da se izvrnete u toku projekcije, to vise nije problem. Slobodno racunajte s tim i radite normalno, bolje nego da mislite da gubite vreme u nekom ogledalu, npr. Ako ste planirali da radite nesto u astralu, vi to i mozete. Sve sto treba da uradite je da ispisete koordinate levog i desnog, na primer, na vasoj zgradi, i da zanemarite vas prirodni osecaj za levo i desno u potpunosti.

sve sto vidite u astralu je direktno vezano za um. Prosta je stvar za podsvest da izokrece celinu ili deo vase svesti tokom ap.

### **snaga stvaralacke vizualizacije**

podsvest ima vecu moc vizualizacije od svesti. To je kao da poredite super - racunar sa decijim digitronom. U astralnoj dimenziji tokom svake svesne projekcije ili lucidnog sna, kada je svest budna, ova razlika moze da stvori veliku zabunu. Podsvest lagano kljuca ispod površine tokom svake projekcije. Sva ta stvaralacka moc jedva ceka da izađe i da stvara, i upravo to ce uraditi ako dobije sansu. Razlika u stvaralackim mocima, kombinovana sa dugogodisnjom navikom

normalnog prednjeg pogleda tj. Pogleda u napred a ne sfernog pogleda, uzrok je tzv. Efekta "alisa u zemlji cuda". Da objasnim. . .

spojte sve ovo:

1. Neverovatnu stvaralacku moc podsvesti,
2. Slabost svesti u stvaralackim mocima,
3. Osetljivost astralne materije na misao,
4. Sferni pogled,
5. Leva i desna izvrtanja,

i eto vam totalne zbrke.

efekat alise u zemlji cuda

vase astralno telo se projektuje i vi gledate svoju sobu. Sve izgleda normalno ali odjednom primecujete da su vrata na pogresnom zidu. Dok gledate okolo, vi ste vec videli vrata sa zadnjim pogledom, i tako zbunili vase prirodno levo i desno. Mozak to ne moze da poveze, jer je vas prednji pogled na mesto namestaja i slika ili prozora u redu; samo je zadnji pogled izvrnut. Ovo vara podsvest u stvaranju vrata gde ona misli da bi trebalo da budu. Kada gledate u vrata ona se cine stvarna, iako znate da su na pogresnom mestu. Kada se jednom stvore nece nestati, jer bi to takodje bilo neprihvatljivo za vasu svest, tj. Nije normalno da vrata nestaju pred vasim ocima, odnosno vi nemate tu naviku.

kada se okrenete tamo gde bi vrata trebalo da stoje, ona ce obicno tamo i biti. Sada imate dvoje ili vise vrata umesto jednih. Ako krenete pravim vratima trebalo bi da naidjete na ostatak kuce, kao sto je normalno. Ali ako podjete lazanim vratima, um zna da su ona lazna i nece da prihvati to da ona vode u deo kuce koji bi trebalo da je iza njih. Stoga, ako ih otvorite, naci cete nesto drugo. To je najcesce prolaz ili put koji nemate u kuci, koji vodi u druge delove kuce koje takodje nemate.

znaci ako nastavite ovim putem, uci cete u "zemlju cuda", gde je sve moguće, ali nije bas uverljivo. Ono sto u stvari radite jeste da ulazite u astral. Kada podsvest pocne da stvara slike, ona to radi stalno. U ovoj oluji slika, podsvest upada u dublje delove astrala, i na ovom mestu stvarnost se gubi, i vi nestajete u astralnoj dimenziji.

ima mnogo nacina "alisa" efekta, a gore spomenuti je samo jedna varijacija. Mnogi projektori primetili su da nekad tokom projekcije gube kontrolu. Stvari se pojavljuju i nestaju i sve postaje malo cudno. Ovo je izazvano velikom stvaralascu podsvesnog uma, koja je isplivala na površinu i postala aktivna. Podsvest pravi i unistava stvari, i odnosi nas u druga podrucija astrala i sve cini

tezim za projektore.

da biste izbegli problem, koncentrisite se na ono sto radite dok se projektujete i ne dopustite da vam misli lutaju. Problem izvrtanja moze da se ublazi ako se koncentrisete na prednji pogled tokom projekcije. Ako se okrećete, pratite sobu pogledom i nedajte da vam pogledi lete. Astral nije dobro mesto za odmaranje ako imate ozbiljne planove.

stvaralacka snaga podsvesti moze medjutim biti i korisna. To je izuzetno koristan alat ako znate da ga koristite. Da bi to naucili, vidite tekst u trecem delu, pod naslovom "projekcija virtuelne realnosti", gde ce biti izneti nacini da stvorite svoje sopstveno astralno carstvo.

### **topljenje ruku**

kada se projektujete blizu fizickog sveta, vi nemate telo kao takvo. Ali um to ne moze da prihvati, i zato uspostavlja misaoni oblik, sazdan od etericne materije. Ako pokusate da gledate u svoje telo, recimo svoje ruke, videćete da se one tope veoma brzo. One izgledaju blede i cudno, i za par sekundi vasi prsti pocinju da se tope kao led nad bakljom. Oni su se skratili u blede okrajke, a ostatak vasih ruku i sake, topi se takodje. Efekat topljenja, cini se da se desava samo kada vi namerno pokusavate da posmatrate deo tela ili da svesno stvorite nesto.

namerno posmatranje astralnog tela vrsi se svesnim umom koji ima slabe stvaralcke moci, ne moze da zadrzi slozene oblike dugo vremena i to je ono sto izaziva efekat topljenja. Ako se desi da primetite delove svog tela u prolazu, (tj. Slucajno - p. P. ) ovaj efekat nece se ispoljiti.

### **stvaranje predmeta - misaonih oblika**

vi mozete upotrebiti vasu svest da stvarate objekte tokom projekcije. Trajanje ovih misaonih oblika (predmeta) zavisi uveliko od vasih moci i sposobnosti zamisljanja ili vizualizacije. Takodje, zavisi i od toga koliko vremena i napora ulozite u stvaranje.

isti onaj efekat topljenja dogadja se sa svakom kreacijom koja je nacinjena u astralnoj dimenziji. Ako stvorite npr. Mac, on ce se pojaviti u vasoj ruci dok ga zamisljate, a onda ce se istopiti kao i ruka. Ako se dobro koncentrisete, drzacete ga u formi ali ako vasa koncentracija popusti, isto ce biti i sa macem. Ovo se dogadja i sa bilo kojom zamisljenom stvari i u stvarnom svetu. To je tesko, i vi morate da se koncentrisete vrlo dobro da biste odrzali misao u ocima vasesg uma. Kada popusti vasa koncentracija, isto se desava i sa misaonom kreacijom. Ovo ilustruje veliku razliku izmedju svesti i podsvesti, kada je u pitanju stvaralacka moc.

da biste napravili trajni misaoni predmet, morate prevariti podsvest da ga ona napravi za vas. O tome ce biti vise reci u narednom delu teksta.

### **kako se dogadja ap?**

tokom sna, energija tela -poznata kao etericno telo, se puni. Ono (to telo - p. P. ) pulsira, kako bi sakupilo energiju. Energija tela moze, normalno, da se popunjava tokom prosirenog stanja, tokom sna. Jednom prosirene, cakre (nefizicki organi - p. P. ) ukapavaju energiju, u obliku etericne materije, u etericno telo. Tokom ovog procesa punjenja, astralno telo se odvaja i odlazi u astralnu dimenziju gde moze da stvara i iskusava snove.

ako je ovo odvajanje uradjeno svesno, ili ako ga postanete svesni, mozete preuzeti odredjenu kontrolu nad njim. To onda postaje takozvana astralna projekcija - ap, lucidni san - ls ili vantelesno iskustvo-vti. Glavne razlike izmedju ap,vti i ls su sledece:

### **vti**

vti (vantelesno iskustvo) je projekcija u realnom vremenu, blizu fizickog sveta. Ovo je cesto rezultat iskustava na ivici smrti (ibs). Na primer kao kada je osoba izbacena iz svog tela pod uticajem neke traume, npr. Saobracajne nesrece, operacije, srcanog udara, porodjaja i sl. Vti-ovci su svesni stvari koje se dogadjaju u pravom svetlu, i u pravom vremenu; kao sto su npr. Razgovori, i neki drugi obliznji dogadjaji u okolini njihovog fizickog tela. U mnogim slucajevima ovi dogadjaji i razgovori su potpuno tacno prepricani od strane osoba koje su imale vti, posle njihovog povratka u telo.

napomena: vti je razlicit od ls i ap, jer je on u realnom vremenu, i objektivnom aspektu. Ovo je izazvano astralnim telom koje sadrzi velike kolicine etericne materije, koja ga drzi blizu fizickog sveta.

postoje dva glavna uzroka pravom vremenu u vti:

1. Fizicko telo osobe je blizu smrti, ili bar misli da jeste, sto rezultira time da se velika kolicina etericne materije kanalise u astralno telo, u cilju pripreme za proces smrti.
2. Osoba ima aktivne cakre koje rade istu stvar - kanalisu etericnu materiju u astralno telo. Imati aktivne cakre moze biti rezultat treninga ili prosto prirodna nadarenost.

napomena: mozete se projektovati svesno, i imati vti u realnom vremenu ako su

cakre prikupile dovoljno energije. U vti stvarnost je objektivna (realna), a vreme je normalno (realno vreme).

tehnicki receno, kada se projektujete u fizicki svet u realnom vremenu, kao u vti, vi ste u stvari u medjuzoni izmedju fizicke i astralne dimenzije. Ako astralno telo - at sadrzi dovoljno etericne materije (em), ono moze da postoji samo nijansu izvan stvarnosti. To znaci da je projekcija u realnom vremenu tako blizu fizickoj dimenziji da ju je tesko razlikovati od nje.

napomena: proverio sam ovo mnogo puta, projektujuci se u realnom vremenu tokom dana i trazeci i svojoj okolini neke nesrecne slucajeve, incidente i slicno, potvrđujući istinitost mojih otkrica kasnije.

postoje jake prirodne prepreke za svesnu, vremenski realnu projekciju, vti u fizickom svetu. Kolicina em koja je kanalisana u telu je jedna od njih. Ona ogranicava trajanje bilo koje vremenski objektivne projekcije na stepen savrsenosti cakri i njihove kontrole.

### **astralna projekcija**

to je kada je at projektovano u astralnu dimenziju, gde su stvari potpuno drugcije nego u nasem svetu. Vreme je poremeceno i prosireno, npr. Sat u astralnoj dimenziji moze biti kao pet minuta u nasoj dimenziji, u zavisnosti od toga u kom se delu astrala nalazite. Stvarnost je tecna i promenljiva.

### **lucidni snovi**

to je kada osoba postane potpuno svesna onoga sto sanja. Osoba ili preuzima neku svesnu kontrolu nad tokom dogadjaja, ili pretvara iskustvo u ap. Ls je vise slican astralnoj projekciji negoli vantelesnom iskustvu, jer su i u njemu vreme i stvarnost poremeceni.

astralna projekcija ili lucidni san?

mnogi astralni projektori se uspavaju pre nego sto naprave svestan izlaz iz svog tela, i vracaju se u budnost u astralu. Vi postajete svesni posto se izvrsi odvajanje od fizickog tela i obicno se vec nalazite u astralu. Ako propustite svestan izlaz iz fizickog tela, vi tehnicki receno imate lucidni san, a ne astralnu projekciju - ap imate onda kada ste svesni odvajanja od samog pocetka.

sva tri tipa projekcije su usko povezana, npr. Svima je slicno odvajanje at od fizickog i iskusavanje stvarnosti van tela.

## **drugi deo**

### **otpocinjanje**

posto je fizicko telo zaspalo, astralno telo se uvek projektuje u fizicki svet. Kada se energija tela jednom prosiri, at slobodno pluta i lebdi iznad fizickog tela, ali samo tokom uticaja energetskog polja. Tokom tog uticaja, poznatog kao aktivni domet niti, at se drzi blizu fizickog sveta, kao i pod uticajem polja etericne materije.

tokom svesne astralne projekcije moze vam se ciniti kao da se projektujete pravo u astralnu dimenziju. Ali tu uvek postoji posredna faza na pocetku, kada postojite kao astralna forma blizu fizicke dimenzije. Objektivno vreme kao karakter bilo koje projekcije, moze biti propusteno ukoliko prespavamo momenat projekcije. Prostor oko tela, u dometu aktivnosti niti napunjen je em i u ovom polju astralno telo je u realnom vremenu i blizu fizicke dimenzije.

### **etericna materija**

etericna materija je ono od cega se sastoji zivotna sila, koju stvaraju sva ziva bica prosto zato sto su ziva. To je supstanca izmedju fizicke i astralne materije, delom fizicka a delom astralna. Etericna materija ima u stvarnosti svoju tezinu. To je veoma preradjena supstanca, izmedju mase i energije i slicna je svom grubom rodjaku - ektoplazmi.

radjeno je puno naucnih radova u vezi sa ovom temom. Ljudi na samrti u bolnicama stavljeni su u krevete sa preciznim vagama i bili su povezani na eeg i ekg (elektroencefalograf i elektrokardiograf). U svim slucajevima, tacno u momentu smrti, primecen je iznenadan gubitak tezine u iznosu od 20 do 70 grama. Em se prenosi u astralno telo u momentu fizicke smrti. Ovo je slicno kao kod transfera em u astralno telo tokom vantelesnog iskustva, kada telo misli da je mrtvo. Iznenadan, velik transfer etericne materije je pocetak procesa umiranja.

### **ektoplazma**

ektoplazma je isto tako dobro proucavana. Medijumi materijalizatori smesteni su na precizne vage i zamoljeni da materijalizuju ektoplazmu na drugu vagu. Primceno je da ovi medijumi gube tacno onoliko tezine koliko ima materijalizovane ektoplazme. Kada je medijum apsorbovao ektoplazmu nazad, proces je bio obrnut. Ektoplazma je rezultat rada cakri. Cakre pretvaraju deo fizicke mase u drugu supstancu - ektoplazmu.

### **medjudimenzionalna manifestacija**

da bi bilo koja nefizicka tvorevina, kao na primer astralno telo, funkcionisala u realnom vremenu i blizu fizicke dimenzije ona mora da sadrzi etericnu materiju. Bez etericne materije nefizicki entiteti iscezavaju odmah u svoju dimenziju porekla. Etericnu materiju odrzavaju samo zivi stanovnici fizickog sveta.

### **protok energije**

cuvena srebrna nit vice je od obicne veze izmedju dva tela. To je prava "pupcana vrpca", koja prenosi informacije i energiju izmedju fizickog i drugih svetova. Neki je projektori vide, ali vecina ne. Nekada je vide da izlazi iz pupka a nekad iz cela. Podrucije odakle se vidi nit moze da zavisi od aktivnosti cakri. Koja cakra je najaktivnija i najjaca ta ima kontrolu nad podzemnim telima tj. Nefizickim telima. Takodje je vazna kreativna sposobnost podsvesti, i sistem verovanja. Srebrna nit ce se pojaviti tamo gde vi verujete da ce biti - ljubaznost podsvesti.

kada jednom at udje u astralnu dimenziju, ono mora imati dobru zalihu astralne energije iz cakri, kako bi jace medjudejstvovalo sa tom dimenzijom. Cista astralna memorija zavisi uveliko od raspolozive kolicine energije. Kako je astralna dimenzija prirodna domovina at, ono nece isceznuti ako mu nedostaje energija. Kao i u stvarnom svetu, ako osoba nije jela i spavala nekoliko dana ona nece otici u drugu dimenziju. Jednostavno ce oslabiti i nece jako da medjudejstvuje sa fizickim svetom.

bitno je sledece: astralni um mora imati dovoljno energije da bi oformio jaka, zivopisna secanja. Ova astralna secanja moraju da budu dovoljno jaka da bi ostavila traga u mozgu, tako da ih se fizicki um moze setiti kada se probudi. Na primer ako niste spavali nekoliko dana bicete umorni, i vasi odnosi sa stvarnoscu bice slabi i nesigurni. Ako u ovom stanju pogledate neki film, kasnije cete ga se slabo secati. Posle duzeg vremena, secace te se samo nekih delova i vasa secanja na njega bice nejasna i zamrljana. Ako medjutim pogledate film kada ste dobro odmoreni, svezi i puni energije, onda je drugacije. Zapazate sve u filmu i uzivate u tome. Vase secanje na njega ostace kristalno jasno.

ovo je slicno kao sto se dogadja posle niskoenergetskog astralnog putovanja. At ima manjak energije i zato nema dovoljno jasne utiske sa putovanja. To izaziva neuspeh u prizivanju secanja prilikom povratka u telo. Kao sto sam vec pomenuo, moraju postojati jaka i ziva secanja ako je trag ostavljen u mozgu i iskustvo zapamceno.

### **upotreba cakri**

potpuno usavršavanje cakri i ucenje njihovog kontrolisanja moze potrajati i nekoliko godina, u zavisnosti od prirodnih sposobnosti. Ovo vas nece, medjutim,

spreciti da ih upotrebite na osnovni nacin; da pojacate vasa vti i ls, u vrlo ranom stadijumu ucenja. Povecavanje energije i stimulisanje cakri vrlo je laka vestina. Ova povecana energija automatski ce uteci u vase at.

ako naucite da povecavate energiju i kontrolisete protok snage kroz cakre, priroda vasih snova tj. Lucidnih snova ce se promeniti. To ce postati ziva i nezaboravna iskustva. Ovo vam na neki nacin daje drugi zivot, pun bogatih iskustava u kojima mozete uzivati, uciti i rasti.

### **visi nivoi i njihove medjuzone - bafer zone**

najcesce prihvacena imena za sedam poznatih nivoa (svetova - p. P. ) postojanja, od najnizeg od najviseg su: fizicki, astralni, mentalni, budisticki, atmicki, anupadaka i adi. Ovi visi nivoi su po strukturi slicni astralnoj dimenziji, ali su na mnogo vecem nivou svesti i razdvojeni su od astralne dimenzije. Izmedju razlicitih nivoa postoje medjupodrucija ili na engleskom - bafer zone nekada prozvani i nize pod - dimenzije.

dobra analogija za razne dimenzije i njihove medjudimenzije je zemaljska atmosfera: ako bi vazduh u zemljinoj atmosferi bio astralna dimenzija, stratosfera bi bila medjuzona a svemirski vakuum bio bi mentalna dimenzija. Mozete leteti vazduhom u avionu tj. Astralnom telu. Vrlo snazan mlaznjak omogucava vam da dospete u stratosferu, ali treba vam i svemirski brod, tj. Mentalno telo, da biste putovali kroz svemir. Ovo objasnjava zasto su potrebna razlicita tela da bi se putovalo u razlicite nivoe postojanja. Astralno telo moze uci u medjuzone ili podnivoe, tj. Poddimenzije onih dimenzija koje se nalaze iznad i ispod astralne dimenzije, ako sadrzi odredjen tip energije (npr. Da bi postojalo u medjuzoni izmedju fizicke i astralne dimenzije u realnom vremenu, astralno telo mora da sadrzi etericnu energiju). A da bi postojalo u medjuzoni izmedju astralne i mentalne dimenzije mora da sadrzi mentalnu energiju.

### **projekcije visih nivoa**

sa dovoljno kontrole nad cakrama, moze se proizvesti energija za vise nivoe. Proizvodnja odredjenog tipa energije dovesce svest na taj odredjeni nivo, i snabdece energijom odgovarajuce telo. Ovo je obicno postignuto svesnom meditacijom ili usavršenom vestinom proizvodnje energije u cakrama. Svest tada moze iskusiti taj nivo postojanja. Ako je dovoljno energije na raspolaganju, a kondicija je u redu, onaj koji meditira moze da projektuje odredjeno telo direktno u njegovu dimenziju - maticu.

u zavisnosti od vestine i prirodnih sposobnosti operatora, ako je vise telo snabdeveno energijom i tako projektovano, obicno je to slucaj i sa nizim. At sadrzi sa sobom sva druga tela i moze, tokom projekcije, da projektuje mentalno

telo u mentalnu dimenziju, i tako dalje. Ovo nekad rezultuje razlicitim vrstama secanja iz jedne projekcije. Glavno pravilo je, koje god telo sadrzi vise energije, ono ce imati najjaca secanja. Ova dominantna secanja su ona koja ce biti vracena u fizicko telo posle budjenja.

svesno projektovanje u vise dimenzije zahteva visok nivo umeca. Potrebno je da budete profesionalac u dizanju svesti i kontroli cakri, ali i to je dostizno. Do sada ja sam se projektovao u astralnu, mentalnu, budisticku i atmicku dimenziju. Obicno se veruje da je za coveka moguće da se projektuje samo u astralnu, mentalnu i budisticku dimenziju, a da su visi nivoi, anupadaka i adi nedostupni za ljude.

ove dimenzije su imenovane i opisane, tako da je neko sigurno bio tamo, jer bi one u protivnom bile nepoznate. Ako shvatite pravu prirodu uma, shvatice da granice ne postoje.

takodje, receno je da nikad nece biti probijena zvucna barijera.

napomena: ove dimenzije nemaju naznake na kojima pise npr. "dobrodosli u astralnu dimenziju!" ili "mentalna dimenzija, cuvaj razum!". Zato cu opisati vise nivoe na kojima sam bio koristeci ova prihvacena imena.

### **astralna dimenzija**

ovo je cudan svet, kao alisa u zemlji cuda. Sve izgleda stvarno ali je u stvari tecno i promenljivo. Bilo sta i bilo ko moze se naci u toj dimenziji, od osnovnih, prostih nivoa punih erotske energije do predivnih, bezbriznih mesta punih duhovne ravnoteze. Tu je vreme poremećeno i prosireno. Sat vremena u astralu je kao pet minuta u fizickom svetu. U poredjenju sa fizickim svetom, astral ima mnogo vise vibracije. Slicno je kao kad pustate video kasetu dvadeset puta brze nego obicno, iako ovo nije jasno kad ste tamo.

kretanje izmedju astralnih snova bazena je obicno pogodjen ili promasen posao za vecinu projektora. Treba mnogo iskustva da bi se napravilo planirano astralno putovanje u odredjene stvarnosti. Postoji ogroman broj realnosti, dimenzija, snova i bazena snova u ovoj dimenziji. Kao sto sam pomenuo i ranije, one se razmestaju prirodno u bazene povezanih misli. Tokom sna, ili u lucidnom snu, podsvest stvara posebno za vas vasu sopstvenu scenu snova. Kada postanete svesni tokom sna, mozete i preuzeti kontrolu nad njim. Kontrolu cete preuzeti od vase mocne podsvesti. Bez njenog mocnog uticaja, vase sopstveno carstvo ce se promeniti. Krenucete u druge simpaticne delove astrala i stvarnost u kojoj se nalazite pomesace se sa drugim stvarnostima u zauzeti druge aspekte.

u svesnoj projekciji u astral, mozete krenuti u bilo koji njen deo i mozete putovati

u različite stvarnosti, druge bazene snova, ili u neke mesavine. Postoje različite tehnike za ovo, ali sve su povezane sa nekom vrstom dezorijentacije podsvesti, s ciljem da se ona prevari u odvodjenju vase svesti u astralnu dimenziju. Neki projektori gledaju u svoje ruke kako se one tope. Drugi se okreću, i zamjenjuju levo i desno. Sve ove metode dezorijentisu um i varaju podsvest u kretanju ka drugim delovima astrala.

vrlo je tesko opisati kako da se kreće između novoa - vi to stvarno morate da naučite, da to pokušavate i da gresite.

### **projekcija virtuelne realnosti**

evo jednog prostog metoda, koji sam ja usavršio, kako da stvorite svoje lično carstvo: nabavite poster neke prijatne scene, nešto svetlo i suncano. Što veće - to bolje ali i standardni poster biće dovoljan. Obesite ga u sobu u kojoj ćete se projektovati, ili u neku drugu sobu u blizini. Nabavite malu lampicu i namestite je tako da je poster osvetljen kada je glavno svetlo ugaseno, mala sporedna lampa biće dovoljna. Stavite svetlo ispod ili iznad tako da se svetlo siri iznad postera, dajući mu difuzni efekat iluminacije, nešto kao filmsko platno.

kako ulazite u svoje carstvo: kada se projektujete, idite ka posteru, ali nek vam um bude prazan. Ne mislite na ono što radite - prosto se krećite ka njemu. Kako mu se približavate, vas podsvesni um biće prevaren u stvaranju astralnog carstva, koje je slično posteru. Samo se krećite ka posteru i udjite u njega. To je kao koracanje u novi svet. Sve u ovom svetu biće kao i na posteru. Izgledaće sve kao normalni trodimenzionalni svet, prava kopija nezavisna od stvarnosti.

da bi ste sebi prilagodili ovaj svet: ubacujte ili unosite male stvari i ljude koje želite da vidite u njemu kad ste unutra. Ali nemojte samo zalepiti celu sliku na poster - rasecite željeni objekat ili osobu. Pokušajte da izaberete slike koje se otprilike uklapaju i poster po svojoj veličini. Ako isecete malu sliku nekoga, živog ili mrtvog, podsvest će stvoriti misaoni oblik te osobe i ona će biti u vašem carstvu i čekace vas. Ovo može biti lep način da se komunicira sa pokojnicima.

### **duhovna komunikacija**

(imam teoriju) podsvest stvara misaoni oblik osobe. Ovaj oblik tj. Skoljka, može biti rezultat savršenog, detaljnog sećanja vase svesti. Ali, ako postoji ljubav između projektora i ove zamisljene osobe, duh ove osobe (pod uslovom da je preminula) biće uvučen u scenario i iskoristiće ovu priliku da komunicira sa projektorom, stvarajući sliku svog tela.

### **akasa - hronika sećanja**

ovo je nadjeno u medjuzoni izmedju astralnog i mentalnog sveta, delom je astralno a delom mentalno, ali se u principu proteze svim nivoima. To su zabeleske svakog secanja ili dogadjaja koji se ikada dogodio, kao velika, beskrajna mentalna istorijska knjiga slika. Akasa takodje sadrzi i neke mogucnosti koje proisticu iz proslih dogadjaja, akcija ili misli. To je kao gledanje u buducnost. Da biste napravili bilo kakvo osecanje akase, vestina vidovitosti bice vam sigurno od velike pomoci.

ako se nadjete u akasi, videcete one dogadjaje koji su okruzeni sa najvise energije. Ratove i katastrofe je najlakse videti zbog ovoga. Energija koja okružuje ove dogadjaje, cini da su oni ispred drugih, i da se najlakse vide. Ako pogledate u buducnost, u podrucije verovatnoce, videcete zbunjujucu oluju simbolizma pomesanog sa stvarnoscu. Simbolizam je prvenstveno rezultat sistema verovanja glavnih religija u fizickom svetu. Milioni ljudi verovali su hiljadama godina u neku vrstu prorocanstva. Ili u bibliju ili u nostradamusove centurije. Ova stara prorocanstva prepuna su simbolizama. Simbolizam utice na nacin na koji ljudi misle i sanjaju o buducnosti. Simbolizam se manifestuje u akasi kao simbolicko predstavljanje buducih dogadjaja. Simbolizam je od velike pomoci i on cini "citanje knjige" laksim.

mozete koristiti simbolizam akase kao indeks. Npr. Izraz "psi rata" predstavlja rat. Kosac (grim ripper) je univerzalni simbol smrti i unistenja. Tako, ako vas zanima ovaj nacin gledanja buducnosti, udjite u indeks rat, i trazite buduće ili proste ratove. Korisno je i imati znanja o nekim oblastima istorije, geografije, religioznog simbolizma, o tekucim svetskim liderima, i rukovodiocima drzava.

na primer, u viziji buducnosti koju sam ovde naveo: da sam znao ko je bila cuvena osoba koju sam video da rukovodi gomilom, i da sam prepoznao zemlju mogao sam da napravim jednu viziju buducnosti, umesto da naucim lekciju posle tog dogadjaja. Uleteo sam u stanje akase. Tamo sam bio ophrvan gomilom simbola. Nasao sam se u cetri dimenzije odjednom. Moja svest ovo nije bas u potpunosti razumela. Video sam ratove, kugu, propast, zemljotrese, erupcije vulkana, avionske nesrece, ubistva i slicno, i to je delovalo veoma zbunjujuce i deprimirajuce.

video sam jedno parce simbolizma koje sam uspeo da povezem. Kosac je drzao pse rata koji su imali crvene oci i robovske uzice. Ova zla figura sa licem lobanje drzala ih je, noseci srp. Dok sam gledao, on je oslobodio ove pse simbolizujuci dolazak rata.

usavsi u ovu scenu, bio sam tu i lebdeo nad njom, i mogao sam da osetim sunceve zrake i da omirisem grad ispod mene. Video sam coveka na uzdignutom mestu, ispod dva velika maca.

on je drzao govor hiljadama ljudi. Jedan od maceva pretvorio se u hriscanski mac krstasa. Covek je bio sadam husein, scena se odrzavala u bagdadu na spomeniku neznanom junaku. Ovo sam video sest meseci pre nego sto je poceo rat u zalivu. Nisam shvatio ko je sadam husein ni gde se sve to odigravalo, dok nisam video preko televizije.

gledanje akase je kao kad listate beskonacan mentalni fotoalbum. Vi ste bombardovani sa uzasnim nizom prizora i zvukova proslosti, sadasnjosti i verovatnim buducnostima. Vi morate da izaberete neku od ovih misli, da se ulijete u nju i da udjete u istu. Tada cete ziveti u tom secanju kao da ste stvarno tamo, gledajuci sta se dogadja.

konsultaciju sa akasom, mozete izvesti sami ako imate vestinu, ali se u principu izvodi uz pomoc usavršenih bica sa visih nivoa postojanja. To nam dojde kao neka vrsta telepatskog vodica. Ogromna kolicina informacija vam je prosledjena i izabrano secanje u proslosti ili buducnosti predstavljeno vam je preko telepatske veze sa »bibliotekarom«.

neki ljudi tvrde da su usli u akasu i da su tamo videli nesto nalik na biblioteku sa knjigama. Proslost, sadasnjost i buducnost se cuvaju kao tekst u tim knjigama. Neki ljudi tvrde da su cak procitali secanje pa onda usli u njega i iskusili taj dogadjaj.

sve ove tvrdnje su u skladu sa akasom. To su ture koje vode »bibliotekari«, pa se onda cini da je hronika akase nesto sto vam je poznato ili lako za upotrebu i lako se prihvata.

### **mentalna dimenzija**

ovo je spektakularna dimenzija! Presijavajuće reke zvukova okružene obalama od duge pulsirajućeg svetla. Misli se pojavljuju kao kaleidoskopske mesavine svetla i zvuka. Vi setate preko polja ideja pod divnim kristalnim nebom inspiracija. Ako udjete u ovaj svet nemojte pokušavati da ga shvatite, inace lako mozete poludeti, jer je ona van moci shvatanja obicnog ljudskog uma. Jednostavno ga prihvatite i uživajte!

ja verujem da je to ona dimenzija koju su vikinzi zvali "duginim mostom". Zaista se cini kao da setate dugom u nekom svetu gde stanuju sami bogovi.

čudno je postojati ovde. Oslobodite decu da se igraju sa vama u ovoj čudnoj zemlji. Sve se cini kao da je stvarno. Vreme je jos vise poremeceno nego u astralu i stvarnost je kaleidoskopska.

### **budisticka dimenzija**

ovo je topao, apstraktan svet pun mira i beskonacne ljubavi. Ovo je dimenzija ciste beline. Ovde nema drugog osecanja od osecanja koje je potpuno prozeto cistom belinom. U ovoj dimenziji vi vrlo brzo napustate svest i svoju individualnost. Ne mozete dugo da razmisljate, ali to vam nije ni potrebno. Tu postoji neodoljiva potreba za tisinom i mirom. To je kao da ste u toplom, cistom komadu pamuka. U ovom svetu vi postajete deo celine, a prestajete da budete pojedinac tj, individua. Takodje prestajete da budete musko ili zensko. Vi se vracate u majcinu utrobu. Okruženi ste, upijeni i povezani beskrajnom ljubavlju, toplinom, razumevanjem, oprastanjem i pokajanjem. (engleski: pokajanje = atonement, at-one-ment = u jednom duhu).

vreme ovde konacno gubi svako znacenje. Ako jednom udjete u taj svet nikada, nikada necete pozeleti da ga napustite i necete to ni moci sve dok vas vase telo ne povuce nazad. Ovo je mesto gde se dusa isceljuje i odmara.

### **atmicka dimenzija**

ova dimenzija se cini kao neki duhovni svet. Ovde duhovi cekaju one koje su voleli u fizickoj dimenziji, tokom boravka na zemlji. Ovo je mesto okupljanja. Tu se duse sjedinjuju.

svetlost u ovoj dimenziji je cista, svetlosrebrna, svetlija od bljeska kovanja metala. Toliko je svetlo da se cini da je nemoguće da se gleda u njega, ali to je vrlo nezno svetlo, meko i smirujuće. To je svetlost bozanske ljubavi. Ljudi se ovde pojavljuju kao i u fizickoj dimenziji, ali u svom najboljem svetlu. Oni zrace ushicenoscju, zapaljeni najsvetlijom ljubavlju, srecom i radoscu. Atmosfera je vitalna i elektricna i u isto vreme izrazito duhovna. Ovde mozete osetiti prisustvo boga kao opipljive, sveprozimajuće sile.

komunikacija ovde odigrava se preko telepatije visokih nivoa vrlo zivo i realno. Ona ostavlja govor i misao za mrtve. Vreme je iskazljivo. Stvarnost je stvarnija od normalne stvarnosti. U poredjenju s ovim, fizicki svet je nejasan, umoran san, pun polumrtvih ljudi.

usao sam u tu dimenziju samo cetiri puta u zivotu. Svaki put iz duboke meditacije svesti, sa siroko otvorenim i potpuno funkcionalnim svim svojim cakrama. Postojala je takodje i vrlo velika aktivnost krunske cakre. Osecaj je bio slican kao kad hiljadu prstiju vibrira, i duboko masira ceo vrh moje glave iznad kose.

tokom te cetri projekcije, nivo moje energije podigao se do neverovatnih visina, noseći moj duh i moju svest sa mnom. U prelazu u ovo iskustvo, cuo sam zvuk jedne duge, ciste muzicke note kako me polako uzdize. Osetio sam tu notu u kori

mog bica, u mom srcu kako me zove i odvlaci me.

usredsredio sam se na tu notu. Svom snagom i energijom koju posedujem koncentrisao sam se na nju i projektovao sam se direktno u tu dimenziju. Bilo je to kao tesko koracanje u drugi svet. Jos sam svestan fizickog tela tokom ovog vti.

gledao sam oko sebe u cudu, svetlo je bilo tako srebrno i svetlo da je duboko u mojoj dusi uticalo na to da mogu da osetim njegov isceljujuci dodir. Ispred mene bio je moj davno umrli sin. On je imao samo osam godina kad me je napustio, a izgledao je kao kada sam ga poslednji put video. On je zracio srecom, a oci su mu bile svetle i sjajne. Zagrlio sam ga sav presrecan sto ga vidim. Pogledao sam iza njega i video sam gomilu ljudi koja me ceka. Sve su to bili prijatelji i rodjaci koje sam voleo i koji su umrli tokom mog zivota. Bilo je i puno ljudi koje nisam poznavao. Osecao sam kao da ih sve poznajem odnekud i osetio sam da ih volim. Oni su me pozdravljali veseleci se i skacuci. Bilo je mnogo suza radosnica, ljubljenja i grljenja.

gledajuci iza njih video sam da se nalazimo u nekom prirodnom amfiteatru. Zemlja je meka stena a stotinjak metara od nas uzdize se u krivinu. Na vrhu te krivine su andjeli. Oni izgledaju isto onako kako ih je mikelandjelo naslikao. Izuzetno su lepi, sa ogromnim belim perjanim krilima, zlatne kose i kože boje alabastera. Oni su duvali u velike horne i muzika je poticala od njih.

izlazeci iz guzve dosao sam do otvora. Gledao sam s postovanjem ove andjele i mahao im. Note su pocele da nestaju kako sam ovo uradio i andjeli su poceli da spustaju svoje horne. Zastao sam na trenutak i pogledao oko sebe. Onda je sve pocelo da svetluca, i ja sam se vratio u svoje telo. Plakao sam. Nisam zeleo da se vise ikada vratim tamo. . .

## **smrt**

kada konacno napustite svoje telo, ja verujem da ce se desiti sledece: projektovacete se u pravom vremenu prvih nekoliko dana, blizu fizickog sveta sve dok vam se ne potrosi zaliha etericne materije. Onda ce te proci kroz drugu smrt i uci u astralnu dimenziju. Tamo, vi cete se otarasiti svih vasih zelja - svega sto ste ikada zeleli u obilju. Ovo je rezultat potpune upotrebe podsvesnog uma tj. Njene stvaralacke moci. Ovde cete moci da zadovoljite sve svoje potrebe sve dok ne vidite da su one ustvari iluzije.

tada cete iz astralnog, preci u mentalno telo i uci u mentalnu dimenziju. Tu cete videti svoj prosli zivot, iskusicete svaku misao koju ste ikada imali i svaki dogadjaj koji vas je pratio. Tu ce vasa secanja i dogadjaji biti pridodati hronici akase, koja je snimljeno iskustvo celog ljudskog postojanja u fizickoj dimenziji.

napustajući svoje mentalno telo, ulazite u budističku dimenziju. Tu ostajete da iskusite isceljenje, odmor, kajanje, oprostaj i razumevanje samoga sebe. U ovom svetu, vase rane bice zalecene, a dusu ce biti negovana ljubavlju. Duh ce vam postati ponovo savrsen.

onda ulazite u budističku i atmicku dimenziju. Tu cete cekati one koje volite, i sresti one koji vole vas. Onda, jednom, otici cete na vise nivoe postojanja gde ce vam biti otkrivena tajna zivota.

## **treći deo**

### **vezbanje projekcije**

da biste postigli svesnu ap, postoje cetiri glavna pravila:

1. Opustite svoje telo 100% dok ste budni.
2. Koncentrisite se 100% na ono što radite.
3. Imajte dovoljno energije na raspolaganju.
4. Vrsite pritisak na svoje at da se odvoji.

zajedno, ova cetri pravila pokrecu vti.

ispod su vezbe kojima cete nauciti kako da opustite svoje telo, da se koncentrisete, ocistite um, podignete nivo energije, stimulisete cakre i udjete u stanje transa.

### **smirivanje uma, opustanje**

morate nauciti vezbe opustanja i vladati njima. Evo jedne proste:

sedite ili lezite, opustite se. Pocnite od stopala, naprezite ih i opustajte. Idite tako ka glavi sve dok se nebudete osecali skroz opusteno. Uradite ovo nekoliko puta, ali budite uvereni da su vam misici opusteni.

napomena: duboko fizicko opustanje je kljuc za dolazak u stanje transa, tj. Duboko opustanje izaziva stanje transa. Kada jednom udjete u trans, projekcija je relativno laka.

### **razmisljanje**

dok meditirate, verovatno cete biti izlozeni ogromnom broju secanja koja naviru sa površine uma, a ponasaju se kao neki veliki memoari. Nose secanja, poruke, neresene probleme, podsecanja itd. Ti memoari su stalno aktivni, nikad se ne

odmaraju - misli, misli, misli jedna za drugom, a sve privlace vasu paznju.

pre nego sto probate da ocistite svoj um sa vezbama disanja koje su objasnjene dole, pametno bi bilo da se suocite sa ovim mislima sa površine na taj nacin sto ce te ih razmatrati tj. Misliti o njima - razmisljati. Sedite udobno, uradite vezbe opustanja i mislite, nista vise - samo mislite. Nadjite najjacu misao u umu i ispitajte je, pokusajte da je resite ili razumete.

primetite rec "mislite". Razmisljanje ne ukljucuje ciscenje uma ili zamisljanje. Ono zahteva da mislite, duboko i savrseno, o necemu, da bi ste dobili vece razumevanje o toj stvari i njenoj prirodi kao i njenoj vezi sa vama.

### **meditacija svesnog disanja**

ovo je prost oblik meditacije. On ce ocistiti vas um i koncentrisati vasu svest.

sedite ili lezite, zatvorite oci, uradite vezbu opustanja i ocistite um. Disite duboko i polako i obratite paznju na dah koji ulazi i izlazi iz tela. Osetite kako on ulazi i kako izlazi. Svu paznju usmerite na pluca i na proces disanja. Prosta akcija bice dovoljna da okupira vas um. Polako odguravajte nepozeljne misli kad god se pojave jer vas mogu omesti.

svesno disanje omogucava vam da mislite mnogo dublje i zaposljava vas um.

### **povrsinske misli**

zvuci su veoma ometajuci i oni proizvode povrsinske misli. Truba na kolima navesce nas da se pitamo "sta se to dogadja? Ko je to? " a otvaranje vrata "ko je usao ili izasao? ". Povrsinski um je voma radoznao po pitanju dogadjaja koji nas okruzuju. On zeli da zna sve i zeli da vas obavesti o svakoj i najmanjoj stvari koja se dogadja oko vas. Naterace vas da se probudite, otvorite oci i pogledate oko sebe.

ne dozvolite da se ovo desi. Upotrebite ove misli koje odvracaju paznju kao pomoc u treniranju. Kada naucite da ih ignorisete, vasa moc koncentracije ce rasti. Zaustavite ove misli cim se pojave, tj. Pre nego sto ne prerastu u nesto jace.

na primer:

"ko je to? Sta se dogadja? " nek postane "ko je t. . . . . "  
"ko ulazi? Ko izlazi? " nek postane "ko ul. . . . . "

vezbom ove odvracajuće misli, postace sve krace i krace dok ne dobijete:

»ko. . . ? . . . . . ? : . . . . . ? « ili »k. . . . . ? «

i konacno:

». . . . . ? . . . . . ? «

mnogi ljudi kazu da ne mogu da ociste svoj, um jer ih lako ometaju bilo koji zvuci oko njih koji su deo svakodnevnice. Ne koristite muziku da biste ih se otarasili, vec koristite njih za trening. To je kao dizanje tezine, ako trenirate sa metlom vasa snaga se nece uvecati. Da biste se usavrsili, potreban je tezi rad.

polako ali sigurno vladacete sposobnoscu da ocistite svoj um. Kada to naucite, imacete vredan i vazan mentalni alat. Moci cete 100% da se koncentrisete na zadatak i iskljucite se od svega drugog.

ponekad i ja meditiram u stanju transa, uspesno, u sobi punoj bucne, male dece. Nista ne moze da omete moju koncentraciju.

## **koncentracija**

morate nauciti da se koncentrisete na ono sto radite u potpunosti. Nedostatak koncentracije je obicno najveći krivac za bezuspesnu projekciju. On utice na sve aspekte projekcije, tj. Na vezbe opustanja, i na stanje transa.

da biste proverili svoju moc koncentracije sedite i opustite se. Zatvorite oci i ocistite svoj um od svih misli. Disite polako i duboko i brojite svaki udisaj na kraju izdisaja. Disite potpuno odvojeno od brojanja koliko god mozete. Proverite koliko dugo mozete tako. Budite iskreni prema sebi, svaki put vas um ce pokusati da zapocne brojanje iz pocetka.

dobro vam ide ako mozete da izdrzite desetak udisaja. Ali ipak deset komada nije dovoljno. Nemojte da vas ovo brine, jer mozete to da popravite vezbama koje su date napred u tekstu.

### **vezba koncentracije (1)**

gledanje u jednu tacku: izaberite jedno mseto na zidu i buljite u njega. Nemojte se fokusirati na njega, samo buljite nezno u njega. Ocistite svoj um od svih misli i na silu ga drzite da bude prazan. Koncentrisite se potpuno na disanje dok ovo radite. Kada osetite da se misao blizi, odmah je potisnite - ne dajte joj da se dovrsi! Radite to koliko god mozete, nekoliko puta dnevno.

### **vezba koncentracije (2)**

energetsko disanje: sedite i opustite se. Zatvorite oci i ocistite um. Uradite vezbu svesnog disanja pa zamislite da je vazduh koji udisete živo obojena energija, vasa omiljena boja. Zamislite da je vazduh koji izdisete siv i pun otrova. Ovo je vezba ciscenja. Ona stimulise vase cakre da absorbuju energiju kad udisete i da se otarase negativne energije kad izdisete vazduh.

napomena: trudite se da se ne naprezete fizicki kada ovo radite, jer ovo je sve mentalno. U pocetku mozda cete imati osecaj da treba da sabijete um u malu lopticu da biste odvratili misli, ali videcete da nije tako - vec potpuno obrnuto. Kada se naviknete na to, ciscenje uma je veoma opustajuće.

### **stanje transa**

kada ste dosli do nivoa na kome ste potpuno opusteni i mentalno smireni, oseticete da vam telo postaje vrlo tesko. To je glavni pokazatelj da su talasi vases mozga promenjeni sa beta nivoa na alfa nivo. Stanje transa je rezultat duboke fizicke i mentalne opustenosti. Tu nema niceg uvrnutog i natprirodnog. To samo znaci da je vase telo upalo u san dok je vas um ostao sasvim budan.

### **kako uci u trans?**

uradite vezbe opustanja i ocistite um svesnim disanjem. Zamislite da se spustate merdevinama u mraku. Nemojte da prikazujete sebi merdevine, samo osecajte to. Na izdisaju, osetite kako se spustate korak ili dva sa vasim "zamisljenim" rukama. Na udisaju, osetite da stojite na merdevinama. Ono sto je potrebno je efekat mentalnog propadanja u vasem umu. To menja nivo talasne aktivnosti mozga od budnog nivoa beta do nivoa spavanja alfa ili cak i nivoa dubokog spavanja - teta. Onda kada vasi mozdani talasi postignu alfa nivo, tada ste u transu. Nastavite to da radite dok god bude potrebno. Vreme koje vam je potrebno da udjete u trans varira u zavisnosti od vases iskustva u opustanju i smirivanju uma.

napomena: kada jednom dobijete osecaj tezine, prestanite sa vezbom mentalnog propadanja.

ako ne volite merdevine, zamislite da ste u liftu, zamislite kao da propadate pri izdisaju, a mirujete pri udisaju. Ili zamislite da ste pero, pa zamislite da plovite pri izdisaju a mirujete kad udisete. Kao sto sam pomenuo pozadi, potrebna vam je vezba mentalnog propadanja da biste smanjili nivo mozdane aktivnosti. Ovaj efekat propadanja kada se kombinuje sa dubokim opustanjem i mentalnom smirenoscu, ucinee da udjete u stanje transa. Budite slobodni u biranju scenarija koji vam odgovara, kako biste sto bolje osetili ovaj proces.

trans osecamo otprilike ovako: sve postaje tiho, i osećate se kao da ste u mnogo većoj prostoriji. Postoji neznatan osećaj brujanja u vašem telu. Sve izgleda drugačije. Izgleda pomalo kao da stavljate kutiju na glavu u mraku, a možete da osećate kako se atmosfera menja. Kao da sve postaje pomućeno ili zamagljeno. Svaki ostri zvuk dok ste u transu izgleda kao fizički udarac u solarni pleksus.

## **duboki trans**

nivo transa koji postizete zavisi uveliko od vaše opustenosti, umeca koncentracije i snage volje. Da biste usli u dublji trans, npr. Teta nivo i dublje, morate da se koncentrisete mnogo jace i mnogo duze, sa senzacijom mentalnog propadanja i svesnim disanjem. Prvi nivo transa, kada na primer postajete teski, sasvim je dovoljan za projekciju. Ja iskreno savetujem da ne ulazite u dublji trans od svetlosnog, dok ne budete imali dosta iskustva sa transom.

kako možete da kazete da ste usli u duboki trans? Postoje cetiri vrlo primetna simptoma:

1. Neprijatan osećaj hladnoće koji vas ne tera da drhtite, pracen gubitkom toplote.
2. Mentalno, osećate ce se vrlo cudno, i sve ce vam izgledati strasno spooooooro. Vas proces razmišljanja ce se jako usporiti kao da ste dobili injekciju protiv bolova.
3. Osećacete nepovezanost sebe i svog tela, jak osećaj proticanja, i sve ce izgledati daleko.
4. Potpuna fizicka paraliza.

napomena: ove cetiri stvari sve zajedno, uvode vas u stanje transa.

nemojte da pomesate blede osećaje proticanja sa transom, npr. Kada se vase astralno telo oslobadja. Ili blagi gubitak toplote od dugog sedenja ili blaga paraliza, npr. Tezina za duboki trans. Osećanje dubokog transa je vrlo neprijatno i nepogresivo zaključujemo sta je u pitanju.

vrlo je tesko uci u stanje dubokog transa, jer vam je potrebna savrsena opustenost, koncentracija, iskustvo iz transa plus mnogo, mnogo volje i mentalne energije. U nju necete slucajno upasti.

ako ste zabrinuti u vezi dubokog transa zapamtite:

možete izaci iz njega u bilo koje vreme. Usredsredite svu svoju volju da biste pomerili prste. Kada pomerite prst ili dva, savijte ruke, mrdnite glavom, npr. Reanimirajte svoje telo; ustanite se u prošetajte par minuta. Padanje u dubok trans ne bi trebalo da se desava u ovim vezbama.

video sam puno ljudi u meditacionim grupama, na primer udju u svetlosni trans i ne mogu da se pomere iz njega, ili pobegnu sa vilama. Obicno neki ljudi ce ih odgovarati od toga ili ce im masirati zglobove, da bi ih vratili u stvarnost. To je nepotrebno a to je rezultat slabog treninga. Neki ljudi misle da ne mogu da se vrate pa i ne pokusavaju dovoljno. To je i dobar nacin da se skrene paznja grupe.

napomena: vas um je izuzetno jak, i raspolaze nepoznatim mogucnostima. Mozete uraditi ma sta, jer jednostavno nema granica ako ste dobro uvezbani i motivisani.

### **ekspanzija telesne energije**

u nekim trenucima transa oseticete blagu paralizu. To prati takodje i pojava vibracija. Mozete se osetiti velikim i otecenim. Paraliza, vibracije i osecaj velicine su simptomi sirenja energije tela, i oslobadjanja astralnog tela. To je takodje i deo svakog normalnog spavanja. Energetsko telo se skuplja i siri da bi sakupilo energiju. Tokom ovoga astralno telo se oslobadja i polako odvaja od fizickog tela.

### **upoznavanje transa**

mnogi ljudi upropaste svoju astralnu projekciju samo jer nisu navikli na stanje transa. Oni misle da je to samo otkrinit prozor u astral. To nije tacno. Ako ostanete mentalno i fizicki smireni kada ulazite u stanje transa, mozete ostati u njemu i po nekoliko sati. Ja obicno provedem nekoliko sati u stanju transa tokom meditacije.

ako kada udjete u trans mislite »da, ja sam u transu, uspeo sam! ! ! Pozuri i izadji pre nego sto prestane! «, onda ste sigurno uprskali! Trans ce se zavrstiti cim dodje do najmanjeg uzbudjenja, npr. Slamanja opustenosti ili mentalnog mira.

dobro je provesti neko vreme u transu, samo se navikavati pre nego sto probate da se projektujete. Opustite se, ostanite mirni, fokusirajte se na svesno disanje i odrzavajte trans. On se nece prekinuti sve dok vi to ne pozelite. Naviknite se na osecaj.

kada mozete ovo komotno da obavite, uradite dizanje energije i stimulaciju cakri kao sto je pokazano u vezbama ispod, tokom transa.

napomena:

1. Vi ne morate da budete u transu da bi ste naucili rad sa cakrama i energijom,

samo to se bolje radi u transu.

2. Vezbe transa mogu se raditi u lezecem položaju, ali je najbolje u udobnoj fotelji.

vase at ce se osloboditi u transu, pa probajte da podizete vase noge i ruke. Za to upotrebite ruke, kao sto je pokazano u sledecem odeljku. Fokusirajte vasu svest u ruku, i polako je izdixite iz tela. Mozete osetiti malo peckanje. Dignite vasu astralnu ruku gore i pogledajte je, zatvorenih ociju ali ne mrdajte misice. U ovom stanju trebalo bi da vidite vasu ruku kroz zatvorene kapke, ali ne brinite ako vam ne uspe iz prve.

podizanje ruke je dobra vezba za projekciju. Kasnije cete upotrebiti vasu astralnu ruku da izvedete at iz fizickog.

### **takticno zamisljanje**

to je percepcija osecaja lokalizovane telesne svesti.

vase ruke vrlo su tesno povezane sa telesnom svescu. One su svesne svakog dela vasesg tela. Imaginarne ruke samo su proizetak telesne svesti. Kada se od vas trazi da osetite svest u nekom delu tela pertvarajte se da ce vase prave ruke dotaci to mesto. Onda upotrebite svesnost, jer ona zamislja da su vase imaginarne ruke tamo.

drzite oci zatvorene i drzite ruke tako da su vam okrenute ka licu, tj. Ispred lica ili ka stopalima. Osetite gde su one pa zatim pokusajte da ih vidite kroz zatvorene oci. Ukrstajte zglobove, polako ih pomerajte, okrecite dlanove, otvarajte i zatvarajte prste. Pazljivo gledajte, kao da pokusavate da gledate u mraku, koncentrisite se, i videcete senke koje se krecu u ocima vasesg uma bas onako kako se i stvarno krecu.

zatvorite oci i dodirnite vrh nosa sa kaziprstom. Videcete da mozete precizno dotaci bilo koji deo tela koji hocete zatvorenih ociju. Probajte, stavite svoje ruke na razlicite delove tela. Vi znate u svakom trenu gde su vam ruke jer ih mozete osetiti. Ako posmatrate sta se desava u umu dok ovo radite primeticete da vi postajete svesni onog dela tela koji cete dotaci, istog momenta kada se za to i odlucite.

idite ovako po celom telu, naviknite se na osecaj svesti koji se pojavljuje u razlicitim delovima tela.

sta se dogadja je sledece: deo vasesg uma se prbacuje na drugu funkciju i osvetljava deo tela koji cete dotaci, kako bi vas, tj. Vasu ruku tacno vodio do zeljenog mesta. Jedan deo vase svesti je odvojen na odgovarajuce mesto i

ponasa se kao vodici vasa ruci.

sposobnost da ovako prebacujete energiju svoga tela u druge delove tela je presudna u energetskom radu i tom metodu projekcije.

napomena: vi ne morate da zamisljate ove ruke tj. Da zamisljate da ih vidite. To je sve u osecaju, a ne u zamislanju. Vi samo morate da se pretvarate da ih osecate kako rade nesto, kao da ponovo slusate neko secanje u umu.

## **cetvrti deo**

### **osnove rada sa energijom**

glavne cakre

#### **glavne cakre su:**

1. Osnovna cakra (izmedju anusa i genitalija) - vazna,
2. Splin cakra (malo ispod zeluca),
3. Solarni pleksus cakra (iznad zeluca),
4. Srcana cakra (u centru grudi) - vazna,
5. Grlena cakra (u osnovi grla),
6. Ceona cakra (u sred cela),
7. Krunska cakra (celo teme iznad kose) - vazna.

sve one su velicine sake, osim krunske cakre, koja je mnogo veca.

#### **sta su cakre?**

to su nefizicki organi i oni pretvaraju sirovu (kundalini) energiju u upotrebljivije oblike energije razlicitih vrsta. Cakre same za sebe ne sadrze nikakvu energiju. Sirova energija povlaci se iz planete uz pomoc minornih cakri u nogama i rukama, i uvodi se u osnovni sistem cakri.

kundalini energija je u sustini cista misaona energija koja drzi univerzum na okupu. Polje energije zivota moze biti bolje sprovedeno kada imamo fokusiranu, stvaralacku volju. Ta energija moze biti uvucena u ljudsko telo i pretvorena pomocu cakri u mnogo korisnije oblike energije.

cakre su prikacene na spinalnu zicu i nervni sistem preko odredenih zlezda i nervnih ganglija. Sistem cakri je veoma slozen. Postoje 3 glavne, 4 velike i preko 300 malih cakri u ljudskom telu. Takodje, postoji i nekoliko nefizickih cakri koje se nalaze van tela. Detaljna mapa sistema cakri i njihovih veza korisca je hiljadama godina u istocnom misticizmu i medicini, npr. Akupunkturi. Sistem cakri je povezan sa svakom psihickom sposobnoscu, bez izuzetka. Koja god psihicka sposobnost da je u pitanju, metod usavrsavanja ili terminologija koja se koristi da je opise, sve se radi na isti nacin, kroz stimulaciju cakri. Nemoguće je pokazati neku psihicku sposobnost bez prethodne stimulacije cakri.

mnogi ljudi ce odbiti ovo gore navedeno, tvrdeci kako nikad nisu radili nista sa energijom ili cakrama pa ipak imaju psihicke sposobnosti. Postoje mnogi nacini da se usavrsite, ali oni svi direktno ili indirektno stimulisu sistem cakri. I ne zaboravimo prirodne sposobnosti. Mnogi ljudi su rodjeni sa prirodno aktivnim cakrama, pa su im zbog toga jake psihicke sposobnosti.

medijumi (posrednici) su ljudi koji pokazuju psihicke sposobnosti kada su pomognuti nekim nefizickim, duhovnim entitetom. Taj entitet direktno stimulisu cakre medijuma, tako sto se stapa sa njima, pa izaziva razne psihicke sposobnosti - kanisanje, lecenje, pravljenje ektoplazme. . . Da bi se pokazao preko medijuma. Zato se i zovu posrednici, kanali tj. Medijumi, jer predstavljaju pasivno vozilo kojim duhovni entitet moze da komunicira sa fizickim svetom.

vama ne treba duhovna energija da biste usavrsili i koristili psihicke sposobnosti. Ako naucite da kontrolisete vase cakre i energiju, mozete sami da radite te stvari, bez mesanja duhovnog entiteta, i bez rizika.

### **podizanje energije**

sedite ili lezite, uradite vezbe opustanja, ocistite um svesnim disanjem. S vest fokusirajte na stopala. Upotrebite ruke da biste izvukli energiju iz stopala, kroz noge do osnovne cakre. Zamislite da zahvatate energiju i provlacite je kroz telo. Slicno kao kad ste koristili ruke u svesnom disanju i obojenom disanju, provlaccu energiju i vazduh kroz pluca.

napomena: pokusajte da zamislite da su vam ruke u nogama i unutar tela dok ovo radite.

koristite svesno disanje kao pomoc u dizanju energije. Unosite energiju u sebe kad udisete a drzite je u mestu kad izdisete. Radite ovo povlacenje energije u osnovnu cakru bar nekoliko minuta. Mozete ali nemorate da osetite nesto dok ovo radite. Cak i ako nista ne osetite, ipak uvlacite neku energiju u sebe ovom vezbom. Kolicina energije koja je unesena u telo ce se povecavati sa usavrsavanjem cakri pomocu vezbi.

od stopala, preko nogu do osnove je prirodni put energije koja tece kroz vas. Ova energija ce stimulisati cakre, pa ce one proizvoditi iz ove osnovne energije razne druge oblike energije. Ta pretvorena energija ce posle uteci u vase astralno telo, i povecati mu kolicinu energije. Sa vezbanjem, stvarno cete osetiti ovu energiju kako protice kroz vas.

### **stimulacija cakri**

otvaranje cakre: za ovo koristite vase imaginarne ruke. Zamislite da kidate perecu na mestu gde se nalazi cakra kada to od vas neko trazi. Nista ne mojte da "vizualizujete", samo osetite da to radite, kao sto ste to radili u zivotu - bez da gledate sta radite.

cakre su nefizicki centri, pa vam zato treba nefizicki centar da biste ih stimulisali. To postizete usredsredjivanjem svesti na mesto gde se ona nalazi, i koriscenjem uma za manipulaciju time. Potreban vam je lokalizovan, mentalni efekat otvaranja u cakri kako biste je stimulisali; ovaj raskidajuci cin otvaranja sa imaginarnim rukama vam to pruza. Pomeranjem tacke svesti na mesto cakre, i izazivanjem mentalnog efekta otvaranja, vi direktno stimulisete cakru.

napomena: uradite vezbe podizanja energije pre stimulacije. Koristite svesno disanje da potpomognete ruke u povlacenju energije - udah je uvlacenje energije, a izdah zadrzavanje, zajedno sa svim vezbama stimulacije navedenim ispod.

1. Osnovna cakra :podignite energiju osnovne cakre. Koristite ruke da je otvorite. Uvucite energiju u osnovnu cakru. Ponovite ovo sedam puta.
2. Splin cakra: povlacite energiju iz stopala, kroz osnovnu cakru, pa dalje do splin cakre. Onda otvorite splin cakru. Ponovite to tri puta, pocevsi od stopala.
3. Cakra solarni pleksus: povlacite energiju iz stopala, kroz osnovnu i splin cakru, pa dalje do cakre solarni pleksus, pa je otvorite. Ponovite ovo tri puta, pocevsi od stopala.
4. Srcana cakra: povlacite energiju kroz prethodne cakre, sve do srcane, pa je onda otvorite. Ponovite tri puta pocevsi od stopala.
5. Grlena cakra: povlacite kroz sve prethodne, otvorite grlenu, i ponovite tri put od stopala.
6. Ceona cakra: kao kod prethodnih –

Napomena: Dajte sve od sebe da ne naprezete misice tokom ovoga. Mozete medjutim osetiti neko naprezanje, osecaj koji nije misicne prirode, dok stimulirate cakre. To su neke nervne ganglije koje reaguju na stimulaciju cakri. Ova pojava je normalna.

Osnovna ili korenska cakra je glavna i najvaznije je nju stimulisati. Ova cakra je prolaz za kundalini energiju. Ako ova cakra nije dovoljno otvorena, energija ne moze uci ni u druge. Predlazem vam da najvise paznje i dobru koncentraciju posvetite osnovnoj cakri, bar dok pocinjete sa vezbama.

Napomena: Kada sam ja prvi put poceo da podizem energiju i usavrsavam cakre, pre mnogo godina, nista nisam osecao nekoliko meseci. Mnogi ljudi su mi rekli da su osetili nesto kada su prvi put probali. Neki ljudi imaju prirodni dar i vecu aktivnost cakri od drugih. Nedostatak bilo koje senzacije nece vas spreciti da stimulirate i usavrsavate cakre, cak iako niste nista osetili prvi put, kao ja. Ja nisam imao nikakvu prirodnu aktivnost cakri niti neke velike psihicke sposobnosti pre nego sto sam poceo sa energetskim radom.

### **Stanite i proverite**

Proverite svoje misice, da nema neke napetosti u njima tokom dizanja energije i stimulacije cakri, i ponovo, iznova se opustajte ako je potrebno. Vasi misici ce prirodno pokusati da odgovore na protok energije. Zapamtite, to je sve mentalno, a vase telo ostaje potpuno smireno i opusteno.

### **Osećaji**

Osecaji u vasim cakrama mogu varirati, u zavisnosti od stepena aktivacije - vasa koncentracija, prirodna sposobnost ili umece opustanja mogu uticati na to. Oni mogu varirati od osecaja nezne topline, lokalizovanog pritiska, neznog pulsiranja itd. Sto su osecaji potresa jaci to je i cakra aktivnija. Ako stavite ruku na cakru dok je ona aktivna, mozete zaista osetiti pulsiranje. Neke od cakri kada su aktivne mogu izazvati cudne lokalizovane osecaje:

Osnovna cakra: mozete osetiti blagu toplinu ili zujanje, kao da ste dugo vozili bicikl. Kada radi dobro, oseticete nezno ili jako kucanje na mestu cakre.

Solarni pleksus: moze nekad da izazove nastanak daha, ali to vremenom prolazi.

Srcana cakra: Ona je zaslužna za neka osecanja koja umeju da budu jaka i zastrasujca. Kada je jako aktivirana oseticete nekad kao da vam srce radi u nekom neverovatnom rezimu. To je jak osecaj. Pokusajte da ignorisete ovo kad vam se dogodi, jer vam ne moze nauditi. Ne pojacava se aktivnost srca, vec

cakre. Znam da je lakse reci - ignorisi, nego to uciniti, ali vezbom se sve moze postici. Ovaj osecaj je mnogo jaci u ranim stadijumima ucenja. Mislim da je to zbog manjka energije koji dolazi u cakru. To lici na brzo pumpanje ali bez dovoljno vazduha. Kada je srcana cakra potpuno operativna, osecamo je ovako: Stavite jednu ruku na grudi, ctako da vrhovi prstiju budu na sred grugi iznad cakre. Lupajte prstima po grudima, u skladu sa srcem. Ubrzavajte to lupkanje dok god to prsti mogu da izdrze.

Napomena: Vasi otkucaji srca se ne ubrzavaju. Ako vezete srce za osciloskop, videcete da se njegovi otkucaji ne ubrzavaju.

Grlena cakra: Kao da imate neku gomilu osecanja u grlu.

Krunska cakra: Kada je potpuno aktivna, osecace te kao da vas nezno masira hiljadu toplih, mekih prstiju unutar vrha glave, iznad kose, pa se taj osecaj prosiruje na celo. Osecaj je razlog za Budisticki izraz »Hiljadu lotosovih latica«.

Napomena: Mozete osetiti jake promene u nekim cakrama a nista u drugim. Koncentrisite se tada na one koje najmanje osecate, pa cete tako uravnoteziti protok energije kroz sistem cakri.

Ako nema te ravnoteze tokom projekcije, neaktivne cakre mogu oboriti projekciju. Zato, sto pre je moguće aktivirajte neaktivne cakre.

## **Zatvaranje čakri**

Posle svakog rada sa cakrama, vrlo je bitno zatvoriti ih, osim ako ne nameravate da ih koristite (kao npr. tokom projekcije).

Zatvaranje je posebno vazno ako osecate veliku aktivnost u cakri. Ako ostavite cakre otvorene, polako cete gubiti energiju iz njih. To moze da izazove zamor ili cak zdravstvene probleme. To moze u nekom slucaju da privuce neocekivanu paznju nekih nepozeljnih astralnih entiteta. Da biste ih zatvorili, prosto obrnite proceduru sve dok osecaj ne prestane. Osetite kako vase mentalne ruke zatvaraju cakru i odvode energiju dole. Sto vise aktivnosti osecate to morate potrositi vise vremena da bi ste naucili da ih zatvorite. Ako ipak nesto osecate posle zatvaranja, neka fizicka aktivnost ili obedovanje ce vam pomoci da ih zatvorite.

## **Psihičke sposobnosti**

Pre pocetka rada sa cakrama, mozda cete osetiti da psihicke sposobnosti u vama rastu. Ovo je prirodni rezultat stimulacije cakri. U sledecim delovima, o slozenijem radu sa cakrama, pokazacu vam kako da usavrsite upotrebu nekih

ovakvih sposobnosti i kako da podignete kundalini energiju.

## **Vežbanje**

Malo opustanja, svesnog disanja, koncentracije i izvodjenja vezbi mentalnih ruku, trebalo bi da se izvode svakog dana. Ove vezbe mogu biti uradjene bilo kad i bilo gde, samo im treba posvetiti par minuta.

## **Koliko dugo je potrebno?**

Mnogi ljudi su me pitali: Koliko je potrebno da se nauči projektovanje? A moj odgovor je: S obzirom na to da svako ima različite prirodne sposobnosti i vestine, trajace koliko god bude i trebalo. Dobijao sam pisma od ljudi koji su pokušavali razne metode po nekoliko godina a sve bez rezultata, međutim izasli su prvi put cim su probali ovu tehniku. Drugi ljudi bez imalo opustajucih vestina i moci koncentracije, pokušavali su po nekoliko meseci pre nego sto su prvi put izasli.

## **peti deo**

### **astralni konopac**

kljucni deo novih tehnika projekcije je nevidljivi, zamisljeni konopac koji visi sa vaseg plafona. Ovaj konopac ce koristiti da se izazove dinamicki pritisak na jednu tacku vaseg at da bi se postiglo njegovo odvajanje od fizickog tela.

tehnika konopca je slicna, ali mnogo direktnija (pa zbog toga i mnogo efektivnija) od drugih mirnijih i posrednih metoda, kao sto su sakupljanje i guranje vibracija u svoje telo, ili zamisljanje samog sebe kako lebdite ispred sebe i slicno. Ideja usisavanja vibracija je prilicno promasena, ako razumete mehaniku projekcije.

vibracije su posledica a ne uzrok projekcije. Kada je at dovoljno potisnuto da bi se oslobodilo, energetsko telo se siri i energija ulazi u sistem cakri, a cuva se u energetskom telu. Ovaj protok energije kroz stotinu cakri i kroz kanale sto ih povezuju, izaziva nastanak vibracija. Ovo se i normalno desava tokom sna, pa to obicno ne primecujemo.

### **izazivanje pritiska**

neki pasivniji nacini projekcije zaista naprezu, tj. Pritiskaju at ali to cine na sirem podruciju.

oni iznose centar svesti van tela, iako vrlo slabo. Svaka mentalna radnja koja iznosi centar svesti van tela ce izazvati neki pritisak na at.

rad koji vrsite kada gurate ruku pred ruku, penjuci se uz konopac, je jak, usredsredjen rad, i prirodna radnja koju je lako zamisliti. Tehnika konopca usmerava sve vase mentalne resurse u jednu jaku dinamicku akciju koja izaziva naprezanje jednog dela at.

ima mnogo drugih, neznijih nacina koji izazivaju pritisak na at isto tako dobro. Mnoge vezbe meditacije izazivaju pasivan pritisak na vase at. Npr. Mozete zamisliti da se spustate liftom, padate, penjete se merdevinama ili lebdite. Kakva god da je tehnika po sredi, ideja je da vam se smanji aktivnost mozga. Svaki samopokretacki unutrasnji osecaji padanja, cine pasivan pritisak na at, koji cini da se aktivnost mozga smanji i da se svest uvede u stanje transa, gde se otkrivaju dublji nivoi uma.

osecaji unutrasnjih padova slabo izbacuju svest iz tela, pasivno pritiskaju at na velikoj povrshini, ali u obrnutom pravcu od onog koji je potreban za projekciju. Npr. Pritisak na dole, je kao da pokusavate da naterate vase at da ispadne iz fizickog tela, tj. Vas centar svesti pokusava da pada nadole, van fizickog tela.

ono sto vecina ljudi radi da bi se projektvala jeste da se potiskuju pasivno napred, npr. Zamisljajuci sebe kako lebde van fizickog tela, i nadaju se da ce im uspeti da se odlepe. Ili cak pokusavaju direktniji metod, tj. Zamisljaju sebe potpuno van tela, sto je vrlo tesko. Spustimo se na zemlju: 99% ljudi ne moze dobro da zamisli ni zrno graska, a ne sebe kako hodaju van svog tela, i tamo iznose centar svesti - to je tesko pa i nemoguće vecini ljudi. Drugi popularan metod je usisavanje vibracija. Ovaj metod je nesto bolji, on pritiska jedan deo at ali je posredan pa zato i slab.

sve ovo gore navedeno kao i nedostatak osnovnog predznanja o mehanici projekcije, cini da mnogo ljudi upropasti svoju projekciju.

odrzavanje pasivnog pritiska na sirokom podruciju at dovoljno dugo, ce eventualno aktivirati refleks projekcije. Ali ovo moze dugo da traje i mozže da bude mentalno iscrpljujuće. Ja sam usavrsio tokom ranijih istrazivanja bolji, brzi, dinamicniji metod projekcije koji je vrlo efektan. Tu tehniku sam nazvao tehnika konopca. Nije upotreba zamisljenog konopca za projekciju moja nova ideja, ali razumevanje mehanike tog sistema i njegovog principa jeste.

ako potpuno razumete kako to radi, koristecete ovaj metod mnogo uspesnije i postici cete bolje rezultate.

nova metoda konopca pervazilazi opste greske u upotrebi mentalnih resursa i hronicne gubitke mentalne energije izazvane uobicajenim dugim procedurama potrebnim za projekciju. Konopac skracuje vreme koje je potrebno da se izazove

projekcija i maksimalno iskoriscava raspolozivu energiju.

jedan od osnovnih cinilaca projekcije je dobra motivacija. Bez nje necete imati dovoljno mentalne energije za odlepljivanje, pa cete ili zaspati ili potpuno zaboraviti na projekciju. Zato je vazno da vreme spremanja bude sto je moguće krace, tako da ne predstavlja obeshrabrujuci i iscrpljujuci zadatak.

jedna stvar koju projektor ima u izobilju je entuzijazam. Entuzijazam je cista mentalna energija. Konopac plus poznavanje principa projekcije tj. Kako se ona dogadja, priprema vas i omogucava bolju upotrebu izvora energije i poboljsava uveliko uspesnost.

### **sticanje osecaja konopca**

zakacite neku traku ili konopac na plafon iznad vas. Neka visi sa plafona tako da ga lako mozete dohvatiti rukama. Hvatajte ga tj. Dodirujte stalno dok ga ne predstavite sebi u umu, dok se ne naviknete. Konopac je samo takticka pomoc. Postajuci sposobni da dosežete i dirate konopac, vi se privikavate na prostorne koordinate nevidljivog konopca. To se ucvrscuje u vasem umu kao misaoni oblik, koji vam pomaze da lakse zamislite sebe kako se penjete uz konopac sa svojim imaginarnim rukama.

napomena: ne morate da sebi predstavljate ili da vidite konopac uopste, tj. Ne morate da vizualizujete njega, samo treba da znate gde se on nalazi. Ova tehnika nema nikakve veze sa vizualizacijom .

dostizanje i povlacenje ovog zamisljenog, nevidljivog konopca sa zamisljenim rukama, premesta centar telesne svesti van tela jakom, prirodnom akcijom koja pritiska jednu tacku astralnog tela.

### **aktivne cakre**

jedna vazna stvar, ako imate ceonu cakru aktivniju od srcane, sto je prilicno cesto. Pomerite mesto konopca tako da vam ruke budu pod uglom od 45° iznad glave. Ako koristite vizuelnu pomoc, dakle konopac, pomerite ga tako da vam visi nad glavom vise nego nad grudima.

promena ugla konopca pomera tacku koja pritiska at na vasu najaktivniju cakru, pa daje bolje rezultate.

u svakom slucaju, podesite polozej konopca na najprirodniji nacin koji vam najvise odgovara. Veoma je bitno da ugao i polozej zamisljenog konopca vi osećate kao prirodne tj. Da vam pogoduju. Pokusavajte razne uglove dok ne nadjete onaj pravi.

da li ste spremni za projekciju?

sve vezbe u prethodnom delu teksta su neophodan trening za projekciju. Same za sebe, međutim, one nisu neophodne za projekciju. Ako obavite sve vezbe opustanja, smirenja, otvaranja cakri i dizanja energije, mozete skroz iskoristiti zalihe vase mentalne energije. To moze dovesti do iscrpljivanja organizma u mentalnom smislu, pa ce vam mozda zafaliti energije i volje za vazan izlaz.

sve vezbe trebalo bi da radite odvojeno od same projekcije. To su trenazne vezbe tj. Vezbe usavršavanja, osmišljene tako da pomocu njih steknete kontrolu nad telom i duhom, ali i da poboljšate protok energije kroz cakre. To je kao kad npr. Radite u teretani u sklopu fudbalskog treninga. Ove vezbe ne koristite kad igrate fudbal, njima samo povecavate snagu i kondiciju da biste fudbal igrali bolje.

radite vezbe odvojeno, osim ako ne pokusavate savrsenu projekciju u realnom vremenu. Ali i onda je neophodno da prodjete kroz punu proceduru i aktivirate sve cakre.

svrha ucenja projekcije je odvajanje at od fizickog, ali u stanju pune svesti. Sto ranije steknete punu svest to bolje. U suprotnom, moze se desiti da odustanete u potpunosti jer cete ubediti sebe da je sve to tesko. Zato preporucujem svim poceticima da se koncentrisu na najlakse i najefektivnije nacine svesne projekcije. Kada jednom steknete neko iskustvo iz projekcije, mozete da pokusavate posle sa nekim slozenijim tipovima projekcije.

radeci vezbe, naucili ste da opustite telo ,ocistite um i da se koncentrisete. Poceli ste tako da usvršavate i koristite pokretnu telesnu svest (pts), npr. Koristeci imaginarne ruke da biste izvršili neke radnje van tela i u njemu. Takodje ste poceli da budite i koristite cakre, tako da energija tece kroz vas bolje i jace, i nadam se, proveli ste i neko vreme u transu i tako se navikli i na ovo stanje duha. Ove vestine su pripremile vas um i telo za projekciju.

### **kada da radite vezbe?**

iako vezbe same po sebi nisu koriscene tokom projekcije, potrebno je da ih radite redovno kako biste usavršili neophodne vestine i energetske nivoe za svesnu projekciju.

ja vam predlazem da vezbe opustanja, koncentracije i ciscenja uma radite svakog dana. Koristite tokom ovih vezbi svoje imaginarne ruke. Vezbe sa energijom tj. Sa cakrama, treba da radite bar jednom nedeljno, da bi imale smisla. Ako vi zelite da ih radite cesce, u redu, ali nemojte da se zamarate

previse.

### **vas projekcioni put**

tesko je dati jedan univerzalni projekcioni put, jer svako ima razlicite prirodne sposobnosti. Zato dajem jedan univerzalni put i predlazem vam da iskrojite metod projekcije tako da odgovara vama tj. Vasim potrebama i sposobnostima. Setite se stare izreke - "sto radi - radi! " igrajte se sa svojom sekvencom sve dok ne nadjete ono sto je pravo za vas, ono sto je najlakse i najefektivnije vama.

prvo, evo pune sekvence za ozbiljnu projekciju u realnom vremenu.

### **puna putanja**

1. Uradite vezbe opustanja.
2. Ocistite um svesnim disanjem.
3. (\*)udjite u trans metodom padanja.
4. (\*)podignite energiju i otvorite cakre.
5. Izvucite sebe napolje sa zamisljenim konopcem.

napomena:

1. Koraci 3\* i 4\* mogu biti zamenjeni ako vam to odgovara tj. Mozete obaviti energetski rad pre ili posle ulaska u trans. Rad sa energijom daje bolje rezultate kad je obavljen u transu, ali mnogi ljudi imaju probleme sa ulaskom u to stanje. Rad sa energijom pre transa, olaksace ulazak u trans.
2. Ako jos imate problema sa ulaskom u trans, koristite metod zamisljenog konopca kao korak br. 3\*, umesto mentalnog padanja, dok ste u transu. Onda prekinite penjanje konopcem pa obavite rad sa energijom pre nego sto nastavite sa projekcijom - koriscenje konopca kao koraka broj 3\*, potpomoci ce ulazak u trans.

### **kako da koristite konopac?**

sam po sebi, konopac je celovit metod za projekciju ako imate dobre moci koncentracije. Predlazem poceticima da se koncentrisu iskljucivo na ovaj metod, dok ne steknu malo iskustva. Ovaj metod projekcije daje vam normalnu astralnu projekciju. Trajanje projekcije u realnom vremenu, zavisice od kolicine energije u cakrama.

1. Radite vezbe opustanja, sve dok se potpuno ne smirite. To bi trebalo da traje samo par minuta, nemojte da preterate.

2. Dohvatite imaginarnim rukama zamisljeni konopac, i vucite sebe gore. Pokusajte i da zamislite jak, grub, ostar konopac u vasim rukama. Ne pokusavajte da vizualizujete konopac! Hocu samo da zamislite da se penjete uz konopac, u mrklom mraku, tako da ga ne vidite, samo da znate gde je i da steknete osecaj konopca. Vizualizacija trosi vrednu mentalnu energiju, koju je bolje da upotrebite kad pritiskate at. Oseticete malo proklizavanje i drhtanje dok to radite, posebno u gornjem delu tela. To je rezultat pritiska na at. Osecaji poticu od oslobadjanja at. Osecaj vrtoglavice ce se povecavati sto se vise »penjete« konopcem.

imajte na umu:

a) ove osecaje vrtoglavice ili pritiska koji poticu od povlacenja konopca, morate primetiti. Naucite tacno onu mentalnu akciju koja vam izaziva vrtoglavicu. Moracete da trenirate ovo penjanje da biste sa lakocom postigli ovaj osecaj. Zato prvih par puta kad pokusavate penjanje uz konopac, koncentrisite se na nalazenje prave mentalne akcije. Jednom kada naucite sta je to sto izaziva te osecaje, moci cete da po volji ponovo izazovete tu radnju a to znaci da stvarno nesto uspevate.

b) ignorisite sve osecaje koji se javljaju tokom projekcije, jer ce vas oni odvuci, slomice vam koncentraciju i upropastice vam projekciju. Koncentrisite se samo na jednu radnju - uspinjanje konopcem, i zanemarite sve drugo. Sve sto mozete iskoristite za ovu radnju, ali nemojte da se naprezete jer sve ovo je iskljucivo mentalno.

3. Nastavite sa penjanjem, ruku pred ruku, i oseticete tezinu kako vas prekriva. Pritisak koji vrsite na svoje at odvesce vas u stanje transa. Ignorise ovo kad se desi i koncentrisite se na ono sto radite.

4. Nastavite sa penjanjem, i oseticete kako vam se cakre otvaraju, kao reakcija na pritisak - nemojte stati.

5. Sledece sto cete osetiti su vibracije, oseticete da vam celo telo vibrira, a vi ce te se osetiti paralizovanim. Koncentrisite se na penjanje, nemojte stati.

6. Sledece, oseticete da izlazite iz tela. Napusticete telo u pravcu vasesg zamisljenog konopca, i visicete iznad fizickog tela. Konacno ste slobodni!

napomena:

a) ne dozvolite sebi da vam se slomi koncentracija kad vibracije pocnu. One su

prirodna posledica kruzenja energije kroz sistem cakri u vasem telu. Ako zakljucite da vas ovo bas ometa, provedite vise vremena radeci vezbe koncentracije, sve dok ne resite ovaj problem.

b) ako niste ovladali upotrebom imaginarnih ruku za opustanje, dizanje energije, i rad sa cakrama, mozda cete imati tekoce sa penjanjem. To ne znaci da morate da budete sposobni da otvarate cakre ovom metodom za projekciju, ne morate, samo znaci da ce to pomoci onima koji znaju.

ova metoda je vrlo direktna. Ona dramaticno skracuje vreme koje je potrebno za projekciju! Kada jednom pocnete da se ozbiljno penjete uz konopac, uci cete u trans, cakre ce vam se otvoriti, vibracije ce poceti, i vi ce te se projektovati vrlo brzo. Brzina ovog metoda ce vas mozda uplasiti, kada je prvi put probate. Sve ce vam izgledati kao da se odvija prebrzo. Ali navici cete se na to, i naucicete da cenite mentalnu energiju kao glavni cinilac u projekciji.

ako su vase moci koncentracije dobre, imate i vise sanse da izadjete ovom metodom pre nego bilo kojom drugom, cak iako niste ovladali vestinama koncentracije i transa. Ono sto je potrebno, van sposobnosti koncentracije, je sposobnost da se izadje na kraj sa jakim mentalnim akcijama, bez telesnog naprezanja (naprezanja misica), tj. Vi morate razdvojiti mentalne i telesne osecaje.

### **varijacije konopca**

primetite: jedna dobra varijanta konopca je da se uradi puna sekvenca vezbi i energije, rad sa cakrama prvo ali odvojeno od aktuelne projekcije. Uradite punu sekvencu, ali ne zatvarajte svoje cakre. Ustanite i napravite pauzu, udobno se smestite, popijte pice i slicno. Onda se vratite u vas krevet/fotelju svezi, odmarajte se par minuta pa onda idite direktno na konopac. Ovo ce uvecati raspolozivu kolicinu energije tokom projekcije.

### **mehanika - kako konopac radi?**

konopac je najdinamicnija metoda koju mozete sresti. Sada cu malo vise objasniti mehaniku konopca, dakle, sta se stvarno dogadja tokom konopca:

ciscenje uma: mentalni cin penjanja uz konopac potpuno okupira i cisti um.

talasna aktivnost mozga: ciscenje uma i pritiskanje at-a u jednoj tacki, smanjuju talasnu aktivnost mozga.

duboko opustanje: smanjenje talasne mozdane aktivnosti uvodi telo u nivo duboke opustenosti.

stanje transa: vršenje usmerenog dinamičkog pritiska na at, dok je fizičko telo duboko opušteno, i dok je aktivnost mozga niska, podstiče um i telo da udju u stanje transa.

čakre: usmereni dinamički pritisak na at, u stanju transa, podstiče energetsko telo da se siri, a podstiče i otvaranje čakri.

vibracije: usmereni dinamički pritisak na at, dok je energetsko telo u stanju sirenja i dok su čakre otvorene, izaziva protok energije kroz 300 različitih čakri u telu, i izaziva vibracije.

razdvajanje: usmereni dinamički pritisak na at u stanju vibracija, podstiče odvajanje at od fizičkog.

napomena: ako izvršite dovoljno pritiska na at, tokom završne faze projekcionog puta, tj. Izlaza, potpuno ćete preskociti projekcioni refleks. Jak pritisak podstiče "ručno" razdvajanje dva tela. Ovo znači: umesto nehotičnog izlaska iz tela, preko projekcionog refleksa, u vrhuncu projekcije, vi ćete izaci iz tela u pravcu u kome se penjete uz konopac.

### **koliko dugo je potrebno?**

ceo proces projekcije može se uraditi za manje od 15 minuta, ja mogu ispod pet minuta. Brzina ovog metoda dopušta vam da koristite svu raspoloživu energiju odjednom. Ako ne izadjete u prvih petnaest minuta, sumnjam da će te uopšte izaci tokom tog pokušaja. Ako vam se to desi, ili ustanite i odmorite se pa se posle vratite, ili odspavajte.

koriscenje metode konopca, zadivilo me je svojom lakocom i jednostavnošću kada sam ga prvi put upotrebio. Skratio sam moje uobicajeno vreme za projekciju sa 20-30 minuta na 5 minuta, za normalnu astralnu projekciju. I ja još uvek koristim punu sekvencu kada radim projekciju u realnom vremenu.

moje analize mehanike procesa projekcije dolaze od moje lične upotrebe konopca i pažljivog posmatranja onoga što se događa sa telom.

### **moja prva projekcija sa konopcem**

evo opisa mog prvog pokušaja konopca, iz vremena kad sam još usavršavao teoriju:

legao sam u krevet i mislio sam o svojoj novoj teoriji. Izradjivao sam projekcionu tehniku za slepe ljude. Tehnika nije zahtevala nikakvu optičku vizualizaciju. Dosla

mi je ideja da koristim osecaj dodira da bih izvrsio pritisak na at, tzv. Takticno zamisljanje, jer je ovaj osecaj dobro razvijen kod slepaca. Lezao sam par minuta, ta misao mi se motala po glavi, dok sam se spremao za spavanje. Onda sam odlucio da to isprobam, da vidim da li radi.

napomena: nisam radio uobicajene vezbe opustanja, rad sa energijom, ili mentalno smirivanje. Samo sam hteo da vidim da li mogu ovim putem da pritiskam at.

podigao sam imaginarne ruke i poceo da se penjem, ruku pred ruku. Odmah sam osetio vrtoglavicu u stomaku i gornjem delu tela, drhtanje u kostima, ali sam nastavio sa penjanjem. Osetio sam ogroman pritisak koji trpi at, a glava i gornje telo at-a su vec poceli da se izdizu, pokusavajući da dosegnu konopac. Dalje, osetio sam da se menja talasna aktivnost mozga, dobio sam osecaj tezine, i upao sam u trans. Nastavio sam da vucem i trans se produbio, bio sam paralizovan. Cakre su se otvorile, i pocele su vibracije. Bio sam zacudjen, radio sam ovo samo par minuta! Nastavio sam da vucem at, i ono se ubrzo oslobodilo fizickog tela. Ovo je bilo sasvim drugacije od svih mojih projekcija do sada. Projekcioni refleksi nije bio taj koji me je izvukao, ja sam se sam izbacio napolje. Plutao sam iznad fizickog tela, jos uvek svestan sebe u krevetu. Otisao sam kroz zid u predsoblje, gde je bilo vise svetla jer je u mojoj sobi bilo mracno. Odjednom, bio sam u cudnom svetu. "gde sam to ja? ", pomislio sam. Svetlo je bilo mutno, a svuda oko bila je magla. Bila je neka velika zgrada ispred mene, sa starim krovom. Na onoj strani prema meni, bila je stara ograda, napravljena od masivnog, grubog, tesanog drveta. Naslonio sam se na ogradu i mislio samo o njoj. Pogledao sam oko kuće i video odraz vode. S druge strane kuće je bilo jezero. Ovo mi je izgledalo dosadno, pa sam probao da se prebacim u drugi svet kroz bazen za plivanje.

pogledao sam u ruke, to obicno pali. Bile su bele i blede, nerealne, i pocele su brzo da se tope. Prsti su mi se pretvorili u patrljke, saka mi se topila a ruka je pocela da otpada. Pokusao sam da je reanimiram. Ona je izrasla, kako sam se koncentrisao na njen oblik, ali cim sam prestao, pocela je da se opet topi. Onda mi je sinulo, zasto mi je ova scena poznata? Bio sam u slici! Imam veliku sliku na zidu a na njoj se nalazi velika kuća sa starim krovom, drvenom, grubom ogradom oko. Iza nje je bilo jezero, i rano je jutro, sunce tek izlazi. Tu nije bilo sumnje - bio sam u slici. Bilo mi je dosta ovoga, sve je bilo mutno u ovoj projekciji. Usredsredio sam se na fizicko telo, koje sam jos mogao da osetim. Koncentrisao sam se na pomeranje usta, i ponovo sam se nasao u fizickom telu.

seo sam u krevetu, razmisljao sam o onome sto se zbilo. Kada sam se smirio, ponovo sam probao sa konopcem. Za par minuta opet sam bio van tela! Pomislio sam "ovo je sjajno! ". Plutao sam nad telom i gledao po sobi. Tamo u mraku je bila slika na zidu, ona u koju sam slucajno usao. Krenuo sam prema njoj, da

vidim da li ce se ponoviti. Sto sam bio blizi slici, ona je bila sve veca i cinilo se da ulazim u nju. Kad sam stigao do nje, umesto da prodjem kroz nju, usao sam u sliku i ponovo sam bio u maglovitom svetu sa starom kucom i ogradom. Sve je delovalo stvarno, osetio sam da je ograda drvena, pa cak je i vazduh bio drugaciji, kao onaj na farmi. Ponovo sam napustio sliku, vratio se u telo, i zapisao sve sto mi se desilo. Te noci sam razmisljao o onom sto se dogodilo, sta je to znacilo. . .

ovako sam otkrio projekciju virtuelne realnosti. Ova tehnika nije doradjena, pa zato predstavlja samo grub metod. Planiram da poradim na njoj malo vise.

### **pamcenje dogadjaja**

jedan od najvećih problema kod bilo koje svesne projekcije je kako zapamtiti ono sto se desilo kad se probudite.

evo sta mozete da uradite protiv ovoga. Cim se probudite, sedite u krevetu i vratite ova secanja nazad. Sedite i mislite jako. Odvojite za ovo par minuta svakog jutra. To ce pojacati vasu memoriju u snovima.

tokom ovog vremena, pretrazite osnovne pojmove dok ne pogodite nesto. Na primer, recite sebi: gledao sam na sat, pa. . . Pogledao sam u ruke. . . Setao sam se. . . Prosao sam. . . Bas sam hteo. . . Leteo sam. . . Imao sam. . . Bio sam u. . . Bio sam sa. . . Ovo su fraze koje vas mogu podsetiti na ono sto ste prozivali u snu. Izmislite neke svoje fraze.

moze vam se ciniti da u vasoj glavi nema nicega cega biste mogli da se setite, ali pokusavajte jako, ulozite pravi napor. Secanja su tu, ali ih morate stici i lokalizovati. Kada se jednom prisetite dela secanja, drugi delovi ce se sami nadovezati. Iznenadicete se kad vidite koliko stvari mozete povratiti ovim metodom.

vazno je i da zapisete sve cega se setite sto je pre moguće. Cak iako morate ovo da radite nekoliko puta tokom noci. Secanja mogu delovati ziva i nezaboravna u trenutku, ali secanja koja nosite iz astrala ili iz snova cesto nestanu za nekoliko sekundi ako ih ne zapisete. Samo zapisite par kljucnih reci a ostatak mozete i kasnije. Vezbajte.

### **zaglavljivanje**

neki ljudi primecuju da su zaglavljeni u delu tela tokom projekcije. Oni mogu da se oslobode tela, ali su zaglavljeni u predelu glave ili stomaka. Ako se ovo desi, jako pritiskanje at pomocu metode konopca moze izazvati neke fizicke bolove ili neudobnost. Postoje dva moguca razloga za ovo:

ako ste zaglavljani u predelu stomaka, moze biti u vezi sa obrocima (npr. Pojeli ste dosta mesa ili proteina).

lek: jedite blage obroke pred projekciju, jedite dosta - ali po mogucnosti izbegavajte meso (moze belo meso ili riba), masti, sireve, ulja. . .

ako ste zarobljeni u glavi, ili negde drugo, to je znak neke pasivne cakre, verovatno rezultat blokade energije.

lek: koncentrisite se na otvaranje ove lenje cakre, tokom vezbi sa energijom. Ako se ovo desi tokom projekcije, zaustavite sve i otvorite ovu cakru, a posto ste u transu to ce vam biti lakse. Kada to popravite, probajte ponovo sa konopcem.

## **Sesti deo**

### **vise o konopcu**

konopac je vrlo dobra tehnika za projekciju, ali treba puno uciti. Zeleo bih da iznesem nekoliko zakljucaka.

1. Nema vizualizacije uopste u konopcu. To je sve takticno zamisljanje. Znaci da ne morate da se "oslikujete" dok to radite.

to jest, prava mentalna akcija je da osetite penjanje umom.

\*ovo mentalno osecanje jeste konopac\*

2. Treba da "stisnete zube" u mentalnom smislu, da nastavite sa akcijom. Moracete da ulozite maksimalni mentalni napor u to, da osecate kao da se stvarno penjete uz konopac, ali da ne dozvolite misicima da se naprezu - ovo je sve mentalno. Vase telo ne sme da odgovori. Takodje bi trebalo da osecate da ste jaki, puni energije, kao da mozete da se penjete tako cele noci.

3. Otkricete da odredjen nacin fokusiranja vaseg uma dok se penjete, izaziva vise pritiska na vase at, nego ostali nacini. Vrlo je vazno da znate sta je to i kako da ga primenite. To ce biti najefektivniji nacin penjanja. Kada potrefite odgovarajuci nacin, oseticete drhtanje u zoni solarnog pleksusa.

4. Da biste uspesno koristili konopac, vazno je odlucite da to stvarno zelite. To je neophodno za uspeh. "uradi to ili umri" je dobra deviza koje treba da se pridrzavate. To usredsredjuje svu mentalnu energiju na jednu tacku sa jednim ciljem - da se izadje iz tela.

5. Mnogi ljudi su mi pisali o uspesnim konopcima. U svakom slucaju, oni su vezbali konopac, kada su iznenada odlucili da to stvarno i urade. Ova volja da se uspe znaci razliku izmedju pravih vti i iskusavanja razlicitih nivoa opustanja, transa, paralize koji su pokrenuti konopcem. Postojanje volje je od ogromnog znacaja.

6. Kada koristite konopac potpuno ignorisite sve fizicke osecaje i bilo koje zvukove koje cujete. Ako budete reagovali na njih, na bilo koji nacin, izgubicete fokusiranost mentalne energije i upropasticete vas napor.

sve energetske/cakra, i ostale vezbe u trecem i cetvrtom delu, osmisljene su da stimulisu protok energije u telu, da povecaju koncentraciju, snagu volje i mentalnu kontrolu. Povecanjem protoka energije tokom projekcije i kontrolom uma, trajanje vase projekcije je duze, a takodje je i lakse da se izadje.

vi mozete preskociti sve vezbe u potpunosti i usredsrediti se samo na učenje konopca. Svi ljudi imaju razlicito razvijene prirodne sposobnosti. Nekim ljudima treba dosta treninga da bi postigli vti, drugima malo. Neki ljudi vole da uce konopac radeci ga, pre nego da treniraju. Ako vam je cilj samo da imate svesnu projekciju, bilo koje vrste, prosta vrsta konopca data ispod je najbolja za vas.

### **prosti konopac**

neki ljudi sticu utisak da je konopac komplikovan. To je mozda zato sto sam u petom delu dao kompletno, detaljno objasnjenje o mehanici konopca.

konopac ja najlaksa projekciona tehnika. Sve sto je potrebno za konopac u prostoj varijanti je sledece:

1. Odite u krevet ili sedite u stolicu, smirite se i opustite kao da se spremate da spavate.
2. Pocnite da se penjete uz konopac.

to je sve sto treba da radite u prostoj varijanti.

posto nema vremena za teske vezbe opustanja, prosta varijanta ima mnogo prednosti. Daje vam da fokusirate sve vase mentalne resurse na nju. U najvećem broju slucajeva, to je sve sto vam treba za prvo svesno vti.

posto je prosta varijanta konopca - prosta, pokusavacete projekciju mnogo cesce, cak i kada ste umorni (sto je najbolje vreme za vti), i nece vas ometati druge stvari. To povecava ucestalost pokusaja porjekcije, daje vam vise vezbe pa ce tako tehnika biti brze savladana.

## **podrska lucidnih snova**

imao sam mnogo izvestaja o zivim snovima i povecanoj aktivnosti lucidnih snova od ljudi koji su radili energetske/cakra vezbe. Ovo se dogadja suvise cesto da bi bilo slucajnost.

rad sa energijom/cakrama povecava protok energije u energetsko telo, i povecava svesnost i memoriju snova u vti. Steta je trositi svu tu energiju na nekontrolisane snove, zato predlazem da ls bude iskoriscen kao vas drugi cilj. Ovo ce vam dati vti ranije, u obliku ls, i pomoci ce vam da obavite ono sto zelite, dok ne naucite kako da napravite svestan izlaz.

## **lucidno sanjanje**

da biste napravili ls, treba da osmislite "obarac" koji ce znati kada sanjate, i kojim cete preuzeti kontrolu nad snom. Najbolji nacin da to uradite je da sticete naviku radeci ceste provere stvarnosti tokom svakodnevnog zivota.

## **proveravanje stvarnosti**

provera stvarnosti je kada prestanete da radite ono sto radite, i proverite stepen stvarnosti vase situacije. To je lako da se uradi. Svaki put kada radite proveru stvarnosti zapitajte sebe:

1. Da li je ova situacija normalna, da nema nesto cudno u njoj?
2. Mogu li da letim? Probajte da se izdizete u vazduh.
3. Probajte da zatvorite oci. To je corsokak - jer ne mozete da zatvorite oci u astralnom obliku.

napomena: ovo proveravanje stvarnosti mora preci u naviku da bi bilo efektivno.

kada radite proveru stvarnosti tokom sna, shvaticete da sanjate i da mozete da preuzmete kontrolu nad snom. Vazno je i da tada potvrdite sami sebi da cete sve zapamtiti. Ponavljajte sebi stalno: "zapamticu ovo kad se budem probudio".

## **ls obarac**

kljuc za uspeh u proverama stvarnosti je da imate dobar "obarac" za to. To treba da bude nesto sto normalno radite vise puta dnevno. To nek bude ma kakva navika, evo par ideja:

1. Vreme: svaki put kada pogledate na sat uradite proveru stvarnosti. Elektronski sat je dobar za to. Namestite sat, ako mozete da zvoni svakog punog sata. Kada zazvoni, uradite proveru stvarnosti.

\*rucni sat koji zvoni svakog sata je najbolji\*

2. Ruke: svaki put kada primetite svoje ruke, uradite proveru.

3. Pusenje: svaki put kada pusite (ako uopste pusite), kada uzmete cigaretu, uradite proveru. Cesto cete se naci kako posezete za cigarom u snu, ako ste navikli na pusenje.

napomena: potrebno je vremena da ucinite obarac navikom, obicno par nedelja. Pomaze i da uradite nekoliko potvrđivanja pre spavanja, npr. "seticu se da pogledam na sat".

kada postanete svesni u snu, lucidnom snu, trebalo bi da se nalazite u "bazenu snova". Ako zelite da ta projekcija bude u realnom vremenu, pokusajte da postanete svesni fizickog tela. Ako mozete da ga osetite, mozete i da se vratite u neko obliznje vreme. Ovo je vrlo tesko, i moze da obori vti potpuno, jer forsira vracanje u stanje budnosti.

predlazem vam da uzivate u ls. Bazeni snova su zivopisnih boja i dobra su mesta za odmor i zabavu. Videcete sve moguće cudne, uvrnute stvari tamo i dozivecete mnogo avantura.

napomena: da biste poboljsali vase secanje ls, nemojte da zaboravite da se podsecate konstantno na to da treba svega da se secate kad se probudite.

### **promena realnog poloza**

ako vam se ne dopada bazen snova, ili vti u realnom vremenu, pa zelite da promenite lokaciju, evo nekoliko nacina za to.

1. Gledajte pazljivo svoje ruke i posmatrajte kako se tope (ovo je vredno radjenja samo da biste videli fenomen topljenja ruku).

2. Okrecite se dok ne postanete dezorjentisani.

3. Zamislite mesto na kome biste zeleli da budete. Ovo ce vas verovatno odvesti u bazen snova slican vasem odredistu.

4. Letite pravo gore, najbrze sto mozete. Ako ovo ne uspe da promeni realnu lokaciju, barem cete iskusiti svemirski let.

5. Letite brzo, blizu površine, dok ne nadjete mesto koje tražite.

### **astralni oblici u kretanju**

mnogi ljudi imaju problema sa kretanjem u prvih nekoliko projekcija. Prost prelaz preko sobe može biti velik problem. Ovaj nedostatak kontrole je rezultat nepoznavanja astralnih oblika. To je slično kao da nema gravitacije. Morate ponovo da učite da se krećete. Kada se projektujete u realnom vremenu, vi ste samo tačka svesti sa vrlo slabim eteričnim oklopom. Kretanje obezbeđuju misli - ne misli.

### **astralni moment (zamah)**

postoji jedan moment u astralnom obliku koji pravi najviše problema. On vas tera da se krećete za trenutak, posto odlučite da stanete. To vas može odvesti kroz zid ili plafon. Ova pokretacka snaga je rezultat vaše misli koju ste koristili da izazovete kretanje. Ako je ta misao prejak i vremenski predugacka, kretacete se suviše brzo i daleko. Samo vezba vas može naučiti kako da se snadjete na svim vrstama kretanja.

učenje astralnog kretanja je stvarno tih i smesan proces. Secam se kada sam ucio da se krećem oko svog rodnog grada dok sam bio mlad. Poceo bih pokusavajući da se orjentisem u kuci, obicno sam se zaglavljivao na krovu, na tren. Onda bih trcao ulicom, sve brže i brže, pokusavao sam da uzletim kao avion. Na trenutak bio sam kao letelica, ali nikada nisam mogao da dosegnem krovove okolnih kuća. Cesto sam slucajno ulazio u nepoznate kuce, lutao sam po njima kao da sam pijan. Stalno sam se izvinjavao svim tim strancima u cije sam kuce ulazio.

### **kako se kretati**

da biste se kretali u astralnom obliku, prosto to uradite. Ne mislite o tome sto radite vec samo to uradite. Shvatite da je kretanje rezultat vaših misli. Morate sebe da primorite da se krećete, da menjate pravac ili da stanete. Ovo je sve sto mogu da vam savetujem. Stvarno ovo morate da naučite radeci to.

kada ste naučili osnovno kretanje, ne radite nista ambiciozno neko vreme. Držite se površine zemlje, i okoline svog mesta. Vezbajte ubrzanje i usporenje dok ne steknete neku kontrolu nad time.

### **letenje**

učite da letite isto kao što učite da se krećete - koristite um. U pocetku, mozete naici na nesto slično gravitacionom privlacenju. Mozete se vinuti u vazduh da

biste otkrili da cete ponovo pasti na zemlju. Ako istrajete, videte da se krecete u serijama kratkih letecih skokova. Ovo je rezultat delom navike, a delom i osnovnog problema kretanja. Vi tonete na zemlju kada mentalna akcija koja izaziva kretanje oslabi. Ovo izaziva prestanak letackog nagona, a onda vas navika postojanja gravitacija vraca na zemlju.

moze vam se desiti kao i meni, da pokusavate da uzletite trzeci ulicom i poskakujuci u vazduh. Ovo je nepotrebno. Usredsredite svoju volju na plutanje u vazduhu. Onda voljom izazovite kretanje, kao kod osnovnih pokreta. Gravitacija ne utice na vas u astralnom obliku. Ubedite sebe u ovo i letecete.

## **brzina**

definisane su tri osnovne brzine, i one su najcesce prihvacene. To su:

1. Brzina hodanja
2. Brzina automobila
3. Brzina trenutnog putovanja.

mislim da su ove tri brzine rezultat vremena u kome su nastale. Ovo su bili jedini tipovi brzina koje su ljudi mogli da osmisle. Danas nam tv, racunari i slicno pruzaju mogucnost da se mentalno prilagodimo drugim vrstama brzina.

sa vezbom i dobrom mentalnom kontrolom, mozete menjati brzinu po potrebi, od brzine setanja do brzine aviona. Ovo je veliki problem za pocetnicke misli - da kontrolisu pravac i brzinu. To ima dosta veze sa stabilnoscu projekcije, i sa iskustvom u koriscenju volje za izazivanje kretanja.

## **trenutna putovanja**

siroko je prihvacena tvrdnja da ako mozete zamislite odrediste, mozete i da se projektujete tamo trenutno, brzinom misli.

\*nasao sam da je ovo vrlo nepouzdana\*

cini mi se da vas ovaj trenutni metod najcesce projektuje pravo u subjektivnu lokaciju koja je nastala vizualizacijom vase mete. Cinice vam se da ste na zeljenom mestu, ali naci cete cesto mnogo razlicitosti izmedju stvarnog mesta i onoga na kome ste.

trenutna putovanja su kao projekcije virtuelne realnosti. Koristeci svoju moc vizualizacije da njome putujete, ustvari necete putovati uopste. Stvoricete

subjektivnu kopiju mesta, i uci cete u nju.

## **duga putovanja**

nalazim da je mnogo pouzdanije pratiti površinu na kratko, za projekcije srednje daljine, do nekoliko stotina milja. Čak i ovo može biti teško, jer je vrlo lako pasti u efekat alise u zemlji čuda tokom puta. Sve što treba da uradite je da jednom slomite koncentraciju, i skliznucete u bazen snova. U svakom trenutku morate održavati striktnu mentalnu kontrolu, kada putujete u realnom vremenu.

nije baš praktično pratiti površinu kada su duga putovanja u pitanju. Na primer, zemlja sa druge strane sveta je 12000 milja daleko. Treba da putujete približno 64 puta brže od brzine zvuka da biste stigli tamo za 15 minuta. Pri ovoj brzini u atmosferi, skoro je nemoguće pratiti objekte, sve se mesa i proleće, a koncentracija pada. Svaki aspekt za održanje projekcije u stvarnom (realnom) vremenu biće izgubljen.

napomena: novi projektori mogu normalno da ostanu u realnom vremenu samo nekoliko minuta. Zato je svako dugo putovanje ograničeno trajanjem dela projekcije u realnom vremenu.

da biste putovali na daljinu, neophodno je da proučavate geografiju. Moraćete da prepoznajete kontinente, okeane, zemlje, države i gradove. Takođe, treba da proučite mapu vašeg odredista, i pronađete neke karakteristične znake.

## **orbitiranje oko zemlje**

uci u orbitu je malo teže nego što zvuči. Nije teško stići tamo, jednostavno idete pravo gore, ali je teško zaustaviti se kada stignete dovoljno visoko. Većina ljudi, a i ja među njima, vole da se "ispale" van solarnog sistema, a nekad i iz galaksije. Da biste ovo izbegli, važno je da kontrolisete brzinu tokom projekcije.

lakše je projektovati se prvo na mesec, da lakše udjete u orbitu. Ovo vam daje veliku vidljivu metu na koji možete da se projektujete u momentima. Kada ste jednom tamo, prosto je vratiti se nazad - udjete u orbitu, i kružite dok se ne nadjete nad svojom metom. U svemiru, bez atmosfere, nema problema sa mesanjem zbog brzine.

## **koliko daleko mozete ici?**

nema granica, u smislu odredista, brzine i daljine. Mozete da putujete u najudaljenije galaksije.

brzina misli je neograničena. Ako nešto vidite, tu možete i biti. Brzina svetla je

kao brzina puza u odnosu na brzinu misli. Cesto idem u dubok svemir, da meditiram. To je lako, ali stos je vratiti se u svesnom stanju. Povratak je tezak ako nemate dovoljno znanja iz astronomije, sto ja nemam. Pracenje srebrne niti, ako je uopste vidite, nije prakticno pri toj brzini.

da biste se vratili sa ovih udaljenih mesta, postanite svesni tela. Pokusajte da mrdnete delove fizickog tela, npr. Prste. Ovo ce vas vratiti u telo, zajedno sa svim secanjima vaseg vti.

### **vetar buducnosti**

postoji jedna cudna pojava na koju cete naici s vremena na vreme dok se projektujete. Zove se vetar buducnosti.

vi cete prozivljavati svoje vti, gledati svoja posla, ali odjednom cete osetiti neku silu kojoj se ne mozete odupreti. Oseticete da se krecete protiv svoje volje, najcesce unazad, pod dejstvom ove sile. Mozete joj se odupirati malo, ali ona ce rasti i odnece vas preko krovova, do neba i. . . . U buducnost!

onda, posle par trenutaka, naci cete se na drugom mestu i u drugom vremenu. Bice te oslobođeni i ostavljeni tamo zbunjeni. Moze se desiti da sretnete neke ljude, isto tako zbunjene kao vi.

ovo moze biti neka aktuelna scena vaseg buduceg zivota, moze biti simbolicka vizija ili mesavina ova dva. Moze se desiti da budete nevidljivi posmatrac ove scene, ili da se stopite sa buducim sobom, i da gledate svojim buducim ocima na tren.

ovo moze takodje biti scena nekog vaznog buduceg dogadjaja. To moze biti katastrofa, prirodna ili neka druga, ili nesto neobicno ili uzbudljivo za svetsku javnost. Ovakve vrste dogadjaja obicno imaju mnogo energije oko sebe, pa to moze biti razlog zasto ih vidite.

jedina objasnjenja koja ja mogu da dam na ovu temu su:

1. Intervencija "viseg vas": iz nekog razloga "visi vi" odlucuje da je sad trenutak da vam pokaze nesto iz buducnosti.
2. Pojava vidovitosti: vasa grlena cakra je postala vidovita, i prebacila se u buduci rezim rada. Vasa tacka svesti je uhvacena ovom vizijom i projektovana u nju.
3. Kombinacija ova dva razloga - najlogicnije.

## **simbolicne vizije**

postoji drugi aspekt vetra koji je slican gore pomenutima, ali vizija koju iskusavate je simbolicna. Ili ima simbolicne aspekte, pre nego neku konkretnu scenu iz buducnosti.

napomena: zelim da vas upozorim na simbolicne aspekte vizije. Ako ne razumete prirodu simbolizma, to moze mnogo stetiti vasem zivotu. Ovo upozorenje se odnosi na sve vizije, generalno, bez obzira da li su iskusene u astralnoj formi ili ne.

na primer: vi ste odvedeni, vetrom buducnosti, u scenu u kojoj vidite sebe da dobijate ogromnu kolicinu para. Sedite za stolom i proveravate brojeve na tiketu. Vi vidite da je nagrada 18 miliona dinara. Proveravate svoje brojeve i zakljucujete da vas tiket dobija. Uzbudjeni ste, proradi vam adrenalin, snovi vam se ostvaruju. . .

posle ove vizije, vi pocinjete da kupujete mnogo tiketa. Takodje, pocinjete da pravite odluke u zivotu sa stavom - "kad se ja obogatim. . . ". Ovo moze da vam upropasti zivot! Vi cete izgubiti nagon, ambicije, npr. Prestacete da pokusavate da se trudite oko bilo cega.

ovo proizvodi "kult rasterecenja" kod vas, tj. Verovanje da ce vam sve biti dato - sa svim negativnim aspektima koje ovaj primitivni sistem verovanja nosi.

ovo rezultira time da pocinjete da zivite zivot vestacki.

ono sto ste mozda propustili iz simbolizma gore navedene vizije je:

iznos novca je malo neobicna za nagradnu igru. 18 miliona dinara je prevelika kolicina para, vrlo su retki toliki iznosi. Ovo ja zovem postanski znak - markica buduceg zivota. To znaci da kada lokalna lutrija ima nagradu od 18 miliona, nesto vazno ce se desiti u vasem zivotu ili u vashoj okolini. Ako znate kako simbolizam radi, tokom vizije upoznacete mnogo detalja vezanih za predstojeci dogadjaj. Podesavanja, simboli, povezanost sa vama, radnje i sekvence dogadjaja -sve su to vazni aspekti znacenja vizije. Nerazumevanje vizije moze da vam upropasti izvor. Samo iskustvo i sracunata primena logike, mogu vas nauciti kako da protumacite viziju. Dok ne steknete dobro iskustvo, najbolje je da prilazite svakoj viziji sa puno paznje.

moguci razlozi za simbolicnu viziju su:

1. Upozorio vas je ili usmerio "visi vi".

2. Dokazano vam je da postoji budućnost, sudbina, svrha i cilj vašeg života.
3. Postanski znak ove vizije može da obeležava dobre ili loše događaje u vašem životu.
4. Možete stvarno dobiti na lutriji. Lično, ja bih uvek nosio sa sobom tiket, za svaki slučaj, ali ne bih život podredio viziji.

### **primer vetra budućnosti**

". . . Napustio sam svoje telo i kretao sam se oko svoje kuće. Odjednom, neka sila me je prevukla preko sobe. Probao sam da joj se oduprem, ali ona je rasla a na kraju me je odvela iz moje kuće, gore u noćno nebo. Malo posle, vraćen sam dole, ali van svoje kuće. Samo sam ostavljen da stojim tamo, na sred puta. Ispred mene je stajao frizider. Prosto je stajao na sred puta sa otvorenim vratima. Pregledao sam ga i zaključio da ne radi. Iza njega bio je masivan zid od crvene cigle, visok 40 stopa, i dva puta toliko širok. Nema pravih zidova od cigle u ovoj ulici. Onda sam primetio da moja žena stoji pored mene. Okrenuo sam se i pozdravio je. Ona je samo rekla zbogom, vrlo hladno, onda se okrenula i otisla. Zbunjen, gledao sam je kako odlazi. Čudno, umesto da odlazi nasoj kući, odlazila je sve dok nije iscezla sa vidika. . . "

postojao sam imao iskustva u simboličkim vizijama, znao sam šta to znači - kraj mog braka. Nisam to mogao da shvatim jer smo se tek nedavno vengali, i živeli smo vrlo srećno.

da bismo desifrovali simboličnu viziju, treba da je rastavimo na delove i dobro analiziramo.

šest važnih aspekata ove vizije su:

1. Postanski znak. . . (markica događaja) \*frizider koji nije radio\*.
2. Veza. . . (neko, ili nešto u viziji što mene veže sa događajem) \*moja žena. Okolina moje kuće\*. Događaj je bio tu kao i ja sam.
3. Simbol. . . (osnovna priroda dolazećeg događaja) \*veliki zid od crvene cigle\*. To je simbol neke barijere ili kraja nečemu. To je bio jedini aktuelni simbol u viziji, ali i drugi delovi vizije su bili po prirodi ili po akciji simbolički.
4. Simbolična akcija. . . (otkriva značenje vizije) \*hladno zbogom od moje žene\*.
5. Simbolična promena. . . (ovo menja simbol, ili simboličnu akciju u viziji) \*žena se uputila u smeru suprotnom od naše kuće. Setala je sve dok mi nije nestala sa

vidika. \*

6. Slaganje dogadjaja. . . \*pokvaren frizider. Veliki cigleni zid. Postupak moje zene\*.

ili. . .

kada sam video pokvareni frizider (znak), video sam zid (simbol), i moju zenu (veza) kako se oprasta od mene i odlazi (simbolicna akcija) u smeru od nase kuce, sve dok ne nestane (simbolicka promena).

merenje vremena i redosleda dogadjaja u viziji je vazno za raspletanje znacenja. Vazno je da podelite viziju na bar 5 delova, i da to zapisete na papir dok vam je jos sveze u glavi.

napomena: moze postojati vise od jedne promene kod svakog dela vizije.

### **retrospektiva**

godinu dana je prošlo od moje gore prepricane vizije, a mi smo se preselili u drugi grad. Na dan kad smo se preselili, morali smo da pozajmimo frizider od rodjaka. Nas se pokvario i bio je na opravci. Pozajmljeni frizider takodje nije radio. Posto je nas frizider bio popravljen, pozajmljeni smo stavili na trem, gde je stajao dve i po godine i cekao da ga neko pokupi. Jasno sam se secio vizije, i znao sam da je taj frizider bio "markica" dolazeceg dogadjaja. Takodje sam znao koji je to dolazeci dogadjaj, ali iskreno - nisam mogao da vidim kako se on odvija pored mene. Jednog dana, dosli su da odnesu taj frizider. Nedelju dana kasnije, dosao je i razvod braka. Iznenada i bez nekog ocekivanog razloga.

gledano unazad, kristalno je jasno sta je bilo znacenje vizije. Bilo je to prosto bas koliko je bilo i istinito. Najsimbolicnije vizije su najprostije. Budite veoma pazljivi, nemojte se previse udubiti u viziju, inace ce prava poruka vizije zaostati.

uvek razdelite viziju na njene delove

pitajte svaki deo:

1. Sta on predstavlja?
2. Sta on radi?
3. Koje je najlakse, najprostije simbolicko znacenje?

zapisite negde ove odgovore, i onda primenite najprostiju logiku i smisao na njih.

To ce vas voditi do pravog znacenja vizije.

## **ogledala**

ogledala su od davnina vazila za magicne sprave koje sluze kao vrata za prolaz u druge svetove. Ima mnogo verovanja i babskih prica o njihovom uticaju na nedavno preminule. Posto osoba umre, obicaj je bio da se sva ogledala u kuci pokriju. To je radjeno da osoba ne bi primetila nedostatak odraza u njemu, pa se sokirala. Drugi razlog je da se spreći njihovo moguće zarobljavanje u ogledalu.

postoji ovde malo logike ako se posmatra mehanika projekcije. Smrt, u svojoj ranoj fazi, vrlo je slicna mocnoj projekciji u realnom vremenu. Najveca razlika je to sto nema tela u koje biste se vratili.

duhovi se normalno drze blizu fizicke dimenzije, u realnom vremenu oko nedelju dana posle smrti. Sve dok im ne istece zalih etericne materije, koja drzi duhove blizu fizickog tela.

tokom ovog vremena, normalno je da duh luta medju rodjacima ili ljudima koje voli, da se oprostí od njih, i spremi se za novi nivo postojanja. Ovaj proces oprastanja olaksava psiholosku traumú od smrti, i priprema duha za novi zivot.

ono sto moze da se desi sa ogledalima je sledece: novi duh moze da nepaznjom udje u ogledalo. Ako se to desi, on ulazi u svet ogledala, isto kao sto projektor ulazi u sliku preko projekcije virtuelne realnosti. Kada se nadju u svetu ogledala, obicno ne znaju gde su i kako da izadju iz njega, i mogu ostati zarobljeni tamo sve dok im ne istekne vreme koje mogu da provedu u realnom vremenu. Ovo se nece sukobljavati sa putovanjem duse. To ce samo izazvati zabunu na nekoliko dana, dok duh ne predje u visi nivo postojanja. Ovo moze, ipak da upropasti duhovljeve zadnje dane u fizickom svetu i narusi prirodan proces oprastanja.

odavde je verovatno proisteklo staro verovanje. Zato, po mom razumevanju projekcije i smrti, pokrivanje ogledala odmah posle smrti preminulog je odlicna ideja, za dobro pokojnika. Najbolje je ovo uraditi na dve nedelje, za svaki slucaj.

## **kraj**

moguće je komunicirati sa duhovima nedavno umrlih ljudi, tokom njihovog oprostajnog lutanja fizickim svetom. Ovo mozete uraditi tako sto cete napisati pismo za duha, i ostaviti ga otvorenog na stolu da ga duh procita. Takodje vas mogu i cuti, tako da razgovaranje sa njima ima svrhe. Mislim da je dobro da svi ljudi koji su voleli preminulog, napisu njemu po pismo i okace ta pisma u sobu preminulog. Ostavite pisma otvorena, da bi ih duh lakse citao.