

V. GYAKORLAT

A SZÍVKÖZPONT MEGNYITÁSA ÉS AZ ÉN KIBONTAKOZTATÁSA A KOMMUNIKÁCIÓ SEGÍTSÉGÉVEL

Ez a gyakorlat önmagad kibontakoztatásában szándékozik segítséget nyújtani, valamint arra kísérel meg rávezetni, hogy miként használhatod ki a szívközpontban rejlő lehetőségeket a közös, egységes és az egész érdekeit kifejező igazság fellelésében. A gyakorlat során annyi fókuszot vagy szempontot kutatunk fel, amennyit csak fel tudunk fedezni bensődben, majd valamennyiüket összehozzuk a „tanácsteremben”, hogy az egyes tudat- vagy fókuszpontok információkat, energiát és szeretetet tudjanak megosztani egymással. Ha a különféle fókuszok elsajátítják, hogy miként adhatnak és kaphatnak egyidejűleg és együttesen, a szív csodálatos sajátságainak segítségével a teljes és tökéletes létezés és megismerés birodalmába vezetheted lényedet. Ismételten emlékeztetni szeretnék arra, hogy a szemléletmód, melyet a könnyebb megértés kedvéért alkalmazok, remélve, hogy általa elősegíthetem fejlődésedet, nem több mint egyfajta szemléletmód. Nem a valóságot szándékozik bemutatni, s nem is a valóságot kívánja pótolni vagy helyettesíteni. Egyszerűen a megértés eszközéül szolgál, nem több és nem is kevesebb annál. Ha többé már nem bizonyul hatásosnak, nincs más hátra, le kell mondani róla. Azután az univerzum és felsőbbrendű Éned, látva, hogy már teljességgel kiaknáztad a benne rejlő lehetőségeket, újakat juttat el hozzád, melyek sokkal jobban megfelelnek megnövekedett igényeidnek. Magadat különböző, egymástól független összetevők gyűjteményének tekinteni - ha azt a belső valóságról szóló igazságként fogod fel - meglehetősen zavarólag hatna létezésed tökéletes egységének és teljességének felfogására, s eltorzítaná a valódi lényedről alkotott képet. Ugyanakkor a megértés szempontjából hasznunkra lehet, ha a tanulási folyamat során az egészet részekre bontjuk, de kizárólag azzal a céllal, hogy megvizsgáljuk, és bensőségesen megismerjük képzeletünkben megalkotott elemeit. Ez nagy segítséget nyújthat, különösen fogalmi szinten, feltéve hogy sohasem téveszted szem elől: benned és kívüled minden egy hatalmas, egy darabban szőtt Egészet alkot. Most pedig ezt a nézőpontot szem előtt tartva induljunk el meditációs utazásunkon.

Lazítsd el testedet, s figyelmedet fordítsd befelé. Látod, hogy arany Fényoszlopod körül fog téged, s a mélységbe, a Föld szívközpontjába nyúlik. Felpillant- va láthatod, hogy másik vége a Forrás szívközpontjába kapcsolódik: összeköttetés létesül szív és szív között. A Mindenség szívéből a Föld szívéig nyújtózó csatorna vagy. Érzed, hogy arany oszlopod erős, ragyogó és áttetsző, átérzed, hogy az Isteni Tervhez való kapcsolódásodat segíti elő, ölelésében biztonságban vagy, és tudatod csodálatosan kiterjed.

Lépj be szíved központjába, vedd birtokba ismét azt a csodálatos helyet, melyet nemrégiben megnyitottunk, s az energiaközvetítést célzó gyakorlatok során használunk. A természet a szeretet, a szépség légköre tölti be, és a fizikai világban átélt csodálatos élményeid emlékei lengik körül. A terem minden szeglete szeretetet sugároz. Most megismételjük a gyakorlatot, melyet az előzőekben csupán a négy test részvételével hajtottunk végre. Egy pompás, hosszú asztalnál foglalasz helyet, melyet sok-sok szék vesz körül. Te ülsz az asztal egyik végében, minthogy te vagy a Tanács elnöke, s a te felelősséged körébe tartozik a megbeszélés vezetése, neked kell ügyelned arra, hogy az Én minden alkotóeleme meghallgattassék, egyenlőként kezeltessék, szeretettel és elfogadással vétessék körül, igazságaik pedig megbecsülésre találjanak. Az asztal másik végét a lélek foglalja el. Azért van itt, hogy segítsen az egyes alkotóelemek igazságainak összegzésében és egyé olvasztásában. A lélek igencsak szívorientált, s fejlődésének részét képezi, hogy felismerje és

megértse a szívközpont és a szív sajátságainak jelentőségét. Ami azt illeti, lelked már elérkezett fejlődésének ama fokára, melyben tudatára ébredt ennek. Felismerését és tudását pedig rajtad keresztül hozza el a Földre, s támogat téged abban, hogy magad is tudatára ébredj annak a csodálatos lehetőségnek, mely nyitva áll előtted ezen a bolygón, az Isteni Tervben.

Használd képzeletedet, miképpen a négy alkotóelemmel dolgozó gyakorlat során tetted, s vezesd be a terembe mind a négy testet, mindegyiküket külön-külön. Kezdd a sort a fizikai testtel, majd megérkezhet az érzelmi test, őket pedig követheti a mentális és a spirituális test. Ne felejtse el káprázatos színekbe öltöztetni őket, ruházd fel őket csodálatos külső megjelenéssel, kísérd őket az asztalhoz, fogadd őket szeretettel, és tudasd velük, mily hatalmas megbecsülésnek örvendenek. Miután a négy test kényelmesen elhelyezkedett, tudatosítsd magadban, hogy ismét kopogást hallasz az ajtó felől, s egy újabb fókusz várakozik előtte bebocsáttatásra várva. Meglehet, hogy korábban már te is érintkezésbe léptél vele. A következőkben szívfókuszunkat fogjuk nevezni. Mulatságos, nem? Hiszen magában a szívközpontban tartózkodsz. Létezik egy szívközpontú nézőpont is. Ez a bizonyos nézőpont a szív sajátságaiból, mint a feltétel nélküli szeretet, harmónia, jóindulat, és más, már említett adottságokból ered. Hamarosan látni fogod, hogy minden egyes fókuszod, a négy test és mások, amelyek majd később érkeznek, rendelkezik saját szívközponttal. Ez az a jelenség, amit mi holografikusnak nevezünk. Ez annyit jelent, hogy az egyes részegységekben egész lényed másolata nyilvánul meg, vagyis a Teljesség minden alkotóelemét magadban hordod. A teljesség felé közelítő fejlődéssel és kibontakozással mind több és több nyilatkozik meg isteni lényegedből. E testek és összetevők mindegyike rendelkezik olyan alkotóelemekkel, mint te magad, s valamennyiük hordoz magában szívközpontot. Tehát ez a szívfókuszunkat nevezett tudatpont valójában egyfajta összetett egységet képvisel, mely a fizikai, az érzelmi, a mentális, és a spirituális testek valamint más egyéb, jelenleg alkalmazott és a jövőben megismerendő fókuszok szív-sajátságait önmagában egyé forrasztotta. Fogadd ugyanolyan szívvelyesen ezt a fókuszunkat is, miként a többiekkel tetted, varázsolj rá csodálatos színeket és külső megjelenést, melyek a fejlődésedet támogató funkciójára utalnak.

Miután az asztalhoz vezettetted, és elfoglalta helyét egy kényelmes széken, felfigyelsz arra, hogy újabb kopogás hallik az ajtó felől. Ezúttal akaratközpontodat fogjuk a tanácssterembe vezetni. Bizonyára tisztában vagy vele, hogy e részed az Én egy rendkívül fontos alkotóelemét testesíti meg, mivel, ha akaratod vagy szándékod egyetértését nem tudod magad mellett egy adott ügyvel kapcsolatban, mintha csak árral szemben úsznál, utad nehézkessé válik. Néha talán elgondolkoztál azon, miért történik ez veled; mentális szinten ugyan elhatároztál valamit, mégsem voltál képes elkötelezni magad mellette. A kitartó próbálkozások ellenére sem tudtad összefogni energiáidat, hogy alkotásod megszülethessen. Ez gyakran azért alakulhatott így, mert bensődben nem fogadtad el azt, amit mentálisan elhatároztál.

Magad is láthatod, milyen fontos e fókuszunkat kapcsolatba hozni a többivel, mert így, ha valami jelentős dolog megtételét elhatározod, akaratközpontod erőteljes támogató energiáival hozzájárul a gondolatban megszületett dolgok valóra váltásához. Őt is kísérd az asztalhoz, ruházd fel fontosságát, erejét és eltökéltségét tükröző színekkel és külső megjelenéssel. Igen határozott, és ha valami mellett elkötelezte magát, nagyon tiszta energiákat képvisel. E fókuszunkat révén vagy képes magadat erőteljes kötelekkel a Forráshoz fűzni, s ami még fontosabb, általa vagy képes saját isteni mivoltoddal az összeköttetést fenntartani.

Hat fókuszunkat foglal helyet az asztalnál, a négy test, a szív- és az akaratfókuszunkat van máris jelen a tanácssteremben. Létezik még egy fókuszunkat, amely jelen pillanatban rendkívül nagy jelentőséggel bír a számotokra. Ez pedig nem más, mint a Földfókuszunkat vagy más néven planetáris összeköttetés fókuszunkat. Hallod, hogy ez a tudatpont kopogtat az ajtón, mivelhogy ő is csatlakozni szeretne hozzátok. E sajátos fókuszunkat segítségével vagy képes a bolygó energiamezejébe integrálódni, általa tudod fenntartani magad a fizikai világban, a fizikai

síkon megnyilatkozó élet alapelveinek és lehetőségeinek megismerése révén. E fókusz sok mindentől tájékoztatni tud téged a Földhöz fűződő kapcsolatodat illetően; s már te is tisztában vagy azzal, hogy e kötelék milyen fontos a számodra, különösen a fizikai egészség szempontjából. Azonkívül hozzásegít ahhoz, hogy megérthesd a Földnek tett szolgálataid céljának lényegét. Kérlek, varázsolj rá olyan színeket és külső megjelenést, melyek az Énnek, a Földnek és a fizikai világban megnyilvánuló Teremtő Tervnek tett szolgálatairól árulkodnak. Kísérd a székéhez, üdvözlő a tanács tagjainak körében, sugározz felé szeretetet és elfogadást. Ez jó gyakorlatnak tűnik az önszeretet kifejezésére, nem igaz?

Most pedig egy újabb kopogásra leszel figyelmes. Ezúttal az a fókusz várakozik a szívközpontodba nyíló ajtó előtt, amelyet én legfőképpen a kozmikus kapcsolat fókuszának szeretek nevezni, jóllehet néha egészen más nevekkel illetik. E részed igen szoros kapcsolatban áll Földfókuszoddal. Segít a Mindenséggel, a Forrás minden egyéb alkotóelemével és egyáltalán a tudatosság minden fókuszával és birodalmával való összeköttetésed fenntartásában. Támogat abban, hogy kapcsolódásod a Galaktikus Maghoz szilárd maradjon, így mélyen átélheted fizikai mivoltod lényegét anélkül, hogy a Teremtés többi részétől vagy a Forrástól elválasztva kellene érezned magad. Expanzív energiái révén hozzájárul ahhoz, hogy a csodálatos támogatási rendszerhez, valamint a Teremtés körülötted zajló örömteli eseményeihez fűzve érezhesd magad. Ezt a fókuszt is vezesd az asztalhoz, lásd el tágulékonyosságát kifejező színekkel, megjelenésében tükröződjön mindaz a rengeteg csodálatos esemény és élmény, amely e különleges fókuszon keresztül válik elérhetővé számodra. Adj alá egy széket, gondoskodj arról, hogy kellemesen érezhesse magát, biztosítsd szeretetedről és nagybecsülésedről. Neki és a többieknek is megköszönheted, hogy megtiszteltek jelenlétükkel. Ne feledd, te mint ego vagy a tanács elnöke. E fókuszok rajtad keresztül juthatnak el saját egyedülálló jellegük, különlegességük valamint egyenjogúságuk felismeréséhez, rajtad keresztül érthetik meg, hogy valamennyien egyformán értékesek az Én, a bolygó és az Isteni Terv számára, és hogy egyszersmind egységgé olvadt teljességet is alkotnak.

Azt szeretném, ha a következő két fókuszt együttesen vezetnéd be a terembe. E kettő a teremtő áramot képviseli, amint az dinamikus és befogadó energiáin keresztül, amelyeket ti férfias és nőies energiáknak neveztek, önmagát megnyilatkoztatja. Ez a teremtő áramlás a Forrásból tör elő az alkotás céljából. Ezek is az Isteni Terv részét képezik. Nekem úgy tűnik, hogy a Forrás olyképpen rendezte el a dolgokat, hogy a teremtés e két dinamikus és befogadó, vagy férfias és nőies erővonalon vagy áramlaton keresztül valósuljon meg. Azért kérem, hogy egyszerre hozd őket a terembe, mert lényegében ugyanazon energia két különböző ágát képviselik. Látod, hogy ajtód küszöbén várakoznak, hogy ők is beléphessenek szíved központjába. Ruházd fel őket olyan színekkel és külső megjelenéssel, melyek teremtő erejüket, élénkségüket, férfias és befogadó bölcsességüket valamint kapcsolódási képességüket jelképezik. Külsejük megalkotásánál vedd tekintetbe egyöntetűségüket is. Engedd be őket a terembe, mindkettejüket kísérd az asztalhoz. Üdvözlő őket, és éreztess velük, hogy szereted és elfogadod őket.

Még egy fókusz kopogtat szíved ajtaján. Ez a tizenegyedik különböző neven mutatkozhat be neked. A tanításaimat közvetítő médiumhoz a tudattalan fókusza érkezett el, ám előfordulhat, hogy előtted másvalaki jelenik meg. Már ugyancsak nagy gyakorlatra tettél szert fókuszaid külső megjelenésének megalkotásában. Milyen színek sejlének fel előtted következő vendégeddel kapcsolatban? Olyan megjelenést kölcsönözz neki, amit helyénvalónak találsz, miután feltetted a következő kérdéseket: „Te melyik alkotóelememet testesíted meg? Milyen sajátságokkal és képességekkel rendelkezel?” Ha nehézségeid támadnak az információ befogadásával, kérj lelkedtől segítséget. Ne feledd, hogy energiaközvetítés folyik, következésképpen a hangot és a szavakat te biztosítod valamennyiük számára. Amikor megbizonyosodtál e fókusz kiléte felől, és felruháztad a megfelelő

színekkel és megjelenéssel, vezesd őt is az asztalhoz. Részesítsd meleg fogadtatásban, sugározz felé elfogadást és szeretetet.

Összesen tizenegy fókusz gyűlt egybe szívközpontodban. Ha ezeken kívül bebocsáttatást kérve még felbukkana bármilyen más alkotóelem, kérd ki lelked véleményét, és ha jelenléte kívánatosnak tűnik, neki is biztosíts helyet az asztalnál. Talán helyesebb lenne azt mondanunk, hogy az asztalt tizenketten ülik körül, hiszen a tudatos én is közéjük tartozik. Úgy vélem ego szintedet is tanácsos volna megjeleníteni az Én alkotóelemeinek körében, s őt is lásd el kedvenc színeidből szőtt öltözékkel. Fontos tisztában lenned azzal, hogy a személyiség, akit ti néha egónak neveztek, szintén az Én egy rendkívül lényeges elemét képviseli. Az emberek gyakran úgy vélekednek, hogy spirituális képességeik fejlődésével egójukat el kell engedniük vagy le kell rombolniuk.

Nem hiszem, hogy ennek így kellene lennie, legalábbis ami a fizikai síkot illeti. Meglehetősen sok időt töltöttél egy erős, hatékonyan működő ego kifejlesztésével, mely a lélek és az Én szolgálatára lehet. Ebben a gyakorlatban te játszod az elnök szerepét, tehát a te feladatod meggyőződni arról, hogy az Én minden egyes alkotóeleme felismerte saját kivételes jellegét és egyenjogúságát. Mint tudatos Én te hívtad meg valamennyiüket, és te vagy az, aki a megvitatásra váró problémákat általában felveti.

Meglehet, hogy szívesen vennéd egy vagy több Spirituális Tanító részvételét a megbeszélésen, hogy segítségedre legyenek a kommunikáció folyamatában. Kérd meg lelkedet, hogy idézze meg őket, majd juttasd kifejezésre kívánságodat. Azt hiszem, hamarosan újabb hangokra leszel figyelmes: kopogtatás hallatsz a spirituális síkra vezető ajtó felől. Amikor kinyitod, a megidézett Spirituális Tanítót pillantod meg. Számára is szoríts helyet az asztalnál, és őt is fogadd szívélyesen. Amikor ezzel megvagy, illendő volna bemutatnod a megjelent tudatpontokat lelkednek és Spirituális Tanítódnak.

Vajon mi következik ezután? Nos, ez kizárólag tőled függ. Ezt a gyakorlatot szívesen nevezem „kerekasztal-beszélgetésnek”. Bármilyen témát szóba hozhatsz, bármilyen kérdést feltehetsz, s Éned minden egyes alkotóelemét megkérheted, hogy világítsa meg az adott problémát saját szemszögéből. Úgy vélem, lényeges volna hangsúlyozni, hogy valamennyiük igaza egyformán fontos, és ugyanúgy az egész részét alkotja. A sokféle állásfoglalást alighanem magad is ki akarod egészíteni saját véleményeddel. Amikor a folyamat végére értél, a lélek feláll, és összegzi az elhangzottakat, majd szeretetének sugaraival egyé elolvastja a különféle elgondolásokat. Biztos vagyok benne, hogy egy csodálatos, az egészséget képviselő igazság kibontakozásának lehetsz tanúja, egy olyan igazságnak, melyet létezésed részeként tapasztalhatsz meg. A lélek segédkezni fog abban, hogy összeforraszd a különféle energiákat és nézeteket, így mindenki igaza megerősítést nyer, senki nézetei nem lesznek hamisnak nyilvánítva, és senki sem marad ki a sorból.

Úgy vélem, csaknem bármilyen kérdésre vagy problémára megoldást találhatsz, ha az elmondottak szerint jársz el. Léted keretein belül rendkívül sok bölcsesség lakozik. Ebben a gyakorlatban voltaképpen azt tanuljuk meg, miként kell az Isteni Terv magját alkotó, tudattól tudatig terjedő kapcsolatok kommunikációs mintáját használni. Ennek elsajátítása nagymértékben elősegítheti fejlődésedet. Ha sűrűn elvégzed a gyakorlatot, kétségkívül úgy fogod találni, hogy életed minden szintjén sokkal kiegyensúlyozottabban haladhatsz előre. Véleményem szerint semmi nem lehet túl triviális vagy traumatikus ahhoz, hogy megoldást ne kívánhatna, még hozzá olyan megoldást, amely az egész igazát testesíti meg, és isteni mivoltod teljességét tükrözi. Engedd, hogy ez a gyakorlat a körülményeknek megfelelő módon hozzon virágot. Ha bármikor összezavartnak érzed magad, vagy gondjaid támadnak a gyakorlattal, kérd meg lelkedet és a veled együttműködő Spirituális Tanítókat, hogy segítsenek neked. Remélem tisztában vagy vele, hogy engem, Vivamust is bármikor megidézheted, s pillanatokon belül megjelenek ajtód előtt. Nagy örömömmre szolgálna, és megtiszteltetésnek érezném, ha a segítségedre lehetnék.

Amikor a gyakorlat végére értél, térj vissza fizikai testedbe. Foglald el azt teljes valójában, és lassan engeddd el a fölös energiákat. Hagyd, hogy végigfolyjanak lábaidon, s Fényoszlopodon keresztül elérkezzenek a Föld szívéhez. Engedd, hogy az energia fejtetődről indulva végigpatakozzon testeden, majd tovább áradjon a Föld mélyébe. Érezd, hogy a Föld válaszol, gyönyörű, tápláló, tiszta, meleg és édes zöldsárgy Fényt küld feléd. Az keresztüláramlik testeden, táplálja lényedet, és eltölt melegséggel, szeretettel és a Föld támogató erejével. Látod, hogy az energia fejtetődön keresztül felfelé tör Fényoszlopodban, majd megállapodik a Forrás szívében. Érezd át ezt a szeretetteljes kapcsolatot, mely a te közreműködésed révén jöhetett létre. Időzz el egy kicsit Fényoszlopodban, ringatózz a Forrás támogató, és a Föld tápláló energiáinak ölében. Maradj ebben az állapotban mindaddig, míg erővel és békességgel teltnek nem érzed magadat.

Zárszóként arra szeretnék emlékeztetni benneteket, hogy rendkívül fontos e gyakorlatokat a magatokévá tenni. Ha a folyamat során belső látásotokban az általam javasoltaktól eltérő képek jelennek meg, minden esetben a saját belső bölcsességetek által sugalmazott utat kövessétek. Az önszeretet zárjai e kulcsra nyílnak; saját belső igazságotokat kell előnyben részesítenetek és elfogadnotok mások nézeteivel szemben, még akkor is, ha azok a tudás szempontjából különleges helyzetben lévő személytől származnak, miként azt néha rólunk, Spirituális Tanítókról feltételezitek. Ha az utóbbi gyakorlatban az Énnek tizenhárom vagy éppen tíz alkotóeleme tűnik fel, és azok az általam bemutatottaktól különbözőnek írják le magukat, mindenképpen belső bölcsességetek szavára kell hagyatkoznotok, engednetek kell, hogy a meditáció saját ösvényetekhez hűen, teljességgel egyedülálló módon bontakozzék ki. Mélységesen lehangoló lenne az általam javasolt képeket előnyben részesíteni a sajátotokéval szemben, s kétségkívül ellenkezne szándékaimmal, melyek ezt a könyvet életre hívták. Saját bölcsességünk útját követni a másokéval szemben kulcsszerepet tölt be nem csupán a meditációs gyakorlatokban, de az élet egyéb területein is.

GYÓGYÍTÁS A KOMMUNIKÁCIÓ SEGÍTSÉGÉVEL

ebben a fejezetben fizikai struktúrátokról és annak fenntartásáról esik majd szó. Az előző oldalakon már számtalan alkalommal felbukkant a kommunikáció kérdése, s bizonyára emlékeztek még rá, hogy azt mondtuk, a Forrás Terve lényegében a kommunikációs mintákra épül. E sajátos minta magában foglalja a különböző isteni tudatpontok egymás közötti kommunikációját, a közöttük zajló energia- és tapasztalatcserét, valamint a kommunikáció révén egymás, és a Forrás kibontakozásának előmozdítását. Úgy vélem, a kommunikáció segítségével csaknem minden problémára megoldást lelhetünk. A következő gyakorlat rendkívül hatékonynak bizonyul az egészségügyi problémák orvoslásában, ám nem ez az egyetlen helyzet, melyben hasznát vehetitek. Rávezet arra, miként nyújthatok testetek tudatosságának támogatást; s ez ismét visszavezet bennünket az önszeretet kérdéséhez.

Kétségkívül azt fogjátok tapasztalni, hogy teljes gőzzel haladtok előre fejlődésetek és spirituális növekedésetek útján. Tudátok-e, hogy a spirituális fejlődés egyúttal fizikai szintű növekedést is jelent? Spirituális képességeitek fejlődésével fizikai struktúrátok is nagyobbra növekszik (ne ijedjete meg, ez nem feltétlenül hízásban mutatkozik meg), vagyis az energetikai adottságok szempontjából erősebbé és élénkebbé válik. Azonkívül testetek tudatának működésében néhány új alapelv nyilatkozik meg. Néhányan talán nehéznek találják megemészteni ezt, ám a következő néhány évben magatok is megtapasztalhatjátok, hogy igazat beszéltek.

Elmondásotok szerint a fizikai testben megnyilvánuló öregedési folyamatnak szeretnétek leginkább elejét venni. Ám valójában nem kell szükségszerűen megöregednetek. Ez az elgondolás is csak egyike azoknak a téves hiedelmeknek, melyek a fizikai test tudatába vannak programozva DNS szinten. Ennek azonban nem kell így maradnia, lehetséges változtatni rajta. Talán már elgondolkoztatok azon, hogy sokkal jobb lenne, ha fizikai struktúrákat olyan hosszú ideig használhatnátok, ameddig csak akarjátok, azután pedig, ha már nincs rá szükségetek többé, szeretettel és tudatosan megválnátok tőle. Hát nem lenne kellemesebb, ha földi tartózkodásotok idején mindvégig jó állapotban tudhatnátok? Úgy vélem, sok fáradságot megérne. Ami azt illeti, éppen ez történik napjainkban az emberiséggel. Amint másként kezditek szemlélni a dolgokat, és isteni mivoltotoknak valamint lényetek határtalanságának egyre inkább tudatára ébredtek, e felismerés mind mélyebb gyökeret ver énetek valamennyi szintjén. Fizikai testetek egy határtalan lény lakóhelyévé lesz ahelyett, hogy egy kicsi, magányos, elszigetelt teremtménynek adna otthont. Mert az emberiség által használt struktúra ekképpen festett mind ez idáig.

Amint tökéletesen megismeritek és uraivá lesztek a fizikai világnak - hiszen erről szól az egész: saját életek és növekedési folyamatok irányítóivá kell válnotok - lehet, hogy fizikai testetek rendszerében is szeretnétek némi változást előidézni. Ez egyáltalán nem lehetetlen, itt olyasvalamiről van szó, amin tudatosan dolgozhattok. Ám tudnotok kell, hogy ez mindenképpen bekövetkezik, mert ha fejlődésetek során egyre több Fényt szívtok magatokba, ha rezgésszintetek megemelkedik, az természetesen fizikai struktúrákra is kihatással lesz. Az utóbbi időben meglehetősen nagy sebességgel száguldotok előre evolúciós pályátokon. Ez részben a Föld fejlődésének tulajdonítható, minthogy következő planetáris evolúciós ciklusához közeledvén bolygótok is felgyorsítja lépteit. Ez a mozgás egy olyan energiaáramot hoz létre, amely bárkit magával ragad, aki ösvényén sokkal gyorsabban kíván előrébb jutni, mint tehette azelőtt. Ezúttal már nem „kényelmes sétáról” van szó. Szárnyalásotok során fizikai testeteket is gyors és széles körű változásokra sarkalljátok.

A fizikai testben sejtszinten kezdődnek az átalakulások. A sejtek a belső elválasztású mirigyrendszeren keresztül aktiválódnak, melynek működése mindeddig nélkülözötte a tudatosságot. Bizonyára értesültetek már arról, hogy tudósaitok kutatásai szerint agyatok kapacitásának csupán töredék részét használjátok. Azt hiszem, ez már köztudott dolognak számít. Elgondolkoztatok-e már valaha azon, hogy az agy többi, mindeddig használaton kívül álló része vajon mi célt szolgál? Nos, örömmel számolok be róla, hogy hamarosan megtudjátok. Már most is meglehetősen közel álltok a felismeréshez. Az elme/agy rendszerében olyan képességek is rejlenek, melyek az energiaközvetítés célját szolgálják, s arra való, hogy a struktúrákkal kapcsolatos teremtő folyamatokat sokkal célirányosabb módon vigyétek véghez. Az agy bizonyos részei az általatok harmadik szemnek nevezett valamint a „pszichikusnak” titulált képességeket irányítják.

Azt hiszem, valamennyien elfogadtátok azt a tényt, hogy ezek a képességek látens minden ember elméjében ott nyugszanak. Mit értünk a látens kifejezésen? Úgy vélem, azt jelenti, hogy ezek egyelőre „alvó” állapotban lévő adottságok. Vajon mi a teendő az olyan dolgokkal, amelyeket bár használni szeretnétek, de alvó állapotban vannak? Természetesen mozgásra kell sarkallnotok őket. Vajon hogyan? Nos, nagy mennyiségű energiát kell a struktúrába áramoltatni, hogy mély álmukból felébreszthessétek őket. S ezzel ismét visszakanyarodtunk az energiaközvetítéshez. Felébresztjük az alvó képességeket, melyek struktúrátok részét képezik, melyek a Teremtő látomás részét alkotják. Néhányuk már jó ideje álomban szendereg, s nektek sejtelmek sincs létezésükről.

Az ébredés akkor történik meg, ha sűrű fizikai struktúrátokban szilárdan rögzítitek az egész Én energetikai erejét. Sok ember még mindig úgy vélekedik, hogy a „spirituális” energia túlságosan finom és tökéletes ahhoz, hogy a földi síkra lehessen integrálni. Figyelmüket folyamatosan arra összpontosítják, hogy önmagukat a „magasabb dimenziókba”

kiterjesszék, ahelyett, hogy erőfeszítéseiket arra irányítanák, hogy saját isteni mivoltukat a fizikai világon és tudatosságon keresztül fejezzék ki. Spiritualitásotokat kívül rekeszthettek a fizikai testen, ha kívánjátok, ám ha így tesztek, becsapjátok önmagatokat, s kizárjátok magatokból az élet teljességét, a Föld ajándékát. Arról van szó, hogy isteni Éneteket a testbe, azon keresztül pedig a Föld síkjába kell integrálnotok. Mihelyst e folyamat kezdetét veszi, a magasabb szintekről származó energiák aktiválják a szunnyadó képességeket, valamint a DNS-ben rejlő eszményi mintákat.

Ha egy új rendszert mozgásba lendítünk, először is valamit kezdenünk kell a régivel. Lesznek néhányan, akik meg akarják tartani például a táplálék hasznosításával kapcsolatos információkat, melyek a fizikai egészség fenntartását szolgálják. A fizikai rendszernek azonban akadnak olyan összetevői is, melyeknek ezután nem sok hasznát veszitek, s azt hiszem, az öregedés is egy olyan programot képvisel, amelyről szívesen lemondanátok. Hogy az új programoknak helyet csinálhassatok, meg kell válnotok némely régítől.

Miután már elengedtétek a régi programokat, melyek több ezer éve struktúrátok részét alkották, és életeken keresztül magatokban hordoztatok, s még mielőtt az új programok áldásos tevékenysége beindulna és eredménye láthatóvá válna előttetek, egyfajta köztes fázis jelenik meg, amelyet meglehetősen furcsának találhattok. Testetek időnként úgy érezheti, hogy az események oly szédítő gyorsasággal követik egymást, hogy egyszerűen képtelen alkalmazkodni a sebesen változó körülményekhez. Ezen átalakulások nagy része kémiai szinten zajlik, mivel a kémiai folyamatok alkotják fizikai struktúrátok rendszerének alapját. A kémiai folyamatok jelentős része a belső elválasztású mirigyrendszer ellenőrzése alatt áll. Az energiaközvetítés során aktiválódik a hipofízis és a tobozmirigy. E két mirigy a hajó kapitányának tekinthetjük. Rezgésszintetek megemelkedése működésbe hozza a tobozmirigy magasabb rendű funkcióit, az pedig új üzeneteket küld ki a mirigyrendszer egyéb részeinek, s rajtuk keresztül a test más rendszereinek. Új kémiai reakciók indulnak be a testben, a régiek pedig fokozatosan beszüntetik működésüket.

Ez tehát azt jelenti, hogy a testetekben zajló kémiai folyamatok változáson mennek keresztül, minek következtében egyik-másik szervetek úgy érezheti, hogy veszélynek van kitéve. Tudátok-e, hogy a szervek is érezhetik ingatagnak magukat? Alighanem tisztában vagytok vele, milyen lehet bizonytalanul működő szívvel vagy májjal élni, s mindenki tudja, milyen lehet fájdalomban gyötrődő, erőt és magabiztosságot nélkülöző belek vagy emésztőrendszer tulajdonosa lenni. E változások idején fizikai struktúrátoknak törődésre, támogatásra és erősítésre van szüksége. Hogyan adhatjuk meg neki mindezt? Tisztában vagytok vele, hogy most mindannyian azt gondoljátok: „Te jó ég! Csak nem azt akarja, hogy a lábammal, fülemmel vagy a májjammal beszélgessek?!” Márpedig pontosan ezt fogjuk tenni, jóllehet nem a füllel fogjuk kezdeni, hacsak nem azzal szeretnétek.

Meg kell vizsgáljuk az elkülönültség kérdését. A fájdalom az elkülönültségben gyökerezik. Testrészeitek fájdalmában voltaképpen az elkülönültség érzése nyilatkozik meg. Az a bizonyos szervetek fájdalmat él át, mivel többi részektől elválasztva érzi magát. Az energia áradásának útjába akadályok gördülnek, nem érkezik energia a beteg testrészhez, és nem is távozik tőle, így nem érezheti át a többiek kiegyensúlyozottságát és a velük való kapcsolódást. Egyes gyógyítók a test energiáinak újrendezéséről beszélnek. Úgy vélem, a rendezés sok tekintetben egy megállapodáshoz hasonlítható. Mindenki felsorakozik, és ugyanazt a harmonikus alapelvekre épülő álláspontot képviseli. Ha tehát valamely részetek fájdalmassá válik, s némiképp elkülönültnek, a rendszerből kiesve érzi magát, ti magatok is tehettek a kellemetlen állapot ellen. Lássunk egy példát. Ha valaki a társaságotokból boldogtalannak, magányosnak, elszigeteltnek és a csoportból kizártnak érzi magát, mit tesztek, hogy jobb kedvre derüljön? Szerintem beszélgetek vele, szeretetet, elfogadást sugározatok felé, és támogatásotokról biztosítjátok, bármi legyen is a gondja. Ezzel energiát adtok át neki, a

szereket és a támogatás energiáját. Ez a szív szeretetéből eredő energia csodálatos dolgok előidézője lehet itt a fizikai síkon.

Fizikai struktúráknak is hasonlóképpen nyújthatok segítséget. Én ezt egyáltalán nem találom nehéznek vagy bonyolultnak. Azt szeretném, ha képzeletek erejére támaszkodnátok, mivel tisztában vagyok vele, hogy nem számítottatok arra, hogy saját májaitok vagy szívetek információit kell közvetítenetek, s szavakba öntenetek. De gondolkozatok csak el ezen egy pillanatra! Mit is mondtam az energiaközvetítésről? Az állítottam, hogy mindössze energiaimpulzusok fogadásáról és azok számokra érthető szavakká és fogalmakká alakításáról van szó. Nem látom be, miért ne lehetne szerveitek rezgésfrekvenciáját is közvetíteni. Biztos vagyok benne, hogy már valamennyien felfigyeltetek arra, hogy szívetek különböző energiaimpulzusokat bocsát ki magából, melyeket olykor ekként lehetne értelmezni: „Minden kitűnően működik. Rendkívül kellemesen érzem magam, és élvezettel támogatom a fizikai struktúra működését.” Gondolom, el tudjátok képzelni, hogy szívetek efféle impulzusokat bocsát ki, vagy esetleg olyanokat, amelyek nyelveken a következőket fejezik ki: „Segítség! Támogatásra van szükségem. Rendkívül gyengének érzem magam. Úgy érzem, már nem sokáig bírom ezt a terhet. Nem hiszem, hogy el tudom végezni a feladatomat, ha nem kapok több segítséget.”

Kétségkívül ráébredtetek már arra, hogy minden egyes sejtek, szervek, szövetek intelligens és tudatos, s mint az isteni egész egy darabja, saját egyedülálló frekvenciáján vibrál. Bennetek és kívületek minden saját magán keresztül, saját kivételes módján fejezi ki az egészséget, és szüntelenül kommunikál környezetével. E sajátos kommunikáció felfogása és a válaszadás csupán a saját isteni tudatosságokra való hangolódás függvénye. Mindig igyekszem hangsúlyozni, hogy a képzeletet a magasabb tudatosságba vezető ösvénynek tekinthetjük, s mindenkit bátorítok arra, hogy ne vonakodjon bevetni képzelete erejét az igazság keresése során. Következő gyakorlatunk is a képzelőerőre épít, mivel testetek egyes részeinek személyiséget fogtok kölcsönözni, s vibrációjukra hangolódtok, hogy felfoghassátok üzeneteiket.

Vajon mit teszel akkor, ha teszem azt, szíved így beszél hozzád: „Segítségre van szükségem”? Azt hiszem, helyénvaló lenne kikérni lelked véleményét. Bizonyára mindannyian hozzászoktatok már ahhoz a gondolathoz, hogy a lélek mindig készen áll a válasszal. Energiaimpulzusokat bocsát feléd, s azokat már nagy hozzáértéssel formáljátok szavakká. És persze ott vannak a Spirituális Tanítók is. Néhányuk rendkívül segítőkész, és nagy jártasságra tett szert a fizikai struktúrákat illetően. Én, Vivamus, tanulmányoztam az emberi fizikai tudatot, s még most is mind többet tanulok róla, mialatt olyan lényekkel működöm együtt, akik fizikai testben tartózkodnak. Azért is érezhetem úgy, hogy szakértelemre tettem szert az energiaközvetítés terén, mert tisztában vagyok vele, miként segíthettek struktúráknak abban, hogy ellenkezés és félelemérzet nélkül magába fogadja a különböző vibrációs szintekről eredő energiákat.

/Vivamus – B. Burns: Spirituális csatorna – részlet/