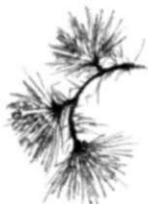


## GYAKORLATOK TELEPORTÁCIÓRA



Igen, Vlagyimir, igazad van! A többség tudatának jelenlegi állapota mellett, az, amit Anasztázia teremt, hihetetlennek tűnik.

De, ha majd olyan lesz a tudatosságuk és állapotuk, mint amilyenell az ősforrások emberei rendelkeztek, mai csodálkozásuk nevetséges lesz, nekik maguknak is.

Most csak egyetlen gyakorlatról mesélek neked, melynek segítségével könnyűszerrel teleportálhatod másik „Énedet”. Átviheted magad a szomszédos városba, vagy egy másik országba, esetleg korba. Mindenki megteheti, ha nem lusta.

Egyszer láttad magad is, hogy Anasztázia – kérésedet teljesítve – testét egyetlen pillanat alatt átvitte a tó egyik partjáról a másikra. Majd visszafelé is. S nem is titkolta, hogy az ember képes hasonlóra. Ehhez fontos gondolatban elképzelni a test minden sejtjét, a legkisebbeket is, azokat, amelyeket még mikroszkóp alatt sem látni és gondolatban szétszórni őket a térben, majd gondolattal mindet ismét összeszedni, de már az új helyen. Egy ilyen látványnak a hatása megdöbbentő.

Ilyesmire akkor képes az ember, amikor gondolkodásának gyorsasága lehetővé teszi, hogy egyetlen pillanat alatt képes saját testét részleteiben elképzelni. Elég egyetlen mikroszkópikus hiba, és ha már feloszlottál, nem tudod magad ismét összerakni.

En ezt az életem során mindössze háromszor tettem meg, de közben minden alkalommal nem kevesebb, mint egy évig készülődtem rá. Most már nem tudok ilyesmit

megtenni. Talán egy picit megöregedtem, vagy ellustultam. De az unokám a testátvitelt neked könnyedén bemutatta és megmondta: „Ha nincs rá elkerülhetetlen ok, nem szabad megtenni.” S el is magyarázta, miért.

Közben téged nem egyszer vitt át különböző korokba és városokba. Képeket láttál és az adott folyamatok résztvevőjének érezted saját magad. Jól mondtam?

- Igen, jól. Le is írtam, hogyan vitt át engem is és magát is egy másik bolygóra test nélkül. A testünk a Földön maradt. Sokan nem hitték el, hogy ez lehetséges.

- Majd megértik, ha maguk is képessé válnak hasonlót véghez vinni. Most én téged erre megtanítalak. Csak figyelmesen hallgasd meg és próbáld meg tudatosítani, amit mondok.

Az ember számtalan olyan energiából áll, amelyek lényét alkotják. Az érzések, a gondolat, a képzelet - ez is mind az ember. Ezeket az energiákat azonban nem látni. Nem fogunk azzal foglalkozni, hogy a test e részei anyagiak-e vagy sem. Az adott esetben nem az a fontos, hogy milyen anyagi fokon állnak. Más itt a fontos - ezek is léteznek és ezek is téged alkotnak - az embert.

Az anyagi emberi test a sok-sok alkotóelem egyike, amelyből az ember áll. Az ember élhet anyagi teste nélkül is, de akkor másképpen kellene őt nevezni. Az anyagi test látható lehetőséget ad meghatározni az összes többi energia harmonikus egyensúlyának a fokát.

Most képzeld el, hogy valaki más, vagy te, akaratoddal összefogod összes energiádat - azok teljes komplexumát - és leválasztod azokat a testedről és áthelyezed egy más térbe.

- Na, és ilyet bárki meg tud tenni?

- Meg. Almában ez részben mindenkivel meg is történik. De ne téj el a lényegtől, figyelj tovább! Azt mondtam: az ember akaratával képes az érzései teljes komplexumát áthelyezni.

Ehhez csak egy kis gyakorlat szükségeltetik. Tessék, egy ilyen gyakorlat:

A gyakorlatozásra egy olyan helyet kell választanod, ahol senki sem zavar. Ez lehet egy egyszerű szoba, egy ágy is. Nem szabad azonban, hogy a szobába olyan hangok szűrődjenek be, amelyek elvonják figyelmedet a feladatokról. Feküdj le az ágyra és lazítsd el testedet! Ellenőrizd, hogy karod, lábad, fejed szabadon és kényelmesen, minden erőfeszítés és feszültség nélkül pihenjen! Majd anélkül, hogy megmozdulnál, csak akaratoddal próbáld meg egyik kezed ujjába több vért áramoltatni, mint a tested más részeibe. Nem fog azonnal sikerülni, de addig ismételd, amíg gyenge bizsergést nem érzel annak a keznek az ujjai végében, ahová több vért, energiát irányítottál. Kb. harminc percig kell naponta hasonló próbálkozásokkal gyakorlatozni egészen addig, amíg képessé nem válsz szabadon - tetszésed szerint - irányítani energiád, véred áramlatát egyik vagy másik kezed ujjába, talpaidba. Amikor eléred az óhajtott eredményt, akkor kezdheted energiádat az agyadba irányítani.

Aki ilyen művészetet képes elsajátítani, nem kis hasznot nyer saját egészsége javítására. El tud például távolítani egy kiütést vagy kisebb fekélyt kezéről vagy lábáról, esetleg teste más részéről, táplálni tudja kihulló hajszálait. Na és, ami a legfontosabb - agyának pótenergiát tud adni. El kell még mondani azt is, hogy hasonló eredmény eléréséhez már néhány nappal a gyakorlatozás megkezdése előtt nem szabad húsfeleséget enned. Fontos, hogy táplálékod változatos legyen, könnyen emészthető és friss, éterekkel telített. Olyan körülmények között, amilyenek között élsz, ilyen táplálékhoz nehéz jutnod. De sok mindenhez, amihez nem tudsz hozzájutni, hozzásegít az alábbi: reggel igyál tíz gramm cédrusolajat, majd húsz gramm mézet és öt gramm virágport! Ezt három órával lefekvés előtt is ismételd meg!

Amikor már az első részen túljutottál, elkezdheted a másodikat. Ehhez azonban mondd meg nekem, melyek azok a tevékenységek, amelyeket az ember minden nap elvégez?

- A leggyakrabban valószínűleg ennivalót készít magának. Persze, a többség minden nap ételt készít. Például burgonyát hámoz.

- Akkor tehát válassz magadnak olyan cselekvést, amelyet a leggyakrabban végzel! Nem fontos milyen, az a fő, hogy nagyon jól ismerd. A burgonyahámozást említetted, legyen akkor valaki számára ez a legismertebb. Valaki más, pedig majd választ magának egyebet.

Végy egy órát, és mielőtt belefognál a munkába, írd fel az időt! A hámozás közben igyekezz nem gondolni semmi másra, jegyezd meg a részleteket és az érzéseidet is, amelyeket közben éreztél! Például, ha burgonyát hámozol, jegyezd meg, hogyan tartottad a kést, hová hullott a lehámozott burgonyahéj, hogyan mostad a burgonyát és raktározd el magadban az érzéseket is, amelyeket a víz váltott ki belőled. Véd eszedbe, hogyan helyezted el a burgonyaszemeket az edényben, hogyan tetted a burgonyával teli fazekat a tűzre! Majd végül jegyezd meg, hogyan távolítottad el a szemetet!

Amikor már úgy érzed, hogy mindent elvégeztél, nézd meg az időt és jegyezd meg, vagy írd föl, hogy hány percig tartott! Például lehet, hogy csak húsz perc telt el. Végy egy vekkert és húzd fel, hogy pont húsz perc múlva csörögjön! Majd menj be a szobába, ahol az ágyon fekve, a feladat első részét már elsajátítottad! Feküdj le, lazulj el, hunyd le szemed és képzeled magad oda, ahol a burgonyát hámoztad!

Fontos, hogy az egész - a legapróbb részletekig - képzeled el! Ha helyesen végzed a gyakorlatot, következetesen és részletesen képzeld el, a vekker akkor fog megszólalni, amikor bevégezted a képzelt burgonyahámozást.



Ha lusta vagy, sok részlet kihullik, a képzelt hámozást befejezed, de a vekker nem fog csörögni.

Ha viszont lagymatagon végzed, lassan haladsz gondolataiddal és képzeleteddel, a vekker korábban meg fog szólalni.

Lesz, akinek egy évig is kell majd gyakorolnia, másnak kettőig, de valaki megtanulhatja egy hónap alatt is. Az, aki ezt megtanulja, akinek a képzetkép kialakítására elhasznált ideje megegyezik a reális idővel, az már majdnem megközelítette a teleportációt. Az ilyen hozzáfoghat a gyakorlat harmadik részéhez.

A gyakorlat harmadik részében át kell gondolatban menned a házad egy másik helyiségébe és ott olyan dolgot végezned, amelyet nagyon ritkán végzel. Most jegyzed meg gondolatban végzett tevékenységed idejét! Például belépsz a helyiségbe, valamilyen edénybe vizet öntesz, és a virágokat locsolod. Amikor gondolatban megöntözted a virágokat és felállsz, pillants az óra mutatóira, jegyezd meg, vagy írd fel, hány percre volt szükséged a képzelt tevékenységre.

Ezután menj be a szobába, amelybe az imént beléptél és ismételd meg a virágok öntözését! Az időnek percre pontosan meg kell egyeznie! Ha nem, ez azt jelenti, hogy tovább kell gyakorlatoznod! Ha majd az időd megegyezik saját második „Éneddel”, sok mindent meg tudsz valósítani. Akkor majd nem csupán saját házad egy másik szobájában tudsz tartózkodni, hanem a szomszédéban is, vagy egy másik országban. Ehhez csak néhány megbízható részletre lesz szükséged. Miután elemezted őket, képes leszel részletesen az egész környezetet létrehozni és ott tartózkodni.

Ehhez hasonló nem adatik meg mindenkinek, de biztosíthatlak, hogy ha egyszer valamilyen tengerentúli ország városában már jártál, másodszorra, harmadszorra járhatsz ott úgy, hogy oda csak másik „Énedet” viszed át.

Annak, aki ezt el tudja végezni, nem szabad megfélekednie arról, hogy van ennek egy veszélye is: másik

„Énjét" fizikai testétől nem szabad túl hosszú időre távol tartania...

Itt most a beszélgetés fonalától eltérek, és részletesebben mesélek a veszélyről:

A kíváncsiság kedvéért elvégeztem a gyakorlatokat és olyan eredményeket értem el, amelyekről Anasztázia nagypapája beszélt. Megpróbáltam áthelyezni magam, vagy másik „Énem" Ciprusra, Pafosz városába, ahol már volt szerencsém járni.

Dolgozószobámban a kerevetre feküdtem, ellazultam, majd elképzeltem, hogyan készülődöm, megyek a repülőterre, beszálok a repülőbe, Larnaka repülőterére érkezem, beköltözöm a számomra már ismert szállodába, majd lezuhanyozom és megyek sétálni a tengerpartra.

Esti kávé, helyi zene, majd reggel a tengerpart, fürdés a tengerben...

Visszatérni, vagy felocsúdni - nem is tudom, hogy fejezzem ki magam - azonban csak három nap múlva tudtam. Alig tudtam felkelni az ágyból. A testem - finoman szólva - már régen mosdóba kéredzkedett, de senki sem vitte el. Enni is szeretett volna, de senki sem etette-itatta meg. Nagy nehezen kikászálódtam az ágyból, majd belenéztem a tükörbe. A kép, amelyet megpillantottam, egyáltalán nem tetszett. Arcomon háromnapos borosta ült és arcki-fejezésem is morcos, örömtelen volt. Nagyon sajnáltam testem, amely három napra el lett dobva. Mindabból, ami történt, azt a következtetést vontam le, hogy az ember teste - abszolút magatehetetlen anyag az ember „második" vagy esetleg „első énje" nélkül. S bár magatehetetlen, mégis csak az ember sajátja az ő Földre született teste és nem illik elhagyni még egy tengerentúli üdülés miatt sem. Sőt, ha az ember test nélkül utazik, az érzés úgymond teljes, éreztem még a tenger vizét is, a napsugarak melegét, de a testem nem barnult le.



Eleinte sajnáltam a gyakorlatozásra felhasznált időt. Később azonban sikerült felhasználnom a másik „Énimmel” történő látást munkámhoz is, amikor még meg nem történt eseményeket láttam. így dolgoztam fel néhány témát, amelyeket az alábbiakban mutatok be.