

VADIM ZELAND

HAKOVANJE TEHNOGENOG SISTEMA



aruna

VADIM ZELAND

HAKOVANJE



TEHNOGENOG SISTEMA

Beograd, avgust 2023.

Naslov originala:

Вадим Зеланд
Взлом техногенной системы

© ОАО Издательская группа «Весь», 2023.

© Copyright Aruna Serbia, 2023.

Prevod s ruskog: Slobodanka K. Vanjkevič

Izdavač: ARUNA, Beograd

Lektura: Tatjana Kovačev

Plasman i distribucija: 064 15 77 045

Štampa: „Zuhra”, Beograd

Tiraž: 1000 primeraka

Sva prava zadržana. Nijedan deo ove knjige ne može se umnožavati ni u kakvom obliku, bez prethodne pismene dozvole od vlasnika autorskih prava.

CIP – Каталогизација у публикацији
Народна библиотека Србије, Београд
159.947
159.96
613.2

ЗЕЛАНД, Вадим, 1963–

Накованје техногеног система / Vadim Zeland ; [prevod s ruskog Slobodanka K. Vanjkevič]. – Beograd : Aruna, 2023 (Beograd : Zuhra). – 403 str. : autorova slika ; 21 cm

Prevod dela: Взлом техногенной системы. – Тираж 1.000. – Автор о себи – -- : str. 401.

ISBN: 978-86-6052-021-2

COBISS.SR-ID 121530377

PREDGOVOR

Poštovani Čitaocē!

Pred vama je knjiga stvorena Silom. Nisam je pisao ja – ona je mene vodila. Mogu to da tvrdim s potpunom sigurnošću, jer, kao prvo, ne bih mogao sam da napišem tako nešto. A kao drugo, bez podrške Sile, kako proizilazi iz naslova, to ne bi bilo moguće. Zašto? Zato što sadržaj knjige, kao što ćete se uskoro uveriti, potpuno odgovara njenom naslovu. Govoriti o takvim stvarima tek tako, bez dozvole, nije dopušteno. Možemo da raspravljamo o kraju sveta, vanzemalcima, sledbenicima i protivnicima bilo čega, o svim nedostacima i manama našeg društva, čak i o tajnoj globalnoj vladi koja navodno upravlja svetom. Ali o hakovanju samog sistema se ne sme govoriti. To je tabu tema. Zar ste ikada čuli za nešto slično?

Ovde se neće govoriti o ekologiji životne sredine. Postoji još jedna, ali ništa manje ozbiljna teškoća, koja, iako se još ne otkriva očigledno, nosi sa sobom pretnju onome što je čoveku najdragocenije – njegovoj slobodi i individualnosti. To je pitanje ekologije duha, koje iz nekog razloga malo koga zabrinjava. Pažnja se skreće na beznačajna i nevažna pitanja, dok se svet vrtoglavo brzo menja na suprotnoj, nevidljivoj strani. Može se činiti da se ništa ne dešava. Zapravo, dešava se nešto.

Spolja to nije naročito očigledno – čini se da sve ide svojim tokom, da naša civilizacija sledi put tehničkog progresa. Ali zapravo, progres u kome njegovi plodovi čoveku donose korist, već je okončan, i krenuo je u pravcu koji je u interesu sistema, kao nezavisne strukture u razvoju. Sistem, kao tumor, počeo je aktivno sam da se rasprostire, sada već nezavisno od čovekove volje. Sve ukazuje na to da je ovaj proces izmakao kontroli.

To za čoveka ne prolazi bez posledica: sposobnosti mu se blokiraju, mogućnosti se naglo sužavaju – upravo sa tim ciljem da on ne bi ometao sistem da se razvija onako kako njemu odgovara. Ali čovek ne primećuje niti oseća ništa od toga jer se „operacija” izvodi pod opštom narkozom, u dubokom snu, o čemu pacijent, čak i ne sluti. U njegovu svest se utiskuje kod:

Sedi mirno na svom radnom mestu, u svojoj ćeliji, i pritiskaj dugmiće kako je propisano. Stvaraj proizvode sistema i konzumiraj sve što ti on daje. Pokoravaj se pravilu klatna: „Radi kao ja”. Sledi princip društva: „Ako svi tako rade, onda je to

ispravno". I ne pomišljaj da napustiš kolektivni stroj. Ali najvažnije – uvek budi povezan na mreži. Budi u sistemu. Ne odvajaj se od neophodnih gadžeta namenjenih tome. Obrati pažnju na dolazni tok informacija. Učestvuj u opštem horu klikanja i lajkovanja kako bi uvek bio u rezonanci s mrežom, kako bi bio njen deo. Ne traži svoj put – drugi će te usmeriti. Ne razmišljaj, ne zamajavaj svoju glavu – sve će ti drugi reći i pokazati. Tvoj posao je da naučiš da klikćeš i lajkuješ na najprimitivnijem nivou, da izgradiš neophodne uslovne reflekse kako bi ispravno kliknuo na pravo mesto u pravo vreme – bilo da je to dugme miša, korpa za kupovinu na sajtu ili glasački listić. A kad dođe vreme, budi spreman da se pridružiš brojnim redovima koji marširaju ujedinjenim korakom tamo gde... Pa, zapravo, ukazaće ti gde. Najvažnije je da ti, kao šraf, budeš spreman.

Zamislite situaciju: dolazite na posao ili u školu – a tamo vlada kolektivni san. Svi se trude da postignu uspeh, ali dejstvuju kao u snu, na nivou nekih prihvaćenih algoritama i instinkata. I vi biste takođe želeli da se istaknete i izdvojite iz mase. Ali kako ćete to postići ako ste samo običan šraf koji korača u istom stroju, sa istom svešću i energijom kao i svi ostali? Danas su svi obrazovani, svi znaju „Tajnu”. Znae je i vi. I šta s tim? U kakvoj ste prednosti u odnosu na ostale? Nikakvoj. Vaše šanse su veoma male.

Tehnogeni sistem, po svojoj suštini, apsolutno je destruktivan, kako prema biosferi naše planete, tako i prema čoveku. Međutim, budući da sve u svetu teži ravnoteži, za svako dejstvo koje narušava harmoniju, uvek postoji protivdejstvo. U tom sukobu se rađa Sila koju sam pomenuo. Nije reč o rušenju sistema. Verovatno je to nemoguće učiniti, osim ako se sam ne uništi ili bude uništen nekim prirodnim kataklizmama.

Međutim, ako budete poznavali principe rada sistema i pravila igre koja nisu objavljena, postoji šansa da značajno poboljšate kvalitet svog života. Možete da se nalazite u sistemu, koristite ga u svoje svrhe, a da istovremeno ne budete vezani za njega.

Zamislite sada drugačiju sliku. Vaša svest je slobodna i čista. Energija je za stepen viša nego kod ostalih. Prestali ste da razmišljate „kao svi” i da radite „kao svi”. Izašli ste iz stroja, ne napuštajući ga. Pretvarate se da sanjate, ali ste se probudili. Sada vam je potpuno jasno da su svi oko vas spavaju, dok ste vi budni. Onaj ko izlazi iz kolektivnog stroja uvek dobija sledeće prednosti:

- Da pogleda sa strane gde koračaju svi ostali.
- Može da se oslobodi „stega” i stereotipa društva.
- Naučiće da vidi i razume ono što drugi ne vide i ne razumeju.
- Konačno će prestati da teži da bude prvi, težiće da bude jedinstven.

Kada se oslobodite ograničenja i uslovljenosti koje vam je sistem nametnuo, dobićete priliku da mu se osvetite za to što je obezvredivao vašu ličnost. Vi ste jedinstveni, a sada i slobodni. To je izuzetna privilegija. Iskoristite tu svoju privilegiju.

***I DEO* TRANSURFING**

MOŽETE DA KREIRATE SOPSTVENI SVET

Danas je veoma moderno govoriti o tome da je misao materijalna. Kao fizičar, autoritativno mogu da izjavim da je to potpuna glupost. Misao je nematerijalna, već i samo zbog tog što ju je nemoguće zabeležiti nikakvim fizičkim instrumentima i jer ne poseduje brzinu rasprostiranja. Čim nešto pomislite, vaša misao se odmah našla na kraju Univerzuma, bez ikakve zadržke. Elektroencefalograf beleži moždane impulse kao posledicu mentalne aktivnosti mozga, ali ne i same misli. Isto kao što treperenje lampica na kompjuteru ne pokazuje same programe, već samo proces njihove obrade. Energija je lakša za razumevanje – može se zabeležiti, osetiti i čak videti na osciloskopu. Ali, misli su mnogo kompleksnije po tom pitanju. Ako nekome uspe da „snagom misli” pokreće objekte, to nije tačno. Predmete pokreće energija – ona je materijalna. Misli – nisu.

U suštini, da li ste se ikada zamislili nad tim šta je misao? Jedino što je jasno je da ona nosi neku informaciju. Ali, da li možete da objasnite šta je to tačno?

Na isti način, nemoguće je objasniti šta je beskonačnost. Zamislite, krećemo se sve dalje i dalje od Zemlje, napuštamo Sunčev sistem, skupine galaksija, prelećemo sva zvezdana jata, napuštamo granice našeg Univerzuma, a možda čak susrećemo i druge vasione, i tako beskonačno. Sve je to nemoguće zamisliti, bez obzira koliko se trudili. Lično, takav scenario mi izaziva groznu nelagodnost. Kako je to moguće?

Nažalost, postoji još neprijatnija činjenica: beskonačnost i tačka su topološki jedno te isto. Zamislite sada da se krećemo kroz beskonačnost ne ka spolja, već ka unutra – ka molekulu, atomu, prelećemo elektrone koji kruže oko jezgra poput planeta, ulazimo u proton, unutar protona su već i kvarkovi, i tako dalje, ponovo je pred nama beskonačno daleko i dugo. Nema kraja, nema početka, i nema ničega što bismo mogli da pronađemo. I nema osnove, temelja na koji bismo mogli da prizemljimo svoj razum, da bismo bar nešto shvatili.

Pa šta činiti? Moramo se zadovoljiti modelima koji barem grubo i približno objašnjavaju ko smo mi i u kakvom svetu živimo. Inače će „naš um jednostavno da poludi”. A zaista se to i dešava: ukoliko razum izgubi oslonac u ovom svetu, njegova „skupna tačka” se pomera ka nekom drugom, paralelnom svetu, usled čega čovek, po mišljenju okoline, „gubi razum”. Međutim, bez obzira na sva objašnjenja i modele koje konstruišemo, pitanja ostaju otvorena, kao što su bila na početku.

Model Transurfinga je takođe samo jedna od brojnih mogućih interpretacija, namenjen da razumu makar donekle jasno objasni kako se nositi s tom čudnom i neuhvatljivom stvarnošću. Jedino utešno je to što ovaj model, iako ne objašnjava sve, barem funkcioniše.

Osnovni princip se sastoji u tome što *svojim mislima oblikujete svoju stvarnost*. Na prvi pogled, kako je to uopšte moguće ako su misli nematerijalne? Pa zato što se misli ne nalaze u glavi, već u nematerijalnom, metafizičkom prostranstvu varijanti, u kome se skladišti i čuva sve što je bilo, jeste i što će biti. Misli su kao TV kanali. A čovek je samo savršen biotelevizor, sposoban da se, prema svojoj želji, poveže sa određenim sektorom prostranstva varijanti gde se i nalaze te misli – „televizijski programi”. I poput televizora, čovek ne „generiše” programe – on ih prima.

Sva živa bića u našem svetu su „priključena” na neki program. Biljke imaju svoje programe – strogo fiksne. Kod onih koji umeju da puze, plivaju, trče ili lete, programi su gipkiji, ali takođe utisnuti dovoljno čvrsto, na nivou nagona. Samo je čovek sposoban da slobodno i svesno preskače s jednog „kanala” na drugi. Ali ni on ne koristi tu svoju sposobnost u potpunosti, zbog toga što je previše zaokupljen „serijom” koja se „vrti” u stvarnosti. I ova se serija, često dosadna, ne zaustavlja jer je upravljač kanala zaglavljen na istom dugmetu.

Ipak, čovek može da uzme svoj „daljinski upravljač” i prebaci se na drugi kanal. Da, stvarnost se neće odmah promeniti. Na početku će se po inerciji vrteti isti program. Međutim, ako dovoljno dugo i uporno pritiskate odgovarajuće dugme, u staroj seriji će postepeno početi da se naziru elementi novog programa, i na kraju će nova stvarnost u potpunosti zameniti prethodnu. Eto, tako se materijalizuju misli. Jedini uslov koji treba čvrsto usvojiti je sledeći: *da bi se mentalni oblik materijalizovao, potrebno je redovno i dovoljno dugo usmera-va-ti pažnju na njega*.

U Teoriji Transurfinga postoji nekoliko „demonstracionih” modela koji ilustruju kako to funkcioniše. Jedan od njih je stvoren po analogiji sa podešavanjem radio-predajnika na određenu frekvenciju. Vi dospevate na onu liniju života čiji parametri odgovaraju vašem „mentalnom odašiljanju”. Drugim rečima, na koju talasnu dužinu se naciľjate, u takvoj stvarnosti ćete se naći.

Termini „mentalno odašiljanje” i „energija misli” koje sam koristio u prvim knjigama donekle su neprecizni i više služe za olakšanje razumevanja nego za objašnjenje strukture sveta. Mi sve vreme zaboravljamo da stojimo pred ogledalom sveta, zbog čega nam se mnoge stvari čine preokrenutim. Ponavljam, mi ne „odašiljemo misli”, već

se, naprotiv, priključujemo na njih, jer se one nalaze tamo gde nematerijalni objekti treba da budu – u metafizičkom prostranstvu. Kako se to priključenje tačno ostvaruje, niko ne zna. Suština je u tome da, kao prvo, mi osvetljavamo svetiljkom svoje pažnje određeni sektor prostranstva varijanti i opažamo informaciju koja se tamo nalazi, zbog čega nam se čini da su misli nastale u našoj glavi. I drugo, ako to osvetljavanje potraje dovoljno dugo, odgovarajući mentalni obrazac će se materijalizovati u stvarnosti.

Drugi model je sličan ogledalu. Ono što vas okružuje je odraz u ogledalu (ako ne identičan, onda vrlo blizak) one slike koja prebiva u vašim mislima. Sve je vrlo jednostavno: vaša uloga je samo da oblikujete takvu sliku koju želite da vidite u ogledalu. Ako želite da vidite veselo lice – nasmejte se; ako želite da vam odraz krene u susret – napravite korak napred. Ali teškoća se sastoji u tome što ljudi veoma lako postaju zarobljenici iluzije ogledala. Oni, kao opčinjeni, neprestano gledaju u ogledalo – u stvarnost koja ih okružuje. I kao što se to dešava u snovima, zaboravljaju na sebe – na svoj lik. Jednostavno im isparava iz glave da treba da prate sliku i svesno je održavaju u željenom obliku.

Reklo bi se – šta je tu tako teško? Skrenuti pažnju s ogledala, usmeriti je ka slici, oblikovati je onakvom kakvu želimo da je vidimo, a potom posmatrati šta će se događati u odrazu. Međutim, čovek sve čini suprotno: suočava se sa „surovom stvarnošću”, preplaši se, poveruje da je tako i da će zauvek biti tako, prihvati to, utisne u svoj mentalni sklop i zatim živi u toj mračnoj stvarnosti, nesposoban da odvoji pogled od ogledala, da ga okrene ka sebi, svojim mislima i tamo klikne bar na bar prekidač.

Ponovo se postavlja večno pitanje: šta činiti? Kao prvo – *održavati svesnost* da vas ogledalo ne bi opčinilo, kao u snu. Drugo – *ne gledati u ogledalo, već u sebe*. Samo uz ova dva uslova, stvarnost koja vas okružuje, odnosno vaš sloj sveta, počćeće polako, ne odmah, da postepeno popušta. Najvažnije je stalno i neumoljivo držati u mislima željenu sliku, bez obzira na ono što se dešava u stvarnosti. Na kraju, odraz će se uskladiti sa slikom. Gde bi i mogao da se izgubi!

Zapravo, *sposobni ste da sami kreirate svoj svet*. Kada se vaša pažnja, bilo svesno i uporno, bilo nesvesno i nametljivo, usredsredi na neku mentalnu sliku, počćeće da se preoblikuje stvarnost koja vas okružuje. Dešavaju se čudne stvari. Ono na šta usredsredite pažnju doslovno preplavljuje vaš svet i neprestano vam se pojavljuje pred očima. Dok druge stvari, koje su prestale da vladaju vašim mislima, naprotiv, nestaju bez traga. Kako je to moguće? Zar stvarnost nije ista za sve?

Nije baš tako. Ona je jedna, ali svako ima svoj, zaseban sloj te stvarnosti. *Ne menja*

se opšta stvarnost – menja se konfiguracija sloja vašeg sveta. Osoba pored vas može da postoji u potpuno drugačijoj stvarnosti. Može vam se učiniti neverovatnim, ali to je zaista tako. Jednostavno, svet je veoma raznolik. Ta raznolikost pruža beskrajne mogućnosti za različite konfiguracije pojedinačnih slojeva. Svojim mislima gradite jedinstvenu, individualnu verziju svog sveta. Tamo dospeva ili ne dospeva ono što prisustvuje ili odsustvuje u vašim mislima.

Na primer, žena koja mrzi alkoholičare, neprestano se sreće s njima u stvarnosti. *Kao što je poznato, ono što vas iritira, ima moć nad vašim mislima.* Tu je još i polarizacija koja zbog suvišnog potencijala stupa u akciju – iritantni faktori se lepe za vaš sloj sveta kao gvozdene opiljci za magnet. Kao rezultat toga, ukoliko pomenuta žena istraje u svojoj mržnji prema alkoholičarima, oni će potpuno preplaviti njen sloj. U svet ove nesrećne žene nagrnuće mnoštvo posrćućih, padajućih i nasrtljivih pijanica. Svi muževi će joj biti alkoholičari. Čak i deca.

Slično tome, muškarac koji negde u dubini duše shvata da je daleko od savršenstva i zato se svojski trudi da sebe ubedi da su sve žene kurve ili, u najboljem slučaju, glupače, neprestano će nailaziti upravo na takve. Žene „više klase” će biti daleko izvan njegovog sloja, jer je on sam napravio svoj izbor i obznanio ga svetu.

Liči vam na fantastiku? Ne, upravo to i jeste stvarnost ogledala, u beskrajnom broju njenih manifestacija. Možda će nekome slika našeg sveta koju sam opisao da izgleda zastrašujuće. Ali nemojte da vas to brine. Sve je to samo spoljašnja, vidljiva strana dvostrukog ogledala. Stvarnost koja je skrivena od našeg pogleda još više zastrašuje.

Rezime

- Misli su nematerijalne i ne nalaze se u glavi, već u metafizičkom prostranstvu.
- Misli su slične televizijskim kanalima.
- Čovek ne generiše i ne odašilje misli, već se priključuje na njih, kao biotelevizor.
- Čovek je sposoban da se svesno i namerno prebacuje s kanala na kanal – da upravlja tokom svojih misli.
- Međutim, čovek ne koristi tu sposobnost u potpunosti, zato što je previše zaokupljen „serijom” koja se „vrti” u stvarnosti.

- Mentalni oblik je fiksiran „televizijski program“, na koji čovek može da se priključi i emituje ga u okruženje.
- Da bi se mentalni oblik materijalizovao, potrebno je sistematski i dugotrajno usmeravati pažnju na njega.
- Stvarnost je jedna za sve, ali svaki pojedinac ima svoj zaseban sloj stvarnosti.
- Svojim mislima gradite jedinstvenu, individualnu verziju svog sveta.
- Tamo dospeva ili ne dospeva ono što postoji ili ne postoji u vašim mislima.



Beleške na marginama

Najveća čovekova greška leži u tome što zauzima ulogu pasivnog posmatrača – hipnotisano gleda u ogledalo stvarnosti, nemoćan da od njega odvoji svoj pogled. Slično biotelevizoru, posmatra televizijske emisije koje su mu nametnute spolja. Zašto se to dešava, biće vam potpuno jasno tek pri kraju knjige. Da biste stvorili sopstveni svet, ne treba da gledate u spoljašnji ekran (ogledalo), već u unutrašnji (u sebe). Da ne prihvatate tuđe televizijske emisije, već da sami emitujete.

POČETAK PROMENE

Sada se postavlja pitanje: kako zadati potrebnu konfiguraciju svog sloja? Veoma jednostavno. Uzmite list papira i zabeležite mentalne obrasce – sažet portret sveta koji vas okružuje i vašeg mesta u njemu, bukvalno u nekoliko rečenica, onako kako biste želeli da ga vidite.

Na primer: *„Brinem o svom svetu, a moj svet se brine o meni. Moj svet uvek će se pobrinuti za sve i sve urediti. Nemam o čemu da brinem. Sve ide kako treba. Postepeno se moja mala planeta pretvara u udoban kutak. Uspevam u svemu. Izgledam sjajno i svakim danom sve bolje i bolje. Veoma sam šarmantna osoba, iz mene zrači unutrašnja svetlost, ljudi to prepoznaju i osećaju naklonost prema meni. Uživam u odličnom zdravlju, snažnoj energiji i natprosečnoj inteligenciji. Lako se suočavam sa svakim izazovom. Sila je sa mnom, Sila me vodi i zato sve što radim, radim genijalno i briljantno.“*

I tako dalje, možete prilagoditi sebi, precizirati, dopuniti, proširiti: ka čemu težite i šta želite da na kraju postignete. Na taj način ćete kreirati svojevrсни konfiguracioni fajl, poput config.sys, za „operativni sistem“ vašeg sveta.

Nije suviše ovakvu konfiguraciju vašeg sveta zabeležiti na papir, jer će to sistematizovati i urediti vaše misli. Verovatno nikada niste seli i svesno se zamislili nad tim kakvu stvarnost biste voleli da vidite u svom okruženju. Zato, svoju viziju oblikujte sada.

„Konfiguracioni fajl“ će vam biti potreban u početku, dok se svi zabeleženi parametri ne utisnu jasno u vašem umu. Samo nemojte da taj list zakačite na zid i izložite ga pogledima svih u okruženju. Vaši mentalni obrasci su intimna veza između vas i vašeg sveta, s kojim ćete ih zajedno ostvarivati.

Šta dalje činiti? Prvo: svaki put kad gledate u svet (odnosno u ogledalo), posmatrajte ga kroz prizmu zadate konfiguracije. Drugim rečima, prvo u sebe, a tek onda u ogledalo. Bez obzira na to šta se spolja dešava, vi morate da *usmerite svoju pažnju na ono što vam prija i što volite, dok istovremeno marljivo odvlačite snop pažnje od stvari koje vam izazivaju smetnje ili vas uznemiravaju*. Neka ti ometajući faktori budu tu. Za sada. Vi se ne bavite njima. Jednostavno im okrećete leđa. Uskoro će svo to smeće da bude oduvano sa vaše planetice.

Na primer, na taj način možete da filtrirate ljude s kojima morate da se sretnete.

Usmerite pažnju na prijatne i lepe osobe – žene, muškarce – one koji vas više zanimaju. Divite im se, komunicirajte s njima, osmehujte se, uživajte u njihovom društvu. A one koji vam nisu prijatni, ljubazno trpite, zatvarajući na njih oči i dajući *sebe u najam*. I tim pre, ako nema potrebe da se s njima družite, jednostavno ih izbegavajte, skrenite pogled, prođite pored njih, ne posvećujte im pažnju. Postepeno će vaš svet biti ispunjen prijatnim ljudima, i ono što je najinteresantnije, čak i na mestima gde ne očekujete prijatno društvo.

Neće uvek sve ići glatko i onako kako biste želeli. Povremeno ćete se suočavati s negativnim aspektima stvarnosti. Ali vi svejedno i dalje mirno i metodično propuštate sav taj otpad kroz filter svoje konfiguracije. Bez obzira na sve, uporno sebi govorite da svet bolje zna kako da se brine o vama, i da sve ide onako kako treba, jer princip koordinacije namere, ako ga pratite, radi nepogrešivo.

Drugo: *obznanite svoje mentalne obrasce u svakoj pogodnoj prilici, posebno kada pronađete potvrdu za njih*. Odvojite posebno vreme za to, a takođe ih nosite neprestano sa sobom, u pozadini, kako biste ih češće ponavljali, kao molitvu. Na taj način, kao prvo, naučićete da upravljate tokom svojih misli, što je isto kao da upravljate stvarnošću. A kao drugo, transformišete okolnu stvarnost prema obliku koji vam je potreban.

Bukvalno to treba shvatiti na sledeći način. U svoj video projektor ubacujete potrebnu „filmsku traku” i neprestano je vrtite. Dozvolite da misli ponekad odlutaju, da se ponekad uključe negativne trake – ne borite se protiv toga, jednostavno se mirno i pedantno vraćajte svojoj slici iznova i iznova. Na kraju, *zavisno od toga kakva traka bude puštana u vašem virtuelnom projektoru, takav film ćete gledati i u stvarnosti*.

Nije važno kako izgovarate mentalne obrasce – glasno ili u sebi. Reči su sekundarne, one su samo treperenje vazduha. Značaj imaju samo misli, posebno one koje se neprestano i sistematski emituju. Ako provedete dane hodajući kao živi televizijski prijemnik emitujući jedan ili više namerno odabranih i strogo definisanih programa, vaš sloj sveta će postepeno poprimiti željenu konfiguraciju.

Naglašavam, *mentalne obrasce treba redovno odašiljati*. To je konkretan zadatak, a ne letenje u oblacima. I to je jedina „Tajna” koju treba da znate, i koja uopšte nije tajna. Nema tajni. Sva ezoterična znanja su otvorena, iako ne za sve. Onaj ko je otkrio tu „tajnu”, postaje Gospodar svoje stvarnosti. Jedina teškoća se sastoji u tome što rezultati ne dolaze odmah, treba imati strpljenja i istrajnosti da nepokolebljivo, čak i reklo bi se naslepo, šaljete Univerzumu ispravnu konfiguraciju, bez obzira na to što se

tamo trenutno događa nešto sasvim suprotno od željenog.

Treba takođe da znate da misli koje se vrte mehanički, nesvesno i bez ikakvog promišljanja, nemaju veliku snagu. Spoljašnja namera se aktivira samo mislima koje izviru iz srca, izgovaraju se sa osećanjima, u jedinstvu duše i razuma.

Dodatnu snagu imaju zapisani mentalni obrasci. Ne kaže se bez razloga: „Što pero zapiše, sekira ne odseče.” Kada o nečemu ne samo što razmišljate, već to isto zabeležite, duša i razum se aktiviraju i teže ka jedinstvu. Iz tog razloga se u životima pisaca često ostvaruju zapleti, događaji i likovi o kojima pišu u svojim knjigama. Tu činjenicu mogu lično da potvrdim.

U pismu, naročito ako je sastavljeno sa osećanjima i upućeno određenoj osobi, sadržana je snaga misli pojačana na kvadrat. Zato treba biti oprezan s porukama. Danas svuda na internetu vidimo tipičnu sliku: neko, želeći da ispolji svoj gnev, svima ili određenoj osobi šalje svoje pogrdne, prezirne ili neprijateljske mentalne obrasce. Ako ste posetili neke virtuelne platforme za komunikaciju, onda znate da se tamo uvek nađu ljudi koji žele da vas nečim ubodu, sruše i pokvare raspoloženje. To ne znači da su ti ljudi loši, najverovatnije je suprotno, često su usamljeni i nesrećni, zbog čega pokušavaju da se na neki način samopotvrde na tuđ račun ili da svoje projekcije prebace na druge.

Moglo bi se reći: „Ako naiđeš na nešto što ti se ne sviđa, jednostavno prođi pored toga i idi tamo gde ti je dobro, uzmi ono što ti odgovara.” U svakom slučaju, ako neko nešto kaže ili uradi, verovatno je to nekome potrebno, i sigurno postoje razlozi za to, baš kao što je tačno i to da tuđe ima jednako pravo na postojanje kao i vaše, koje s ponosom negujete. Ali ne, ta osoba neće proći tek tako. Obavezno će „obeležiti teritoriju”, uprljati je i tek onda, zadovoljna sobom, nastaviti dalje.

Takve ljude s poštovanjem i užasom posmatram kao parazite. Njima nije ni na kraj pameti da će im se kao bumerang neminovno vratiti ako su svojim neprijateljskim ispadima ili kritikovanjem nekome priredili nekoliko neprijatnih trenutaka. Ali kako bi moglo da bude drugačije? Na ovaj ili onaj način, a možda i u još većoj meri, sigurno će im se vratiti. To je isto kao pljuvanje u vis. Razlika je samo u tome što se *bumerang ne vraća odmah, i ne uvek u istom obliku kao što je lansiran*. Zbog toga ljudi, ne uočivši uzročno–posledične veze, ne razumeju da će morati da plate, odnosno dobiju po nosu, i nastavljaju da rasipaju smeće po sopstvenoj planeti.

Sasvim je očigledno da je praktično vrlo neisplativo bacati ka nekome bumerang zlobe. Naprotiv, umesto što nešto zaprljamo, zar nije bolje da na tom mestu ostavimo

cvet? Poslati nekome reč podrške, saosećajnosti, zahvalnosti. Bez obzira na to koliko ponekad želimo da izlijemo žuč, bolje je to ne činiti. Bolje je zaobići ili namerno promeniti svoj stav – iz negativnog u pozitivan. Ma kako bilo čudno, izuzetno je lako „prekonfigurisati” svoj bumerang iz zla u dobro – u bilo kom trenutku – samo se treba probuditi, shvatiti i poželeti. Pozitivna poruka će biti jednako snažna kao što bi mogla da bude zlobna, a pošiljaocu će doneti mnogo više zadovoljstva – i trenutno i kasnije. Da li se bumerang ljubavi i dobrote takođe vraća? Još kako!

Rezime

- Konfiguracioni fajl ima važnu ulogu – on uređuje i razjašnjava misli, želje i ciljeve.
- Posmatrajte svet kroz prizmu zadane konfiguracije.
- Usmerite snop pažnje na ono što vam odgovara i što vam se dopada, skrećući ga daleko od stvari koje izazivaju razdražljivost ili vam smetaju.
- Iskažite svoje mentalne obrasce kad god je to prikladno, pogotovo kada pronađete potvrdu za njih.
- Kakva traka će se vrteti u vašem virtuelnom projektoru, takav film ćete gledati i u stvarnosti.
- Mentalne obrasce treba redovno odašiljati.
- Zapisani mentalni obrasci dobijaju dodatnu snagu.
- Princip bumeranga: ako ne želite da u odrazu vidite neprijateljstvo, agresiju, osudu i neprihvatanje – ne šaljite tamo odgovarajuće slike.



Beleške na marginama

Konfiguracioni fajl će harmonizovati vaše misli. Zatim, s jedne strane, suženim snopom pažnje ćete iz svega što upada u vaš sloj sveta isfiltrirati samo ono što je vredno, dok ćete s druge strane, namerno emitovati u okružujuću stvarnost sve ono što joj za sada nedostaje, ali što biste želeli da tamo vidite. Na neki način postajete istovremeno i reflektor i video projektor. To su prvi koraci vašeg čarobnog preobražaja iz prijemnika u prenosnika. I primetićete kako će vašu transformaciju pratiti kvalitativne promene u stvarnosti.

JA MOGU SVE!

Dakle, imamo četiri metode pomoću kojih možete da transformišete svoj sloj sveta: konfiguracioni fajl, snop pažnje, video projektor i bumerang. Hajde da razmotrimo kako se odvija transformacija na konkretnim primerima.

Postoji li neko objašnjenje zašto tri dana zaredom susrećem mačke? Jedan dan svedočim smrti komšijske mačke; drugog dana je u filmu (otišla sam u bioskop prvi put nakon godinu dana) takođe umrla mačka; zatim, na balkonu (na petom spratu!) zaluta nepoznati crni mačak i noću mjauče; i tako dalje. Uopšte, primetila sam mnogo međusobnih veza, tačnije, reči koje se ponavljaju, stvari i radnji, ali ne razumem koji je smisao svega toga.

Sve je veoma jednostavno: u sloju vašeg sveta se nagomilava sve ono na šta vi fokusirate pažnju. Prvo, slično prijemniku, hvatate neki signal iz dolazećeg toka informacija, a zatim, ako vam privuče pažnju, počinjete da ga emitujete, što putem povratne sprege dovodi do jačanja signala.

Tražim posao. Sve ponude koje dobijam dolaze od velikih zapadnih kompanija (kao što sam i želela), ali su to kompanije koje se bave proizvodnjom cigareta ili piva. Ne konzumiram ni alkohol ni duvan i čvrsto sam odlučila da ne želim da radim u tim firmama – to je protiv mojih principa. Ipak, uporno nastavljaju da mi stižu ponude od takvih kompanija. Kad me prijatelji pitaju kako mi ide s poslom, svima kažem da dobijam ponude samo od „pušača” i pivara. Možda zato što to stalno svima ponavljam i privlačim baš takve kompanije?

Vašim mislima upravlja ono što aktivno ne prihvatate. Ne samo što odbacujete – već to uporno i ponavljate, što znači da fokusirate pažnju, a samim tim i privlačite odgovarajuću realizaciju u ogledalu stvarnosti. Možete da se uzdržavate od duvana i alkohola, ali da istovremeno mirno prihvatite da ih drugi upotrebljavaju. Zašto ne dozvoliti drugima da budu ono što jesu?

Poslednjeg meseca neprekidno nailazim na brojeve „222”. Nekako intuitivno. Dešava se da ponekad negde gledam, na primer pređenu kilometražu, a tamo se pojavljuju 3–4 identične brojke (ne samo dvojke). Kada pogledam na sat, brojevi se takođe čudno ponavljaju: 11:11 ili 22:22, i to vrlo često. Ranije se to nije dešavalo, ali u poslednjih nekoliko meseci – neprestano. Šta mogu da predstavljaju ovi znaci u vidu brojeva?

Zapravo, ništa posebno. U vašem svetu preovlađuje ono što ulazi u polje vaše pažnje, naročito ako vas to iznenadi ili iritira. Primera se može navesti nebrojeno. Ako osećate odbojnost prema beskućnicima, neprestano ćete ih sretati. Ako vam smetaju komšije ili dosadni saputnici, uvek ćete se s njima susretati. Ako vam se dopadaju lepe žene i očarani ste njima, sretaćete ih još češće. Ako vas veoma naljuti kad vas prevare u prodavnici ili vam podmetnu lošu robu, to će se iznova i iznova ponavljati.

U ovom slučaju ste se fiksirali na brojeve. Sve je počelo kada je vašom pažnjom zavladao simetričan broj koji vam je upao u oči. Vaše misli, na ovaj ili onaj način, odražavaju se u ogledalu sveta i realizuju se u stvarnosti koja vas okružuje. Zato nakon određenog vremena po-novo nailazite na čudan broj. To vas već iznenađuje, a duša i razum se uvek stapaju u jedinstvu, ako je osećanje dovoljno snažno, zbog čega nastaje jasan oblik pred ogledalom. Nakon toga, proces se dalje pojačava. Ono na šta je vaša pažnja usmerena, *doslovno ispunjava vaš sloj sveta*.

Običan ljudski razum jedva da će poverovati u to da misli na takav način mogu da oblikuju stvarnost koja nas okružuje. A tako bismo voleli da sve pripišemo selektivnosti percepcije, zar ne? Zar je moguće da ja, svojim mislima, stvaram te beskućnike, komšije, lepotice? Pa oni i tako objektivno postoje, a ja preterano obraćam pažnju na njih i zato mi i izleću pred očima!

Međutim, sve je mnogo složenije. Selektivnost percepcije zaista ima svoje mesto, ali to je samo polovina priče. Ako malo bolje pogledate, sa iznenađenjem ćete uočiti veoma čudan fenomen: kad nešto prestane da vas dodiruje, ono nestaje iz vašeg života, a s druge strane, čim se za nešto „zakačite”, to počinje da vas neumorno progoni. Pri tome je očigledno da percepcija sa ovim nema veze. Prestali ste da obraćate pažnju na beskućnike i oni su počeli retko da se pojavljuju – gde su nestali? Našli ste partnerku, smirili ste se, i lepe devojkice ne susrećete više tako često – da li se njihov broj smanjio? Pomirili ste se sa onim što vas je ranije jako nerviralo – smeće na ulici – i ulice su odjednom postale čistije. Zašto?

To se objašnjava činjenicom što svaki pojedinac ima svoj sloj sveta sa određenom autonomnošću, ili „odvojenošću”. Svi ti slojevi se preklapaju i prožimaju, ali istovremeno se kreću nezavisno jedan od drugog u pravcu koji *privlači pažnju njihovog vlasnika*. Stvarnost je ista za sve, poput stola, ali karte se na tom stolu mešaju. Čim vlasnik sloja usmeri pažnju na određeni objekat, njegov sloj (karta) počinje da se kreće prema oblasti gde postoji veća koncentracija takvih objekata. Zaista, ne materijalizujete vi sve te persone na koje su usmerene vaše misli već vaš sloj sveta „putuje” tamo gde ih ima više.

Pišem tekstove i muziku za rep žanr. Često se dešavalo da su se događaji o kojima sam pisao kasnije zaista dogodili, meni ili nekome drugom. Bio sam gotovo šokiran kada sam saznao o jednom slučaju iz vesti koji sam opisao u svom tekstu nedelju ili dve pre toga. Taj tekst je bio vrsta potpuno izmišljene priče, tj. dugačak stih koji opisuje situaciju koju sam izmislio uz muziku i rimu. Takve situacije su mi se desile više puta, i sada sam oprezniji s tim. Sada sam shvatio zašto su izvođači kao što je reper „50 Cent” stekli ogromno bogatstvo na svojoj rep muzici – pevali o svom bogatstvu još mnogo pre nego što su se obogatili. Nadalje ću pažljivije birati teme i filtrirati ono što pišem.

Komentari su suvišni.

U svetu se dešavaju masovne prirodne katastrofe. Ako sam pravilno razumeo, sve što nam se dešava je posledica naših misli. Pretpostavimo da je neki čovek razmišljao da će mu nešto desiti, ali ne možemo da tvrdimo da je isto to bilo u glavi svih ljudi koji su stradali u katastrofi?

Uverenje da je sve što nam se dešava posledica naših misli nije Transurfing, već ono što se naziva „čistom ezoterijom”, odnosno metafizika uzdignuta do apsoluta. I to uverenje je pogrešno.

Mi živimo u dualnom svetu koji se sastoji od fizičkih i metafizičkih komponenti, i zato moramo da uzmemo u obzir oba aspekta. U „jednačini fizičke stvarnosti” postoji previše promenljivih. Kada se dogodi neka posebna kombinacija okolnosti koja dovodi do neke fatalne promene, mogu se dogoditi najrazličitije promene u životu bilo kog, čak i najpozitivnije usmerenog čoveka. Možete li u potpunosti da izbegnete zemljotrese ako živite u seizmički aktivnoj zoni? Možemo samo da govorimo o

korelaciji vaših misli s *verovatnoćom* nesreće.

Osim toga, ne postojite samo vi na ovom svetu. Slojevi mnogih ljudi prepliću se u vremenu i prostoru. Zato je nemoguće potpuno izolovati sloj sopstvenog sveta i urediti ga čisto, bez spoljašnjih primesa, Bez sumnje, uvek će biti prisutni tuđi uticaji, oni su neizbežni. Ali što se tiče katastrofa i nesreća, ukoliko zanemarite takve novosti, postoji *velika verovatnoća* da one neće uspeti da prodru u vaš sloj sveta.

Ako se sloj mog sveta uglavnom oblikuje mojim mislima, onda ispada da ukoliko čak i malo žudim za željenim ishodom (tj. strahujem da se neće ostvariti), po svoj prilici se ništa i neće ostvariti?

Naš svet nije tako primitivno uređen da bi reagovao kao automat, po principu „ili da, ili ne”. Stvarnost se izgrađuje iz mnoštva jedinica i nula. U rezultatu nastaje složen sistem u kojem je sve istovremeno i determinističko i slučajno. Iako bi se moglo pomisliti da tu nema mesta za slučajnosti, svaka posledica nosi svoj uzrok. Međutim, *zbog složenosti sistema, mi zapravo posmatramo ne determinističko, već verovatno ponašanje stvarnosti.* Ni mi sami nismo tako jednostavno sazdan. Nemamo sijalicu u glavi koja svetli ili ne svetli. Naša psiha je mnogo složenija. A naša interakcija sa stvarnošću je složenija još više.

Zato, kada se prave pretpostavke o tome „šta će biti ako”, ne govorimo o apsolutnim zakonima i strogim algoritmima, već o tendencijama i verovatnoći. Zar niste primetili da u Transurfingu nema zakona, već postoje samo principi? Na primer, što je jača žudnja (želja i istovremeno strah), manja je verovatnoća da se dobije željeno. Ali niko ne tvrdi da sigurno nećete postići ništa ako budete malo osećali strah. Naprotiv, ako sačuvate „gorušičino seme vere”, možete da pomerite planine. Ali opet, niko vam neće reći koliko je tačno potrebno vere da biste dobili rezultat. „Seme gorušice” je ovde naravno samo metafora.

Dakle, ne postoji ništa što je apsolutno. I, hvala Bogu, jer bi inače, ako bi se svaka želja ili najmanji strah odmah ostvarivali, u svetu bi zavladao haos.

Sa svih strana dobijam informacije o nadolazećim katastrofama, pripremam se za suočenje s tim. Osećam se kao stalker. Krećem se ulicama i imam osećaj kao da se nalazim u nekom nepoznatom svetu. Sve se vrti i obrće, prodavnice prodaju gomilu beskorisnog i neprijatnog smeća. Mirisi i zvuci su neprirodni...Problemi

koje imaju ljudi se čine nevažnim... Civilizacija se stropoštava u Matriks? Sve je veoma neprijatno.

Stalker mora da posmatra sve ove manifestacije Matriksa sa distance. Neka ih. Ne možete da sve to nekako „pobedite”. Naprotiv, takav stav će samo privući još više smeća u vaš svet. Nema smisla gajiti odbojnost prema onome što vam se ne sviđa i aktivno ispoljavati svoje nezadovoljstvo, ili još gore, ulaziti u bitku s klatnima. Ono prema čemu gajite neprijateljstvo obično gospodari vašim mislima i zato preplavljuje vaš sloj sveta. Naprotiv, treba da prihvatite sve ono što vas iritira (kao da ste „primili na znanje”), da propustite kroz sebe i mahnete mu rukom za oproštaj. Kada sve to otpustite, i ono će vas otpustiti.

Želim da postavim pitanje u vezi sa zlom namerom. Pisali ste da će se to loše završiti po onoga ko je šalje. Želeo bih da znam zašto je to tako? Ako sam čvrsto ubeđen da zbog toga neću ispaštati, zar ne bi trebalo tako i da bude? Kakva sila ovde deluje? Zakon kosmičke pravde koji kažnjava zločinca? Ali, vi ste govorili da karma ne postoji. Pa ipak, postoji crna magija, čiji su sledbenici svesni svojih postupaka i ne plaše se kazne?

Karma ne postoji – za vas – ako je nema u vašem „konfiguracionom fajlu”. Karma je subjektivna stvar, kao i sudbina. Onaj ko se pomirio s tim da je sudbina već predodređena, tako će mu i biti. Međutim, za one koji preuzmu kontrolu nad svojom sudbinom, ona će biti upravljiva.

Međutim, postoji objektivni zakon bumeranga: ako nekome uputite zlu želju, ona će vam se, na ovaj ili onaj način, vratiti. Jer, svet je ogledalo – „kako se odbije, tako i odjekne”. Situacija je drugačija kad je reč o crnim magovima. Oni ne deluju direktno, već preko svojih klatana, pa im se zato bumerang ne vraća. Dakle, ako želite da nekome naudite, morate znati da koristite odgovarajuće klatno ili da se uopšte ne bavite takvim stvarima. Nije isplativo.

Nekoliko godina sam posećivao različite centre za duhovni razvoj. Ali sam nakon određenog vremena počeo da primećujem da me, bez obzira na sve delotvorne metode, one ne približavaju ka osnovnom cilju – bezbrižnom postojanju. Dolazilo je do „tapkanja u mestu uz povremene odskoke”. Takav rezultat me nije

zadovoljavao. Iako su moji rezultati nakon skoro sedmogodišnje prakse „poskakivanja” bili prilično impresivni – mogao sam svesno da upravljam vremenom, na primer zaustavljam kišu, materijalizujem zemljišne parcele, automobile itd. Međutim, nisam uspevaio da ostvarim stalni talas sreće i bezbrižno postojanje. Iza uspeha je uvek sledio poraz.

Da bi se svoj sloj sveta doveo u stabilno, neproblematično stanje, potrebno je sistematski, s nepokolebljivom upornošću, praktikovati princip koordinacije namere i tehniku amalgame, koje su opisane u knjigama „Transurfing”. *Sva tajna* je u doslednosti. Ogledalo radi sa zadržkom i zato se stabilna stvarnost ne stvara kratkotrajnim naporima, već ustaljenim navikama i načinom razmišljanja. Amalgama i koordinacija moraju da postanu navika. To je potrebno i dovoljno da biste neprestano klizili na talasu sreće. Sve je jednostavno: potrebna je upornost i doslednost u mislima i delima. Međutim, ljudi su, po običaju, nedosledni – brzo se zagreju i brzo ugase, zbog čega doživljavaju niz crnih razdoblja u svom životu, koja su ponekad prekinuta „poskakivanjima”.

Ne osećam više celovitost i unutrašnju radost. Trudim se da se setim i osetim kako je to izgledalo, ali mi ništa ne uspeva. U glavi mi je mnogo misli, one se prepliću, a nijedna nije dovršena ideja. Ne paničim, ali ovo stanje mi se uopšte ne dopada. Šta mogu da preduzmem u ovakvoj situaciji? Znam šta želim: samopouzdanje, duševni komfor i radost.

Potrebno je *ispraviti stvarnost* – izvući svoj sloj sveta iz mutnog oblaka na čisto područje prostranstva varijanti. Kako to učiniti?

Postoji jedan recept, koji je prost, kao i sve što je genijalno. Kako smiriti bebu kada plače? Nagovaranje neće pomoći. Treba se pozabaviti njom, posvetiti joj se, pokazati brigu, pažnju, angažovati se. Dakle, kada vam je loše – to znači da unutar vas plače dete. Pobrinite se za njega. Bez obzira na to što mnogi od nas izgledaju ozbiljno, dostojanstveno, „cool” itd. – svi mi, u suštini, ostajemo deca. Setite se toga. „Provozajte se na ringišpilu”, što znači „bavite se onim što vam najviše prija”. Odredite sebi specijalan tajm–aut za ispravljanje stvarnosti, tokom kojeg ćete se jednostavno odmarati, ne misleći o problemima. Recite sebi: „*Danas ja i moj svet idemo u šetnju!*” Cilj je vredan tog vremena, jer je potrebno očistiti sloj od koga mnogo toga zavisi.

Kupite omiljenu poslasticu: „Jedi, jedi, mili moj, jačaj”. Posvetite ceo dan sebi, svojim zadovoljstvima. Posvetite se svojoj lepoti, nežno se smestite u postelju: „Spavaj, mili moj, tvoj svet će se o svemu pobrinuti”.

Nakon izvesnog vremena osetićete kako stvarnost koja vas okružuje počinje da dobija sve toplije, prijatnije nijanse – vaš sloj izlazi iz mutne oblasti. Posle toga, potrudite se da uložite određene napore kako bi *princip koordinacije namere*, kao i tehnike transformacije stvarnosti – *konfiguracija, snop pažnje, filmski projektor i bumerang* – postali navika, vaš način razmišljanja i percepcije sveta. I jednog dana će doći trenutak kada ćete sebi reći: *ja mogu sve*.

Rezime

- U vašem sloju sveta taloži se ono na šta usmeravate pažnju.
- Vašim mislima može da zagospodari ono što aktivno ne prihvatate.
- Kada nešto prestane da vas dotiče, ono nestaje iz vašeg života, a s druge strane, čim se „zaglavite” u nešto, ono počinje uporno da vas progoni.
- Sloj sveta se kreće tamo gde ga privlači snop pažnje.
- Sposobni ste da odigrate bilo koju predstavu u različitim scenografijama.
- U istom trenutku, nije sve određeno isključivo mislima jer je svet dualan i slojevi raznih ljudi mogu da se prepliću.
- Zbog složenosti sistema, mi ne vidimo determinisano, već verovatno ponašanje stvarnosti.
- Stabilna stvarnost se ne stvara jednokratnim naporima, već ustaljenim navikama i načinom razmišljanja.



Beleške na marginama

Nadalje ćemo na konkretnim primerima razmotriti uobičajena pitanja koja se pojavljuju u procesu stvaranja sopstvenog sveta.

SLAJDOVI ZALJUBLJENIH

Da li se u ciljni slajd može ubaciti određena osoba?

Uređujući svoj sloj sveta metodima Transurfinga, iz prostranstva varijanti materijalizujete sve što nameravate da dobijete. To je slično kao kada idete u prodavnicu i iz nje donosite kući potrepštine koje su vam potrebne. Prostranstvo varijanti zaista sadrži sve blagodeti koje je moguće materijalizovati: kuću, automobil, jahtu, uspeh i napredovanje u karijeri itd. To je šablon u kome se čuvaju scenariji i scenografije. Ali postoji li nešto što tamo nedostaje?

Tamo nema vaše ljubavi ili mržnje, vašeg duševnog spokoja ili potištenosti, radosti ili tuge. Shvatate li čega tamo nema? Tamo nema vaše duše. I znate li u čemu je razlika između stvarnih ljudi i likova uz prostranstva varijanti, s kojima se susrećete u snovima? U tome što ti likovi, za razliku od ljudi, nemaju dušu i samosvest. Oni su samo šabloni, manekeni ili pseudoživi programi. Ako u svesnom snu pokušate da nekome od njih postavite pitanje poput: „Da li znate da ja spavam i da ste vi moj san?” – nećete čuti ništa osim glupog smeha, jer oni nisu sposobni da razumeju smisao takvih pitanja. Likovi iz snova deluju prema unapred zadatom scenariju, kao junaci kompjuterske igre ili filma. Ono što im je zadato na određenoj filmskoj traci koju trenutno gledate, to će i biti.

Naravno, postoji beskrajno mnogo takvih filmskih traka, s različitim scenarijima. Zato se ponašanje likova može fleksibilno menjati, u skladu s očekivanjima uma koji je istovremeno i u ulozi gledaoca i kinematografskog tehničara (generator ideja). *Kada razum posmatra san, on svojim očekivanjima i predstavama unosi trenutne korekcije u scenario, zbog čega se i filmska traka u istom trenutku me-nja.* Zbog toga se stvara iluzija da čovek ne posmatra san već živi stvaran život. Ali ipak, to je samo iluzija. Sve što se tamo dešava nije stvarnost, iako istovremeno postoji stvarno i objektivno (u skladu sa analogijom: film – iluzija, a filmska traka u kutiji – stvarnost). I likovi tamo – nisu živi, oni su bezdušni šabloni.

Šta se dešava kada konkretnu osobu ubacite u svoj slajd? Vi snopom pažnje osvetljavate filmsku traku iz prostranstva varijanti sa likom te osobe – njenim šablonom. Ali kakva je svrha toga? Jer, tamo nema živih ljudi. To je kao gledati film i misliti da zaista u stvarnosti komunicirate sa filmskim junakom. Ista je situacija i sa

prizivanjem „duhova umrlih“. Učesnici seansi spiritizma naivno veruju da komuniciraju sa „umrlim“ ljudima, osobama koje su nekada živele, a sada borave negde u onostranom svetu. Međutim, ta „lica“, da tako kažem, s kojima oni komuniciraju, nikada nisu rođena i nikada nisu umrla. To su samo likovi iz snova – *senke, kopije, filmske trake* koje su negde ležale i nastavljaju da leže na policama prostranstva varijanti. A sami originali – duše umrlih – ili su već odavno preporođene u novim telima ili lebde u sferama kojima samo Bog ima pristup.

U principu, naravno, možete da vrtite slajd na kojem ste zajedno i iskreno se volite. To je scenario, a samim tim on postoji u prostranstvu varijanti i teorijski ga je moguće izvući iz metafizičkog sveta u fizički, odnosno materijalizovati. Ali ponavljam: drugi čovek nije pasivni predmet već živo biće koje aktivno ostvaruje svoju nameru. Možda i budete imali uspeh sa slajdom, ali to neće biti dovoljno efikasno, jer živa osoba ne sedi pasivno u prostranstvu varijanti, već neprestano negde juri. Dok je „slajdujete“ ona će brzo pronaći nekog drugog „ovozemaljskijeg“ partnera.

Uopšteno govoreći, vršenje uticaja na ljude je u suprotnosti s principima Transurfinga. U prodavnici možete da izaberete bilo koji artikl. Ali ako pokušate nekoga da uhvatite za ruku i povučete za sobom, šta će se desiti? Tu se krije cela problematika. Možda čoveku uopšte nisu potrebni vaši izlivi emocija za koje se potencijalno trudite da mu nametnete u svom ljubavnom slajdu?

Ne znam kakvi mehanizmi ovde deluju, ali najverovatnije duša čoveka koga „slajduju“ to oseća. Ako mu se to ne dopadne, može da oseti nesvesnu odbojnost prema vama. Da li to želite? Zato je bolje da ne eksperimentišete s metafizikom, već uspostavite direktni kontakt koristeći principe Frejlinga. Međuljudski odnosi su slučaj kada treba komunicirati sa živim čovekom, a ne leteti u oblacima i maštarijama. Ako za sada nema nikoga na vidiku, koristite slajd s nekom apstraktnom ličnošću, sa idealom. Tada ćete u određenom trenutku sresti osobu koja je bliska tom idealu.

Ako zamišljam čoveka koji se raduje („energetski delikates“), zašto u tome nema nikakvog kršenja? Pisali ste da je to poklon na mentalnom nivou. U mom konkretnom slučaju, ta osoba je devojka. Ja samo pokušavam da zamislim kako joj pružam ljubav, ne očekujući ništa zauzvrat. Ali ako nije dozvoljeno da se „slajduje“ konkretna osoba, zašto je onda dozvoljeno darivanje energetskog poklona, budući da je i to zamišljanje osobe u situaciji koja joj nije svojstvena?

Kažete da joj poklanjate ljubav. Da li ste sigurni da ona ima potrebu za vašom ljubavlju? Zar je u tehnici energetskog poklona rečeno da ste vi taj koji treba da pričini radost nekoj osobi? Govori se da treba zamisliti osobu u situaciji kada je zadovoljna sama po sebi: vozi bicikl, sedi s kriglom piva, igra fudbal itd. Vaše prisustvo na toj slici je potpuno suvišno. U knjizi se takođe naglašava da treba i pogoditi koji poklon prirediti. Za to je neophodno ispoljiti iskrenu zainteresovanost za osobu: u kakvoj situaciji će se ona osećati prijatno, šta joj nedostaje? To nije samo slajd sam po sebi, već vaš energetski poklon. Čovek oseća zadovoljstvo u vašem društvu jer vaše energetsko zračenje sadrži ono što joj nedostaje.

Treba pažljivije čitati knjige. Baš čitati, barem prvi put, a ne slušati audio–knjige. Jer oni koji slušaju, puno toga bukvalno propuštaju kroz uši. I potrebno je čitati baš knjigu, a ne elektronski tekst. Knjiga je živo biće. Kada direktno komunicirate s njom, ona vam pomaže. To je apsolutno verodostojna činjenica.

Kako postupiti kada je cilj da se pronade osoba koja bi nam potencijalno bila partner u ljubavnoj vezi? Moj cilj je da pronađem čoveka koji bi u potpunosti zadovoljio moju potrebu za obostranom ljubavlju. Prilično uspešno uspevam da vizualizujem tu sliku. Ali to traje već jako dugo, a nema naznaka ili promene te situacije. Iskreno govoreći, već više od deset godina živim u vizualizaciji ciljnog slajda.

Postoje dva moguća razloga za to. Prvi je nedovoljna posvećenost vizualizaciji. Slajd treba da se održava na „traci” namere. Neophodno je ne samo da zamišljate u mislima slike ostvarenja želja, već da imate nameru da dobijete rezultat, i da se krećete prema cilju. Drugi: prolazite pored otvorenih vrata kao da su vam oči i uši zatvorene. Ako su oba u pitanju, onda je situacija sledeća.

Na primer, planiram da idem u šumu i sakupljam gljive. Lutam po njoj i zamišljam koliko sam gljiva sakupio, kako ih pripremam i jedem. Slajd je savršen, u svakom smislu. Nedostaje samo jedno: sve moje misli i postupci su usmereni samo na vizualizaciju – ja samo maštam, gledajući u krošnje drveća, dok uopšte ne gledam sebi pod noge. Možda sam čak i zaboravio korpu kod kuće. Ili generalno „sakupljam gljive” ležeći na kauču. Gljive neće same skočiti na moj kauč, moram da izađem i da ih potražim.

Imam problem da prihvatim sebe. Tačnije, da se prihvatim i zavolim onakvu kakva jesam. Zbog toga stalno postavljam sebi uslove: ako bih bila lepa, onda bih volela sebe, itd. U dubini duše shvatam da su sve to besmisleni uslovi. Ali problem je u tome što imam određene nedostatke u izgledu: ožiljak na usnama, kriv nos... lako sam, iskreno govoreći, prilično simpatična devojka, ali ovi nedostaci sve kvare. Tačnije, ne oni sami, već moj bolestan odnos prema njima. Uvek sam verovala da ću zbog svog izgleda ostati usamljena.

Međutim, u 20-oj godini sam se udala i rodila ćerku. Ipak, neprekidno sam osećala da nešto radim pogrešno. Moj muž je bio divan čovek, dobar, pažljiv, i, što je najvažnije, voleo je mene i ćerku. Činilo mi se da i ja njega volim. Ali... sećam se da sam tokom svih godina braka bila nesrećna. Neprestano sam bezrazložno plakala. Nisam mogla da objasnim razlog suza. Samo sam osećala kako duša gorko plače, kao dete.

A onda nam je jednog dana porodični prijatelj doneo audio-knjige o Transurfingu. Vrlo sam se zainteresovala, počela sam da vrtim ciljni slajd. Funkcionisalo je. Ali... možda sam to radila na pogrešan način. Zamišljala sam sebe srećnom, voljenom, i, što je najvažnije, kao nekoga ko voli, ali drugu osobu, ne svog muža.

Tada se sve poremetilo. Muž je nešto osetio i otišao. Iskreno, radujem se što je otišao. Na duši mi je postalo lakše, ali... on, moj muž, i dalje me voli i pati, ne može da mi oprost.

A onda sam se na internetu upoznala s jednim muškarcem. Počeli smo da se dopisujemo. Tada je on doputovao u moje mesto. Veoma mi se svideo. Jednostavno me je očarao. Ali, izgleda da on nije osećao ništa slično. Nekako nije „kliknulo“ među nama. Otišao je, ali je rekao da možemo da ostanemo u kontaktu. Ali, problem je u tome što mi se više nije javio. Nije odgovarao na pozive. A kad je konačno odgovorio, rekao je da ćemo se čuti kasnije, da moram da sačekam. Koliko da čekam? Ne želim da ga izgubim. Želim da ga vratim. Tim pre što mi nije rekao direktno „ne“. Sada, kao ciljni slajd, zamišljam nas dvoje kao srećan par. Da li mogu tako da radim?

Potrebno je dobro shvatiti jednu prostu istinu. *Prvo, ako vas je vaša srodna duša napustila, to znači da to nije vaša srodna duša.* Razmislite sami: zar vaša srodna duša zaista može da vas napusti? To je apsurdno. Međutim, na svoju nesreću, ljudi obično

ne shvataju tu prostu stvar. *Kao drugo, kad neko ode, nemoguće ga je vratiti.* Oni koji misle drugačije, duboko se varaju. Ovde je sve vrlo prosto. Nema potrebe graditi „mentalnu baštu”. Čak i ako ponekad i uspete da nekoga vratite, to ne donosi ništa konstruktivno. Ali to je druga tema na koju ćemo se vratiti kasnije.

Zapravo, ne postoji ništa što biste mogli da vratite jer ništa niste ni izgubili. Nema svrhe ohrabrivati se iluzijama i time besmisleno gubiti vreme svog života. To vreme je ionako ograničeno. Ono što vam uliva nadu je to što nije izgovorio direktno „ne”. Međutim, nije svako sposoban da jasno i odlučno kaže „ne”. Takođe, postoje ljudi koji uopšte ne znaju da kažu „ne”. Osim toga, treba da znate da dok je za ženu situacija „Nisam rekla 'da', gospodine.” – „Niste rekli 'ne'” – najčešće ukazuje na ohrabrujuću neodređenost u njenim mislima, za muškarca to znači kategorično odbijanje. Muški mentalni sklop je po pitanju toga apsolutno nedvosmislen, može se čak reći „crno–beli”.

„Slajdovanje” određene osobe je moguće samo kada ne postoji drugi izlaz. Međutim, ne bi trebalo da to radite zato što niste sreli svoju pravu srodnu dušu. Kad sretnete muškarca svog života, nećete morati da se borite za njega – on će sam potrčati ka vama. A sa ovom osobom, najverovatnije ćete ispiti čašu žuči. Dakle, nema razloga za brigu. Koristite tehniku amalgame i koordinacije namere.

Što se tiče fizičkih nedostataka – to su potpune besmislice! Naprotiv, slični nedostaci koji se ne uklapaju u opšte standarde, samo dodaju draž. Da li mislite da muškarci padaju samo na lutkast izgled? Gluposti. Po tom pitanju možete da budete potpuno mirni i prihvatite sebe kao novorođenče, onakvu kakva jeste. Tada će vas i okolina automatski prihvatiti. Svet koji nas okružuje samo je – ogledalo.

Verovatno ste u pravu. Ali kako da shvatim „ispiti čašu žuči”? Dakle, čak i ako mi uspe da ga nekako vratim u svoj život, neću biti srećna s njim?

Stvar je u tome da ako su vrata Vaša, ona će vas srdačno prihvatiti, sve će ići lako i prijatno. Ali ako već na samom početku nešto ne ide kako treba, ili se vrata prvo otvore, a zatim vam se zalupe pred nosom – to sve znači da su tuđa vrata. Ponekad možete da se provučete kroz njih, ali uglavnom iz toga ne ispadne ništa dobro. Zato ovde nema mesta žaljenju, nimalo.

Isto važi i za vašu srodnu dušu. Jednostavno, još uvek niste uspeli da je sretnete. U tome niste usamljeni. Većina ljudi ima isti problem. Pronaći Svoj cilj i Svoju polovinu

dva su najteža zadatka u životu. Sve ostalo je trivijalno. Duši je svojstveno da se zaljubljuje i oduševljava. I često joj se čini da je pronašla ono što traži. Ali kasnije se ispostavi da je to bilo samo prolazno oduševljenje. Ne treba očajavati, već nastaviti sa traganjem. Ako postoji namera, sve će se ostvariti.

Biće da je „slajdovati” osobu neka vrsta invazije u njenu stvarnost, u njen unutrašnji svet? Ali ipak bih želela da znam posledice ukoliko bih nastavila da ga zamišljam u svom ciljnom slajdu... Šta može da se dogodi? Moram da znam kuda to vodi i shvatim da li ću snositi odgovornost za to?

To neće imati nikakve posledice, i nećete biti odgovorni za to, osim ako ne budete opterećeni osećajem krivice. Moralnu odgovornost snose oni koji su koristili magijske usluge kako bi nekoga očarali. To su prljave tehnike. Običan čovek nema direktan pristup svesti druge osobe. To imaju klatana. Mag sebi obezbeđuje pristup posredstvom klatana. Ako se cilj postigne, naručilac dobija „zombiranu ljubav”. I naravno, takva veštačka sreća se pre ili kasnije okončava nesrećom.

Rezime

- Direktno slajdovati konkretnu osobu nije poželjno, jer je neefikasno i može da ima suprotan efekat.
- Direktno slajdovanje konkretne osobe je opravdano samo u slučaju kad nema drugog izbora.
- Jedino što možemo da postignemo slajdovanjem je da privučemo neku osobu u svoj sloj sveta.
- Nije dovoljno samo u mislima imati sliku ispunjenja želja, već je važ-no imati nameru da se ostvari rezultat a takođe i koračati ka cilju.



Beleške na marginama

Međuljudski odnosi su slučaj kada je potrebno komunicirati sa živom osobom. Koristite Frejling. Više o tome možete da pronađete u knjigama „Transurfing“.

HIDRAULIKA NAMERE

Ako već imam izgrađenu „nameru da imam”, da li je potrebno da se bavim vizualizacijom?

Kada budete imali nameru da imate, potreba za takvim pitanjima će otpasti sama po sebi, jer ćete već dobiti ono što *nameravate* da imate. Ali budući da ipak pitate, moraćete da se još malo potrudite.

Ako je namera čista, bez primese sumnje i straha, Čuvar Večnosti će vam otvoriti vrata supermarketa prostranstva varijanti i bez problema ćete uzeti Svoje. Setimo se klasičnog primera s kioskom. Ne sumnjate ni trenutak da ćete nabaviti svoje jutarnje novine (odlučnost da imate). Mirno idete i kupujete ih na kiosku (odlučnost da delujete). Kada posedujete čistu *odlučnost da imate i delujete*, sigurno ćete dobiti ono što želite. Želite da hodate po vodi? To nije ni najmanji problem.

Ali ako budu postojali čak i najmanji tračci sumnje ili straha, moraćete da radite sa ciljnim slajdom, od toga ne možete da pobegnute. Zadatak se sastoji u tome da *nameru napumpamo verom*, kao što to radi hidraulična pumpa: polako, kap po kap, ali redovno i sa jasnim ciljem. U rezultatu ovakvih sistematskih radnji, nagomilava se ogromna snaga. Istovremeno, vaša zona komfora se proširuje, a primetne transformacije se događaju u stvarnosti koja vas okružuje. Iz sektora metafizičkog prostranstva, koji uporno osvetljavate svojom pažnjom, u fizički sloj vašeg sveta se bukvalno pod pritiskom upumpava ono čega tamo ranije nije bilo i nije moglo da bude. Tako funkcioniše „hidraulika” vaše namere.

Da bismo još više učvrstili veru, tokom izlaganja ću navoditi odzive čitalaca koji govore sami za sebe.

Osećam se kao Neo u filmu Matrix koji je odjednom postao svestan da je sve to iluzija. Transurfing me je potpuno uverio u tu jednostavnu istinu da je svet ništa. Posmatram ga bez straha i s radošću, kao u detinjstvu. Ponekad se, naravno, zaboravim, počnem da se uzrujavam zbog nepotrebnih briga, ali onda se oslobodim tih opsesija. Vi ste mi zaista otkrili slobodu i s njom mogu da radim šta god poželim. Na primer, da uspostavim svoja pravila i živim u skladu s njima. Ne

zaboravljajući da sam ih sama stvorila. I da uzmem sve što poželim. Ispunim svoj život onim što me raduje. To je čaroban osećaj koji, kako se ispostavilo, nosim još iz svog detinjstva.

Zapravo, svet nije potpuno iluzoran. Sastoji se od dve komponente: materijalne i nematerijalne. To takođe ne treba zaboraviti. Ali jedna od divnih osobina ove dualnosti je to što možemo da prebacujemo stvari iz metafizičkog u fizički svet.

Prostranstvo varijanti, za razliku od skladišta informacija, podrazumeva mogućnost realizacije različitih događaja. Možete ne samo da uzmete disk sa police i pogledate ga, već i da *pokrenete sopstveno emitovanje*, tako da će se vaš film vrteti u stvarnosti.

Transurfing sam prihvatio u jednom dahu kao neodvojivi deo svog života. Rezultati nisu dugo čekali, ali to su bile samo sitnice. Treba mi automobil – izvolite, proširenje stana – bez problema, čak su se i varijante same pojavljivale preda mnom. Ali nikada nisam mogao ni da zamislim da je snaga namere bezgranična, da su joj nepoznata ograničenja kao što su prostor i vreme.

Ukratko, živeo sam kao svi drugi, sve je bilo kao kod svih, ali ništa dobrog u tome nije bilo. Duša je molila, gotovo preklinjala da uradim jedno, a razum je, pod uticajem „dobronamernika”, činio upravo suprotno. Tako je trajalo sve dok se duša nije obratila razumu i rekla: „Daj, dozvoli mi da pokušam, da preuzmem kormilo samo jednom, na minut.” Razum je nevoljno pristao. Desilo se nešto nemoguće. Stvarnost se promenila za samo jedan dan! Razum je bio u šoku, a duša je pevala i letela! Shvatio sam šta je Put srca!

Svaki čovek je gospodar svog sveta, ali ga društvo (Matriks) deformiše od samog detinjstva. Kada donosimo odluke, pogotovo u ključnim trenucima života, treba da zanemarimo sve „dobronamernike” i savetnike, da uronimo u tišinu, isključimo idiotski televizor, odemo u šumu, zatvorimo se u sobu, prestanemo da razmišljamo i vagamo sve prednosti i nedostatke i da prosto oslušnemo tihi glas svog srca. Njegov odgovor će biti jedino ispravno rešenje, čak i ako nam na prvi pogled deluje nelogično.

Jer u čovekovom životu, sve što je potrebno za sreću uvek je tu, pred njegovim nosom. Međutim, ako čovek pronađe put srca, sve ostalo (materijalna dobra) će se pojaviti samo, u skladu s potrebama. Ovo nisu obična razmišljanja, ja to ZNAM. Svima želim sreću i uspeh! U životu ne postoji ništa što je nemoguće! Najvažnije

je, bez obzira na okolnosti, ne klonuti duhom! Život je mnogo misteriozniji i čudesniji od najbolje fantastike.

Mogu samo da dodam da televizor treba povremeno isključiti. Ne samo onaj spoljašnji, već i onaj unutrašnji, u glavi. Čudno je kako ljudi ne uspevaju da obave jednu jednostavnu stvar: zaustave se, sednu za sto, uzmu list papira, olovku i formulišu svoje zahteve prema svetu i svom mestu u njemu, onako kako bi želeli da ga vide. Oblikuju svoj konfiguracioni fajl, da bi ga, bar jednom dnevno nakon buđenja, učitali u svoj sloj sveta kao operativni sistem. To niko ne radi. Neverovatno. Ljudi trče okolo kao navijeni. *Nikad* nemaju vremena, sve ostavljaju za kasnije, a na kraju *ništa* i ne ostvare. Ipak, pokušajte da postavite konfiguraciju kao što je opisano u jednoj od prethodnih poruka i videćete da je to, kao prvo, zaista vredan zadatak, a kao drugo, da daje rezultate.

I još jedan vrlo ilustrativan primer s praktičnog aspekta.

Putujem na posao automobilom. Na putu do posla i nazad ponekad povezem ljude koji stopiraju pored puta. Ne samo zato što mi višak od 50–300 rubalja dnevno neće smetati. To mi se takođe dopada. Volim da vozim automobil. Osećam zadovoljstvo zbog uzbudljivosti tog hobija. Dopada mi se da pričam s nepoznatim ljudima (mada ne uvek i ne sa svima).

Tih 2–3 sata dnevno se gotovo ne preklapaju sa ostatkom mog života. Izadem iz kuće, na sat–dva zaronim u tu igru, stignem na posao gde je – još jedan svet, još jedan život. Kada se završi radni dan, provedem još sat, dva, ponekad i tri, krstareći automobilom, približavajući se kući. Mogao bih da to ne radim. Ali, tada bih izgubio ne samo određenu sumu novca, koju bih morao da nadoknadim od plate, već i neki dodatni interes u svom životu.

I tako sam se jednog predivnog dana upoznao sa Transurfingom. I pojavila mi se sledeća misao: to moje kretanje od kuće do posla može da se zamisli kao neki model „Transurfinga“. To je kao mali život: s početkom, krajem, putem, uspesima i neuspesima, slučajnostima i zakonitostima, mogućim tragedijama (saobraćajne nezgode), nadom u prijatne susrete (na primer, Prelepa Neznanka koja ulazi u moj auto), zlobnim neprijateljima (policajci s radarima, skriveni u žbunju) itd.

I ono što je najvažnije – ceo tok ovog procesa potpuno zavisi samo od MOG IZBORA. Od toga koju ću maršrutu izabrati. Od toga, hoću li na brod primiti tog

grlatog neobrijanog muškarca koji se oseća na alkohol i loše opran veš. Od toga, da li ću kroz raskrnicu proći na žuto svetlo ili poslušno stati ispred stop linije. I tako dalje. Ako malo razmislimo, rezultat ove kratke vožnje zaista POTPUNO zavisi od MOG IZBORA. U svemu. Sve što se dešava na mom putu zavisi od izbora koji sam pre toga napravio!

Usput, šta je REZULTAT u datom slučaju? Pa naravno, pre svega, čisto je brojčani – koliko sam novca uspeo da zaradim. Ali to nije sve. Postoji još jedan aspekt, a to je stanje u kojem dolazim na posao i kući. To može biti ili neki neprijatan, težak osećaj, ili obrnuto, optimistično i dobro raspoloženje zbog uspešne i prijatne vožnje, zbog komunikacije s prijatnim ljudima.

Kada sam shvatio da se tok ovih putovanja potpuno uklapa u principe koje treba da sledi Transurfer, odlučio sam da pokušam da se pridržavam sledećeg:

- Da smanjim na nulu važnost finansijskog ishoda putovanja. Ako zaradim nešto – sjajno. Ako ne – nek ide sve dođavola, sutra će biti bolje;
- Da se nikada ne borim za klijenta, ne pokušavam da nekoga prestignem, ne cenjkam se i da nikad ne primam u auto ljude koji su mi na neki način neprijatni;
- Prilikom izbora maršrute, da se što manje oslanjam na „računicu”, već u potpunosti na neke unutrašnje impulse: idem tamo gde želim, gde me vuče, na kojoj maršruti se moja duša oseća prijatnije;
- Da u saobraćaju, po pravilu – uvek ustupam pravo prvenstva, izbegavam besmislena takmičenja;
- Možda najvažnije – da NIKAD NI ZBOG ČEGA ne žalim, ne uzrujavam se čak ni u situacijama kada me drsko lažu i prevare.

Na primer, vozim se desnom trakom duž bulevara Maršala Žukova i primetim devojkicu u beloj jakni, i već se unapred radujem – moja je! I u isto vreme mi se iz susedne trake približava rđava „kopejka” i seče mi put, zbog čega moram naglo da zakočim, i uspešno odnosi MOJU devojkicu. Ranije bih ružno opsovao u sebi (ili čak glasno) vlasnika „kopejke”, bez ikakvog razloga kao i devojkicu, i (najvažnije!) – sebe, zbog toga što sam podbacio. Sada se trudim da se i u takvoj situaciji osmehujem: Pa, kad si budala... Dočekaćeš svoju priliku, golupčiću... Zar je devojkica samo jedna? Naći ćemo drugu, bolju!

Ovo zaista 100% funkcioniše. Ranije, ako je putovanje počinjalo nekim razočaranjem, u sebi sam se uzrujavao i po pravilu sve bi nastavljalo da ide loše. Sada, kada mi je svejedno (ili skoro svejedno), neuspešan (po starim pojmovima) početak putovanja NIKAKO ne utiče na njegov dalji tok.

I evo konkretnog pitanja: da li sam zbog toga počeo više da zarađujem? Odgovoriću iskreno – ne znam! Možda jesam. A možda i nisam, jednostavno nisam vodio nikakve računice. U svakom slučaju, nije se desio nikakav „skok” u zaradi. Ali sam primetio jasnu promenu u nečem drugom. Na putu mi se sada pojavljuju neki sasvim drugačiji ljudi! Nestale su grube pijane grupe, posle kojih sam morao dobro da provetavam automobil, oholi „buržui” koji bi odmah počinjali da me uče kako treba da vozim, čak su i „lica kavkaskog porekla” (protiv kojih, u suštini, nemam ništa) postala manje česta. Ali zato je više simpatičnih zaljubljenih parova, pričljivih žena u četrdesetim godinama, muškaraca – ljubitelja klasičnog roka i fudbala (kao što sam ja). Kao da je smanjenje unutrašnje napetosti uticalo na moj sloj sveta, bojeći ga u svetlije i lepše tonove.

Rezime

- Ljudi trče okolo kao navijeni. Nikad nemaju vremena, sve odlažu za kasnije, ali na kraju ništa ne urade. Vreme je da prekinemo odlaganje života za kasnije i počnemo da živimo sada.
- Metodično bavljenje ciljnim slajdom će ojačati vašu volju, poput hidraulične pumpe, iako kap po kap ali redovno i s namerom.



Beleške na marginama

Misli nisu u glavi. One se nalaze u prostanstvu varijanti. Kada se bavite vizualizacijom, vi praktično uzimate iz njega potrebnu filmsku traku i puštate je da se vrti. Ako to činite dovoljno dugo, film se materijalizuje u stvarnosti. Takav je princip „izvlačenja” iz prostanstva varijanti one stvarnosti koja vam je potrebna.

BESKONAČNI ODRAZI

Nastavljamo s temeljnim proučavanjem određenih kompleksnih pitanja Transurfinga. Sudeći po pismima, mnogo praznina ostaje kada je reč o tehnici slajdova.

Stvar je u tome što već potpuno sigurno znam šta želim. Želim da živim za sebe, imam sopstvenu kuću, da putujem, bavim se samousavršavanjem, učim strane jezike i sl. Ne želim da imam svoj (čak ni omiljeni) posao. Tj. izvor za postizanje cilja treba da bude nasledstvo ili druge investicije. Da li postupam ispravno što radim samo sa ciljnim slajdom, u kome virtuelno živim u svojoj kući, povremeno vozim svoj automobil? Ili treba da kreiram slajd u kome potpisujem dokumente za dobijanje nasledstva?

Slajd treba da prikazuje sliku dostignutog cilja, tj. svoju kuću, putovanja itd. Potpisivanje dokumenata za dobijanje nasledstva nije cilj već sredstvo. Nema potrebe programirati sredstvo za dostizanje cilja ako o tome nemate pouzdane informacije. Način na koji će cilj biti postignut nije vaša briga. Zadatak uma je da se fokusira na ciljni slajd, inače će se proces samo usporavati. Ako uporno budete držali pažnju na slici gde već uživate u svim blagodetima, u određenom trenutku će se otvoriti odgovarajuća vrata, tj. put koji vodi ka cilju. Kakva će ta vrata biti, nije poznato. Ali otvoriće se samo ako u ovoj fazi dozvolite sebi da ne znate i ne razmišljate o tome. Jednostavno uživajte u posmatranju ciljnog slajda. Kada se vrata otvore, duša i razum moraju da se slože da je to odgovarajuće sredstvo. Kada se postigne saglasnost, sve će se poklopiti.

Tokom celog svog svesnog života, imala sam osećaj da udaram glavom u nevidljivi zid. S druge strane, uvek me je progonio osećaj, čak i spoznaja, da se iza tog zida nalazi neverovatna, predivna beskonačnost u kojoj je sve moguće. Bol i tuga vodili su me od jedne ka drugoj knjizi. Sa svakom novom knjigom bih se prvo divila novom načinu doživljaja sveta, a zatim bi me obuzimala tuga jer se sve vraća na staro. Bol ostaje. Život se ne menja.

Vašim knjigama sam kao i ranije, neopisivo oduševljena. Malo se brinem, naravno, da će, kao i u prethodnim slučajevima, proći. Ali u mom carstvu su te

strepnije dozvoljene.

Nailazim na poteškoće u praktikovanju tehnike slajdova. Kakav treba da bude slajd, kako ga sastaviti?

Život se ne menja upravo zato što netremice i opčinjeno gledate u filmsko platno i hranite se samo oduševljenjem koje proizilazi iz toga koliko čudesne mogu da budu slike koje vam se prikazuju. Čitajući tuđe knjige, vi gledate tuđe slajdove. Naravno, to ništa ne može da promeni.

Film, televizija, ostala sredstva masovnih informacija, pa čak i knjige – sve je to svet iluzija, genijalan izum Matriksa, stvoreni sa ciljem da blokiraju čovekovu sposobnost da oblikuje svoju realnost. Nije bitno čime se dete igra, samo da njegovo stvaralaštvo ne remeti utvrđeni proces kretanja sistema. Sistem se kreće tamo gde je njemu potrebno. A gde treba da idete vi?

Niko drugi neće sastaviti vaš slajd umesto vas. Morate konačno prestati da se divite tuđem filmu i počnete da stvarate sopstveni. Pravilo igre je veoma jednostavno: *kakva traka se vrti u vašoj glavi, takav film ćete gledati u svojoj stvarnosti.*

Zamislite to ne kao proces koji treba slediti „po instrukciji”, već kao nešto što se dešava prirodno. Baš onako kako se dešava, jer vizualizacija je isključivo individualna i kod svih se odvija na različite načine. Ovde nema strogih uputstava. Glavni uslov je: sada vi morate da igrate ulogu i to na način koji vam donosi zadovoljstvo.

Radim sa ciljnim slajdom, ali nikako ne mogu da isključim mozak. Odmah mi se u glavi javlja gomila problema. Čak i na praznom mestu (šta će drugi pomisliti, kako to izgleda sa strane, to je nemoguće, kako ću, itd., itd.). Naizgled mi je sve jasno – to su klatna, moram ih ignorisati, ali ne uspevam, misli se vrte kao navijene. Kada popijem, isključi se glava, ali ne želim da pijem, a ne vidim drugog načina.

Nema potrebe da blokirate svoj „filmski projektor”. Naprotiv, to je vrlo zahtevan i potpuno besmislen posao u okviru tehnika Transurfinga. Stvar nije u tome da utišate svoj „projektor”, već da tamo ubacite odgovarajuću filmsku traku. Ako se vaš projektor zaustavi, svest će odleteti odmah u drugi film, koji, opet, nije vaš, već tuđ (nije poznato čiji). Prateće misli će se javljati, to je neizbežno, tako je uređen naš um. Najvažnije je da *osnovni vektor vaših misli ukazuje na cilj*. Možete da imate sumnje, strahove, pa

čak i da vas obuzme očaj, ali se iznova i iznova vraćajte ciljnom slajdu, bez obzira na sve.

Moja kompanija razvija i proizvodi odeću za omladinu koja se prodaje u prodavnicama naših klijenata, kojima dajemo robu. Želim da poboljšam prodaju putem vizualizacije. Susreo sam se sa dilemom: treba li vizualizovati da svaki kupac ulazi u svaku od tih prodavnica i kupuje našu odeću? Ali prodavnica je mnogo i roba je raznolika.

U ovom slučaju nije nužno „videti” kako se roba dobro prodaje. Dovoljno je samo da sa sigurnošću deklarišete svoj mentalni obrazac. Na primer, možete da koristite tehniku „Generator namere” (tehnika je opisana u knjizi „Apokrifni Transurfing”) bez vizualizacije, samo s mentalnim oblikom, kao deklaracijom vaše namere. Deklaracijom svoje namere, u ogledalo sveta šaljete sliku koja će se pre ili kasnije manifestovati u odrazu. Najvažnije je da to radite redovno. Ne zaboravite da ogledalo reaguje sa zadržkom.

Suprug i ja smo razgovarali o snovima koje svako od nas ima i otkrili smo da se oni skoro podudaraju. Oboje sanjamo da imamo svoju kuću na obali mora koja će biti naša rezidencija, o „poršeu”, jahti i putovanjima po svetu. Ali vi nigde ne pominjete da san može biti zajednički za dvoje. Otud i pitanja u vezi sa vizualizacijom. Čak i ako bismo jedno drugom opisali kuću, ambijent, dvorište, jahtu i ostalo, ipak ih mentalno zamišljamo na različite načine. Da li će to usporavati ostvarenje sna i prebacivanje na linije života koje želimo? Možda bi samo jedno od nas trebalo da se bavi vizualizacijom? Ili svako treba da je radi, to neće smetati? Jer, naša vizualizacija se bazira na jednom snu. Suprug je poželeo jahtu, a u mom snu je nije bilo. Racionalno sam se s tim složila, ali u duši još ne mogu da prihvatim. Čini mi se da je to veoma skupo (iako je paradoksalno, logično je da kupovina zemljišta i kuće koštaju mnogo više).

Vizualizacijom možete i treba da se bavite zajedno. U svoj slajd ubacite samo svoje atribute. Na primer, ako vas lično ne privlači jahta, ne treba sebe da prisiljavate. Bolje je da na početku izostavite geografska ograničenja. Neka vas ne brine to što ste „preterano ambiciozni”. Najvažnije je da to ulazi u zonu komfora. Iako, kako je

poznato, zona komfora može da se proširi pomoću slajdova. Ne razmišljajte o tome kako i kada će cilj biti postignut. Radite sa slajdom i čekajte. Možda će vam biti potrebno više od jedne godine. Pa šta onda? Sektor prostranstva varijanti u kome živite u raskošnoj vili je prilično udaljen od tekuće realnosti. Potrebno je vreme da se vaša stvarnost premesti u taj sektor. Zato, budite strpljivi i redovno praktikujte tehniku slajdova. Ako ne odustanete od svog cilja, vi ćete ga dostići.

Kažete da ne treba vizualizovati konkretnu osobu kao svog partnera. Ali ako smo već par, da li je onda dozvoljeno vizualizovati kako nam je lepo zajedno i da je naš odnos još bolji?

Pitanje nije da li je moguće ili ne, već da li ima smisla. Ako ste već par, vreme je da prestanete da vizualizujete, već se posvetite pravoj ljubavi. Ljubav dolazi jednom i dolazi sama. Ali kada se pojavi, treba je negovati i održavati kao vatru u ognjištu. Međuljudski odnosi se mogu graditi u skladu s principima Frejlinga, slajdovi sa ovim nemaju ništa. To je konkretan posao, a ne samo veselo provođenje vremena. Ali to nije tako teško. Glavni princip je da pravilno usmeravate vektor pažnje i namere: ne da uzimate, već da dajete. Budući da stojite pred ogledalom, samo treba da napravite prvi korak da bi vam slika krenula u susret. Čim ste odustali od namere da dobijete i zamenili je namerom da date, dobićete ono od čega ste odustali. Sve je zaista jednostavno, ali ako se ne posvetite ovom zadatku, ljubav će se uskoro ugasiti.

Da li se suvišni potencijal stvara ako prilikom vizualizacije zamišljam da već posedujem ono što želim i da se pri tom toliko radujem, da mi čak ponekad i suze navru? Zato što se tako ponašam i u životu, ako se nečemu veoma radujem, mogu čak i da zaplačem od sreće i zahvalnosti. Ili je i to suvišni potencijal?

Radujte se koliko god želite, to neće naškoditi. Bitno je da se vizualizacija sistematski i ciljano praktikuje. Tada će i euforija splasnuti, a rezultati će stići.

Volim da gledam filmove žanra „misterija, horor, akcioni“. Međutim, tokom gledanja takvih filmova, čovek se uživljava u ulogu glavnog junaka i čak se donekle identifikuje s njim. Da li to znači da se misli gledaoca, koji redovno gleda takve filmove ili čita slične knjige, odašilju u negativne sektore prostranstva

varijanti i mogu da se ostvare?

Odgovor je potvrđan. Ako odbacite ulogu aktivnog kreatora i potpuno uronite u ulogu pasivnog posmatrača, potrošača spoljašnjih informacija (kako to većina čini), nestaje vaša sposobnost da stvarate svoju stvarnost. Tada, na primer, ako vam u ušima, očima i mislima neprestano odzvanja „Vladimirski centralni zatvor” (zatvor u ruskom gradu Vladimir za izuzetno opasne kriminalce - *prim. prev.*), tamo ćete se i naći. Ono na čemu se vaša pažnja fokusira neizbežno će se, u istom ili drugačijem obliku, pojaviti u vašem životu.

Želim da se u budućnosti bavim kinematografijom, tačnije, režijom. Trenutno ne vidim mogućnosti da započnem put ka svom cilju, ali zbog toga ne brinem, već prepuštam to spoljašnjoj nameri. Ali za to je potrebno okretati slajd konačnog cilja. Tu se susrećem sa poteškoćama.

Zamislite sve ono što je povezano sa budućim poslom. Ne razmišljajte o tome šta je ispravno, a šta nije – jednostavno uživajte u vašoj virtuelnoj realnosti. Kad vrata počnu da se otvaraju, sami ćete videti šta i kako dalje činiti.

Već u tinejdžerskom dobu, budio sam se u snu, odnosno shvatao da sanjam. Svaki put kada bih upao u san, obično bih prvo proveravao: da li je to san? Učinio bih nešto nesvakidašnje ili nešto što ne umem da uradim u stvarnosti – i, ako bih uspeo, onda bih nastavljao!

U srećnim fazama života činilo mi se da je moj svet san, a da sam ja gospodar u njemu. Snagom misli sam rušio zgrade, leteo kao Supermen brzinom rakete, prolazio kroz zidove, u suštini, uživao koliko god sam mogao. A sve je bilo lako, jer mi je u glavi bio usađen stereotip da je san – moj svet, i da u njemu mogu da stvaram šta god poželim.

Ali pitanje je u nečem drugom. U vašim knjigama postoji ideja da ako razmišljam o lošem – loše se događa. Ali iz nekog razloga, ja imam talenat: što je slika živopisnija i što stvarnije zamislim neki budući događaj, to je manja verovatnoća da će se ostvariti.

Svesno ne mogu sebe da prisilim na crtanje živopisnih slika mogućih događaja.

U teoriji, ostvariće se najživopisniji slajdovi. Ali u stvarnosti se iz nekog razloga ostvaruju samo najbleđi.

U mom večnom kopanju i traganju za raznim istinama o uređenju Univerzuma, sve više dolazim na ideju da ne postoje nikakve ideje. Postoji samo, kako vi to nazivate, jedinstvo duše i razuma. A ideje su deo materijalnog sveta, i mi ih sami stvaramo.

Ono što je istina, istina je. Kako je naš svet zaista uređen niko ne zna i verovatno neće ni saznati, jer slika sveta nije statična niti „jednoznačna”, već beskrajno raznolika u svojim manifestacijama, poput beskonačnog niza odraza između dva ogledala postavljenih jedno nasuprot drugom. Da li ste pokušali da priđete jednom ogledalu s drugim ogledalom u rukama? Ono što ćete tamo videti i jeste najadekvatniji model našeg sveta – beskonačni niz odraza u ogledalu. Mi smo sposobni da istražujemo i shvatimo samo pojedinačne – određene manifestacije mnogograne stvarnosti. U zavisnosti od koncepta (ogledala) kojim pristupate ogledalu sveta, takav ćete odraz i dobiti. Ako u temeljima vašeg ogledala leže principi materijalizma, dobićete odgovarajuću sliku sveta. Ako, pak, leže principi idealizma (bilo subjektivnog ili objektivnog – nebitno), svet se takođe neće protiviti i izgradiće sasvim logičan i neprotivrečan odraz.

Stoga smo prisiljeni da se zadovoljimo modelima koji bar u grubom približavanju objašnjavaju ko smo mi i u kakvom svetu živimo. Koliko god modela sveta uzeli, toliko će ih i biti. Važno je nešto drugo: šta se može postići pomoću određenog modela. Na primer, konstruisati atomsku bombu ili stvoriti humano društvo koje harmonično koegzistira sa biosferom planete; pasivno plutati nizvodno ili namerno upravljati svojom sudbinom.

Što se tiče pitanja o realizaciji ili nerealizaciji slajdova, u pismu postoje dve ključne rečenice: „...činilo mi se da je moj svet san, a da sam ja gospodar u njemu” i „ne mogu sebe svesno da prisilim da crtam živopisne slike”.

Slika slajda treba da počiva na platnu namera, a ne samo da visi u prostranstvu maštarenja. Kada ste u snu zamišljali sebe kao gospodara stvarnosti, namere i nisu bile potrebne, jer se osećaj „mogu sve” nalazio izvan područja verovanja ili neverovanja – to je bilo nešto prirodno, podrazumevano. Ono što se dušom i umom bezuslovno i podrazumevano prihvata – ogledalo odmah ostvaruje, bez greške. Međutim, razum je više zaokupljen kontemplacijom na iluziju ogledala, nego ostvarenjem svoje namere,

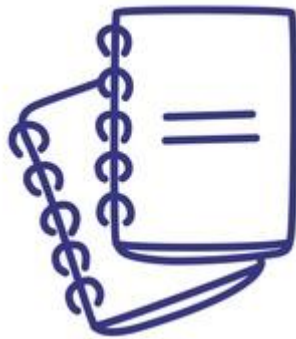
zbog čega mu malo toga uspeva.

Da bi uspelo, potrebno je upravljati svojim „filmskim projektorom” s namerom. Ako pak kvalitet slike ispadne loš, to znači da treba stalno opsedati tu tvrđavu, odnosno redovno vrteti svoj film.

Kvalitetni slajdovi su vam spontano nastajali, nesvesno, zbog čega su i visili u prostoru mašte i nisu imali dovoljnu snagu. S druge strane, mutne slike koje ste pokušavali namerno da crtate, vremenom su se ostvarivale. Zato vam savetujem da ne pridajete veliki značaj samoj tehnici vizualizacije. Ključ uspeha leži u kontinuiranom i usmerenom radu.

Rezime

- Slajd treba da sadrži sliku postignutog cilja, a ne scenario i sredstva kojima se cilj ostvaruje.
- Kakva filmska traka se vrti u vašoj glavi, takav film ćete i gledati u svojoj stvarnosti.
- Nema potrebe zaustavljati unutrašnji monolog. Najvažnije je da osnovni vektor vaših misli vodi ka cilju.
- U situacijama kad je teško stvoriti vizuelnu sliku, može se koristiti verbalni oblik mišljenja, uključujući tehniku „generator namere”.
- Međuljudski odnosi treba da se grade na principima Frejlinga i slajdovi ovde nisu potrebni.
- Ako vam stalno odzvanja „Vladimirski centralni zatvor”, tamo ćete se i naći.
- Slika slajda treba da počiva na platnu namera, a ne samo da visi u prostoru maštarija.
- Ako kvalitet slike nije zadovoljavajući, treba stalno opsedati tu tvrđavu, odnosno sistematski vrteti svoj film.



Beleške na marginama

Zaista, sva ova pitanja su jednostavna i očigledna, ali se detaljno zadržavamo na njima jer nam princip „vrteti svoj film” nije tako jasan kao što se na prvi pogled čini.

POKER FACE

Napisali ste da svakodnevno treba okretati slajd barem pola sata. Ta ideja se duboko urezala u moju svest. Ako pogledamo sa strane, jasno je da su ti „polučasovni“ periodi uslovni, isto kao i „pranje zuba“ ili „fizičko vežbanje“. Drugim rečima, nije toliko bitno ispravno i obavezno ih izvršavati, koliko je bitna sistematičnost, periodično podešavanje na frekvenciju cilja. Ali u praksi se sve pretvara u mali košmar.

Dešava se sledeće. Nekoliko dana ili celu nedelju svakodnevno vrtim slajd najmanje pola sata i sve ide sjajno. Ali onda jednog lepog dana, na primer, probudim se s mišlju da „treba“ odvojiti vreme za „okretanje“, i odmah se javlja prateći strah da slobodnog vremena možda i neću imati. Razum ne želi ništa da čuje: on stvara takav suvišni potencijal da svaka, čak i zamišljena pretnja redovnom radu sa slajdom izaziva strašnu nelagodnost, da mi se sve steže u grudima. Važnost cilja premašuje sve granice. Istog trenutka se setim vaših reči da vizualizacija ne sme da postane opterećujuća obaveza, i to me čini još zabrinutijom. Začarani krug. Bolje reći – ludnica!

Ponekad sebi treba priuštiti odmor, uzeti slobodan dan kada se uopšte ništa ne radi. U Kastanedinoj praksi se to naziva „nedelanje“. Kada svesno sebi dozvolite da ne radite ništa, nakupljena energija suvišnih potencijala takođe se raspršuje, baš kao i prilikom delovanja. Istovremeno, nameravanje predstojeće radnje se zateže poput strune. I kada se nakon pasivnosti ta struna pokrene, oslobađa se prethodno akumulirana sila.

Još jedan način. Da sistematski rad ne bio predstavljao teret, potrebno ga je pretvoriti u naviku, i zato će na prvoj etapi biti potreban neki početni napor volje. Zatim, kad to postane navika, prestaje i naprezanje.

Još bolje je stvoriti naviku da se slajd vrti u pozadinskom režimu dok obavljate svakodnevne obaveze. To je najefikasnije. Bez obzira na to šta radite, neprestano se vraćajte svojim mislima ka cilju, upoređujte sve dolazne informacije sa svojim stremljenjima. Drugim rečima, držite uvek filmsku traku cilja u svom projektoru, kontinuirano. Delujte svesno i ne brinite o ničemu.

Što se tiče vizualizacije, u poslednje vreme sam se malo zapetljao s njom, ili bolje rečeno – preforsirao. Da li treba trošiti vreme i napor na stvaranje potpune i jasne slike ili to raditi onako kako nam uspeva?

Ne treba siliti sebe, ovde je potrebna usredsređenost, a ne revnost. Usredsređenost i revnost su različite stvari. Bolje je prosto sebi priuštiti zadovoljstvo. Uvek nam je lakše da se fokusiramo na ono što nam prija.

Postavila sam sebi za cilj da imam svoj stan, jer živim u kolektivnom smeštaju. Na početku, kada sam zamišljala svoj novi prostor, u duši mi se javljala radost, imala sam potrebu da skačem, pevam i plešem. Međutim, tokom procesa, shvatila sam da to baš i nije cilj koji mi je potreban. Više bih volela seosku kuću izvan grada i razmišljanje o njoj mi pričinjava veće zadovoljstvo. Ali trenutno, prioritet mi je rešenje stambenog pitanja, i verovatno još uvek nisam spremna za globalne promene (izvan zone komfora).

U porudžbini treba odmah naručiti sve. To će proširiti zonu komfora i usmeriti vas na liniju života koja će vas na kraju odvesti do cilja na najkraći način. Naravno, ako je cilj dovoljno ambiciozan i složen, spoljašnja namera može u početku da donese skromnije rezultate. U tom slučaju, treba se radovati tim skromnim poklonima i znati da skupoceni darovi tek dolaze.

Da li slajd treba vrteti kao dugometražni film? Drugim rečima, kao kontinuirane događaje tokom određenog vremenskog perioda s mojim neposrednim učešćem? Ili je dovoljno neki kraći segment ponavljati mnogo puta?

Kako želite. U tehnici slajdova ne postoje stroga ograničenja, niti pravila. Možete i treba da radite onako kako smatrate potrebnim i kako vam najviše odgovara. Kada radite sve onako kako vam odgovara, onda radite dobro. Ključno je da vam to ne bude opterećenje, već izvor zadovoljstva i da svaki slajd ne bude tuđa slika na ekranu, već vaš virtualni život. Tada će vremenom postepeno preći u stvarnost. Vremenske okvire takođe nije potrebno postavljati. Može se reći da *svako treba da ima svoju tehniku slajdova*.

Imam prijateljicu koja poseduje neverovatno moćnu energiju. Sve što poželi, ostvaruje na najneverovatnije načine. Želi da mi pomogne na poslovnom planu. Prvo smo odlučile da treba da me vizualizuje u određenim okolnostima i s potrebnim ljudima, ali ona u tome nije uspela, nije uopšte videla razvoj mog biznisa. Ukratko, sve se završilo neuspehom. Kako je najbolje da se angažuje da bi mi pomogla?

Nikako. Na raspolaganju vam je samo vaš sloj sveta. Svaki čovek ima svoju stvarnost, čak i ako zajedno živi s drugim. Ne možete da vršite mentalni (metafizički) uticaj na tuđu stvarnost. Isto tako, drugi ljudi ne mogu da utiču na vašu. Jedino što je moguće zajednički stvarati je zajednička stvarnost koja se bazira na zajedničkim naporima, ali treba jasno razgraničiti ovlašćenja. Na primer, vaš biznis je isključivo vaš biznis i vaša prijateljica ne može da utiče na njega. Ali ako npr. imate za cilj da zajedno izgradite zajedničku kuću u kojoj ćete zajedno živeti – to je sasvim ostvarivo.

Studiram kinematografiju i s jednim prijateljem snimam kratkometražni film. Scenario se temelji na mojim iskustvima i delimično na mojoj životnoj priči. Jedino je kraj filma drugačiji od kraja moje priče, koji još nije nastupio. Osim toga, u tom filmu igram glavnu ulogu. Kada smo snimili prvu scenu, shvatili smo da scenario treba prepraviti. Danima vrtim varijante završetke priče. I svaki put kad smislim nešto zanimljivo, a zatim to zabeležim, moj život počinje da se kreće prema priči koju sam napisao. Čini mi se da ću uskoro poludeti.

Kao što vidite, ogledalo zaista radi po principu „*kakva traka se vrti u vašem filmskom projektoru, takav film gledate u stvarnosti*”. I ako ne samo što razmišljate o slajdu i zamišljate ga, već ga i zapisujete, efikasnost se primetno povećava. Zato i savetujem: ne budite lenji da zapisujete svoje mentalne obrasce – na taj način doslovno stvarate konfiguraciju svoje stvarnosti. Ujutru možete da postavljate ciljeve za postizanje određenih stvari, a uveče konstatujete svoje uspehe i napredak. I jedno i drugo će se sve čvršće „utiskivati” u vaš mentalni šablon, a samim tim i u stvarnost.

Što se tiče vizualizacije, može se reći da je koncept razumljiv, ali kako se izboriti sa sumnjama koje se neprestano uvlače u slajd?

Sa sumnjama se ne treba boriti. Kada se pojave, dozvolite im da se malo promeškolje u glavi, a zatim odlučno vraćajte svoju pažnju na cilj, kao da je već postignut. Vektor pažnje može s vremena na vreme da odluta, ali je najvažnije da mu prosečna vrednost čvrsto ukazuje na cilj. Što se tiče slajdova, potrebno je samo sistematski i predano raditi na njima. Na taj način, prolazne sumnje neće stvarati prepreku.

Svoj cilj formulišem ovako: nezavisan, obezbeđen, udoban život, bez potrebe za radom. Međutim, kako, prema Vašem mišljenju, može da izgleda ciljni slajd koji odražava stanje kao da je taj cilj već postignut? Osim, naravno, računa u banci. Nemojte pomisliti da Vam piše lenština koja samo leškari na kauču. Uspešan sam stručnjak i autor nekoliko knjiga. Međutim, ranije sam se strastveno bavio svojom strukom, a sada (kada sam ušao u četrdesete), sve je to počelo da me zamara.

Jednostavno, redovno vrtite u mislima praznik života onakav kakav ga zamišljate. Jer, to nisu samo računi u banci. Živite virtuelno u svom zamišljenom svetu. Ja to nazivam „ciljanim lebdenjem u oblacima”. Vremenom će se otvoriti vrata koja omogućavaju pristup toj radosti.

Ogledalo sveta je zaista nešto fenomenalno, što prosto oduzima dah. Ne morate da razbijate glavu na koji način će vam se mašta ostvariti – ogledalo će samo pokazati. Teškoća je samo u jednom: ne dopustiti da vas uvuče u iluziju ogledala. U stvarnosti, posebno na početku, dešavaće se nešto sasvim drugo od onoga što se vrti u vašem virtuelnom filmskom projektoru. I to izaziva sumnju, zabrinutost, paniku. Čovek je zbunjen i baca svoju filmsku traku i počinje sa užasom da posmatra događaje koji se odvijaju. To je upravo ta iluzija ogledala.

Međutim treba biti dosledan do kraja. Rekao bih, i lukav. Igrajte tu igru, Poker Face. Zastrajuju me, vuku me za nos, rugaju mi se, a ja održavam nepokolebljivost i mirno pratim svoju liniju. Ne posmatram izbezumljeno sav taj košmar koji se odvija na ekranu, već povremeno lukavo provirim i pratim prvenstveno koja se traka vrti u mom filmskom projektoru.

„No, he can't read my poker face”. Ne dozvolite da vas uvuku u igru koju vam nameću – stvarajte svoju. Slika u ogledalu će se u svakom slučaju pre ili kasnije uskladiti sa vašom filmskom trakom. Nema drugog izbora. Takva su pravila.

S jedne strane, namera mora da se deklariše u sadašnjem vreme-nu. Kao da sam već postao vlasnik cilja. Na primer – automobil. Lako mogu da zamislim da ga već imam. Da je parkiran ispod mog prozora. Zamišljam kako izlazim iz kuće, ulazim u njega, palim ga i vozim. Kupujem rezervne delove u prodavnici, zimske gume i ostalo... Ali kako to povezati sa činjenicom da automobila još uvek nema? Pa gde je onda? Moj um me neprestano muči tim pitanjem.

To je igra „verujem – ne verujem” sa ogledalom sveta. Ono se igra s vama i vrti vas kako ono hoće, koristeći to što je vaša pažnja lako zahvaćena serijom koja se vrti u vašem okruženju.

Evo što se događa: gledate u ogledalo, a ono vam prikazuje kako je svet oko vas neposlušan i neudoban, da je u njemu teško postići uspeh, da treba da se stalno obrćemo poput hrčka u točku, prilagođavamo se okolnostima, potčinjavamo im se i stalno budemo napeti – težimo nečemu, plašimo se nečega, sumnjamo u nešto (posebno u sebe), ukratko, trzamo se poput krpene lutke na koncu. Verujete li u tu iluziju? Naravno. Igra je jednostrana, sami ste apatično prihvatili ulogu pasivnog posmatrača u iluziji.

A sada kreirajte svoju iluziju za ogledalo. Naredite mu: *gledaj sad ovamo i radi kako ti ja kažem*. I ono će, zamislite, rado pristati. Ogledalo će vas gledati i razmišljati: „verujem – ne verujem”. Da li će vam poverovati ili ne, odmah ili kasnije, zavisi od toga koliko ćete ga iskreno obmanjivati. I naravno, od vaše upornosti u toj ulozi. Jer inače ćete opet baciti karte i tupavo zuriti u ekran, i ponovo će početi ista predstava – oni vam pokazuju trikove, a vi u njih verujete.

Dakle, kada odvojite svoj omađijani pogled od ogledala i usmerite pažnju na sebe, na tu filmsku traku koja se okreće u vašoj glavi, stvarnost će postepeno početi da se menja. To se neće dogoditi odmah, već naprotiv, na ekranu će se i dalje po inerciji vrteti stara serija i dešavati stvari koje uopšte nisu u skladu s vašim postavkama, sve do fatalnog pogoršanja situacije. Ali vi morate da se podsećate kakva se tu igra vodi i ko koga pokušava da prevari.

Ako ostanete nepokolebljivi na svom kursu, uskoro ćete videti kako iz vašeg sveta postepeno nestaju obeležja prošlosti i pojavljuju se znaci budućnosti – one budućnosti koju ste naslikali u svojoj neverovatnoj priči. To liči na zamenu scenografije na pozornici. Sve se odvija jedva primetno, kao da neka druga stvarnost iz paralelnog sveta prodire u stvarni svet. I što drskije budete lagali, to će vam prirodnije sve polaziti

za rukom. I ogledalo će vam, na kraju krajeva, potpuno poverovati i poslušno pratiti iluziju koju ste stvorili, kao što ste vi to ranije činili. Dakle, suština ove igre i sporazum je sledeći: *ko stvara iluzije, a ko ih samo posmatra*. Svoju ulogu sami birate.

Rezime

- Rad s ciljnim slajdom ne treba pretvarati u opterećujuću obavezu.
- Da kontinuiran rad ne bi bio naporan, potrebno ga je pretvoriti u naviku.
- Odlučujući značaj u slajdovima ima usredsređenost, a ne revnost.
- U tehnici slajdova nema strogih ograničenja i pravila. Možete i treba da radite onako kako smatrate potrebnim i kako vam je udo-bno.
- Na raspolaganju vam je samo vaš sloj sveta. Nemate sposobnost da mentalno utičete na tuđu stvarnost.
- Ako ne budete samo razmišljali o slajdu i zamišljali ga, već i zapisivali, efikasnost će se značajno povećati.
- Sa slajdovima treba redovno i predano raditi i tada prolazne sumnje neće stvarati prepreku.
- S namerom vrtite u mislima praznik života onakav kakav ga zamišljate. Virtuelno živite u svom izmišljenom svetu. Svesno „lebdite u oblacima”.
- Ne dozvolite da vas uvuku u igru koju vam nameću – kreirajte svoju.
- Igrajte se sa svetom „verujem – ne verujem”. Kreirajte svoju iluziju za ogledalo. Recite mu: sada gledaj ovamo i radi kako ti ja kažem.



Beleške na marginama

Ako tvrdoglavo i neumoljivo budete u mislima vrteli svoj film, stvarnost će se pre ili i kasnije uskladiti s njim. Stvarnost jednostavno nema gde – takva je njena priroda. Ne zavisite samo vi od stvarnosti, već i ona zavisi od vas. Postavlja se pitanje ko upravlja inicijativom.

***II DEO* TEHNOSFERA**

ZAROBLJAVANJE PAŽNJE

Nedavno sam sa iznenađenjem primetio da se dešava nešto čudno. Čitaoci mi u pismima konstantno postavljaju pitanja o onome što je već detaljno opisano u knjigama. Doslovno je situacija sledeća: u knjizi se objavi određeno pitanje čitaoca, i odmah se navede i moj direktan i jasan odgovor na njega. Međutim, osoba koja je pročitala tu knjigu piše mi pismo u kome postavlja isto to pitanje, gotovo doslovno isto.

Ranije tome nisam pridavao veliku pažnju, pripisujući sve običnoj nepažnji. Međutim, u poslednje vreme se ovo ponavlja sve češće, što ukazuje da to više nisu pojedinačni i izolovani slučajevi, već neka vrsta zakonitosti.

Imam osećaj da je značajan deo pažnje čoveka koji čita knjigu zarobljen od strane nekoga ili nečega. To je kao sa energijom – ako je čovek bolestan, veći deo njegove energije je angažovan i usmeren na borbu protiv bolesti. Ili kada čovek preuzme na sebe pretežak teret obaveza, tada će veći deo njegove slobodne energije biti blokiran, rezervisan za te obaveze.

U prvim knjigama sam na neki način opisivao zarobljavanje pažnje klatnom, kada čovek, iznerviran, zabrinut ili preplašen, kao da zapadne u stanje paralize, kao u san, i potpuno potone u svoj problem, gubeći sposobnost da vidi i shvati šta se dešava u njegovoj stvarnosti. Ali tada to nisam opisivao kao masovni fenomen. Sada se, međutim, jasno vidi masovna zakonitost. Ovaj fenomen smatram zabrinjavajućim znakom, jer doslovno, *do pre dve do tri godine nije bio ta-ko jasno izražen*. Zbog toga ću se u budućnosti vraćati na analizu ovog fenomena.

Na primer, „Transurfing Centar” (tsurf.ru) je jednom prilikom objavio informaciju o besplatnom vebinaru za koji se prijavio neočekivano veliki broj ljudi. Međutim, na vebinaru se pojavio podjednako neočekivano mali broj. Zainteresovalo me je da saznam sa čim je ovo povezano (zašto su se onda prijavili?), i Centar je sproveo anketu s pitanjem zašto ljudi nisu prisustvovali. Razlozi su se ispostavili banalnim: nisu se vremenski uklopili, nisu stigli, zaboravili su, pomešali su vremenske zone, došli su na vebinar u pogrešno vreme ili previše rano i kasnije nisu ponovo pokušali da se uloguju, naveli su pogrešne email adrese pa nisu ni dobili poziv i tako dalje.

Ovo ukazuje na to da ljudi u ogromnoj većini spavaju, odnosno doslovno dejstvuju kao u snu – ne upravljaju sami svojim životom, *već im se život dešava*. Naravno, nije teško pretpostaviti da bi se sigurno pojavili da su platili za taj događaj. Ali, da li samo novac može da pobudi pažnju? Kad je takva statistika među Transurferima, šta je sa ostalima? Čini mi se da se ovaj efekat „usnulosti” sada sve više pojačava i rasprostire. Još pre nekoliko godina ljudi nisu bili tako uspavani.

Čak i u biznisu, gde za dostizanje uspeha svesnost mora da bude na najvišem nivou, često se primećuje fokusiranost na šablone i stereotipe. Na primer, nedavno mi je od jednog servisa za komercijalno slanje newslettera stigla ponuda za saradnju. Cilj je bio da se baza mojih čitalaca sa Subscribe.ru prenese na taj novi servis. Međutim, kada su saznali da oni, kao pošiljaoci, nemaju pristup bazi adresa na Subscribe.ru (niti bih ja to samoinicijativno učinio, bez znanja potpisnika), predložili su mi da im platim za svoje članke koje će oni dalje slati. Takav pristup me je zbunio, budući da Transurfing privlači ljude, a samim tim omogućava uvećanje baze pretplatnika servisa, što im je samo po sebi mnogo isplativije nego zarađivanje na samom na autoru.

Ali stvar nije čak ni u tome. Nakon što sam odbio da sarađujem pod uslovima plaćanja, saopštili su mi sledeće: „Objavićemo vaše članke besplatno pod uslovom da se u njima ne pominju vaši proizvodi.” Shvatate li kako funkcioniše genijalna poslovna logika biznismena? Ispostavlja se da se filozofija Transurfinga može jednostavno staviti u istu vitrinu s kobasicama ili patikama. Drugim rečima, u svojim člancima mogu da razglabam o čemu god bilo, ali o Transurfingu – nikako – jer to je roba!

Očigledno, pažnja je zarobljena sveproždirućom strašću: umesto namere da se napravi prvi korak pred ogledalom da bi odraz krenuo u susret, prisutna je želja da se taj odraz uhvati i nasilno privuče sebi. Psihologija, koja se nije previše udaljila od dečjeg „Daj mi!”. I istovremeno grčeviti strah od toga da se, ne daj Bože, nekome ne učini besplatna reklama. Pažnja je zarobljena i zato nije u stanju da ulovi smisao principa „odrecite se namere da dobijete, zamenite je namerom da date i dobićete ono čega ste se odrekli”.

Ja sam, na primer, potpuno slobodan po tom pitanju i neću loše spavati noću zbog toga što je neko zaradio na mojim preporukama. Neka mu je sa srećom! Ako nešto preporučujem, to ne radim s ciljem da nekoga promovišem, već da olakšam drugima pronalaženje pouzdanih resursa kojima se može verovati. I zato ne shvatam zašto su svi oko mene toliko zabrinuti i oprezni kada je u pitanju besplatna reklama.

Još jedan jednostavan primer efekta zarobljene pažnje. Kada neko društvo ide na izlet u prirodu, šta se prvo radi? Otvaraju se širom vrata automobila i radio se odvrće do daske. Čudno, zar ne? Umesto da se odmore od gradske buke i slušaju tišinu šume i cvrkut ptica, uključuje se isto to zatupljivanje mozga. Možda nismo svi zaljubljenici u muziku i najnovije vesti?

Uporedite savremenog čoveka i onog koji je živeo pre hiljadu godina, kada nisu postojale novine, bioskop, radio, televizija, internet i mobilni telefoni. To su potpuno različiti ljudi! Osnovna razlika čak nije ni u njihovom intelektualnom nivou, stepenu civilizovanosti ili obrazovanju. Stvar je u tome što je *savremeni čovek zavisnik od informacione igle* – on više nije sposoban da funkcioniše bez spoljašnjeg toka informacija. Taj tok, koji je kreirao sistem, i stvara efekat zarobljavanja pažnje.

Možda vam se čini da ste potpuno usredsređeni na ono čime se bavite u datom trenutku, ali je zapravo *aktivan samo mali deo vaše pažnje*. Veliki deo je nevidljivim nitima povezan sa informacionom mrežom Sistema, koji je *rezervisan* za spoljašnji upravljački tok, kao sef za depozit u banci.

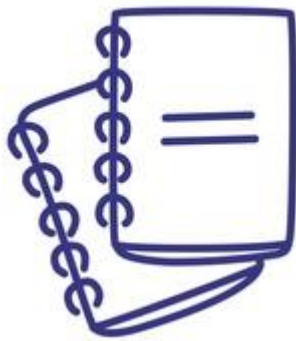
Tu je još jedan, podjednako značajan deo pažnje koji je blokiran i nalazi se u stanju hibernacije. Blokadu indukuje *sintetička hrana*, kao i svaki drugi proizvod koji izaziva izmenjeno stanje svesti, u većoj ili manjoj meri.

Dakle, u savremenoj stvarnosti se odvijaju dva paralelna procesa: *zarobljavanje i blokiranje* pažnje. Ovi procesi su neodvojivi deo složenijeg mehanizma razvoja Sistema – Matriksa.

Rezime

- Većina ljudi spava, doslovno deluju kao u snu – ne upravljaju sami svojim životom, već im se život dešava.
- Umesto namere da načine prvi korak pred ogledalom, da bi im odraz krenuo u susret, ljudi pokušavaju da uhvate taj odraz i silom ga privuku sebi.
- Savremeni čovek je zavisnik od informacione igle – on više nije sposoban da funkcioniše bez spoljašnjeg toka informacija.
- Tok informacija, koji je stvorio sistem, generiše efekat zarobljavanja pažnje.
- Aktivan je samo mali deo pažnje. Veliki deo je rezervisan za spoljašnji upravljački tok, poput sefa za depozit u banci.

- Još jedan, podjednako značajan deo pažnje je blokiran i nalazi se u stanju hibernacije. Blokadu indukuje sintetička hrana.



Beleške na marginama

Fenomen zarobljavanja pažnje, koji se primećuje poslednjih godina, predstavlja prvi simptom i znak da sistem, kao tumor, počinje aktivno da se širi. Za čoveka ovo ne prolazi neopaženo, njegove sposobnosti se blokiraju, a potencijali naglo smanjuju. Počeli smo sa diskusijom o osnovama Transurfinga i teškim pitanjima, a sada se okrećemo ka onome što uzrokuje ove teškoće.

TEHNOGENA SVEST

Istovremeno sa razvojem tehnike i tehnologije, neophodno je da se formira i odgovarajuća tehnogena svest – svest kiborga, ako želite. Prvo ne može da postoji bez drugog – sve je međusobno povezano. Ako se hranite sintetikom – postajete kiborg, postajete kiborg – hranite se sintetikom. Za čoveka sve ovo znači samo jedno – on se pretvara u ćeliju Matriksa. I to uopšte nije fantastika.

Zašto se o ovome nigde ne govori jasno i otvoreno? I to je zakonomerno. Prvo, takve informacije nisu od koristi sistemu, a kao drugo – svest ljudi je već u priličnoj meri blokirana, a pažnja zarobljena – stalno se odvlači ka sporednim i nebitnim stvarima.

Šta može da se suprotstavi ovim procesima? Mnogi ljudi koji su na putu duhovnog traganja, okreću se drevnim ezoteričnim učenjima i praksama. To može da bude podrška u nekim aspektima, ali ne tre-ba gajiti prevelika očekivanja od praksi koje su stare hiljadama godi-na, kada su ljudi bili potpuno drugačiji i živeli u sasvim drugačijim uslovima.

Takođe, svoju svesnost možemo da podignemo na viši nivo i men-talnim putem, stalnim posmatranjem sebe, svojih misli i dela, kao i stvarnosti koja nas okružuje. Međutim, stalno samousavršavanje i održavanje stanja visoke pripravnosti je prilično teško; za to je potrebna disciplina Ratnika i značajna snaga volje. To nije dato svakome i veoma mali broj ljudi će se baviti takvom praksom.

Imajući u vidu sve gorenavedeno, praksa konzumiranja prirodne i po mogućnosti žive hrane, izgleda kao najjednostavniji, najprirodniji i istovremeno najefikasniji način ishrane. To barem oslobađa *pažnju od blokade*. Svest zaista postaje bistrija i slobodnija, a da ne pominje-mo povećanje opšte vitalnosti, energije i zdravlja, što potvrđuju svi koji su to shvatili i isprobali. A za to je potrebno jako malo – samo shvatiti i probati.

Nedavno se u novostima pojavila informacija o devojčici koja pati od jednog oblika opsesivno–kompulzivnog poremećaja – primorana je da mnogo puta ponavlja iste, besmislene radnje, kao što je brojanje koraka ili zatvaranje vrata. To je krajnji stepen okupiranosti pažnje parazitima svesti. Lekari je očajnički kljukaju psihodelicima, ali to ne pomaže. Takvim „lečenjem” postići će samo jedno – devojčicu će pretvoriti u biljku. A zapravo joj vrlo jednostavno mogu pomoći – dovoljno je samo promeniti njen režim

ishrane – sveža prirodna biljna hrana i što više svežeg zeleniša. Paraziti svesti će sami otpasti, možda čak i neće biti potrebna pomoć psihoterapeuta, a da se ne pominju hemijske supstance. Ali ja ne mogu da pomognem, jer me neće poslušati. Lekari ne shvataju šta rade jer je njihova pažnja takođe zarobljena. Sve je to veoma tužno.

* * *

Fenomen zarobljavanja pažnje je ozbiljna pojava, ako ne i zastrašujuća. Sećate se kako su nas naučno–fantastični pisci plašili invazijom vanzemaljaca na Zemlju? Ali možda opasnost (kako to često biva) dolazi s potpuno druge, neočekivane strane?

Od davnina je poznato da ono što direktno ulazi u čoveka, oblikuje njegovo fizičko telo, svest, a time i individualnu stvarnost. Međutim, nakon hiljade godina, ovaj fundamentalni princip se pretvorio u toliko izlisan stereotip, da je prestao da privlači pažnju. Ljudi su na njega jednostavno zaboravili i krenuli u potragu za nekim novim, skrivenim tajnama za poboljšanje svog života.

Sećate li se bajke o Sindbadu Moreplovcu? Jednom su putnici stigli u zemlju gde su ih domaćini srdačno dočekali i počeli da ih hrane jako ukusnom hranom. Putnici su jeli danima, i postepeno su im se te-la pretvorila u gojaznu masu, a svest im se zamutila. Prestali su da objektivno procenjuju stvarnost. Kao što se ispostavilo, tovali su ih za klanje. Neumorno ponavljam: nema bajki i fantazija – sve to su aspekti naše stvarnosti koji su već postojali ili tek treba da budu ostvareni.

Slažete li se da je čudno što ogromna većina ljudi uopšte ne postavlja pitanje – šta jedu, kako i zašto – oni *prosto jedu, i to je to*. Njihova glavna briga je da bude ukusno, ili barem praktično.

Naravno, nivo svesti po ovom pitanju varira kod svakog pojedinačno. Na primer, zamislite staricu koja, iz čisto praktičnih razloga, ubacuje u sebe testenine, belo brašno, margarin, rafinisano ulje, šećer. Izvorno, same po sebi, ove namirnice nemaju baš nikakvu vrednost, a pripremljena jela od njih su hrana iscrpljenih, izmučenih, bolesnih ljudi, kakva i postaje većina već nakon četrdesete godine, pa čak i ranije. Ovo je najniži stepen svesnosti - čovek jednostavno jede *ono što je jestivo*. I skromna penzija sa ovim nema veze. Za isti taj novac može se kupiti mnogo više prirodnih proizvoda.

Kod mlade domaćice koja gleda „inovativne” emisije o zdravoj ishrani, stepen svesnosti je veći, ona već razmišlja o tome šta sama jede i čime hrani porodicu. Međutim, mnogo toga o čemu govori televizija i drugi veliki mediji na ovaj ili onaj način

predstavljaju interese krupnih proizvođača. A krupne proizvođače, jasno je, ne zanima zdravlje nacije, već nešto drugo. Iako se svaka reklama, naravno, odvija pod parolom „prirodne i zdrave hrane”.

Uzmimo za primer najčešće korišćenu namirnicu – belo brašno. Svest mlade domaćice još uvek ne doseže do tog nivoa da shvati da je belo brašno (kao i proizvodi od njega) čist sintetički proizvod – i kulinarstvo je dovedeno do apsurdna. Sve što je vredno u jednom zrnju nalazi se u klici i ljusci. Belo brašno najvišeg kvaliteta se dobija pročišćavanjem pšeničnog zrna od opne i klice. Na taj način, sve vredno se uklanja, a ostaje samo mrtav deo, koji se uglavnom sastoji od skroba. Taj beživotni deo zrna priroda je predvidela kao rezervoar masti za klicu. Hraniti se proizvodima od belog brašna najvišeg kvaliteta je isto što i kupiti skrob u prodavnici i jesti ga kašikom.

Osim toga, ljudi nisu upoznati sa činjenicom da je brašno veoma kvarljiv proizvod. Tokoferoli (vitamin E), vitamini grupe B i ostale korisne materije brzo oksidišu na vazduhu. Sveže mleveno brašno brzo gubi svoj trgovinski izgled, potrebnu konzistenciju, vlažnost i druge osobine koje omogućavaju njegovu upotrebu. Očigledno, to nije isplativo ni proizvođačima ni trgovcima. Da bi brašno pretvorili u industrijski proizvod, ono se podvrgava temeljnoj hemijskoj obradi. Ali u to je, ponavljam, malo ko upućen.

Još više od toga, proizvodi od sintetičkog brašna se proizvode na bazi termofilnih kvasaca. Takva praksa je postala široko rasprostranjena tek nedavno, za vreme Drugog svetskog rata. Jednostavno, manje ima posla s kvascem nego s prirodnim podizačem testa. Ubacite ga u testo i ono će odmah da naraste. Ali šta su zapravo kvasci? U suštini, to su veštački uzgojene gljivice, pri čemu je njihova otpornost uporediva sa otpornošću najopasnijih parazita – čak ih ni visoke temperature ne ubijaju, zbog čega i imaju naziv „termofilni”.

Zamislite sad kako se u vaš organizam naseljava tuđinac – gljiva koja počinje da preuređuje vaše unutrašnje okruženje u skladu sa svojim potrebama. Za sada je poznato samo da kvasci potiskuju simbiotsku mikrofloru (otud i neviđena popularnost raznih jogurta, opet, sintetičkih, koji navodno „obnavljaju” tu floru). O drugim degenerativnim promenama se može suditi samo u odnosu na broj smrtnih slučajeva od novih bolesti i prihodima farmaceutskih kompanija, jer se odgovarajuća istraživanja ne sprovode (otkrivanje istine je za mnoge vrlo neisplativo).

Šta da radi mlada domaćica u uslovima kada je sa svih strana okružena mrtvom

sintetikom?

Zamislite sada drugačiju sliku. U vašoj kuhinji se nalazi čudo koje se zove: električni mlin za žitarice. (Verovatno mnogi čak i ne slute da takvo čudo postoji na svetu.) Možete sami da sameljete zrno u svakom trenutku i odmah pripremite bilo šta od njega, od hleba do poslastica. I znaćete tačno da u vašim ukusnim zalogajima nema nikakve hemije i kvasca. I svi korisni sastojci će biti sačuvani. Videćete kakvo brašno treba da bude – ne belo kao skrob, već smeđe, s tačkicama dragocene ljuske i klica. To će biti pravo brašno, kakvo su naši pradedovi koristili, i kakvo nikada niste ni videli.

Zapravo, pripremiti prirodni kvasac i sam ispeći hleb je sasvim jednostavno – ništa teže od običnog kolača. Ako želite da dobijete i lekoviti proizvod, isto to zrno uopšte nije teško prvo proklijati, a zatim ga osušiti. Ekološku žitaricu možete bez problema (barem za sada) da nabavite u specijalizovanim prodavnicama zdrave hrane ili da je naručite preko interneta. Recepti su danas dostupni na internetu, a električni mlin za žitarice možete takođe tamo da pronađete. Mlin u vašoj kuhinji će vam postati ljubimac, kada vidite kakvo je to čudo i shvatite da vas izbavlja od nebrojene i nepresušne horde proizvođača sintetike. Ali za to je potrebno da se Svesnost mlade domaćice podigne bar za jedan stepenik naviše. Shvatate?

Rezime

- Hraniš se sintetikom – postaješ kiborg, postaješ kiborg – hraniš se sintetikom.
- Sistem neprestano odvlači pažnju ka sporednim i nebitnim stvarima.
- Ono što direktno ulazi u čoveka, oblikuje njegovo fizičko telo i svest, a time i individualnu stvarnost.
- Ogromna većina ljudi se uopšte ne zamara pitanjem – šta jedu, kako i zašto – oni jednostavno gutaju hranu bez razmišljanja.
- Ishrana prirodnom i po mogućnosti živom hranom najmanje što čini je da otklanja blokadu pažnje. Svest postaje jasnija i oslobođena, a da ne pominjemo opšti porast vitalnosti, energije i zdravlja.



Beleške na marginama

Pogledajte oko sebe: uspavani, nemoćni, bolesni ljudi, koji se hrane u supermarketima sistema, muče se u zdravstvenim ustanovama sistema, slepo robuju reklamama... Čovečanstvo je dostiglo takav nivo idiotizma da je počelo da uništava sebe ne samo kroz sredinu u kojoj živi, već i direktno – preko hrane. Takvu glupost je bilo veoma teško očekivati od bića koja nazivaju sebe razumnim.

ARTEFAKT NAMERE

Predlažem vam jednu moćnu i, uz to, drevnu tehniku koja je u današnjim uslovima zarobljenosti i blokade pažnje veoma korisna.

Potreban je neki atribut – mala igračka, suvenir, talisman, rukavica... – bilo koja stvarčica koja u vama izaziva prijatne osećaje. To može biti poklon od nekoga, predmet koji ste kupili ili napravili, ili nešto što ste slučajno pronašli i što vam je privuklo pažnju.

Tehnika se svodi na jednostavan „paganski” ritual koji se izvodi ujutru i uveče. Uzmete igračku u ruke i kažete joj: „Dobro jutro (laku noć), dobri moj. Volim te i brinem o tebi, a ti mi pomažeš da ostvarim želju.” Zatim izgovarate deklaraciju namere u vezi sa onim što želite da postignete. Na primer:

Moj svet me voli, moj svet brine o meni, upoznajem svoju srodnu dušu (ili moja srodna duša me pronalazi – kako vam više odgovara), nude mi odličan posao, briljantno realizujem svoj projekat, otvara mi se mogućnost da imam svoj krov nad glavom, pronalazim svoj cilj, moji poslovi idu uzlaznom putanjom, i tako dalje, sve ono što najviše želite.

Jedna igračka – jedna želja. Ako imate više želja, moraćete da imate više atributa i sa svakim od njih posebno „razgovarate”. Deklaracija mora biti formulirana jasno i konkretno, u potvrdnom obliku, u sadašnjem ili produženom vremenu, i ne kao molba ili molitva, već kao namera, bez ikakvih uslovljavanja i objašnjenja. Kada izgovarate deklaraciju, ne treba da želite, već da nameravate. Nameravate da uradite i radite. Nameravate da dobijete i dobijate. Ako je deklaracija pravilno formulisana, osetićete karakterističnu *samouverenost, znanja* da ćete ostvariti svoje ciljeve.

Uprkos spoljašnjoj jednostavnosti i nevinosti (ili čak naivnosti), igračka ima dublji smisao. Sada ću objasniti kako i zašto deluje. Mehanizam joj počiva na dve funkcije. Prva je, očigledno, *kukica namere*. U savremenoj stvarnosti, na čoveka jako veliki uticaj ima *efekat zarobljavanja pažnje*, zbog čega je sve teže i teže nameru zadržati na cilju. I sami možete da primetite koliko se mnogo namera stalno odlaže za kasnije, koliko se mnogo hitnih obaveza i ometajućih trenutaka pojavljuje a koji nas sprečavaju da za trenutak zastanemo i usredsredimo svoje misli na ciljeve.

Ovaj ritual koji uvrstite u svoj obavezni raspored deluje poput lasa koji vašu pažnju

fiksira na ono na čemu ona mora nužno i sistematski da se zaustavi, kako biste postigli željeni rezultat.

Druga funkcija je suptilnija, jer pripada sferi metafizičkog, neosvešćenog. Paralelno s fizičkim svetom, postoji isti takav objektivni, ali nevidljivi svet, naseljen suptilno materijalnim entitetima, jednako realnim kao vi i ja. Mi taj svet opažamo samo posredno, kroz paranormalne fenomene. Slično tome i entiteti suptilnog sveta opažaju našu prisutnost samo u obliku nekih odbljesaka, fantomskih projekcija iz druge dimenzije.

Zamislite da prilikom iskopavanja slojeva koji su stari milionima godina, otkrijete predmet koji je potpuno neobičan, čak vanzemaljskog porekla. Bukvalno vas paralizuje preplavljujuće strahopoštovanje, jer termin „iznenađenje” ovde nije prikladan – previše je nerearno ono što vidite. Takav predmet se naziva *artefakt*. U enciklopediji se definiše kao: „Proces, predmet, svojstvo predmeta ili procesa, pojava koja je u posmatranim uslovima nemoguća iz prirodnih razloga ili je malo verovatna. To je znak *namernog uplitanja* u posmatrani proces ili prisustva nekih nepoznatih faktora”.

Na isti način, *predmet obasjan namerom* se suptilnim entitetima prikazuje kao artefakt, izazivajući u njima ogromnu radoznalost. Svet drugih materijalnih objekata koji nas okružuje ostaje nevidljiv tim entitetima. Mi, po pravilu, ne pridajemo važnost stvarima, ne ulažemo u njih namere, već ih samo mehanički koristimo kao alatke, radne instrumente ili ukrase. Jedina univerzalna veza između naših svetova su *namera* i *ljubav*. Ako u materijalni objekat uložimo nameru, on se iz beživotnog komada materije pretvara u *predmet Sile* koji postaje vidljiv u suptilnom svetu. Za entitete se on pojavljuje kao *artefakt namere*, koji ima *obeležje ciljanog mešanja* iz neke paralelne stvarnosti. Ali ako se u njega dodatno ugradi i ljubav, artefakt će početi da sija i privlači entitete poput nektara za leptire.

To su samostalni entiteti (ne klatna), i svi su različiti, veliki i mali, razvijeni i manje razvijeni. Oni nemaju direktan pristup našem svetu, ali su jako zainteresovani za njega i ako im se pruži takva prilika, rado stupaju u kontakt. U knjigama sam već pisao o tome da možete da stvarate svoje entitete – fantome i da ih održavate u životu mentalnom energijom. Može se dogoditi i da uspete da privučete i pripitomite već zreo entitet koji će postati vaš *saveznik*. Artefakt namere, vaša igračka, predstavlja vezu, vrstu telefonske žice između vas i saveznika. U kojem će se obliku odvijati vaša „komunikacija” apsolutno nije važno – kakva god da postavite pravila, takva će i biti. Potrebna vam je samo relativno stalna, sistematska pažnja i energija ljubavi i namere

kojom ih hranite. Malo jutarnjeg i večernjeg rituala biće sasvim dovoljno.

Dakle, kada izvodite ritual sa svojom igračkom, na nju se spušta entitet poput leptira na cvet. On se greje u toplim zracima vaše ljubavi, a sa interesovanjem sluša vašu nameru. Zapravo, nije bitno da li entitet razume ono što želite da mu kažete. On samo sluša kao bajku ili pesmu, a zatim odleće i prenosi je svuda kao eho: „Moj svet me voli! Moj svet brine o meni! Moja mašto, uskoro ćemo se sresti!” Upravo je taj eho bitna dodatna podrška koja primetno jača vašu sopstvenu nameru.

Rezime

- Ako se u materijalni objekat utisne namera, on se iz beživotnog komada materije pretvara u predmet Sile koji u suptilnom svetu postaje vidljiv.
- Artefakt namere predstavlja sponu, vrstu telefonske žice, između vas i saveznika.
- Deklaracija treba da bude formulisana sažeto, jasno i konkretno, u afirmativnom obliku, u sadašnjem ili produženom vremenskom trajanju, i ne kao molba ili molitva, već kao namera, bez ikakvih uslovljavanja i objašnjenja.
- Ako je deklaracija ispravno formulisana, osetićete karakterističan osećaj samopouzdanja i znanja da ćete postići svoje ciljeve.
- Ovaj ritual fiksira pažnju na cilj.



Beleške na marginama

Moje knjige, a pogotovo ova – potpuno su samostalna bića, ličnosti. I te ličnosti su jače od mene. Same sebe pišu, ne pišem ih ja. I pišu se onako kako one žele, a ne onako kako bih ja voleo. A onda čak i u izdavačkoj kući počinju da ko-man-duju. Urednici su mi pričali kako moja knjiga doslovno preuređuje njihov raspored, kao nova šefica.

Poslednjih šest meseci rada na ovoj knjizi, svakog meseca sam se nalazio u stanju „knjiga je gotova”. Ali ne, neka Sila je dobacivala još neka pitanja i terala me da nad nji-ma radim. Ova knjiga je sama predmet Sile – artefakt Sile, u to sam potpuno siguran. Ja sam posredni izvršilac, ali ona me je neprestano vukla za kragu i iz mene cedila sve što joj je bilo potrebno.

STRAŠNA TAJNA

Poglavlje „Artefakt namere” je bilo objavljeno u newsletteru (koji se više ne šalje). Ovde odgovaram na neka pitanja, nastavljajući temu o zarobljavanju pažnje.

Tehnika koju ste opisali se ni po čemu ne razlikuje od šamanskih rituala. Ni ranije, kao ni sada, ne iznosite ništa novo.

Zar sam ikada tvrdio da otkrivam nešto novo? Naprotiv, uvek sam Transurfing nazivao drevnim Znanjem, koje je, između ostalog, poznato mnogim ljudima i bez ikakvih knjiga, jer mnogi od nas su vrlo drevne duše.

Zar još uvek ne shvatate da svi pišu o istim stvarima, počevši od drevnih Veda pa do Blavacke? O savremenim autorima i da se ne govori. U našem svetu nema ništa novo, jer je ovaj svet već dovoljno star.

Otkriću vam jednu strašnu tajnu. Nikome ne govorite! Stvar nije čak ni u tome da neki autor može da otkrije nešto novo lično za vas, već u tome što vi sami možete da otkrijete nešto novo čitajući razne autore. Možete jednako uspešno da proučavate veoma ozbiljan filozofski rad ili čitate običnu bajku – *rezultat, u suštini, ne zavisi od spo-ljaš-njeg izvora informacija, već od misli koje se vrte u vašoj glavi.*

Pitanje je trebalo da postavim drugačije. „Čitajući vaš tekst, nisam otkrio ništa novo.” Slede neka pojašnjenja:

1. „*Novo u opštem smislu, ili novo za vas?*” Sigurno shvatate da su to potpuno različite stvari?
2. „*Zašto nisam otkrio?*” Ko je kriv za to, vi ili autor?
3. „*O čemu sam razmišljao u trenutku dok sam čitao tekst?*” O tome kako ste veoma pametni i sve znate?
4. „*Kako je moj um radio dok sam čitao tekst?*”

Poslednje pojašnjenje je izuzetno važno. Već smo diskutovali o tome kako je prosečan čovek današnjeg doba više potrošač informacija nego njihov tvorac. U proces stvaranja informacija u našem svetu uključeno je vrlo malo ljudi – manje od 1%

stanovništva. Ostali ih samo konzumiraju. Čak i oni koji stvaraju, takođe su potrošači. U kom smislu?

Zamislite sledeći karikirani prikaz. U bioskopu sedi određeni kibernetički organizam (pretpostavimo da smo naučili da ih pravimo), sposoban da obavlja dve najprostije funkcije: da jede kokice i trepće lampicama kao odgovor na spoljašnje zvučne i vizuelne efekte. Kada kiborg gleda film, ne misleći ni o čemu, i pri tom žvaće kokice, u njegovom organizmu se odvijaju dva procesa.

Prvi: kokice ulaze kroz jedan otvor i kreću se u pravcu drugog otvora, podvrgavajući se usput određenim procesima varenja. Drugi proces: na sličan način, informacija ulazi u susedne otvore, zbog čega se iznutra okreću neki zupčanci (reakcija poput „Wow, haha!“), a spolja trepere lampice. Procesu su naizgled različiti, ali suština im je ista: i kokice i informacije samo ulaze i izlaze, ne izazivajući nikakve promene, a još manje kreaciju i prosvetljenje.

Nipošto ne želim da kažem da gledanje filmova i čitanje knjiga ra-di zabave nema smisla. Sve ima smisla ako se radi svesno. Ali ako su zupčanci usmereni samo na konzumiranje informacija, iznošenje navodno kritičkih, iz svog izlaznog otvora zaključaka poput „to nije no-vo, nezanimljivo je, nije vredno mene“ – u najmanju ruku nije estetski.

Ako čovek, nakon što pročita knjigu, izjavi da nije pronašao ništa novo, može se sa apsolutnom sigurnošću tvrditi da je on – primitivni potrošač. A ne stvaralac, i sigurno ne tvorac. Jer saznati nešto novo putem tuđih reči nije dostignuće niti stvaralaštvo. Dostignuće i stvaralaštvo je kad vi, listajući stare stranice, sami činite nova otkrića. Tada svaka želja za kritikovanjem, isto kao i ostaviti trag na banderi, potpuno nestaje, jer je namera zauzeta nečim drugim, a um radi u potpuno drugačijem režimu.

Sada ćemo razjasniti šta je to ipak novo u tehnici „Artefakt namere“. Zaista, sličnu tehniku koristili su i koriste pagani, magovi, kao i deca. Međutim, uprkos spoljašnjoj sličnosti, ove tehnike su, po svojoj suštini, različite.

Ukratko, razlike se sastoje u sledećem. Magovi unose nameru u svoje artefakte, pretvarajući ih u amajlije, talismane i druge predmete Moći. Namera deluje prilično efikasno. Kod pagana to više nije namera, već je pre molitva, molba vera, nada, poklonjenje, strah. Očigledno je da tehnika zasnovana na veri s primesama pobožnosti već nosi prilično manju snagu. Deca nemaju ni veru ni nameru, ali imaju ljubav. Ona jednostavno vole svoje mede i lutke, ne tražeći ništa od njih i ne pridajući im poseban značaj. U tehnici „Artefakt namera“ koristi se dvostruka snaga – namera i ljubav. Mislim da su dalja objašnjenja suvišna.

Pitanje je samo da li želite i da li ste sposobni da gajite i ulažete ljubav u običan suvenir. Naravno, jasno je da ta ljubav nije upućena samom predmetu, već biću koje stoji iza njega. I to uopšte nije sentimentalnost, kako se može učiniti, već čak „ljubav iz računa”. Jer, na kraju krajeva, računate da će vam entitet, kome se obraćate preko igračke, pomoći. Ali čak i takva, ne sasvim „čista” ljubav ima dovoljnu snagu. Počinjemo da volimo one o kojima se brinemo, a vi se zaista brinete o svojoj igrački, jer joj posvećujete posebnu pažnju. I uopšte, kako je ne voleti ako je tako dobra, sa oduševljenjem sluša naše priče i pesmice i pomaže nam, a sama ne traži ništa zauzvat, osim malo pažnje.

Međutim, ponavljam, ova tehnika nije pogodna za svakoga, jer zavisi od individualnih osobina i mentalnog sklopa. Ako se ne uklapa u zonu vašeg komfora, smatrajte da je to normalno i koristite druge tehnike.

Ako artefakt nakon nekog vremena ispuni moju nameru, da li bi trebalo da se od njega odvojim kada se pojavi novi cilj i koristim novi artefakt? Ili se, grubo govoreći, može koristiti više puta?

Zar je odjek „jednokratna” pojava? Zar plejer služi samo za preslušavanje jednog diska? Naravno, isto biće može da emituje prvo jednu nameru, a zatim pređe na drugu, jer funkcioniše kao eho, ili recimo, kao svitac koji leti u suptilnom svetu, emitujući deklaraciju vaše namere kao program ili radio-signal. Od vas se traži samo jasnoća i doslednost da ne biste zbunili ni entitet niti sebe.

Šta raditi sa Silom, Saveznikom, kada je cilj ostvaren? Prestati da tom entitetu posvećujemo pažnju i ljubav? Ali zar on nije kao naše dete, pogotovo ako smo tog saveznika pronašli, a nismo ga stvorili?

Kada se jedan program završi, pređite na drugi sa istim predmetom Sile. U svakom slučaju, i sami već sve razumete. Mi smo odgovorni za one koje smo pripitomili. Na primer, ako vas kućni ljubimac „ne inspiriše”, odluka šta uraditi s njim leži na vašoj savesti. Naravno, bića iz suptilnog sveta se ne manifestuju jednako jasno kao žitelji materijalnog sveta. Teško je reći šta će se dogoditi sa bićem koje ste odbacili. Može i da se ugasi, a može i da počne da živi svojim životom. Ne postoje nikakva istraživanja o tome. Ali ljudi takođe napuštaju jedni druge i počinju da žive svojim životom. Svašta

se dešava. U svakom slučaju, odluka je na vama. Jedini savet – ne angažujte previše Saveznika kako sebe ne biste opteretili u budućnosti.

Rezime

- Znanja koja se mogu izvući iz knjige uglavnom ne zavise toliko od njenog sadržaja, već od onoga što čitalac sam može u njoj da otkrije za sebe.
- Naučiti nešto novo iz tuđih reči nije dostignuće niti stvaralaštvo. Dostignuće i stvaralaštvo su kada vi, listajući stare stranice, sami stvarate nova otkrića.

ISKORAK IZ STROJA

U današnje vreme kako žene, tako i muškarci, kako mladi, tako i oni manje mladi, teže da budu zdravi, vitki, lepi. Zato ću u sledećim poglavljima dati informacije o tome kako to postići. Govorićemo o vodi, vazduhu i hrani, jer ono što pijemo, jedemo i udišemo leži u osnovi svega ostalog. Sve drugo, u konačnici, proizilazi iz toga. Nemojte misliti da preterujem. Sve počinje od toga i nastavlja se lancem uzroka i posledica. Voda, vazduh i hrana, kao materijalni elementi, oblikuju naše zdravlje i fizički izgled, određuju duhovni razvoj – količinu slobodne energije, unutrašnje raspoloženje, percepciju sveta, uspeh u poslu i privatnom životu, sposobnost da upravljamo stvarnošću.

Možda će nekome da izgleda kako sve ovo nema direktne veze sa Transurfingom, a nekima zdravlje kao koncept uopšte neće biti zanimljiv. Ali, to je samo trenutno. S godinama će se vaše mišljenje drastično promeniti. I ako već govorimo „o konceptima“, veliki broj ljudi jednostavno ne shvata šta znači imati dobro zdravlje i visok nivo energije jer to nikada nisu ni iskusili.

Telo, kao materijalna ljuštura naše duše, za sada ne izaziva posebnu zabrinutost. Ono može normalno da hoda, čak povremeno i da trči, vozi automobil, pokreće ruke i noge, otvara i zatvara usta, obavlja ritmičke pokrete u krevetu, zadovoljava elementarne potrebe, obavlja fiziološke potrebe, uopšte, ponaša se sasvim adekvatno. Ali čim se takav prosečan organizam postavi u neke ekstremne uslove, odmah dolazi do problema i on počinje da doziva u pomoć.

To što još uvek ne postoje nikakvi znaci zdravlja, ni o čemu ne govori. Telo raste i razvija se do 20-e godine. Nakon dvadesete počinje obrnuti proces. Postoji jedan veoma neprijatan zakon: ako nema razvoja, sledi degradacija. Praktično to znači da ako posle 20-e godine ne ulažete nikakav napor u razvoj, to znači da degradirate. Ako vam je ranije zdravlje bilo prosto dato, posle četrdesete godine, a kod nekih i mnogo ranije, moraćete bukvalno da se borite. A ako to ne biste radili, videli biste svoju degradaciju „u svoj njoj lepoti“.

Zdravlje i energija ne stoje na istom nivou. Postoji ili kretanje prema gore ili prema dole. To kretanje je skoro neprimetno, ali rezultat se pojavljuje odjednom i iznenada: pojavljuje se celulit ili se stomak naglo uveća...

Dakle, da se ne bi desilo to „odjednom”, zar nije bolje umesto pasivne i neslavne degradacije izabrati put razvoja? Da bismo to postigli, moramo da izađemo iz kolektivnog stroja koji korača direktno u Matriks i da počnemo dejstvovati mudro i svesno, a ne kako je uobičajeno u društvu uspavanih marioneta. Informacije koje slede mnogima će izgledati neobično i nimalo usklađeno sa opšteprihvaćenim normama. Zaista, ako napravite odlučan iskorak iz stroja, naći ćete se izvan Matriksa. Počete da radite mnoge stvari potpuno drugačije nego ostali, ali ćete zauzvrat dobiti mnogo više energije i nezavisnosti od klatana. Isprva će vas iznenaditi ono što ćete raditi. Zatim ćete početi da se iznenađujete, zbunjujete i čak iritirate ljude oko sebe. A onda će oni, posmatrajući šta se dešava s vama, početi da slede vaš primer.

Rezime

- Ono što pijemo, jedemo i udišemo leži u osnovi svega ostalog.
- Postoji jedan veoma neprijatan zakon: ako nema razvoja, dolazi do propadanja.
- Zdravlje i energija ne miruju na istom nivou. Kreću se ili prema gore ili prema dole.

MEHANIKA STARENJA

Mi nismo samo svetlosna bića koja zrače energijom. U svojoj materijalnoj osnovi, mi smo svojevrsna kapljica žive vode. Star čovek je isušena kapljica, osim ako, naravno, nije postao pregojazan. Organizam stari kada voda napušta njegove ćelije. A zašto ih napušta? Jedan od razloga je u tome što slobodni radikali izvlače vodu iz ćelija zajedno sa energijom – kao pumpom. Verovatno su mnogi čuli za slobodne radikale i antioksidante, ali verovatno imaju maglovitu predstavu o tome šta oni zaista znače.

Dakle, slobodni radikali su poput molekularnih vampira – pozitivno naelektrisane, osiromašene i divljački gladne čestice kojima nedostaju slobodni elektroni. Ovi vampiri tragaju za mestom gde mogu da se dokopaju slobodnih elektrona, koje potom otimaju iz nezaštićene ćelije. Kao posledica toga, ćelija gubi energiju – životnu silu, s nizom ozbiljnih posledica. Slobodni radikali predstavljaju jedan od glavnih uzroka starenja organizma. S druge strane, antioksidanti su negativno naelektrisani molekuli koji nose slobodne elektrone. Ove čestice – donori, neutrališu slobodne radikale.

Sama priroda procesa starenja je prilično jednostavna: *vaš izgled je odraz vašeg zdravlja, a mladi ste onoliko koliko je još energije ostalo u vašim baterijama – ćelijama.* Zdravlje direktno zavisi od čistoće tela, a ta čistoća zavisi od toga čime ga i kako hranite. Punjenje ćelija ili njihova „životnost” direktno zavisi od stepena „životnosti” vaše ishrane.

Živa voda, vazduh i hrana su antioksidanti. Mrtva voda, vazduh i hrana su slobodni radikali. Prvi pune ćelije, podmlađuju organizam, dok drugi oduzimaju tu energiju i ubrzavaju proces starenja. To je najvažnije što treba znati. Istina je uvek jednostavna i leži na površini. Kao što je govorio Kozma Prutkov: „Ono što je jednostavno, svima je razumljivo, a ono što je složeno, nikome nije potrebno”.

Uobičajeni režim ishrane prosečnog čoveka sastoji se od namirnica koje su termički obrađene – to je *mrtva hrana*. Nasuprot tome, *živa hrana* je ona koja nije podvrgnuta termičkoj obradi. Isto važi i za vodu i vazduh. Ono što prosečan čovek udiše i pije je mrtvo. I ne samo zbog zagađenja životne sredine, što je svima poznato. Recimo ovako: znamo samo ono što treba da zna poslušni element sistema. O mnogim drugim bitnim stvarima nam jednostavno ne govore. Sve što je rođeno u prirodnom živom svetu, prilikom dodira sa tehnogenom civilizacijom, podvrgava se suštinskim, mada ne uvek приметnim promenama.

U prirodi niko, sem čoveka, ne priprema hranu na vatri. Kuvana hrana može samo da nas održi u životu. I to nije dostignuće ljudskog razuma, već njegova fatalna greška. U kuvanoj i konzerviranoj hrani skoro sve korisne materije postaju neorganske, mrtve. Organske materije se razlikuju od neorganskih na kvantnom nivou. *Usvajaju se samo organski, živi mikro i makroelementi koji se sadrže u živim (ne kuvanim!) biljkama.* Biljke su, za razliku od nas, sposobne ne samo da akumuliraju hemijske neorganske materijale iz okruženja, već da ih pretvaraju u oblik prihvatljiv za životinjske organizme. Upravo zato se nalaze na nižem stepenu piramide ishrane.

A šta se dešava s materijama koje se ne usvajaju? Organizam mora da ih na neki način eliminiše, ali je teret toliko velik, da jednostavno nije u stanju da se izbori. Priroda nije mogla unapred da zna da će jedno (tačnije, jedino) živo biće na planeti živu hranu da pretvara u mrtvu.

Svedoci smo čudne slike: ljudi marljivo vode brigu o spoljašnjoj higijeni, ali malo ko razmišlja o unutrašnjoj. U telu prosečne osobe, nalazi se čitavo skladište otpada – ne može se videti, ali po težini može da dostigne nekoliko (a ponekad čak i desetine) kilograma. Sistemi za eliminaciju ne uspevaju da se oslobode otpada i prinuđeni su da rasteruju svu tu prljavštinu, gde god je to moguće. U rezultatu toga, telo brzo postaje začepjeno i podseća na stare vodovodne instalacije koje nikada nisu bile čišćene.

Rezerve organizma su ogromne, zbog čega čovek ponekad može da se održi do sedamdeset pa i više godina. Međutim, sve ima svoj kraj. Već na polovini životnog puta, svi ljudi počinju da osećaju posledice zagađenosti: bolesti, preteranu težinu, bezvoljnost i uopšte, snaga više nije ista kao nekad u mladosti.

Sušтина problema leži u izuzetnoj osetljivosti bioenergetskog polja na začepljenje „kanalizacije”. Čakre se zapušavaju, energetski kanali sužavaju, a protok energije slabi poput rečice, što dovodi do gubitka životne snage. Glavni, ako ne i jedini uzrok deficita slobodne energije je u strašnoj zagađenosti organizma. Telo prosečnog čoveka čuva u sebi čestice umrlih ćelija, kao i naslage proteina i masti – intercelularni prostori su njima zatrpani a limfni i krvni sudovi doslovno su začepljeni tim otpadnim materijama. To smeće ometa normalno funkcionisanje svih sistema – sprečava „komunikaciju” između ćelija, smanjujući snagu električnih signala koje oni međusobno prenose. Oslabljena energija, s druge strane, dovodi do patoloških odstupanja u fizičkom telu. Zatvara se začarani krug.

Postoji jedan fundamentalni princip čija istinitost ne može da bude dovedena u pitanje, zbog svoje jednostavnosti i očiglednosti: *živo biće mora da dobija živu hranu.*

Značaj ovog principa prvi je zapazio doktor Frensis Potenger, koji je još na početku 20. veka sproveo jedan sveobuhvatan eksperiment. Tokom 10 godina, hranio je jednu grupu mačaka sirovom hranom, i sve su sačuvale dobro zdravlje i izdržljivost. Druga grupa mačaka je dobijala kuvanu hranu, što je dovelo do razvoja svih humanih bolesti: upale pluća, paralize, ispadanje zuba, bezvoljnosti, nervoze i tako dalje, gotovo svi sistemi organizma su bili narušeni. Mačići rođeni u prvoj generaciji rađali su se slabi i bolesni, u drugoj je bilo mnogo mrtvorođenih, dok su u sledećoj generaciji mačke bile neplodne.

Još šokantniji primer se tiče ljudi: u sovjetsko vreme, u nekim regionima Rusije, među seljacima se praktikovalo da odlaze u polje rano ujutro i vraćaju se tek uveče. Ako niko nije ostajao kod kuće, ujutro bi ostavljali lonac sa kašom i čorbom na zagrejanu peć, da bi sve bilo vruće po njihovom povratku. Tamo gde se to praktikovalo, ljudi su živeli vrlo kratko i rano umirali iz nejasnih razloga. Međutim, uzrok je bio sasvim očigledan: sa svakim novim zagrevanjem, hrana je postajala sve mrtvija.

Još jedan važan zaključak izvukao je doktor Edvard Havel, jedan od osnivača sistema prirodnog ozdravljenja. Njegovo otkriće leži u ključnoj ulozi enzima kao glavne komponente koja razlikuje sirovu hranu od one koja je podvrgnuta termičkoj obradi. On je utvrdio da se ove „jedinice merenja životne energije“ *uništavaju na temperaturi iznad 41 °C*. Zašto im je onda dao tako uzvišen naziv – „jedinice merenja životne energije“?

Enzimi su supstance koje omogućavaju život. Neophodni su za svaku hemijsku reakciju koja se odvija u našem organizmu. Bez enzima, ne bi bilo nikakve aktivnosti u živom telu. Oni su „trudbenici“ koji grade organizam, kao što građevinari grade kuće. Hranljive materije, vitamini i minerali su samo građevinski materijal. Aktivnost na „gradilištu“ obezbeđuju upravo enzimi. Ispostavilo se da enzimi, za razliku od katalizatora, emituju određeno zračenje tokom svoje aktivnosti. Sastoje se od proteinskih nosača koji su napunjeni energijom kao električna baterija.

Odakle naš organizam uzima enzime? Po svemu sudeći, određeni enzimski potencijal nasleđujemo prilikom rođenja. *Ova ograničena rezerva energije je predviđena za ceo život*. To je kao kad dobijete određeni početni kapital. Ako ga samo trošite, doći će do bankrota. Na isti način, što brže potrošite energiju enzima, brže ćete istrošiti životnu snagu. Kada dođete do trenutka kada vaš organizam više nije sposoban da proizvodi enzime, život vam se završava. Baterija je ispražnjena.

Konzumirajući termički obrađenu hranu, ljudi nemarno rasipaju svoju

ograničenu zalihu enzima. Prema mišljenju dr Edvarda Hauela, to je jedan od glavnih uzroka svih bolesti, preranog starenja i rane smrti. Sirovi proizvodi sadrže svoje enzime koji omogućavaju proces autolize – hrana se lako apsorbira, jer se uglavnom kuva u sopstvenom soku.

Akademik Aleksandar Ugoljev je sproveo karakterističan eksperiment: u jednu čašu napunjenu želudačnim sokom stavio je kuvanu žabu, a u drugu – sirovu. Sirova se potpuno rastvorila, a kuvana samo deformisala površinski, jer su joj enzimi već bili mrtvi.

Dakle, ako jedete pripremljenu hranu, lišenu enzima, telo je prinuđeno da koristi svoje rezerve za njeno varenje. To dovodi do smanjenja inače ograničenog enzimskog potencijala.

Zamislite da ste odlučili da započnete temeljno renoviranje svoje kuće. Postoje dva moguća scenarija. U prvom slučaju su vam isporučili neophodan materijal, nabacali sve na gomilu i radnici su otišli. Morali ste sami da uzmete stvari u svoje ruke, uložite ogroman napor i vreme da biste obavili taj težak posao. U drugom slučaju, zajedno s materijalom došli su i građevinski radnici i sami sve obavili, dok ste vi odmarali ili se bavili svojim poslovima.

Upravo je takva razlika između konzumiranja obrađene i sirove hrane. Kada čovek konzumira kuvanu hranu, sve životne sile se usmeravaju na zahtevan zadatak varenja. *Enzimi, ti „trudbenici“ koji bi trebalo da obavljaju svoje direktne obaveze – čišćenje i obnavljanje živih tkiva, prisiljeni su da sve to napuste i rade posao koji im nije svojstven.* Oni više nemaju vremena da se posvete održavanju organizma, što dovodi do njegovog zapuštenog stanja.

Zamislite situaciju kad ljudi odjednom prestanu da mirno hodaju i sede, već počnu bezglavo da jure, uprkos strašnom umoru? Na isti način se razlikuju režimi rada organizma čoveka koja se hrani sirovom hranom i „običnog“ čoveka – jedan mirno šeta, dok drugi juri beskrajni maraton sve dok se ne sruši od iscrpljenosti.

Još jedan uzrok starenja je poznat kao „Hejflik limit“. Američki naučnik Leonard Hejflik otkrio je da ćelije mogu da obave deobu samo određeni broj puta – oko pedeset, nakon čega jednostavno umiru. „Hejflik limit“ zavisi od telomera – delova DNK na krajevima. Prilikom svake ćelijske deobe, telomeri se skraćuju. Posle određenog broja takvih deoba, telomeri se skraćuju do tačke nakon koje je dalje deljenje nemoguće – ćelija umire.

Ali to još nije sve. Glavni zaključak koji je proizašao iz brojnih eksperimenata jeste

da je *glavni uzrok smanjenja dužine telomera, osim ćelijske deobe, uticaj slobodnih radikala*. Drugim rečima, organizam ne uspeva da proživi životni vek koji mu je predodređen jer čovek od rođenja namerno sebe ubija mrtvom hranom.

Hajde da sumiramo. Čovekov organizam je sličan bateriji – živi sve dok se ne isprazni. Kada konzumirate termički obrađenu hranu, baterija se veoma brzo troši. Ali ako vaša ishrana uključuje samo sirovu hranu, baterija se gotovo ne prazni. Zamislite da imate baterijsku lampu koju veoma retko uključujete, odnosno bateriju ne morate da menjate godinama. Ali, ako lampa stalno svetli, i sami znate šta vam je činiti. Međutim, vašu ličnu bateriju je nemoguće zameniti – ona će se isprazniti, a vi ćete se tiho „ugasiti”.

Međutim, pređašnja vitalnost se može vratiti i čak steći zdravlje kakvo nikad niste imali! *Ali za to će biti potrebno da mrtvu kuhinju pretvorite u živu*. Šta vam se sve nalazi u kuhinji? Šporeti, lonci, tiganji? Ako želite da *hakujete vreme* i preokrenete peščani sat svog života, uskoro će svi ti uređaji za ubijanje namirnica nestati iz vaše kuhinje.

Rezime

- Slobodni radikali su molekuli-vampiri – traže gde bi mogli da se dočepaju slobodnog elektrona.
- Antioksidanti su molekuli-donori – neutrališu slobodne radikale.
- Zdravlje direktno zavisi od čistoće organizma.
- Čistoća organizma zavisi od toga čime i kako ga hranite.
- Hrana pripremljena na vatri je mrtva hrana.
- Živa hrana, naprotiv, je ona koja nije podvrgnuta termičkoj obradi.
- Živa voda, vazduh i hrana pune ćelije energijom i podmlađuju organizam.
- Mrtva voda, vazduh i hrana oduzimaju energiju i ubrzavaju proces starenja.
- Glavni uzrok nedostatka slobodne energije je zagađenost orga-nizma.
- Enzimi su supstance koje omogućavaju život.
- Enzimi se raspadaju na temperaturi iznad 41 °C.
- Konzumiranjem termički obrađene hrane ljudi troše svoje zalihe enzima.
- Sirove namirnice sadrže svoje enzime, koji omogućavaju autolizu – hrana se lako usvaja jer se uglavnom kuva u sopstvenom soku.

- Čovekov organizam je sličan bateriji – živi sve dok se ona ne isprazni.
- Kada jedete termički obrađenu hranu, punjenje se troši vrlo brzo.
- Međutim, ukoliko se ishrana bazira isključivo na živoj hrani, baterija se gotovo ne prazni.



Beleške na marginama

Obratite posebnu pažnju! Uopšte nije obavezno (i zapravo nije poželjno) odmah ići u krajnost i potpuno preći na sirovu ishranu. Sasvim je dovoljno ako se vaša ishrana bude pretežno sastojala iz žive hrane. Više detalja o tome možete pronaći u mojim knjigama „Čista ishrana” i „Kuhinja Predaka”.

HLADNO I GLADNO

Često su mi stizala pisma sa ovakvim pitanjima:

„Nije mi jasno kako da pronađem živu hranu tokom zime?“

Da. Hladno i gladno. Hladno je zato što je gladno, a gladno je zato što je hladno, zelenila nema – hrana se mora tražiti ispod snežnog pokrivača.

Dok sam pisao ove redove, bila je sredina zime, ali je klima neočekivano napravila zaokret i proleće nam je na trenutak svratilo u goste. Pupoljci tulipana i maslačaka su se protegnuli ka visinama, misleći da je sa zimom završeno. Nažalost, nisu bili u pravu. Desilo se da sam bez ikakve namere, zaplašio zimu. Ili je možda nisam preplašio, već zbunio, ne znam. Samo znam da se desilo nešto vrlo čudno.

Ove zime je palo jako puno snega, što je potpuno netipično za područje gde živim. Čak nisam imao ni skije, jer obično ima malo snega i ne zadržava se dugo. Ali ove sezone, tačnije od početka decembra, svako jutro sam morao da uzimam lopatu i da čistim sneg.

Na kraju mi je to dozlogrdilo, pa sam odlučio: „Dosta je bilo. Kupujem skije!“ Moji ukućani su bili veoma iznenađeni tom idejom, ali ja nisam odustajao. Problem je bio i u tome što gotovo niko kod nas ne skija, pa skijaške opreme nema u prodavnicama. Ipak, bio sam rešen da se suprotstavim zimi i nisam sumnjao da ću pronaći skije. Zar Transurfing ne radi?

Moja potraga je počela sa grubim kršenjem samih principa Transurfinga. (Često imam takve recidive, jer sam veći deo svog života sledio antitransurfing.) Razmišljao sam ovako: u obližnjoj prodavnici, koja je tu do mene, sigurno skija nema, jer je to nemoguće (ako uopšte postoji mogućnost da ih ima i u našem gradu). Potraga za skijama mora biti dugotrajna i teška, i može da ih pronađe samo onaj ko je pametniji od svih, ko zna da se skije mogu naći samo u najudaljenijoj specijalizovanoj prodavnici. I nabaviće ih samo onaj ko prođe sve te teškoće i odricanja na zavejanim putevima, ko iskusi sve gorčine razočaranja zbog besplodnih traganja.

Tako se i desilo (kao što sam naručio). Nakon što se moja zamorna ekskurzija po

celom gradu jalovo završila, već potpuno obeshrabren, ušao sam u najbližu, običnu prodavnicu, gde su me one čekale – specijalno pripremljene za mene.

Doneo sam kući skije i postavio ih na vidno mesto. Sutradan je počela kiša, a sneg je počeo da se topi. To se desilo pre dve nedelje. Ista situacija je i danas. Čak su izostali i Bogojavljenki mrazovi. Ipak, najupornije biljke su verovalе da je stiglo proleće i hrabro su odlučile da se probude.

Sad razmišljam, šta dalje da radim? Da li da što pre sakrijem skije u šupu, kako bi se zima vratila i ponovo uspavala glupe biljke, ili da čekam da, čim se ponovo približi, krenem i kupim klizaljke? Nemam ni hokejaške štapove. Ima još mnogo toga čime bih mogao da se opremim. U suštini, za sada ne znam. Otom – potom.

Slično se dešavalo i ranije, na primer u Hong Kongu, gde su me pozvali na promociju mojih knjiga. Znao sam da putujem kad je tamo sezona kiša, pa sam se unapred opremio širokim kišobranom. Međutim, za sve vreme koje sam proveo tamo, kiša nijednom nije pala. Naši prijatelji iz Hong Konga su bili iznenađeni: „Šta je ovo? Da li smo u društvu Zelanda?” „Ne”, odgovarao sam, „samo sam ja poneo kišobran.”

Vratimo se sada potrazi za hranom. Ako zaista ne znate šta da jedete tokom zime, onda je još rano za prelazak na živu hranu. Još uvek niste zreli za to. Samo je potrebno pokazati više interesovanja za živu hranu i sve što je s njom povezano. Na internetu, a u poslednje vreme i na knjižnim policama, može se pronaći mnogo informacija od ljudi koji imaju bogato iskustvo.

Samo vam preporučujem da ne verujete u sve što se o hrani priča na televiziji, a pogotovo ne o onome što govore o živoj hrani. O poslednjoj vole da raspravljaju uglavnom ljudi koji uopšte nemaju nikakvog iskustva u vezi s tim. Veliki mediji uvek na neki način rade u korist krupnih proizvođača i trgovaca. Kada se otkriva neka „surova istina o hrani”, uvek se zapitajte: ko ima korist od te emisije?

Ako se spustimo u publiku, primetićemo kakva se zanimljiva predstava igra na sceni: ako proizvođači pate zbog „surove istine”, medicina izlazi kao pobednik, ako se ugrožavaju interesi kozmetike, farmaceutske industrije raste rejting, ako se trenutno javno vodi rat među jednim trgovcima, istog trenutka trijumfuju drugi, i tako dalje, na različite načine, u različitim kombinacijama. Odvija se neprestana bitka krupnih klatana – za nas: kupce i potrošače. Naša stvar je da se ne uključujemo u tu bitku i ne gutamo udice, već posmatramo sa distance, kao u cirkuskoj predstavi, svesni da je to cirkus.

Ako ne znate šta biste mogli da jedete, a da pritom ne prekršite neko pravilo, učinite

jednu prostu stvar: *dozvolite sebi da prekršite pravilo.*

Pritom bi bilo korisno da se rukovodite sledećim principima:

1. Ako niste potpuno sigurni *da želite i možete da se hranite isključivo* živom biljnom hranom, trebalo bi da sebi postavite prihvatljiviju granicu – pretežno se hranite živom hranom, dozvoljavajući sebi odstupanja na toj etapi.

2. Ako pravite odstupanja, treba dati prednost namirnicama koje zaista sadrže nešto korisno i vredno, a ne da samo jedete ono što je jestivo.

3. Korisna i vredna se može smatrati ona hrana koja, posedujući visoku nutritivnu vrednost, može pre da očisti nego zatruje organizam.

4. Ne treba delovati po principu izbacivanja, već po principu zamenjivanja jednih namirnica drugim, vrednijim.

5. I naravno, ne zaboraviti glavni princip: prelazak na živu hranu treba da bude postepen, u skladu sa sopstvenim sazrevanjem, a ne po cenu voljnog iscrpljivanja i emotivnog prenaprezanja.

Treći princip zahteva dodatna pojašnjenja. Namirnice koje više čiste nego što zagađuju organizam zaista postoje, čak i među mrtvom hranom (kuvanom na vatri). To su pre svega klice žitarica i mahunarki. U sirovom obliku one svakako najbolje pokazuju svoje kvalitete, ali su i u pripremljenom obliku takođe veoma dobre.

Na primer, klice mungo pasulja i leblebije čiste organizam na svim nivoima – od ćelija, pa sve do sistema za filtriranje, pri čemu imaju visoku nutritivnu vrednost. Vrlo ih je jednostavno pripremiti. Uveče ih treba probrati (ponekad se mogu naći kamenčići), preliti vodom i ostaviti do jutra. Ujutro ih prebaciti u cediljku, prekriti sa četiri sloja vlažne gaze i ostaviti na toplom mestu. Uveče treba prokuvati vodu u šerpi, dodati lovorov list, biber i karanfilić, ubaciti klice u ključalu vodu i kuvati dok ne budu gotove. Zatim se voda može procediti (ili je ne morate bacati, već iskoristiti za supu), dodati ulje od bundeve ili kedra, može se dodati malo soli ili prirodne adžike (specijalni istočnjački začini koji se puno koriste u Rusiji, mešavina ljute paprike, korijandera, komorača, lovorovog lista, majčine dušice, bosiljka, peršuna, kopra, senfa, mirođije, soli, sušenog belog i crnog luka – *prim. prev.*), i dobiće se jelo koje po svojoj nutritivnoj vrednosti nadmašuje meso, a po svojim pročišćavajućim svojstvima ustupa samo svežim klicama. Mungo pasulj i leblebija se obično prodaju u prodavnicama zdrave hrane. Sve se može pronaći i na internetu.

Sveže skuvan vegetarijanski boršč (poznata ruska čorba od cvekle, kupusa, paradajza i dr. - recept možete da pronađete na internetu - *prim. prev.*), kako god to čudno zvučalo, ima ORP (oksidaciono–revitalizujući potencijal) koji je uporediv sa onim koji ima živa voda. Naravno, čorbu pravljenju na mesnom bujonu ne mogu da preporučim. Ali ako se nekome takvo jelo učini previše bljutavim, može da proprži u tiganju paradajz s belim lukom, a kupus koristi jedan deo svežeg, a drugi deo kiseli. Sve povrće treba kuvati do polugotovosti, ne duže. Ovo je takođe vredno i korisno jelo, iako termički obrađeno.

Još jedna veoma korisna i zaboravljena namirnica je repa. Posедуje visok sadržaj kalcijuma, gvožđa i kalijuma. Po sadržaju vitamina C čak prevazilazi i limun. Poseduje mnogo fosfora i magnezijuma. Preventivno deluje protiv raka. Veoma je korisna za jačanje zuba i kostiju. Čisti i obnavlja digestivni trakt. Poznata je kao „hrana graditelja piramida” zbog svoje visoke nutritivne vrednosti.

Niko ne može sa sigurnošću da tvrdi da su piramide zaista bile građene „u znoju lica”, ali kako u drevnom Egiptu, tako i u Rusiji, pre nego što je otkriven krompir, repa je bila jedna od osnovnih namirnica. Međutim, sa razvojem tehnološke civilizacije i sveopšteg idiotizma, mnoge vredne namirnice su pale u zaborav. Ako uspete da na pijaci sretnete neku staricu koja prodaje repu, smatrajte da vam se jako posrećilo. Naravno, još uvek postoje ljudi koji shvataju njenu vrednost, ali njih je veoma malo.

Ako želite da tokom zime jedete nešto konkretno i toplo, skuvajte repu na pari (ako naravno, uspete da je pronađete) ili barem skuvajte u jednakim proporcijama krompir, repu i pet minuta pre kraja, dodajte nekoliko glavica crnog luka. Voće i povrće treba jesti s ljuskom (uz neke izuzetke, kao što su banane i citrusi), jer se u njoj nalaze hranljive materije neophodne za varenje te biljke. Jedino treba znati da stari zimski krompir treba oljuštiti – u kori se talože štetne materije. Što se tiče repe, nije potrebno da je ljuštite. Ali zelene delove i sa repe i s krompira uvek treba odstraniti.

Za sada nije reč o isključivo živoj ishrani, već o izuzecima i dopunama toj vrsti ishrane. Suština je u tome da, *ako već prekršite princip ishrane živom hranom, onda to radite razumno, uz minimalne gubitke i maksimalnu korist za organizam.* Na primer, kuvane kaše zamenite s klicama mahunarki, a krompir repom. Još jedna ekskluzivna namirnica u tom smislu je divlji pirinač.

Iako ova biljka liči na pirinač, nema s njim nikakve veze. U prošlosti, divlji pirinač je bio jedna od osnovnih namirnica severnoameričkih Indijanaca (kao što je amarant kod Maja i Asteka). Izuzetno je koristan za organizam. Poboljšava vid, reakcije,

neverovatan je izvor energije. Veoma dobro podmlađuje i uravnotežuje nervni sistem. Bogat je proteinima. Predstavlja jak afrodizijak: možete se sa istim uspehom hraniti i ostrigama i divljim pirinčem.

Priprema divljeg pirinča se razlikuje u zavisnosti od vrste. Opšti princip je sledeći: pirinač je potrebno držati u vodi sat vremena, ili čak preko noći ako se ne deformiše. (Nažalost, divlji pirinač nije moguće isključiti jer se obično podvrgava visokotemperaturnom tretmanu radi dugotrajnog skladištenja.) Nakon toga, kuvajte ga 20–25 minuta (odnos vode i pirinča 3:1). Zatim umotajte lonac u ćebe na dva sata. Začinite po ukusu sojinim sosom (ako ga pronađete bez glutamata) i uljem od kedra.

Pronaći divlji pirinač u prodaji nije tako lako, iz istog razloga kao i repu – zbog toga što se većina ljudi uopšte ne razume u hranu – ništa ne znaju, *već samo jedu ono što je jestivo*. Zato tvrdim da, pridružujući se ovoj novoj praksi Transurfinga, *ishrani prirodnom i živom hranom*, postajete deo „elitnog kluba”.

Obično se divlji pirinač prodaje u prodavnicama zdrave hrane. Takođe ga možete pronaći i na internetu.

Što se tiče povrća iz staklenika, zimi je bolje ne preterivati s njim, već preusmeriti pažnju na alge i kiseli kupus. Biljke iz staklenika značajno zaostaju za prirodnim u pogledu sadržaja korisnih materija. I mogu se redovno konzumirati samo ako sigurno znate da su uzgajane bez korišćenja hemijskih đubriva.

Voće je najbolje kupovati iz krajeva gde raste sezonski i u prirodnim uslovima. Na primer, banane, narandže, mandarine, limun, ananas i drugo voće možete da konzumirate bez straha, ako imaju prirodan izgled, ukus i miris. Prirodne banane (kao i ostalo voće) obično se brzo kvare, prekrivajući se crnim tačkicama.

Sveže smrznuto (ne blanširano) povrće i voće su sasvim prihvatljiva živa hrana za zimu. Od smrznutog jagodičastog voća možete da pripremite izvanredno jelo koje nazivam *živim jogurtom*, jer, za razliku od surogata u supermarketima, opravdava svoj naziv s nizom korisnih osobina. Evo recepta kako se pravi:

Smrznuto jagodičasto voće – 300–400 gr

Jabuke – 2–3

Banane – 2–3

Kurilski čaj – 2 pune supene kašike

Polen – 5 supenih kašika

Perga (pčelinji hleb) – 1 supena kašika

Voda – 2 čaše

Jagodičasto voće (ribizle, borovnice, jagode) odmrznuti (polovinu voća možete da zamenite sa polovinom ananasa). Jabuke iseći na kriške zajedno sa semenkama.

Kurilski čaj u sušenom obliku je poznat kao jedan od najboljih lekova protiv disbakterioze. To je stanje kada simbiotska mikroflora oboli i izobličiti se usled ishrane kvasnim hlebom, sintetičkom i mrtvom hranom. Gotovo svi ljudi pate od disbakterioze. Ispoljava se kroz snižen imunitet i efikasnost digestivnog trakta. Čovek jede mnogo, ali se usvaja samo mali deo.

Sve sastojke ubaciti u blender i dobro izmiksati. Ovaj napitak ima izuzetno visoku nutritivnu vrednost. 200-300 grama će biti dovoljno za veoma hranljiv i koristan doručak. Živi jogurt je naročito važan za decu i sportiste.

Još jedan izuzetno koristan recept za jelo koje vrlo efikasno čisti jetru, creva, povećava opšti tonus i hrani organizam svim neophodnim sastojcima:

Zrno pšenice – 200 gr

Banane – 3 komada

Ulje od rastavića – 5 supenih kašika

Zrno proklijati (kako se prorasta pšenica opisano je u sistemskim receptima). Propustiti kroz mašinu za mlevenje mesa sa sitnom rešetkom prvo banane, zatim pšenicu. Dodati ulje i promešati. Nije samo korisno, već i ukusno. Konzumirati kao samostalno jelo, ne mešajući ni sa čim drugim.

I za kraj, recept za napitak. Nedostatak biljaka zimi se može nadoknaditi ne samo algama, već i biljnim čajevima.

Kurilski čaj – 1 puna supena kašika

Ivan-čaj (kiprej) – 1 puna supena kašika

Karkade (sudanska ruža) – 1 supena kašika

Plodovi šipka – 3-4 pune supene kašike

Plodovi oskoruše ili crvenog gloaga – 1 puna supena kašika

Živa voda – 1 litar

Šipak sameljite u mlinu za mlevenje kafe. Sve sastojke preliti hladnom vodom (po mogućnosti svežom, aktiviranom), promešati i ostaviti da odstoji tokom dana ili noći. Zatim čuvati u frižideru, jer se brzo kvari. Uživajte u ovom osvežavajućem napitku s dodatkom meda. Preporučujem upotrebu litarskog staklenog bokala s presom kako biste lakše filtrirali napitak. Svi delovi cediljke treba da budu metalni, inače je napitak teško filtrirati.

Sve jagodičaste plodove, naravno, treba osušiti na sobnoj temperaturi. I bolje je da to radite sami, kako biste izbegli kupovinu nepoznatih proizvoda. Za mene je uvek bilo potpuno nezamislivo kako se šipak može sušiti u rerni, preliti ključalom vodom (pa još u termosu) i onda to piti, praveći se kao da je napitak bogat vitaminom C. Nikako mi nije jasno šta tu može ostati vredno posle takvog tretmana? Zar pektini... To je podjednako besmisleno kao pravljenje sirupa od šipka isparavanjem, a onda, pošto u sirupu više nema vitamina, dodavati veštačke. Ali sve se to radi, potpuno ozbiljno i čak na „naučnoj” osnovi.

U suštini, ono što želim da kažem je da zaista ne morate da gladujete ako imate pravu informaciju i znate gde da tražite hranu. A da biste to saznali, potrebno je samo da sebi postavite takav cilj. Želim vam uspešan lov!

Detalje možete da pronađete u mojim knjigama „Čista ishrana” i „Kuhinja predaka”.

Rezime

- Ako ne znate čime da se hranite zimi, onda je još rano da prelazite na živu hranu. Nemojte da žurite, napredujte postepeno.
- Možete da se hranite pretežno živom hranom, uz povremena odstupanja.
- Prednost treba dati onim namirnicama koje zaista sadrže nešto korisno i vredno, a ne samo ono što je jestivo.
- Korisna i vredna hrana je ona koja ima visoku nutritivnu vrednost i više čisti nego što zagađuje organizam.
- Ne delujte po principu izbacivanja, već po principu zamene jednih namirnica drugim, vrednijim.
- Prelazak na živu hranu treba da bude postepen, u skladu sa vašim sazrevanjem, a ne po cenu voljnog iscrpljivanja i emotivnog prenaprezanja.



Beleške na marginama

U suštini, tokom cele godine osnovu žive hrane čine klice. One odmah rešavaju najurgentnija pitanja:

- Čime se hraniti zimi?
- Kako nadoknaditi nedostatak belančevina?
- Čime nadoknaditi vitamine i aminokiseline?
- Čime se uopšte hraniti ako je svuda oko nas hemija i GMO?

Prednost klica leži u tome što im je nutritivna vrednost deset puta veća od uspavanog semena. Proklijalo zrno, po definiciji, ne sadrži GMO. U njemu su prisutne sve neophodne supstance za organizam, koje su ranije pristizale, ali naročito nisu pristizale sa životinjskom hranom. Vredan zeleniš se može pronaći i tokom zime, tako što se pšenica uzgaja u posudama na prozorskoj dasci.

O MIŠEVIMA I LISICAMA

Nastavljam sa sistematizacijom brojnih pitanja koja su pristizala od čitalaca. Za početak se mogu razmotriti dva najfundamentalnija. Prvo: „*Zašto, kada čitamo knjigu, doživljavamo euforiju i oduševljenje, a onda sve to nestane, prolazi?*”

A zašto to pitate? Sada ćete saznati odgovor koji će vam se učiniti podjednako jednostavnim koliko i neočiglednim.

Dakle, gde nestaje euforija i zašto se to dešava? Zato što kada čitate knjigu, pokazuju vam da možete da upravljate stvarnošću kao svesnim snom. Ali kada se odvojite od knjige i uronite u tu istu stvarnost, shvatate da sve nije tako lako kao što se činilo. Ponovo se nalazite u istom nesvesnom snu koji upravlja vama. Iz jednog sna (knjige) preskočili ste u drugi san (stvarnost) koji više nije tako ružičast.

Da li je odgovor jasan? Sve je vrlo jednostavno. Ali ne i očigledno. Inače, da je očigledno, ne biste ni postavljali to pitanje, zar ne? Sada, kada sam izgovorio jasne reči, sve je postalo izuzetno jasno. Ali šta je bilo pre tih reči? Prethodila je magla u glavi. Da li sam u pravu? Ili nisam? Naravno, za svakog je drugačije. *Svako je na svom nivou svesnosti i Sile.* O tome se radi.

Setite se kako je bilo kada ste, gledajući neki film koji vas je jako inspirisao i oduševio, bili potpuno uvereni: „To je to! I ja to mogu! Od ovog trenutka ću se promeniti! Biću kao on/ona!”

Ali nakon kratkog vremena, ponovo zapadate u svoj prethodni infantilni i bespomoćan san, i sva obećanja koja ste sebi dali nestaju, kao i sama euforija.

Drugo ključno pitanje (ili bolje rečeno, prvo) je: „*Zašto se uopšte pojavljuju pitanja?*” Reklo bi se da je u knjigama sve jasno napisano. Ali pitanja neprestano iskaču iz nekog izvora, stalno nova i nova...

Odgovor je sledeći: zato što ne uspevate dok ste budni da upravljate snom – svojom stvarnošću. Ako biste uspeali, ne bi bilo nikakvih pitanja. Istina?

Zašto ne uspeva? Kao što smo već razgovarali u prethodnim temama, savremeni čovek više je potrošač informacija nego njihov kreator (u ovom kontekstu tačnije bi bilo reći „tvorac”). Ako ste prijemnik, gledate tuđe filmove. Ako ste predajnik, stvarate svoje. Razumete li o čemu govorim? Kada gledate tuđ film, nalazite se u nesvesnom snu. *Da biste pretvorili nesvesni san u svesni, potrebno je da budete predajnik, a ne*

prijemnik.

Predajnik je onaj ko ne pristaje na stereotipe i konvencije koje mu nameće društvo, već ima smelost da uspostavi svoje zakone i pravila. Znete li da su zakoni društva, za razliku od zakona prirode, vrlo nestabilna stvar... a pravila i da ne pominjemo. Bez obzira na objektivnost koja je zajednička za sve realnosti – vaš svet je vaš svet, a vaš san je vaš san. Ako imate *svesnost i nameru Gospodara*, vaš san (vaša stvarnost) postaje upravljiv, uprkos, kako se činilo, „nepremostivim okolnostima”.

Ne treba da se plašite te neumoljive fraze: „nepremostive okolnosti”. Uzmimo, na primer, iako već uobičajenu, ali neverovatnu činjenicu: *slepi miš može da leti*. Da, još kako! Iz perspektive zdravog razuma i poznatih zakona mehanike, to je nemoguće. Pa, to prosto ne može da bude! Ali to radi, baš kao i Transurfing.

Ako ste ikada videli let slepog miša, poznato vam je da ne liči ni na let ptice, niti insekta. U njegovom pokretu postoji nešto mistično, možemo čak reći, vanzemaljsko. On to izvodi virtuosno. On je, u poređenju sa pticom, isto što i NLO u poređenju sa helikopterom. Na šta ovim ciljamo? Biće vam jasno kasnije.

Glavno pitanje je: *kako se pretvoriti iz prijemnika u predajnik?* Odgovor je: *osloboditi svest i podići nivo energije.*

Značajan deo svesti savremenog čoveka (kao što se možete setiti, kada smo razmatrali *efekat zarobljavanja pažnje*) je *rezervisan* za sistem koji se podređuje spoljašnjem toku informacija, a još jedan značajan deo je *blokiran* produktima tehnogene sredine: sintetičkom hranom, hemikalijama, GMO, elektromagnetnom radijacijom i drugim faktorima. U glavi je magla, misli lutaju kao tanki list na vetru, teško je koncentrisati se, a ciljano emitovati „svoj film” je skoro nemoguće.

Isti faktori uzrokuju i *zarobljavanje i blokadu energije*. Deo energije oduzima sistem, jer čovek kao deo sistema objektivno ne može besplatno da koristi njegove blagodeti. Drugi deo energije se neizbežno gasi tehnosferom, takođe zbog toga što čovek kao prirodno biće ne može da jednostavno „bez posledica uživa” u tehnogenoj sredini koja nije prirodna za njegov organizam. I, na kraju, značajan deo energije odlazi na tekuće troškove: varenje mrtve sintetike, borbu sa bolestima i stresom, održavanje tereta – obaveza koje smo sebi nametnuli, kao i na psihološke probleme. Kao rezultat, gotovo da ne preostaje slobodne energije koja bi podržala svesnu nameru.

S godinama, svest postaje još zamagljenija, a energija se još više gasi. Kao posledica toga, primećuje se fenomen koji nazivam „*fenomenom stare komode*”. Možete sami

da propratite ovaj fenomen – ili na svom iskustvu, ako ste već u godinama, ili posmatrajući starije osobe u vašem okruženju. Mnoge stvari koje su se nekada radile energično, s radošću i entuzijazmom, s godinama se obavljaju „na jedvite jade”, ili se uopšte ne obavljaju.

Na primer, nekada ste voleli da lepo servirate sto, sa velikim zadovoljstvom ste se bavili enterijerom i uređenjem doma, rado i temeljno ste obavljali čišćenje, brinuli se o automobilu, vodili računa o svom izgledu. A sada, ta pređašnja težnja ka perfekcionizmu je negde nestala – svejedno vam je, jednostavno nemate volju. Sto servirate skoro „na novinskoj hartiji”, enterijer vašeg doma vam nije bitan, čišćenje obavljate kao levom rukom, i generalno mnoge stvari radite nemarno.

Konačni rezultat je da tamo gde je nekada vladao praznik, sjaj i glamur, sada vlada letargična zapuštenost, kao da dotiče svoj kraj i postaje nalik staroj komodi na kojoj se neprestano taloži prašina, a stari suveniri tuguju.

Naravno, ovo se ne događa uvek i kod svih. Mnogo toga zavisi od nivoa kulture, inteligencije, vaspitanja... Ako su kulturne tradicije porodice dovoljno jake, u kući se uvek održava pređašnja čistoća i red, i na komodi nema prašine, uprkos duševnom zamoru. I obrnuto, na primer, ako se u porodici praktikuje redovno „piće”, fenomen stare komode se vrlo jasno ispoljava.

Navodim ove primere kao ilustraciju, da bi bilo jasnije: ako nema dovoljno energije i svesti da se uhvatite u koštac sa stvarnošću bar na materijalnom planu, onda nema šta da se traži ni na suptilnom nivou. Fenomen stare komode će vas sustići tako brzo i iznenada, da nećete uspeti ni da uzdahnете. Zato što ova dva procesa – *zarobljavanje i blokiranje energije i svesti* – u poslednje vreme imaju tendenciju spolja neprimetnog, ali vrlo snažnog ubrzanja. Prašina će se nagomilati na vašoj komodi mnogo pre nego što je to bio slučaj s vašim roditeljima.

Sada sledi večno pitanje: šta se može učiniti? Ovde se opet mora podići tema koja izaziva nelagodnost kod nekih ljudi. Moram ponoviti još jednom, Transurfing treba posmatrati kao holističko, celovito učenje koje se sastoji od tri osnovne komponente: *kako razmišljamo, kako se hranimo i kako se krećemo*.

Šta znači *holističko* učenje? To znači da ako se izostavi jedna ili više komponenti, dobija se nešto „nedovršeno” – tehnika gubi svoju punu snagu.

Razmišljanje je vaš način interakcije sa ogledalom sveta, odnosno koji oblik pred njim stvarate i kako reagujete na odraze koji se pojavljuju.

Ishrana je ono što ulazi direktno u vas – hrana i informacija.

Kretanje obuhvata vaš način života – aktivan ili pasivan, kao i vašu sposobnost da upravljate svojim telom i energijom.

Prva komponenta, poznata kao klasični Transurfing, izložena je u 5 knjiga „Transurfing realnosti”. Međutim, u poslednje vreme sve veći značaj dobijaju druga i treća komponenta, jer prva sama po sebi nije dovoljna (Osnove druge i treće komponente su izložene u knjizi „Apokrifni Transurfing”).

Ne možete tek tako da izađete i „prošetate” i stvorite stvarnost po svom ukusu. Nedostaje energija i svesnost. Naravno, vizualizacija će funkcionisati, ona neće nestati, ali da biste upravljali stvarnošću kao svesnim snom, potrebno je da imate slobodan um i snažnu energiju.

Smisao je u tome da uprkos svom postojanju u sistemu (Matriksu) koji vam oduzima energiju i svesnost, istovremeno budete nevezani za njega. To se može postići samo pomoću druge i treće komponente. Svi ostali mentalni načini, poput meditacije, zaustavljanja unutrašnjeg monologa, uranjanja u dubine podsvesnog uma – potpuno su nekorisni. Od sistema možete da se oslobodite samo koristeći način na koji vas on vezuje.

Drugim rečima, morate da delujete u suprotnoj fazi: sistem vas tera da vodite pasivan način života – a vi postupate suprotno – ozbiljno se posvećujete svojoj fizičkoj kondiciji; on vas hrani sintetikom – vi prelazite na prirodnu ishranu; on se trudi da vas optereti nepotrebnim informativnim smećem – vi to izbegavate, pretvarate se da ste „prazni”; on vas truje svim vrstama hemikalija i radijacijom – vi težite ka svemu onome što je ekološko, počevši od kuće pa sve do kozmetike. Radi se o jednom tako jednostavnom principu.

Nije neophodno da odmah prelazite na živu hranu ili da se preseljavate u ekološko naselje. Počnite od najjednostavnijeg i najdostupnijeg. Bar *počnite*, stupite na Put – a dalje će vas Put sam odvesti gde treba.

Na primer, ako imate psihološke probleme kao što su kompleksi i fobije – možete godine da izgubite boreći se sa sobom, baveći se samoanalizom i „samokopanjem”, obraćajući se psiholozima i psihoterapeutima – i ništa nećete postići. Međutim, čim pređete na prirodnu ishranu i posvetite se svom fizičkom telu i energiji, svi ti kompleksi će sami od sebe otpasti. Zašto? Zato što druga i treća komponenta oslobađaju značajan deo energije i svesnosti koje oduzima tehnogeni sistem. *Kada energija i svest*

dostignu određenu kritičnu tačku, sve ostalo počinje da se prirodno usklađuje.

Detaljnije o tome sam opisao u knjigama „Čista ishrana” i „Kuhinja predaka”.

Možda će se neko usprotiviti i reći da mu „Transurfing” ionako sjajno funkcioniše a da ga ostalo ne zanima. Naravno, on zaista funkcioniše, ali sada mogu sa sigurnošću da tvrdim da *više nije tako efikasan kao pre 5-7 godina, zbog tog istog efekta zarobljavanja i blokiranja energije i svesti.* To se tiče svih nas. Stvarnost se vrlo brzo menja, i ako nastavite da živite u skladu sa starim principima poput „ovo deluje, a ostalo nije važno”, uskoro ćete biti u ozbiljnom zaostatku za vozom.

S druge strane, svako bira svoj nivo Sile, prema sopstvenim potrebama. To je kao sa automobilima: neko više ceni moćna vozila, dok je neko zadovoljan laganim. Dakle, koliko Sile nameravate da uzmete, toliko ćete je i dobiti. Ako postavite sebi za cilj da imate jaku svest i energiju, nećete imati probleme poput „gubitka euforije”. Jednog divnog dana, kada zatvorite knjigu ili izađete iz bioskopa i zamislite nešto što želite da ostvarite u svom životu, konačno ćete uspeti. Nećete više odgađati svoje snove kao što ste uvek činili, već ćete krenuti i *ostvariti ih*, jer ćete imati dovoljno energije i svesti (kao što se dešava s novcem). I to neće zahtevati velike napore volje kao sada, već će biti zaista lako.

Jedan ilustrativan primer da se nivo Sile može birati prema sopstvenom nahođenju može biti *evolucija vrsta*. Zamislite jedno uobičajeno stanje stvari: neko pliva, neko trči, puzi, leti, a neko stalno stoji u mestu. Uobičajeno, jednostavno, razumljivo: svako ima ono što mu je dato – tako je uvek bilo i tako će uvek i biti. Zar to nije očigledno? Ne!

Postavljam jedno dečje pitanje: *zašto?* Zašto neko leti, a neko puže? Ko može da odgovori? Ako povremeno budete postavljali dečja pitanja, otkrićete mnoge uobičajene, ali sasvim nevidljive stvari oko sebe.

Postoji jedan izuzetno zanimljiv red sisara – *šišmiši*, čiji su prednji udovi pretvoreni u krila. Među njima postoje vrste koje mogu samo da lete, ali i one koje mogu da trče, plivaju i čak uzleću sa površine vode. Zamislite, nekad davno, bića su se podelila prema svojim sklonostima: neko je ostao na zemlji, a nekome je to izgledalo nedovoljno. U stvarnosti (barem u vremenskom smislu) ne postoje „nepremostive okolnosti”. Ako si poželeo da trčiš na šapama – molim lepo. Želiš da letiš – nema problema. Da li je to rezervisano samo za ptice? Ko je to rekao? *Svako bira svoj nivo Slobode i Sile.*

Čak među onima koji su izabrali krila, sklonosti prema različitim nivoima snage se kreću u širokom rasponu. Uzmimo za poređenje dve najinteresantnije jedinke: slepog miša i leteću lisicu.

Slepi miš je jedno od najprefinjenijih i najmisterioznijih bića koje je Priroda stvorila. Nisu bez razloga na njemu zasnovane legende o superjunacima poput Betmena, kao i likovi velikih pozorišnih zvezda. Vodi noćni način života. Posедуje direktan vid¹. U naučnoj zajednici postoji mišljenje da miševi koriste ultrazvučnu ehologaciju za orijentaciju u prostoru. Ipak, ova tvrdnja je prilično sumnjiva. Niko ne može sa sigurnošću da kaže čemu služi ehologacija kod miševa (ili se samo prave da znaju). Većina slepih miševa se hrani insektima. Tokom leta pevaju pesme, uglavnom tokom parenja. Ali sve ove pesme nisu čujne ljudskom uhu, budući da njihova frekvencija može da bude iznad granice našeg sluha od 20 kHz. Mogu takođe da uđu u stanje anabioze (mirovanja) tokom nepovoljnih uslova u spoljašnjoj sredini.

Leteća lisica vodi aktivan život i danju i noću. Njena ishrana se uglavnom bazira na voću, nektaru i cveću. Raspon krila leteće lisice dostiže i do metar i po. Iako njen let može da izgleda nespretno, ona vešto koristi sposobnost planiranja. Lisice nisu sposobne za anabiozu. Ne poseduju direktan vid niti koriste ehologaciju. Žive u jatima, konstantno se svađaju, bore, prave veliku buku i razne nestašluke.

Ako bi slepi miš i leteća lisica mogli da se sretnu i porazgovaraju, njihov dijalog bi mogao da izgleda otprilike ovako.

- Ja sam leteća lisica! A ko si ti?
- A ja sam slepi miš.
- Oh, sirota zverčice! Kako si samo ružan!
- Pogledaj sebe: odvratna, dlakava njuškica, krzneni trbuščić, kratak repić.
- Vidi kako su mi lepe uši, za razliku od tvojih smešnih krila!
- Ali zato ja imam ehologaciju. Iako i bez nje odlično vidim u mraku. Svi misle da se pomoću ehologacije može orijentisati u letu. Idiotizam! To je isto kao kad bi slepac tražio gljive u šumi pomoću štapa. A ja treba da jurim za leptirićima, a oni, znaš li,

¹ Direktan vid je sposobnost mozga da opaža stvarnost bez pomoći očiju, odnosno neposredno. Ova i druge sposobnosti se uče u školi Bronikova (bronnikov.ru). Direktno viđenje kod ljudi je san u budnom stanju. U običnom snu vidimo samo nerealizovani deo prostranstva varijanti. Direktno viđenje omogućava percepciju, bez pomoći očiju, kako metafizičkih, tako i fizičkih komponenti našeg sveta, uključujući i različite fenomene koji iz toga proističu. Sve ove sposobnosti su najjače blokirane, ali uz pomoć specijalnog treninga mogu da se razvijuju. Najlakše to uspevaju deca. Kod odraslih je prilično teško, ali je takođe moguće.

koliko su brzi!

– Zašto ti je potrebna ehlokacija?

– To nikoga ne treba da se tiče. Moja stvar.

– Super, srce, super! Samo nemoj da pukneš od bitnosti!

– Otkud bih? – mi smo tihi i skromni miševi, letimo veselo, radujemo se životu, a vi, drske lisice, samo galamite i svađate se. Verovatno ste ljute jer ste se rodile tako nezgrapne i nespretne?

– A zašto ti tako neprijatno cičiš dok letiš?

– Od zadovoljstva jer mogu da letim kako hoću.

– Ali ja takođe letim!

– Da, kao pas, samo kad bi imao krila:

Iznad šuma i polja,

Kada bih mogla da letim!

I psećim krilima

Našu zemlju osvetlim!

– Hajde, odleći odavde, inače bih mogla da te slučajno pojedem!

– Ništa od toga, draga. Ti si vegetarijanka.

I tako dalje. Baš kao što među vama postoje i leteće lisice i leteći miševi. Jer svi smo različiti, i svako ima svoje potrebe i interesovanja. Svako bira svoj nivo Slobode i Sile. Ali potrebe i strasti mogu vremenom da se menjaju. Danas jedne – sutra druge. I možda ćete jednog dana, kad se sretnete, jedni drugima reći ove reči, kao lozinku:

– A ja sam leteći miš!

– A ja sam leteća lisica!

– A ja sam miš!

– A ja sam lisica! Ali ako poželim, mogu da budem miš. Eto.

Rezime

- Kada čitate knjigu, čini vam se da možete upravljati stvarnošću kao svesnim snom. Ali kada se odvojite od knjige i uronite u istu tu stvarnost, shvatate da sve

nije tako jednostavno kao što se činilo.

- Stvarnošću se ne može upravljati jer je čovek potrošač, a ne kreator; prijemnik, a ne predajnik.
- Da biste nesvestan san pretvorili u svestan, morate da se iz prijemnika pretvorite u predajnik.
- Predajnik je onaj koji se ne povodi za stereotipima i konvencijama nametnutim od strane društva, već ima hrabrost da uspostavi svoje zakone i pravila.
- Da biste postali predajnik, morate da oslobodite svoju svest i povećate energetske nivo.
- Značajan deo svesti savremenog čoveka rezervisan je za sistem spoljašnjeg toka informacija, a još jedan značajan deo je blokiran proizvodima tehnogenog okruženja.
- Isti ti faktori izazivaju zarobljavanje i blokiranje energije.
- S godinama, svest postaje sve zamagljenija, a energija se sve više gasi. To dovodi do pojave „fenomena stare komode”.
- Procesi zarobljavanja i blokade energije i svesti u poslednje vreme pokazuju tendenciju spolja neprimetnog, ali veoma snažnog ubrzanja.
- Transurfing treba posmatrati kao holističko učenje koje se sastoji od tri osnovna elementa: našeg načina razmišljanja, ishrane i kretanja.
- Smisao je u tome da, dok postojimo u sistemu (Matriksu) koji nam iscrpljuje energiju i svest, istovremeno ostanemo nevezani za njega.
- Od sistema se možemo osloboditi samo na isti način na koji nas on vezuje, tj. delujući u suprotnoj fazi.
- Kada energija i svest dostignu određenu kritičnu tačku, svi ostali problemi će otpasti sami od sebe.
- Svako bira svoj nivo Slobode i Sile, u skladu sa svojim potrebama.



Beleške na marginama

Ponekad mi postavljaju pitanje: „Na internetu postoji mnogo kontradiktornih informacija o metodi Bronikova. Kako se prema tome treba postaviti?”

Ljudi su obično skloni da veruju onome što je napisano u sredstvima javnog informisanja, kao što je internet. Međutim, internet je jedinstven po tome što je istovremeno i riznica blaga i ogrom-na kanta za smeće. Zar vam to nikada nije palo na pamet? Tu, gotovo na istoj polici, nalaze se i pouzdane informacije i čiste laži. Jer, niko ne može sve to da kontroliše.

Što se tiče Bronikova, iz perspektive običnih ljudi, njegova metoda je toliko fantastična da jednostavno ne može da bude istinita. Zato neobaveštene osobe iznose razna spletkarenja kako bi opravdale, rekao bih, svoje neznanje. Koliko je samo besmislica napisano o Transurfingu?

U ZDRAVOM TELU – ZDRAVA TEŽINA

Naš fizički izgled može se ovako opisati: ili s blagom ironijom, ako imate višak kilograma, ili s ponosom, ako ste nosilac sportske figure. Ali šta zaista znači biti zdrav i kakvo bi zdravlje trebalo da bude? Ili da postavimo zanimljivije pitanje: da li uopšte tako nešto postoji?

U današnje vreme, apsolutno zdravih ljudi je izuzetno malo, ako uopšte postoje, jer je čovek prema svom telu suptilni sadista, kao da se namerno izlaže iskušenjima koja Priroda nije predvidela.

Jer, Priroda nije mogla da predvidi da će čovek početi da u sebe uliva alkohol, da se truje duvanskim otrovom, da priprema hranu na vatri, da se okružuje raznom hemijom, elektromagnetnim zračenjem i da, umesto aktivnog kretanja, za koje je njegovo telo, zapravo, bilo predviđeno, vodi pasivan način života.

Tako se ispostavlja da, ako preliminarna dijagnoza glasi da je pacijent više živ nego mrtav, konačna dijagnoza glasi da je najverovatnije bolestan, ali da zdrav sigurno nije. Čak i ako ga treba poslati u svemir.

Postoje dva lažna stereotipa

Prvi je: *bolest je kada nešto boli*. Međutim, ljudsko telo, budući da ima prilično veliki resurs, izjavljuje da ga nešto boli tek u poslednjem stadijumu, kada pređašnji način života više nije moguć. Drugi stereotip je: *bolesti mogu da izleče lekari i lekovi*. Pod bolestima nećemo smatrati povrede – one se više uklapaju u termin „kvarovi” koji se mogu popraviti. Ali nevolja je u tome što smo navikli da skoro sve bolesti „popravljamo”. Drugim rečima, da na hronične bolesti primenjujemo metode hitne medicinske intervencije.

Isto kao što ne možemo da popravljamo put tako što ćemo na proleće samo popuniti rupe, tako ne možemo ni telo da učinimo zdravim sporadičnim zakrpama. Međutim, lekari su prinuđeni da se bave upravo *takvim krpljenjem*: ne eliminišu uzroke, već stišavaju simptome. Povišen krvni pritisak – popij tabletu da se snizi. Ako se poveća temperatura – isto. Ako se pojavio kašalj – ućutkaj ga! Glava boli – umrtvi je! Zboleo je stomak – pritiskaj ga! Postoji mnogo načina da se telo prisili na ćutnju – čak i po cenu da hoda ošamućeno pod dejstvom tableta, samo da svojim jecajima ne

bi smetalo – ni svom vlasniku niti lekarima.

Šta nam još preostaje? Kako se može izlečiti čovek – dete Prirode, koje je prekršilo sve prirodne zakone? Pitajte bilo kog trezvenog lekara: da li se bolest može izlečiti pilulama, oblogama i čajnim mešavinama? Nikada! Možda na kratko gurnuti u neki ćošak. *Ne može se izlečiti. Ali, lečenjem se može kontinuirano baviti*, isto kao i krpiti puteve.

Koji je izlaz iz ove situacije?

Akademik I. P. Pavlov je voleo često da ponavlja: „*Organizam je samoregulišući i samoobnavljajući sistem*”. On će se sam izlečiti. Ali za to mu je potrebno stvoriti uslove koji su prirodni za njegovo normalno funkcionisanje, kao što je to Priroda predvidela.

Osnovni uslovi su prirodna ishrana i kretanje. O ishrani sam već više puta izneo mišljenje. Ovaj put ćemo govoriti o *potrebi za adekvatnim fizičkim opterećenjem*. U principu, svi znaju da je kretanje potrebno, to je dobro poznat stereotip. Ali zašto je potrebno baš kretanje, malo ko se zamislio nad tim, upravo zbog toga što se ova činjenica ne dovodi pod sumnju. *Sve što je jednostavno nije očigledno, i nije sve što je očigledno razumljivo*. Ovde ću se potruditi da dam kratak i jasan odgovor kako bi očigledno bilo i razumljivo.

Bolest je poplava

Bolest nastaje tamo gde, iz različitih razloga, dolazi do *poremećaja mikrocirkulacije krvi*, limfe i međucelijske tečnosti. Organizam kao samoregulišući sistem, prema Pavlovu, uvek usmerava tok „remontnih” resursa u područje gde se javljaju neke smetnje. I ako ti resursi na svom putu ne naiđu na prepreke, problem se obično otklanja. Ali kada propusna moć rečnog korita (mreže krvnih sudova) ne može da izdrži nagli priliv, dolazi do izlivanja, poplava, zastoja, **upala**.

Krvni sudovi – presušena korita

Kod ljudi koji vode pasivan način života, venska i kapilarna mreža je nerazvijena. Kapilari odumiru, vene atrofiraju. Zbog nezdrave ishrane se takođe začepljuju zidovi krvnih sudova, kao stare vodovodne cevi. Kao rezultat, ne presušuje sama reka (krvi

ima dovoljno), već njeno korito. Obilna reka se pretvara u tanak potočić ili potpuno presušuje. Iz toga proističe mnoštvo negativnih posledica.

Mišići – obalski veslači

Srce brzo pumpa krv samo kroz velike krvne sudove. Po manjim krvnim sudovima, uglavnom se premešta zahvaljujući kontrahovanju skeletnih mišića, zbog čega ih nazivaju *drugim srcem*. Za limfu i međucelijsku tečnost nije predviđeno zasebno srce, pa se kretanje ovih tokova u potpunosti oslanja na stanje skeletnih mišića – veslača duž obala krvnih sudova – reka.

Ono što se ne koristi, to i atrofira

Da, postoji takav neprijatan zakon Prirode i od njega se ne može pobeći. Ne postoji „status quo” – ili postoji razvoj ili degradacija. Otprilike do dvadesete godine, organizam se uglavnom razvija samostalno, ali se nakon toga situacija menja – ili vi ulažete napore u dalji razvoj ili bar održavanje dobre forme, ili postepeno propadate. Ako ne opterećujemo mišiće, veslači duž rečnih obala će oslabiti, a njihov broj će se smanjivati. Tela veslača u telu čoveka koji vodi pasivan način života, će se postepeno oblikovati tako da liče na njega – ili će biti masivni i nezgrapni, ili slabi i mlitavi.

Nijedan mišić nije suvišan

Priroda ne stvara ništa što je nepotrebno. Ako nešto postoji, znači da ima svoju svrhu, uključujući i mišiće kojima obično ne posvećujemo pažnju. Ali, kao što proizilazi iz gorenavedenog, ako neki mišići ne trpe opterećenje, oni atrofiraju. Nedovoljna fizička aktivnost (kao i pasivnost) dovodi do toga da se opterećenje raspoređuje neujednačeno: neki mišići se koriste češće, drugi ređe (ili se uopšte ne koriste). Na nekim mestima ima više veslača, na drugim manje, ili ih čak uopšte nema. Negde je „dolina Nila”, a negde mrtva pustinja. Da li je to normalno? Ne. Da li je to uobičajeno? Za savremenog čoveka – da.

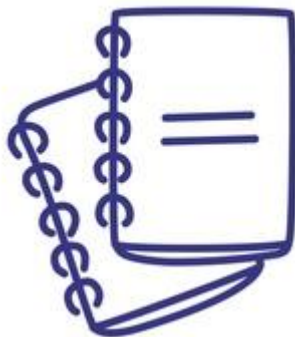
Šta preduzeti?

Zamislite da su „veslači” – vaša vojska, od koje zavisi vaša sigurnost, pa čak i vaš život. Ne smete dozvoliti vojnicima da „planduju” – treba ih stalno održavati u borbenoj gotovosti. Zapamtite: ili se razvijate ili propadate. Opterećenja moraju biti redovna, sistematična, ali ne i iscrpljujuća. Sve je dobro ako je s merom – i rad i odmor. Kretanje bi trebalo da pričinjava zadovoljstvo – ako to nije slučaj, telo je ozbiljno zatrovano i treba ga očistiti. Vežbe treba da budu maksimalno raznovrsne kako bi se razvijale sve mišićne grupe, bez izuzetka.

Kao što vidite, ne postoji ništa novo pod ovim Suncem – sve je jednostavno i očigledno. Ali sada je i *razumljivo*, zar ne? Kada se korita reka obnove, a veslači ojačaju, onda će vas napustiti bolesti, telo postati lepše, pojaviće se zdravlje, a telo će imati *zdravu težinu*.

Rezime

- U današnje vreme, apsolutno zdravih ljudi je izuzetno malo.
- Čovekovo telo se tek u poslednjem stadijumu oglašava bolom.
- Kod hroničnih bolesti smo navikli da primenjujemo hitne medicinske metode.
- Telo je samoregulišući i samoobnavljajući sistem.
- U većini slučajeva, ključni faktor koji izaziva bolesti je narušena mikrocirkulacija unutrašnjih telesnih tečnosti.
- Kod ljudi koji vode pasivan način života, atrofira kapilarna mreža limfnih i krvnih sudova.
- U malim krvnim sudovima krv i limfa se uglavnom kreću zahvaljujući kontrakciji skeletnih mišića, zbog čega ih nazivaju drugim srcem.
- „Status quo” ne postoji – postoji ili razvoj ili propadanje.
- Nijedan mišić nije suvišan.
- Vaši „veslači” su vaša vojska, od koje zavisi vaša sigurnost, pa čak i vaš život.
- Opterećenja moraju da budu redovna, sistematična, ali ne i iscrpljujuća.
- Vežbe moraju da budu maksimalno raznovrsne.



Beleške na marginama

Tehnosfera nam oduzima zdravlje, energiju, pažnju, svesnost, a na kraju i slobodu. Najčudnije od svega je što sve to vidimo, ali istovremeno ne primećujemo. Na primer, da li ste propratili kako su sintetički materijali, gotovo u potpunosti, neprimetno zamenili prirodne materijale tokom poslednjih dvadeset-trideset godina?

Da bismo ostvarili osnovni princip Transurfinga – izbor, nije uopšte neophodno da se ograničavamo samo onim što nam nameće tehnosfera. Dovoljno je samo biti informisan i imati nameru, a prirodna hrana ili odeća, prijatna duši i telu, može da se pronade u prostranstvu varijanti.

Postoji jedno zaboravljeno čudo – plavi lan. O njemu se može dugo govoriti. Ali sada nije vreme za reči – u tehnosferi ga treba tražiti i loviti kao blago, jer je odeća od lana biosferna oaza za telo.

TRANSURFING ILI TRANSGRESIJA?

Često mi stižu pisma sa oduševljenim reakcijama da „Transurfing radi!” Ali konkretnih priča u kojima se opisuje šta je tačno urađeno i koji je bio rezultat, ima malo. To govori o tome da ljudi brkaju nameravano i svesno upravljanje stvarnošću sa efektom sinhroniciteta, kada se nešto što nam privuče pažnju na neki čudesan način manifestuje u stvarnosti.

Međutim, ako ste, na svoje iznenađenje, prvi put primetili da se pojavila spontana veza između vaših misli i stvarnosti, to još ne znači da vaš Transurfing radi. Tačnije, on radi, ali sam za sebe, nezavisno od vaše volje. I to nije Transurfing, već nekontrolisan sinhronicitet – fenomen koji možete samo da posmatrate i da mu se divite.

Da biste počeli da upravljate ovim procesom, odnosno naučili da sami sebi s namerom priuštite pripremljena „iznenađenja”, potrebno je, kao što sam već rekao, da *promenite svoj način razmišljanja*, „prešaltate” u glavi šemu tako da pasivni prijemnik postane predajnik, da pređe u *režim odašiljanja svojih namera*.

Može se pojaviti pitanje: koliko često i koliko dugo treba biti u režimu odašiljanja? To je kao da pitate koliko dugo morate da veslate u čamcu da biste održali isti kurs u stalno promenljivom toku. Čim spustite vesla, odmah vas odnosi struja spoljašnjih okolnosti koje ne stvarate vi. Život vam postaje zavisn od tuđeg scenarija i scenografije, a ne vaše stvarnosti. Vaša vesla završavaju u rukama aktivnijih saputnika. To je situacija u kojoj se nalazite.

Zato je neophodno nastojati da *sliku svoje stvarnosti u spoljašnji svet odašiljete neprekidno*, u direktnom ili pozadinskom režimu. Čak i ako samo odmarate, šetate, čitate, gledate ili slušate tuđe filmove i emisije, prikazivanje vašeg sopstvenog filma i emitovanje vašeg radio-programa ne smeju da se prekinu. Vi sami bojite svoj svet kako želite. Ako to zaista želite. Šta god da se dešava u stvarnosti, samo ponavljajte svoje, kao u poznatoj pesmi:

*Narandžasto nebo, narandžasto more,
Narandžasto zelenilo, narandžasta kamila.
Narandžaste mame narandžastoj deci,
Narandžaste pesme narandžasto pevaju.*

I kod vas će na primer biti: narandžasti policajci, narandžasti službenici, šefovi,

budale, putevi, bilo koji problemi – sve je naranđasto! Znae kako će odmah biti veselo! Jer, ma koliko bili mutni oblaci, nikad ne treba da zaboravite da iznad njih neprekidno isijava plavo nebo. Ili, ako želite, narandžasto.

Ovo je na neki način „objašnjenje magova” u pojednostavljenom obliku. U osnovi, bilo koja ulazna informacija može da izazove neku vrstu analogije i veze s vašim unutrašnjim svetom. Ako ste u režimu prenosa, onda se podaci na ulazu „predajnika” pretvaraju u asocijacije, a na izlazu iznose deklaracije vaše namere. Samo postavite cilj da, dok gledate tuđe slike, lovite asocijacije i istovremeno vrtite svoj film – deklarišete nameru svog „narandžastog sveta”.

Ako je kod njih sve sivo – kod mene je narandžasto. U tom svetu postoje neki problemi – ali u mom svetu ih nema. Ti ljudi žive unutar određenih ograničenja – ali to me se ne dotiče. Slavne ličnosti stvaraju remek-dela – i ja takođe nešto umem. Kako su lepi, snažni, hrabri – ali i ja imam svoje vrline. Evo, to neću pustiti u svoj svet – ali ovo je moje.

Ili usklađivati svu dolaznu informaciju sa opštim ciljem koji ste postavili. Na primer, ako jako želite da što pre imate svoju kuću, treba da neprestano vrtite prenos emisije „Moja kuća i ja u njoj”. Kada vidite u stvarnosti, na filmu ili na televizijskom ekranu neke kuće, uporedite ih sa svojom koju biste želeli da imate – sličnu ili drugačiju – i odmah je crtajte u svojoj mašti. Ako u reklamama ili prodavnicama vidite neke lepe stvarčice, odaberite ih za svoj dom, makar samo razmišljajući o njima. Kad vidite razna lepa mesta u svetu, zamislite gde biste sami želeli da živite. Obojite ceo taj svet bojama svoje mašte, potpuno ozbiljno i odlučno, ne obazirući se na „čiku”, koji, kao u pesmi, kaže da „to neće ići tako”. To ne ide kod njega. Kod vas će ići.

Za nekoga, boravak u ovom režimu prenosa može da deluje prilično naporno i opterećujuće, možda čak i nepotrebno. Naravno, sve zavisi od postojanja cilja u životu, kao i od snage želje da se on dostigne. Što se tiče opterećenosti, to je stvar navike. Ono što postane svakodnevna navika, prestaje da opterećuje. Promena načina razmišljanja u režim odašiljanja može da otpočne od najjednostavnijeg. U Transurfingu postoji veoma moćan, a istovremeno jednostavan princip koordinacije namere. Podsetimo ga se.

Ako odlučite da negativnu situaciju posmatrate kao pozitivnu, tada će se stvari zaista tako i odvijati. Zapamtite: koliko god da je tre-nutno loše, pred vama je neko veoma prijatno iznenađenje, pod uslovom da u datom trenutku sačuvate koordinaciju. Zašto se tako dešava?

Čovekov život, kao i svako drugo kretanje materije, predstavlja lanac uzroka i

posledica. Posledica je u prostranstvu varijanti uvek blizu svom uzroku. Kao što jedno proizilazi iz drugog, tako se i susedni sektori prostranstva raspoređuju u liniji života. Svaki događaj na liniji života ima dva ogranka – ka povoljnoj i nepovoljnoj strani. Svaki put kada se suočite sa određenim događajem, birate kako ćete se prema njemu odnositi. Ako posmatrate događaj kao pozitivan, dospevate na povoljnu granu linije života. Međutim, sklonost ka negativnosti vas tera da izražavate nezadovoljstvo i birate nepovoljan ogranak. Čim vas nešto iznervira, sledi novo neprijatno iskustvo. Tako se događa da „nesreća nikad ne dolazi sama”. Ali niz neprijatnosti ne sledi samu nesreću, već vaš odnos prema njoj. *Zakovitost se formira izborom koji napravite na raskrsnici*. Princip koordinacije namere vam daje mogućnost da uvek izaberete srećnu liniju života.

Zašto ponavljam ono što vam je već poznato? Zato što između *znati* i *delovati* postoji duboka provalija. Složićete se, dobro poznajete princip koordinacije namere, ali ga ne primenjujete, zar ne? To nije deo vaše svakodnevne navike. Inače, ne biste imali jako puno problema koje navodite u pismima. Znajući i razumevajući sve, vi i dalje negativno reagujete na negativne događaje i okolnosti – to vam postaje navika. I ta nesvesna navika, a ne svesna, upravlja vašom stvarnošću.

Želim da razjasnim zašto je princip koordinacije zaista potrebno koristiti. Da bismo to učinili, razmotrimo fenomen koji se na prvi pogled ne odnosi direktno na ovu temu – *déjà vu*. To je situacija kada niz okolnosti ukazuje da se nešto slično već desilo ranije. Karakteristično za *déjà vu* je da je čovek gotovo siguran, ali ne može tačno da se seti gde i kada se sličan događaj odigrao. Obično se događaji iz prošlosti brkaju i nemoguće je odrediti da li je to rupa u sećanju, ili zbrka u samoj stvarnosti.

Mogu se navesti dva moguća uzroka ovog fenomena. Prva varijanta: *déjà vu* se dešava zato što se neki sličan događaj već odigrao u snu. Često se ne sećamo šta smo sanjali, ali kada se u stvarnosti sretnemo sa sličnim uslovima i okolnostima, u našem sećanju ispliva nejasan, ali veoma intenzivan osećaj ponovnog proživljavanja.

Druga varijanta: Tokom života, čovek neprestano prelazi s jedne linije na drugu. Dve linije života, kao dve filmske trake, mogu da imaju različite događaje u prošlosti. To je kao kada bismo spojili dve različite trake čije se priče razlikuju do tačke spajanja. U retkim slučajevima scenariji mogu suštinski da se razlikuju. Reklo bi se da takvi prelazi treba da dovedu do narušavanja uzročno-posledičnih veza, ali obično ne dolazi do vidljivih sukoba, već se dešava nešto poput „nesporazuma”, kada nije jasno da li je

čovjek nešto pobrkao ili se zaista dešava nešto neuobičajeno. U svakom slučaju, ne uspeva ni da se potvrdi niti opovrgne nerazumljiva situaciju, odnosno da se stvarnost uhvati „na delu”. Ispada da se čovek seća da je na prethodnim kadrovima filmske trake bilo jedno, dok mu okruženje, tj. oni koji nisu „preskakali” s jedne trake na drugu, tvrde da toga nije bilo, već da je bilo sasvim drugačije.

Odatle proizilaze nova pitanja o prirodi ljudske memorije. Pretpostavimo da proces pamćenja predstavlja povezivanje s trakama koje se čuvaju u prostranstvu varijanti. Tada se postavlja pitanje: da li čovek „gleda” baš svoju traku, koja je nastala u rezultatu brojnih spojeva prilikom prelaza s jedne linije na drugu, ili može da se poveže sa očuvanim delićima tih traka koje ranije nije prošao? Generalno, u svemu ovome lako možemo da se zapletemo.

Zbrka se ne javlja samo u životu, gde se sve može pripisati nesavršenstvu ljudske psihe, već i u laboratorijama fizike. Princip neodređenosti Hajzenberga, poznat iz kvantne mehanike, demonstrira tu lukavu stranu stvarnosti – ona ne dozvoljava da je „uhvatite za ruku”, izmiče na svaki način kada pokušate da je pritisnete uza zid i pažljivo je osmotrite.

Jedan takav karakterističan primer zbrke, sličan *déjà vu*, navodi se u knjizi Siderskog i Privalova „Oko Preporađanja za novi eon”. Tamo se događa ono što autor naziva *transgresijom* iz jednog života u drugi. Naime, čovek, koji je bio naučni saradnik na zatvorenom (režimskom) preduzeću u Sibiru, iznenada se probudio u drugoj stvarnosti gde je oženjen ženom koju i poznaje i ne poznaje, a bavi se potpuno drugim poslom koji i zna i ne zna. „Transgresor” je imao potpuno jasan osećaj da je u istom telesnom obličju, dok je u isto vreme proživljavao dva potpuno različita života. Znajući gde se tačno nalazi mesto tajnog preduzeća, on odlazi u Sibir, ali na tom mestu ne pronalazi ništa. Isto tako, Karlos Kastaneda je pričao o sličnoj situaciji kada je skočio s litice u provaliju, a zatim se probudio u svom stanu u Njujorku. Drugim rečima, došlo je do „kratkog spoja”: teoretski, morao je da pogine, ali je zapravo preskočio iz jedne stvarnosti u drugu – našao se na onoj liniji na kojoj je živ.

Ne želim da donosim sud o istinitosti onoga što je izloženo u knjigama, ali u životu su mi se desila dva neverovatna svedočanstva o putovanjima kroz prostor i vreme. Iako stvarnost, kao i uvek, izmiče i ne pruža jasne odgovore na pitanja: da li se to stvarno desilo ili nije, na koji način i zašto. Jedino što je sigurno je sledeće: transgresija, kao premeštanje između pojedinih linija života, bliskih ili udaljenih, zaista postoji. Štaviše, to se stalno dešava s nama – svaki put kada na *raskrsnici donosimo novu*

odluku.

U mom životu se ponekad dešavalo nešto slično. Evo jednog davnog sećanja.

Zaboravila si svoje rukavice kod mene. Tačnije: zaboravila ili si ih namerno ostavila da bi se vratila? Imao sam neki čudan osećaj da se nešto dogodilo među nama, ali nisam bio u potpunosti siguran da li je to bilo u snu ili na javi.

Dan pre toga, kod mene je bila žurka naše vesele družine. Sećam se kako smo ti i ja izašli na terasu na kojoj nije bilo nikoga, da bismo zapalili cigaretu, i odjednom smo bez ikakvog razloga počeli da se ljubimo, i to prilično strastveno. Međutim, na moju sramotu, te večeri sam toliko popio da sledećeg dana nisam mogao da razlikujem stvarnost od snova. Kada smo se sreli, gledala si me nekako čudno, ali istovremeno po tvom ponašanju nisam mogao da zaključim da li je među nama bilo nešto ili je to plod moje mašte. Pitao sam te da li si zaboravila rukavice kod mene i da li bi možda svratila. Odgovorila si: „Možda”, i gledala me nekako čudno. Ništa ne shvatam. I ne mogu tačno da kažem jer se uopšte ne sećam, ali ni ti ništa ne govoriš. Kao da je bilo, a opet i kao da nije. Uvalio sam se u probleme. Moram da smanjim alkohol.

Nakon što je mamurluk konačno prošao, u sećanju mi je iskočio još jedan bljesak, intenzivniji od prethodnog. Ponovo se ljubimo, ovog puta u hodniku, oboje izbezumljeni od strasti. Ti, obično tako mirna i uravnotežena, žurno skidaš svoje cipele, a meni pokušavaš da skineš košulju... Dalje se ne sećam. Opet praznina. Šta se zapravo desilo? Ne, sa sigurnošću tvrdim da treba manje piti.

Prošla su dva dana. Ne dolaziš po rukavice. Znači, nisi ih ostavila, već si ih zaboravila? I sve je to bio samo san? Čini se pomalo smešno. Odakle to? Ti imaš drugog, a ja imam drugu. Nisam imao takve misli, niti nameravao da budem neveran. Zašto? Odlazim na službeni put. Tamo sam zatrpan drugim problemima. Déjà vu odlazi u drugi plan. Vraćam se kući. Tvoje rukavice su nestale. Sada sam stvarno u ćorsokaku.

Na koji način se to moglo desiti, tek sada shvatam. Došlo je do transgresije s jedne linije života, gde je zaista nešto bilo i moglo je da ima nastavak, na drugu liniju, gde nije bilo ničega, ni u prošlosti ni u budućnosti. Spajanje se desilo na raskrsnici, u trenutku kada sam doneo odluku: „Ništa nije bilo”. Ipak, nisam uspeo da uhvatim stvarnost za ruku, odnosno saznam gde su i kako su nestale rukavice. A evo još jedne priče, iz nedavne prošlosti.

Zima je, mraz. Spremam se u šupu po drva za kamin. Treba da stavim telefon u džep, očekujem poziv iz izdavačke kuće. U istom trenutku mi nešto odvlači pažnju i zaboravljam na njega. Izlazim iz kuće. Napipavam telefon u džepu. Dobro je, nisam ga zaboravio, tu je. Gde bih mogao da ga stavim a da ne smeta? Ne, nije trebalo da ga ponesem, dok se budem bavio drvima, može da se ošteti. Treba ga izneti. Opet mi pažnja luta. Komšijski mačak je narušio moju teritoriju. Teram ga. Pakosnik se navikao da obeležava moja vrata. Konačno, bacam se na posao s drvima. Tada se setim telefona. Treba da ga izvadim. Pretražujem džepove. Nema ga. Eto. Aha, ispao mi je dok sam jurio za mačkom. Dobro, pronaći ću ga kasnije. Opet mi pažnja skreće na nešto drugo. Vraćam se kući. Telefon leži na stolu.

Očigledno, ponovo se desilo preklapanje. Ovaj put mogu da se zakunem da sam jasno opipao telefon u džepu. Kako je mogao da završi na stolu? Verovatno je došlo do neke spontane eksplozije moje energije, jer je za takvu očiglednu transgresiju „usred bela dana” potrebna značajna energija. Sada, kada mi je energija na visokom nivou, elektronski uređaji ponekad iznenada počinju da otkazuju. A već dugo ne konzumiram alkohol.

Ukratko, zašto sve ovo pričam. Déjà vu je nekontrolisan fenomen, *dešava se* slično nesvesnom snu. Sve dok nesvesno, kao u delirijumu, donosimo ključne odluke na važnim raskrscima, i tako glupo, kao školjke, reagujemo na sitne svakodnevne neprijatnosti, naš život predstavlja nekontrolisanu transgresiju duž neuspešnih linija života. Međutim, ako naučimo sebe da poštujemo princip koordinacije namera u svakoj situaciji, naša stvarnost počinje da klizi na talasima sreće. I to više nije transgresija, već Transurfing.

Sva draž koordinacije leži u tome što ona ispravlja stvarnost na najoptimalniji način – ne morate posebno da se trudite oko oslikavanja svog sveta. Na primer, želite da sve bude dobro i kako treba, ali ne znate kako to dobro izgleda. Nema problema. Nije obavezno da mnogo razbijate glavu oko toga. Jednostavno usvojite naviku da se svaki put kada nešto ne ide onako kako biste želeli, odmah probudite i svesno preokrenete neprijatnost u prijatnost. Za takve situacije trebalo bi da imate svoje uspostavljene specifične načine reagovanja.

Oh, divno! Kakav će radostan događaj da usledi nakon ovoga?! Oho, čeka me neko prijatno iznenađenje! Hajde da vidimo! Kakva sreća, zaista neverovatno! Desila se velika radost! Desila se velika sreća! Kako se sve predivno poklopilo! Kakva sjajna

prilika! Da, ovo je moja šansa! Moj svet me je zaštitio od još većih nevolja! Oh, kakvo zadovoljstvo! Pa, zaista sjajno! Jedva čekam poklone i čestitke!

Sve ove „neumesne“ uzdahe treba da izgovarate (u sebi ili glasno, nebitno) svaki put kada se desi bilo kakva neprijatnost, čak i najmanja, ili kada se scenario koji ste zamislili na neki način poremeti. Naučite da uživate u lošem vremenu, redovima, gužvama, problemima, svakoj negativnosti. Ova vrsta mazohizma postepeno će pročistiti nebo iznad vašeg sveta. Trebalo bi samo da se zapitate kakvu korist će vam doneti određena frustrirajuća okolnost. I tako će biti – sami ćete to mnogo puta iskusiti. Potrebno je samo uložiti neki početni napor da bi koordinacija postala navika, deo vašeg **Ja**. I tada će sve biti kako treba. To je prvi korak na putu od prijemnika do prenosnika.

Rezime

- Ne treba mešati namerno i svesno upravljanje stvarnošću sa efektom sinhronizacije.
- Ako se pojavi spontana veza nastala između vaših misli i stvarnosti, to još ne znači da vaš Transurfing radi.
- Da biste počeli da upravljate ovim procesom, treba da preoblikujete svoj način razmišljanja tako da pasivni prijemnik postane predajnik, pređe u režim odašiljanja svojih namera.
- Potrebno je da težite da stalno odašiljete sliku svoje stvarnosti u spoljašnji svet, bilo direktno ili u pozadinskom režimu.
- Koliko god oblaci bili tamni, uvek treba da zapamtite da iznad njih neprestano sjaji čisto nebo.
- Postavite sebi za cilj da kad posmatrate tuđe slike, lovite asocijacije i istovremeno vrtite svoj film – deklarišete nameru svog „naran-džastog sveta“.
- Usklađujte svu dolaznu informaciju sa svojom ciljnom tačkom.
- Promenu načina razmišljanja u režimu odašiljanja možete da započnete sa koordinacijom namere.
- Kada odlučite da događaj koji deluje negativno posmatrate kao pozitivan, tada će sve i biti tako.

- Transgresija nam se neprestano dešava – svaki put kada donosimo odluku na novoj raskrsnici.
- Naučite da uživate u lošem vremenu, redovima, gužvama, problemima, svakoj mogućoj negativnosti.

DEČJI OTISAK

Nastavljam temu iz prethodnog poglavlja u kome je bilo reči o koordinaciji namere. Bojili smo u narandžastu boju događaje i okolnosti koji navodno imaju negativnu nijansu. Međutim, u našoj moći je da svaki neprijatan trenutak (ili bar gotovo svaki) pretvorimo u prijatan. Preostaje nam da primenimo isti princip u odnosu na ljude i njihove postupke.

Sada diskutujemo o tehnologijama čišćenja našeg sveta od nepotrebnog otpada. Ako ste приметили, Transurfing se ne bavi „lečenjem” problema, već eliminiše njihove uzroke, presecajući gordijeve čvorove jednim zamahom. Štaviše, ne treba tražiti čak ni uzroke određene situacije – to bi predugo trajalo, a možemo i da se zapetljamo. Najbolje što možete učiniti da olakšate svoj dalji put je da se oslobodite stvari koje generišu iste te uzroke. Tada će se i trenutni problemi sami od sebe rešiti, a novi se neće pojaviti.

Drugim rečima, ne treba gledati u prošlost, čak ni u sadašnjost, već u „ciljanu budućnost”. Nastavljati napred, bez obzira šta ostaje iza vas. Jer stići ćete jedino tamo gde je usmerena vaša namera. U *ovom kontekstu*, poznata izreka „živi u sadašnjem trenutku” nije sasvim tačna. U sadašnjem trenutku *nema nikakve Sile* – Sila se krije u *trenutku koji prethodi* – baš taj trenutak nosi sa sobom tok ostvarenja vašeg sna na javi. Ali o tome ćemo razgovarati kasnije, za sada je to samo informacija za razmišljanje.

Dakle, ako se setite devojčice koja je bojala svoj svet u narandžastu boju, možete da se zapitate: kako to postići u praksi? Srećom, ovde nisu potrebne posebne veštine i naponi – svet sam dobija radosne nijanse ako se primeni princip koordinacije namere, kako prema situaciji, tako i u odnosu na dela i postupke drugih ljudi.

Oni čija je svesnost sada probuđena, odmah će negodovati: „Dela i postupci su jedno te isto.” E, u tome i jeste stvar, što smo navikli da bez ikakvog povoda napadamo, prekorevamo i osuđujemo druge zbog najmanje greške, a za veću grešku odmah vređamo i oštro kritikujemo. To se radi automatski, kod većine je to bukvalno bezuslovni refleks. Čim nešto nije kako treba ili nam se ne dopada, odmah se negde u glavi pali crvena lampica „A–a–a!” i krećemo, bilo u pismenoj bilo usmenoj formi izražavanja.

Pogotovo na internetu, gde nas sigurno niko neće uhvatiti za kragu i šutnuti u

zadnjicu. Za kritičare svih fela je to pravi raj.

Ma koliko govorili o mirnom prihvatanju kritike, u stvari, u njoj nema ništa dobro ni za koga – ni za sam objekat, niti za osobu koja je upućuje. U najmanju ruku, to *uvek* izgleda *ružno*.

Ako ste sada u harmoničnom raspoloženju, pokušajte da objektivno zamislite kako izgleda osoba koja psuje nekoga ili nešto, iskazuje svoje neslaganje, izražava nezadovoljstvo. To zaista izgleda ružno, i to potpuno nezavisno od toga da li je takva reakcija opravdana ili ne. Ali tada se postavlja pitanje zašto ljudi tako često nastupaju u toj neprivlačnoj ulozi?

To je zato što je u naš mentalitet od ranog detinjstva usađena ideja da ako nas neko od odraslih samouvereno i besno grdi, to znači da je on u pravu, da smo mi negde pogrešili, da nešto ne radimo kako treba i da su samim tim oni bolji od nas, a mi se osećamo malim i nesposobnim, manje vrednim od njih – gori. Razumete? Ali ipak, niko ne želi da bude manje vredan od bilo koga drugog. I tako se od malih nogu izgrađuje šablonska reakcija: ako ne kritikuju tebe, već si ti taj koji kritikuje, to znači da si u pravu, da si bolji, iznad onih koje kritikuješ.

Ako malo bolje razmislimo, ta reakcija je prilično primitivna, na nivou nižih beskičmenjaka. Ali, ona stvara privid makar privremene nadmoći i na neki način nas uzdiže nad drugima.

Međutim, treba biti svestan da je to samo iluzija, pri čemu ona izgleda uzvišeno samo iznutra, ali posmatrano sa strane, uvek je slabo privlačna.

Na primer, ako pogledamo internet, s obzirom da on zauzima značajno mesto u našoj stvarnosti i zapitamo se: kako izgleda kritičar (a takvih je mnogo), koji želi samopotvrđivanje? On je ništa drugo do dvorišni psić s podignutim repom, koji je tamo zalajao, ovamo podigao šapu, tu napakostio... Uzmimo da je ponekad čak i u pravu. Ali kakva je poenta? Za razliku od poenti velikih ljudi, on se pojavi, napravi kaos i profitira.

Samo je pitanje šta će korisno postići i kakve će tragove ostaviti iza sebe? Tragovi onih koji su bili izloženi kritikama će sigurno ostati, jer se oni, uglavnom, ne bave tričarijama. A šta će ostati posle njega? Pre ili kasnije, sneg otopljen prolećnim suncem će otkriti „umetnička dela”, a letnji pljusak temeljno odstraniti sve ono što ne raduje oko.

Prinuđen sam da se bavim ovakvim neprijatnim prikazima samo kada je to neophodno, da bih razbio dečji otisak i dao ilustraciju realnog stanja stvari. Međutim, neprivlačnost nije jedino što karakteriše primitivnu reakciju nezadovoljstva. Postoje

još tri važna razloga zbog kojih se tome treba odupreti.

Prvi je *efekat bumeranga*. Šta god da bacite u ogledalo, sve će vam se vratiti nazad, i dobro i loše. Iz toga proizilazi jasan zaključak: ne treba bacati ono što ne biste želeli da vam se vrati nazad. Obratite pažnju kad nekoga osuđujete, jer ćete se nakon nekog vremena i sami naći u situaciji optuženog po istom pitanju. To se često dešava. Ređe, ali takođe neizbežno, bumerang se vraća u drugom, promenjenom obliku. Mogu da vas osude zbog nekih drugih vaših postupaka. Ili ćete se suočiti s nekom izuzetno neugodnom smetnjom koju nećete moći logički da povežete s kamenom ranije bačenim u tuđe dvorište. Zašto se čudite „Odakle toliko nesreće?“, kada okolo bacate drvlje i kamenje na svakoga, a onda dobijate odgovor u vidu kiše bumeranga, od kojih morate da se branite. Naravno, nije sve tako fatalno i jednoznačno, ali je sigurno zakonomerno. Eto kako ovaj naizgled bezazlen dečji otisak uzrokuje mnoge konflikte, od porodičnih svađa, pa do ratova među zvezdama.

Drugi razlog je *efekat ogledala*. Ogledalo nepristrasno konstatuje sadržaj odnosa, ignorišući njegov smer. Svejedno mu je da li ispoljavate odobravanje ili osudu – ono jednostavno reflektuje vašu poruku. Ali u drugom slučaju, taj odraz pada na vašu stvarnost kao još mračnija senka, budući da se osuda uvek izražava sa emocijama, u jedinstvu duše i razuma. Ispoljavajući nezadovoljstvo i neprihvatanje, još više zagađujete svoj svet. Kakva je traka koja se vrti u projektoru, takav se film i prikazuje.

I na kraju, treći razlog – *možda niste u pravu*. Kada se obrušite na nekoga s kritikom, gotovo sigurno grešite, jer ne možete da imate sve informacije o tome zašto ta osoba radi nešto na način koji ne odgovara vašim željama. Šta biste vi uradili da se nađete na njenom mestu? U svakom slučaju, nemoguće je znati sve tuđe okolnosti, uslove i motive. Mnogo toga u ovom svetu je vrlo relativno, uz retke izuzetke.

Uzmimo kao ilustraciju kritiku koja je upućena meni. Ponekad me optužuju da sam u ezoteriju uneo „kuhinjski pribor“ koji nema nikakve veze s njom. I uopšte, da nije muški posao baviti se kuhinjom. Nije me to pogodilo, ali je čudno posmatrati iz kojih pozicija pokušavaju da donose osude. Usput rečeno, nije na odmet ponekad ne razmišljati pravolinijski, već „vertikalno“, kako razmišljaju „plavuše“ (ovde ne mislim ni na koga niti na bilo šta konkretno). Nelinearni i nelogični koraci u rešavanju složenog problema, koji se „čine nebitnim“ često vode do prosvetljenja. A što se tiče „nemuškog zanimanja“, i tu je sve relativno.

Sećam se kako u vojsci nismo voleli one koji nisu umeli ništa da rade. Na one koji su navikli na usluge mama i dadiljanje, se ne možete osloniti, i s takvom osobom

nećete ići u izviđačke misije. Ne znam kako je sada, ali u moje vreme smo sve morali sami da radimo, uključujući i pripremu hrane. Bilo je situacija kada smo morali sami sebi da obezbedimo hranu u zimskim šumama. Na primer, teško je pogoditi zeca iz „kašike” („kašika” je metak za pušku tipa „kalašnjikov”), a potrebno je i vreme da ga pronađete. Ali postoji jedan surov trik. Napravi se petlja od sajle (telefonski kabl sa čeličnim žicama) i veže se za granu iznad zečje staze. Zec noću trči svojom stazom, ne obraćajući pažnju na petlju, ali zadnjom nogom zapinje za žicu i ona se zateže. Do jutra ga pronalazite već smrznutog, na crvenom snegu, s nogom isečenom do kosti petljom. On pre bira da se bori do kraja i umre osećajući najjači bol, nego da čeka onoga ko će doći po njega. Kada se za kukavice kaže „zečja duša”, poređenje je nepravedno. Po snazi duha, zec nije slabiji od vuka. Sve je relativno.

Dakle, suština svega rečenog je da, izražavajući nezadovoljstvo bilo čime ili kritikujući bilo koga – vladu, državne službenike, fudbalere, vremenske uslove, kolege, komšije, ukućane, a da ne govorimo o deci – odašiljete u ogledalo sveta neprivačnu sliku i dobijate odgovarajuću stvarnost u odrazu. Emitovati na radio frekvenciji „Talas sreće” ili „Kanalizacioni odvod” – pitanje je svesnog (ili nesvesnog) izbora.

Naravno, ne govorimo o tome da se uopšte ne treba suprotstavljati, pružiti nekome otpor, braniti sebe ili nekoga kada je to zaista potrebno. Najvažnije je da vašim odnosom i delovanjem ne upravlja nesvesni otisak, već svesna namera. Svuda i stalno se susreću situacije u kojima nije potrebno ispoljavati negativnu reakciju. Zašto kritikovati ono što se vas direktno ne dotiče ili čoveka koji vam lično nije učinio ništa nažao? Ne možete da promenite *ono što se već desilo* u ovom svetu, kao što ne možete da utičete na film koji gledate na ekranu. Ali imate moć da promenite filmsku traku. Baciti se na ekran ili podešavati projektor su potpuno različiti načini postojanja, i ponovo, pitanje ličnog izbora.

U mnogim slučajevima bolje je jednostavno zaobići stvari koje izazivaju negativne emocije, ne posvećivati im previše pažnje, ne uzimati k srcu ono što ne biste želeli da se nađe u vašem sloju sveta. Jer, čim dozvolite nekome ili nečemu da vam privuče pažnju negativnošću, ona će odmah ući u vašu stvarnost.

Ako pak niste uspeli da ih zaobiđete i upali ste u emocionalnu zamku, ne treba da se na silu suzdržavate – to je beskorisno. Morate da znate da ne treba upravljati emocijama, već odnosom. Vaš odnos uvek može da se preokrene ako uključite svesnost.

Na primer, umesto da nekoga kritikujete, pozabavite se suprotnim – pohvalite ga.

Činovnici su vas iznervirali? Pogledajte ih iz drugog ugla. Kako su marljivi! Trude se! Policajci vas zaustavljaju na putu? Ah, kako su pažljivi! Kako se samo brinu o mojoj bezbednosti na putu! Dosadne komšije su vas izmučile? Oh, kako su originalni! Kreativni ljudi! Fudbaleri vam ne donose radost? Ali zato perfektno trče po terenu! Kako su sjajni! I dresovi su im prelepi! Kolege na poslu su vas uvredile? Pomogle su vam da se probudite i nešto shvatite! Veoma sam vam zahvalan! Hvalite sve što vam padne na pamet. Za svaku negativnu poruku uvek možete da pronađete barem „podsmešno–prijateljski” odgovor. Predivno! Očaravajuće! Ili kao što kaže Eločka-ljudožderka – kolosalno! (lik iz ekranizovanog ruskog romana *prim. prev.*). Neka klatna budu ljuta – ostaće praznih ruku.

Kako god bilo, *tolerancija* i *milosrđe* su vrline kraljeva. Zar ne?

I još jedna mala napomena – u vezi s kretanjem kroz tok varijanti. U svakodnevnom životu često se susrećete sa situacijama u kojima vam ljudi povremeno upućuju neke primedbe, daju savete ili jednostavno iskazuju svoje mišljenje. Sve ove sitnice mogu da deluju nebitno, ali zapravo nisu. Morate znati da ljudi oko vas, za razliku od vas (ako ne spavate u budnom stanju) prebivaju u dubokom snu. Njih pokreću snovi i oni najvećim delom *plivaju* nizvodno, samo povremeno pokušavajući da nešto promene. Vaš zadatak nije da plivate, već da se *svesno krećete* u toku, koristeći njegovu snagu i obraćajući pažnju na usputne znake.

Dakle, ti znaci mogu da budu uzgredne primedbe, pogotovo ako je očigledno da se izgovaraju bez namere, već kao *usputno*. U takvim slučajevima će biti veoma korisno da prevaziđete trenutni poriv da budete tvrdoglavi, protivite se ili ih odbacujete. Naravno, nije obavezno da odmah poslušate svaki savet, ali вреди ga zapamtiti. Za muškarce: uvedite sebi novo pravilo – *poslušajte ženu i uradite kako vam je rekla*. Shvatate o čemu govorim? Kod muškaraca ovo retko funkcioniše, jer ih više vodi razum nego intuicija. Za žene: *treba ga pažljivo saslušati i pohvaliti*. Zaista si divan! Moj savet: nije obavezno raditi ono što govori, ali вреди pohvaliti. Muškarci vole kada ih slušaju i hvale, tada će sve oprostiti. I naravno, ono što govore nesvesno, treba primiti k znanju, jer to može biti putokaz – mudra sugestija iz toka varijanti koja se kreće optimalnim putem. *Sačuvajte vedrinu ka-da se oko vas odvija kolektivni nesvesni san i doživite to kao uzbud-ljivu avanturu*.

I na kraju: da bi sve to funkcionisalo, potrebno je usvojiti naviku da uključite svesnost u pravom trenutku. Svaki put kada vam nešto ne odgovara i postoji razlog da se prepustite negativnoj reakciji, ulovite sebe u tome. Upalila vam se crvena lampica

u glavi? Aha! Aktiviran je režim posmatranja. Šta treba da radite? Znete i sami. Ne odmah, ali uz odgovarajući napor, nakon niza neuspelih padanja u san, postepeno ćete steći potrebnu naviku i prethodni nesvesni otisak će prestati da upravlja vašim životom. Sa iznenađenjem ćete otkriti da je sve manje i manje razloga za nezadovoljstvo oko vas. Vaš svet će se očistiti i zablistati u toploj narandžastoj boji.

Rezime

- Svet poprima radosne nijanse ako primenjujemo princip koordinacije namere kako prema situaciji, tako i prema delima i postupcima drugih ljudi.
- Još od ranog detinjstva, u naš mentalitet je usađen obrazac: ako nas neko od odraslih samouvereno i besno kritikuje, to znači da je on u pravu, a da mi nešto radimo pogrešno.
- Još od malih nogu nam se razvija šablonska reakcija: ako ne kritikuju tebe, već ti kritikuješ druge, znači da si u pravu, da si bolji i iznad onih koje grdiš.
- Sve što bacate u ogledalo, vraća vam se nazad, i dobro i loše.
- Izražavanjem nezadovoljstva i neprihvatanjem, zagađujete svoj svet.
- Kada se obrušite na nekoga s kritikom, gotovo je sigurno da niste u pravu.
- Izražavajući nezadovoljstvo prema nečemu ili kritikujući nekoga, odašiljete negativnu sliku u ogledalo sveta i dobijate odgovarajuću stvarnost u odrazu.
- To ne znači da treba potpuno da izbegavate raspravu, pružite otpor nekome, branite sebe ili nekoga, kada je to zaista neophodno.
- Vašim odnosom i delima treba da upravlja svesna namera, a ne nesvesni odraz.
- Ne možete da promenite ono što se već dogodilo u ovom svetu, ali možete da zamenite filmsku traku u svom projektoru.
- Bacati se na ekran ili podešavati projektor – dva su potpuno različita načina postojanja.
- Ne treba upravljati emocijama, već stavom.
- Tolerancija i milosrđe su vrline kraljeva.
- Krećite se po toku varijanti, obraćajući pažnju na usputne znake. Poslušajte ženu i uradite kako vam je rekla.
- Održavajte vedrinu kada se oko vas dešava kolektivni podsvesni san i prihvatite ga kao uzbudljivu avanturu.

- Potrebno je naučiti da uključite svesnost u pravom trenutku. Upalila se crvena lampica u glavi? Aha! Aktivira se režim posmatranja.



Beleške na marginama

Kada vas nešto pritiska ili nervira, vi spavate. Čim postanete svesni da vas nešto pritiska ili nervira, možete se probuditi u snu – na javi ili u snu, nebitno. I ako imate dovoljno energije i jasnoće uma, moći ćete da upravljate tim snom.

VIDEO SAM DUGU!

Ovaj put sam odlučio da uradim nešto što vrlo retko činim: umesto pisama u kojima se iznose problemi, odlučio sam da objavim priče o uspehu. Takvih priča je mnogo, mogla bi da nastane obimna knjiga. Mislim da vas zanima kako to drugima polazi za rukom.

“Odlučila sam vam ispričam o onome šta sam ja tačno postigla i kako. Počela sam da čitam knjigu „Transurfing za 78 dana”. Moje napredovanje je bilo uspešno. Srećom, imala sam želju da se oslobodim nadolazeće depresije. Nisam sebi smela da dopustim jadikovanje i tugu.

Kao eksperiment, postavila sam sebi za nameru da pronađem novi posao. Mnogi principi iz knjige su se preklapali sa onim što sam već pokušavala pre toga da radim: očekivanje samo dobrog od sveta, čvrsto verovanje u svoju srećnu zvezdu i tako dalje. Potraga za poslom se završila uspešno. Već treći mesec vredno radim na novom radnom mestu.

U suštini, to je ono što sam koristila da uverim svoj um da sve sjajno funkcioniše. Ne govorim o svakodnevnim sitnicama poput dolaska prevoznog sredstva na vreme i drugih prijatnih „slučajnosti”.

Trenutno se bavim projekcijom kompleksnog sistema slika – one predviđaju veće promene nego što je samo zanimljiv posao. Promene se dešavaju postepeno: polje za delovanje je vrlo široko, i ponekad mi se dešavaju trenuci kada se ponovo saplićem u samokritici i mentalnom mazohizmu. U takvim situacijama mi pomaže briga o fizičkom telu (kontrastno tuširanje, ukusne salate, duge šetnje, fizičke vežbe) ili jednostavno preusmeravanje pažnje na svet oko sebe, uključujući i ljude koji su pored mene.

Ipak, u poslednje vreme, svet oko mene se pretvorio u ogroman mehanizam koji sam prvo zaustavila, ali koji sad počinje da se odmotava unazad – prvo polako, uz škripu, ali svakog dana se „zupčanci” okreću sve brže i brže.

Što se tiče transgresije, setila sam se jednog slučaja koji se desio pre nekoliko godina. Više od 10 godina nosim prsten koji sam kupila još kao tinejdžerka, i nikada ga ne skidam. Iznenada mi je prsten nestao s prsta. Mislim da bih u normalnoj situaciji bila tužna, ali kao da su mi misli negde nestale. Bilo je kao kad sanjaš vrlo stvaran san, a onda se probudiš i pokušavaš da shvatiš: da li se to zaista dogodilo ili je samo san.

Tada me je obuzela neka slična opčinjenost. Prve slike koje se jasno sećam je trenutak kada sam stavila ruku u torbu, a kada sam je izvukla, prsten se ponovo našao na mom prstu. U tom trenutku se čak nisam ni iznenadila. Pogledala sam ga, pomilovala i u nekom anabioznom stanju nastavila dalje”.

*„Ako je tvoj najbolji prijatelj
Postao neumesno veseo,
Ne tuguje i ne jadikuje
I prestao je da se svađa...
Onda ti sa sigurnošću tvrdim,
Da je postao Transurfer!
Ti mu kažeš kako je nebo mutno,
A on odgovara: „Znači da će novca biti”.
Leto se završilo, pada kiša...
A on odgovara smehom!!
Kao da nas sve zadirkuje,
Pada sneg – uskoro će praznik!
Ogromna je hladnoća – biće dobra žetva!
OK. Ćutim... ne protivim se...
Šef više – biće veća plata!
Pocepaš čarape – stići će nove haljine!
Platiš kaznu za parkiranje –
Do ručka ti stižu iznenađenja!
Ponedeljak – stižu slatki trenuci života!
Cela nedelja će biti glatka!
Šef te je otpustio? Ne plači!
Znači da imaš sreće u ljubavi...
Pas ti maše repom?
To znači – novac! On to sigurno zna!
Mačka se češka po uvetu?
Tačno, sledi ti blagostanje!
Svi događaji – na veselje!
Krov se sruši... to znači novi dom!
Svi putevi – u Rim i ka moru!
S njim dugo već ne sporim...*

*I danas je on kao ptica
Juri na talasima sreće!
Menja sve, menja sebe,
Udaljava se, udaljava...
Ne juri za njim, ne treba...
Imaš svoju stvarnost tu je, pored tebe!
I šta ako je nebo oblačno,
A u Egiptu tako prijatno!
Leto se završilo, kiša pada...
Na ispitima ćemo proći!
Čizme žuljaju – proleće će doći!
Nemaš cipele? Voljena osoba će ti ih kupiti!
Sve bolesti su korak ka dugovečnosti!
Devedeset godina? Nazdravljamo za stogodišnjicu!
Život je uopšte sreća!!!
Mi živimo, a to znači
Da nam se jako posrećilo!!!
U tome je ceo Transurfing... Zar ne?*

“Tokom neke hladne zime, dok sam se šetao jedne večeri, posvetio sam se vizualizaciji svog cilja. Bio je to moj budući dom. U mojim mislima on već postoji. Sve je već unutar toga: kako unutrašnje uređenje, ambijent, tako i moja porodica.

Ne govorim samo o tome kako moj dom izgleda spolja, kako je lociran u odnosu na sunce. Mogu slobodno da prošetam po njemu, zavirim u kuhinju i vidim tamo svoju suprugu, osetim dnevno osvetljenje u kući, kako sunčev sjaj prodire kroz prozore i, lagano padajući, rasprostire se po podu, pružajući prijatnu toplinu bosim nogama. Neverovatno! Pišem ove redove, a nalazim se TAMO, unutra!

Na kraju šetnje, odlučio sam da uradim transakciju. Veče je već padalo, a ja obožavam to doba dana, jer nam kao ništa drugo, pokazuje svu lepotu našeg sveta! Nije više svetlo, ali nije ni potpuno tamno, nije toplo, ali nije ni hladno. Čini mi se da u tom trenutku osećam apsolutnu harmoniju sveta! To vreme je kratkotrajno – pre samo nekoliko minuta je bilo svetlo, a za nekoliko minuta će potpuno zavladata mrak. I kada uspem da uhvatim taj trenutak, prožima me neopisivo divljenje. Tako se dogodilo i ovaj put, ali istovremeno, na neki neobjašnjiv način, uzroci i posledice su se isprepletali u prostoru, kako se kaže – ovde i sad.

Na ulici je bilo mnogo snega (prema evropskim merilima) nakon jučerašnjeg snežnog talasa, pa sam morao da budem oprezan pri prelasku ulice. Tokom dana se sneg topio, a uveče se stvorila poledica, ali bez obzira na to, moja večernja šetnja je prošla bez većih problema. I, kada sam već prilazio kući, preostalo mi je samo da pređem usku ulicu i zakoračim na očišćeni trotoar.

U istom trenutku, kada je moja leva noga stupila na bezbedan trotoar, a desna želela da joj se pridruži, sva moja pažnja je u cilju bezbednosti, bila usredsređena na ivičnjak. U tom trenutku sam video NEŠTO! To je bio komadić stvarnosti neodređenog oblika, sa iskrzanim ivicama, ali sa jasno izraženom konturom, kao ostrvo u okeanu na mapi sveta.

„Prosto neverovatno!” – pomislio sam. Ali to nije bio san, već se stvarno desilo u jednom trenutku koji sam ulovio. Zahvaljujući posebnom osvetljenju koje se javlja samo u sumraku, slika je bila vrlo visokog kvaliteta, bez ikakvih suvišnih ukrasa kao što se dešava u snovima u koloru, ali u stvarnosti nije zaostajala za snovima. Ne znam tačno zašto sam odlučio da ispričam baš o tom slučaju. Verovatno zato što se izdvaja u odnosu na druge, kao što je iznenadno pojavljivanje zvezde na vedrom nebu, a bio sam apsolutno siguran da je samo sekund pre toga tamo sigurno nije bilo! Ili, ono što sam juče video direktno iznad glave tokom vizualizacije – luk duginih boja koji nije nagoveštavao kišu. Duga me je navela da pomislim da ju je tokom tih deset minuta, koliko je trajala, vrlo malo ljudi uopšte videlo, kao što se najčešće događa. Neko putuje negde, neko obavlja kupovinu u supermarketu, neko spava, neko pije i tako dalje. A ja sam video tu dugu! Verovatno je upravo to SREĆA!”

„Nedavno sam imala sukob sa sinom zbog škole (ima 12 godina). On je uglavnom poslušno dete, ali ponekad pravi probleme. Sukob je bio u vezi s lošim rezultatima u školi zbog kompjutera i društvenih mreža. Uglavnom, napetost je dostigla tačku gotovo fizičkog obračuna, posle čega je on bio kažnjen, a za kaznu je morao svaki dan do svog rođendana da se izvinjava i ponavlja kako se loše ponaša. Trećeg dana, shvatila sam da sam klasični manipulator i unela promene: sada je morao svaki dan da me podseća kako je on najlepší, najpametniji dečko, da dobro radi domaće zadatke, uvek sluša roditelje, pomaže mami u kućnim poslovima i uvek mu sve ide dobro. Pa, to što su domaći zadaci skoro počeli da se rade bez moje intervencije, nije me mnogo iznenadilo, jer se to već dešavalo nakon pridika. Ali večeras, dok smo se vraćali kući, pričali smo o školi, smešnim situacijama, ko je u razredu popularan itd. Tako mi je on

ispričao da povremeno sprovode anketu među devojkama ko se kome dopada. I u jučerašnjoj anketi je on zauzeo prvo mesto. Duša mi je preplavljena emocijama!”

„Ono što ste 'napravili' svojim knjigama u mom životu, teško je izraziti rečima: svakodnevno sam zadivljena. Vašu prvu knjigu sam kupio u leto 2005. godine Pročitao sam je u jednom dahu. Nakon toga sam kupio i proučio sve Vaše kasnije knjige. Prijavio sam se na Vaš newsletter. Počeo sam da u životu primenjujem ta stečena znanja. Svaki dan nastojim da živim u skladu s Transurfingom. Moj život se promenio u svim aspektima i to samo na bolje. Štaviše, postao je onakav kakvog sam ga 'nacrtao'.

Jedan primer: Sastavio sam tabelu 'MOJI CILJEVI za određenu godinu”. Imala je deset stavki. Odbacio sam sve misli o novcu jer sam u trenutku sastavljanja tabele imao manje od desetine potrebne svote. Ipak, odštampao sam tabelu u nekoliko primeraka, jedan sam okačio iznad radnog stola kod kuće, drugi sam nosio sa sobom u aktovki, treći sam okačio na vidno mesto na vikendici. Zatim sam počeo da radim na zabeleženim ciljevima, kako je u svojim knjigama 'propisao' Doktor Zeland.

Prva stavka je glasila: kupiti automobil. Budući da sam već ranije odredio model, pronašao sam sve dostupne informacije o njemu: fotografije, video, rezultate test vožnji, prospekte, diskusije na forumima i tako dalje. Šarene fotografije automobila sam okačio na vidna mesta, nosio sam ih sa sobom na put, gledao fotografije, tražio taj automobil na putevima i parkinzima, razgledao u prodavnicama, sedeo u njima, jednom sam se čak i provozao. I evo REZULTATA:

Sada sedim za volanom sopstvenog automobila. Kupio sam automobil iste marke, ali skuplji i bolji model. Smatram da se u mom slučaju o tome pobrinuo MOJ SVET, koji bolje zna šta mi je potrebno. Veoma sam zadovoljan. Od 10 zapisanih stavki, ove godine sam re-alizovao 9. Sada se posvećujem ostvarenju poslednjeg cilja.

Da, umalo da zaboravim. Pre godinu i po dana sam potpuno svesno i dobrovoljno odlučio da ostavim SVA alkoholna pića. I godinu dana kasnije sam prešao na sirovu hranu. Zahvaljujući Vašim knjigama, uspeo sam u tome. Zdravlje mi se zbog toga potpuno promenilo: podmladio sam se, skinuo 20 kg, energičan sam, veseo, izdržljiv itd.”

„Kada okrećem ciljni slajd, zamišljam svoj budući život, tj. ono što ga pretvara u praznik. Uspešan sam finansijski stručnjak, imam predivnu porodicu. Evo me na poslu. Firma se nalazi na 30. spratu. Ulazim u svoju kancelariju. Sedam u fotelju pored

prozora. Podižem roletne, i otvara mi se neverovatan pogled koji prosto ostavlja bez daha. Ulazi sekretarica i donosi poštu. Uzimam u ruke nožić za otvaranje koverti. On ima tako udobnu drvenu dršku. Otvaram pismo. Papir je prijatan, gotovo krcka pod prstima. U njemu je poziv za proslavu jubileja na univerzitetu. Zatim odlazim na sastanak.

Kada okrećem ovaj slajd, iznutra osećam čvrstu sigurnost da sam izuzetno stručan u svom poslu. Vrhunski sam stručnjak. Zatim mogu da odem u restoran sa suprugom ili na tenis sa prijateljem. A onda, hop, poslovni put u Njujork.

Sledeći put, kada okrećem slajd, nalazim se kod kuće. Budim se jer moj mops pokušava da se popne na krevet. Punačak je i ne može sam da uskoči. Ustajem. U kući se oseća miris sveže pečenog hleba. Prilazim prozoru. A prozor je kod nas visok, od poda do plafona. Otvaram ga i izlazim na balkon. Tamo je jezerce, oko kojeg se igraju deca.

I tako dalje. Dakle, slajd se neprestano kod mene menja. Ja se, naravno, vraćam svim tim trenucima. Danas u svom slajdu putujem po Evropi sa porodicom, sutra sam na poslovnom putu u Sibiru, a prekosutra smo u Marijinskom teatru i tako dalje. U svim tim slikama osećam da je to moj život. To je moje. Sve oko mene. Osećam, čujem, vidim. I sve mi se to jako dopada. Značajno sam proširio svoju zonu komfora.

Ako sam ranije sumnjao kako je to moguće, kako ću to postići, sada takva pitanja ne postoje. Jednostavno znam, i to je sve. Sve ide kako treba. I svet mi ide u susret. Već se desilo toliko stvari u koje ranije ne bih mogao da poverujem. Ali nedavno sam na forumu pročitao da ne bi trebalo okretati kompozitne slajdove. Rekli su mi da živim tuđim životom. Ali kako onda raditi?"

Sve ispravno radite. Kreirate svoju virtuelnu stvarnost i živite u njoj. Ako redovno budete vrteli taj film, dobićete ga u stvarnosti (V. Z.).

„Ja sam iz Ukrajine. U februaru je televizijska kuća STB organizovala kasting za kuvare – amatere (bez stručnog obrazovanja i rada u toj struci). I kasting je održan. Ja sam odlučila da napravim tortu. Ali kako je ukrasiti... Nikada pre toga nisam dekorisala hranu, a sada mi je bila potrebna ta veština. Uglavnom, pretraživala sam na internetu, pronašla zanimljive modele i otišla na počinak. Ujutru sam odmah i brzo morala da se bacim na zadatak (muž je pre svog posla trebalo da me odveze), ali pošto se nisam time ranije bavila, ništa mi nije uspevalo sa ukrašavanjem. I muž me je požurivao...

Uglavnom, koristeći princip koordinacije namere (poslala sam muža na posao da mi ne smeta), počela sam glasno da pevam: „Sve će mi uspeti, moja torta će biti najlepša, ja sam pobednica, i mene će izabrati...” i tako dalje. Uglavnom, rezultat je bio tako prelep, da su me na kastingu pitali da li pravim kolače po porudžbini za svadbe ili rođendane i nisu mi verovali kada sam rekla da mi je to prvi put...”

„Spoznao sam da što jasnije budem usmeravao misli, brže će se ostvariti. Odbacio sam sve destruktivne misli i za nedelju dana sam ni iz čega napravio svoj biznis. Ostvario sam svoju dugu sanjanu želju i otvorio video-studio. Bilo je to ovako: Nisam imao ni jedan jedini dinar, a ponekad dovoljno novca ni da platim kiriju za stan koji sam iznajmljivao. Činilo se nemogućim da mogu da imam neki svoj biznis. Nisam mogao da podignem kredit jer sam već imao jedan, neotplaćen. Ali odlučio sam, i počeo da razmišljam u tom pravcu. Doslovno sam živeo tim mislima. Sastavio sam grafikon prihoda i uverio se da je raditi za sebe ne samo isplativije već i prijatnije nego raditi za nekoga drugog. Pronašao sam mnogo prednosti u tim mislima, tako da mi je bilo prijatno da razmišljam o njima. Uživao sam u njima koliko sam mogao, ne razmišljajući o tome odakle bi mogao da se pojavi novac. I jednog predivnog dana, prijatelji su mi predložili da uzmem kredit na njihovo ime i konačno pokrenem svoj posao. I to su uradili sa zadovoljstvom, ne tražeći ništa zauzvrat. Samo gajbu piva od prvih prihoda. Tako sam i učinio. I evo već pola godine radim na sebe. Živim u novom, još uvek iznajmljenom, ali lepom stanu. Zarađujem pristojno. Jedan kredit sam već otplatio, a uskoro ću i drugi. Tako se sve to desilo!”

„Vaše knjige su mi potpuno promenile život. 'Apokrifni Transurfing' je moja omiljena knjiga. Telo momentalno oseća razliku između prirodne i mrtve hrane. Pripremam živu kašu i na početku mi se ukus činio, blago rečeno, ne baš dobar – ali! Ali zato... ukratko, kao što ste pisali – sada sam postala pravi zavisnik od nje. Stalno jedem proklijala zrna, žive hlebove, itd. – efekat je zadivljujući! Izenadila sam se otkrivši da zapravo nikada nisam znala šta je zdravlje. Takođe redovno praktikujem tehnike 'Generator namere' i 'Čaša vode'. To su veoma moćne tehnike, rade sto posto! Bavila sam se i tehnikom 'Oko preporađanja' godinu i po dana, efekat je bio neznatan, ali kada sam upotpunila ovu tehniku s metodama iz vaše knjige, konačno sam osetila njenu jačinu. Snage i energije sada imam tri puta više, želim da odmah ispravim sve.

Ali najvažnije je to što imam dovoljno snage i raspoloženja, osećaj lenjosti se potpuno izgubio.

„Ne mogu da kažem da sam u potpunosti prešao na živu hranu, ponekad konzumiram termički obrađene namirnice, ali mnogo češće jedem povrće, voće i ribu. Imam 48 godina. Transurfing je promenio mene i moj život. Prvo sam se rešio suvišnih kilograma, počeo da nosim manji broj farmerki. Energija mi se znatno povećala i uvek sam dobro raspoložen. Aktivno se bavim sportom. Najneverovatnije od svega je to da sam počeo da primećujem svetlost oko ljudi, vidim razmere tog sjaja i čak pomalo razlikujem i boje. Neverovatno, ali mi živimo u svetu sjajnih, svetlećih bića! Čitao sam o tome, ali nisam verovao da tako nešto može da mi se desi.”

„Uspela sam da zaista mnogo toga promenim u životu. Na primer, ranije sam se trudila da zaradim novac, a sada se on sam od sebe zarađuje. Jednostavno naručim sve ono za šta mi je potreban novac, zatim to unesem u svoju zonu komfora i čekam. Obično je dovoljno 2-3 nedelje i novac se pojavljuje sam, može se reći – materijalizuje se. Zarada mi se desetostruko povećala otprilike šest meseci nakon što sam počela da primenjujem vaše metode! Sigurna sam da bi za to trebalo mnogo manje vremena da nije bilo te „zone komfora”. Na početku sam sebe morala da nagovaram, moj um je uporno odbijao da poveruje da MOGU SEBI DOZVOLITI DA IMAM mnogo toga što trenutno imam. Pre dve godine ne bih poverovala u to, ali sada je to postalo tako prirodno i normalno. Ima, doduše, trenutaka zatišja, kada sve ne ide tako glatko, ali znam da je to prolazna pojava koja lako može da se prevaziđe.”

„Htela sam da se pohvalim kako mi dobro ide u životu. Imam 20 godina, završila sam arhitekturu na moskovskom koledžu. U građevinsku kompaniju sam došla kao najmlađi arhitekta, a sada sam zamenica rukovodioca arhitektonskog odeljenja. Jednostavno sam sebe dala u najam. Iskreno govoreći, na početku sam to radila instinktivno, a kasnije sam ovladala i svesnom namerom. Takođe, vrlo moćno funkcioniše i Frejling. Šef me veoma ceni. Vesela sam i prepuna života. Hvala vam puno! Sada preda mnom ne stoje nikakve prepreke ni ograničenja! Imam osećaj kao da sam ranije bila konj koji je teško hodao, ne podižući glavu, a onda su mu izrasla krila. Postala sam bezbrižna i slobodna... kao dete! Da! Tako bih mogla da opišem to stanje. Ako mi dosadi moja igra, neće se ništa strašno desiti – smisliću novu. Ništa u

životu nije tako važno kao briga o duši. A moja duša jednostavno blista.

„U životu mi se promenilo doslovno sve – odnos u porodici, s prijateljima, poznanicima. Čak sam počeo neverovatno dobro da igram bilijar, iako ga pre toga nisam igrao, već sam iskušavao svoje i tuđe nerve. Kao najveći uspeh smatram zbližavanje sa suprugom – za to vam dugujem ogromnu zahvalnost. Čak smo zajedno krenuli i u biznis! Prestao sam da razmišljam o sopstvenoj važnosti i primećujem kako se poboljšao odnos okruženja prema meni! U glavu mi ne dopiru zastrašujuće misli nametnute od strane medija, i to ne samo zato što ne gledam televiziju, već jednostavno zato što nemaju svoje mesto u toku pozitivnosti. Moja reakcija na očigledno negativne događaje iznenađuje ljude oko mene. Svoje trenutno stanje bih opisao kao osećaj lakoće – ranije sam bio vojni pilot, i znam o čemu govorim. Pre mesec dana sam napunio 40 godina, i osećaj 'život se završio' zamenio se osećajem 'sve počinje tek sad'.”

„Odgovorili ste mi na pitanje koje me mučilo tokom celog života: zašto mi se sve dešava suprotno. Ako sam bila sigurna da će se desiti neki događaj, on nikada nije nastupio. Bez obzira da li je dobar ili loš. Sve je to dovodilo do apsurdnih situacija. Jednom su mi snimili disk sa bibliotekom programa na Institutu za telekomunikacije i bila sam ubeđena da ću dobiti željenu biblioteku. Ništa nije moglo da se ispreči. Disk je već bio snimljen. Preostalo je samo da ga preuzmem. Čak i ako se nešto desi, mogao je ponovo da se snimi i sve bi se rešilo. Dan pre nego što je trebalo da mi ga predaju, Institut za telekomunikacije, tačnije računarski centar gde se nalazio moj disk, izgoreo je u požaru. I tako je propao moj san. Kada sam primetila tu zakonitost, aktivno sam počela da je koristim. Ako bi mi nešto trebalo, uveravala sam sebe, a još bolje i druge, da od toga ništa neće biti. Kao rezultat toga, sve se dešavalo suprotno i postizala sam željeni rezultat.

Tu tehniku sam koristila 30 godina!!!! Skoro da nije bilo izuzetaka. Verovatnoća uspeha je 99,9999%!!!!!!!!!!!! Ali, na kraju sam se umorila. Zašto je sve kod mene drugačije nego kod drugih ljudi! Zašto moram da mislim suprotno! Svi oko mene kažu da treba slati dobre misli, da treba pozitivno razmišljati. Ha! Kako da ne. Samo li počnem da razmišljam pozitivno, sve se okrene naopako. I onda su mi slučajno (ha-ha), preporučili Vaše knjige. I svet se odjednom okrenuo naglavačke, sve mi je postalo jasno. U roku od mesec dana, uspela sam da promenim misli, i sada moje namere

funkcionišu onako kako treba. Dobijam bolje rezultate nego pre! Jednostavnije, razumljivije i zabavnije! Dobila sam odgovore na brojna pitanja, a pride još i metodologiju kako dostići svoj cilj i kako se zaštititi od klatana. Teorija slajdova je prosto fenomenalna! Sve funkcioniše!!!!!!”

„Ne želim da Vas opterećujem nabranjem beskrajnog niza čuda (jer drugačije ne mogu da ih nazovem) koja mi se dešavaju zahvaljujući ovom ZNANJU. Ukratko, nekada sam živeo mračnim i užasnim životom u metropoli, a sada, bukvalno u vrlo kratkom vremenskom periodu, živim s predivnom suprugom na tropskom ostrvu usred okeana, i svaki trenutak života mi je ispunjen smislom i radošću. Kao što Vi kažete – „Duša peva, a razum zadovoljno trlja ruke”. Ponekad me samo razočarava i iznenađuje koliko su ljudi oko mene slepi i kako oni kojima darujem čuda TRANSURFINGA, nakon čitanja knjige ništa od toga ne shvataju. Grizu se i nastavljaju da žive svojim dosadnim, rutinskim životom, nervirajući se i zbog najmanje sitnice. Ali ne obeshrabrujem se previše, jer svaki čovek bira svoj sloj sveta”.

„Šta ja radim? Pretpostavimo, pristigla je neka, s moje tačke gledišta neprijatna vest. Počinjem da trljam dlanove, osmehujem se (ponekad na silu i nekako uz grimase) i samoj sebi govorim: 'Sve ide kako treba. Super! Sve je u redu! Sve je prosto sjajno!' A onda dolazi nejasan 'unutrašnji gest'. Čak ne mogu ni da shvatim šta je to, a kamoli da objasnim! Kao da se nešto unutra radosno grči (kao kad mala deca od sreće mogu da stisnu šake i da ih protresu). Otprilike na isto to prisiljavam sebe. I to zaista funkcioniše! Situacija se ne samo preokrene u moju korist, već donese i neko neočekivano prijatno iznenađenje! I tada samo kažem: 'Auuuu!’”

„Kada sam počela da čitam Vašu prvu knjigu, iznenadila sam se jer mi je ono o čemu pišete poznato i razumljivo: u detinjstvu, otprilike kada sam imala oko 12-14 godina, sve sam to umela da radim. Naravno, ne tako detaljno, ali sam nekako intuitivno umela i uspevalo mi je. Zatim je sve češće bilo potrebno da se postupa razumno i logično. Zatim je, 'zahvaljujući' nagomilanom životnom iskustvu, sve počelo da dolazi na svoje mesto, u skladu s pojmovima ispravnog i pogrešnog. Rezultat se nije dugo čekao: sada sam izgubila sve ono što sam nekada dostigla, što je bilo važno i čvrsto. Snažna uverenja su se razbila o događaje koji su nastupili. Dobro je što sam odlučila da se zaustavim i razmislim u čemu je stvar. Za Vaše knjige sam saznala slučajno, ali sam ih

prilično brzo pronašla. Verovatno je i to znak. Sada sam kao sportista koji je nekad bio šampion, ali je zbog samouverenosti pretrpeo povredu i sada ponovo uči da hoda. Sećaću se svog detinjstva”.

„Kada sam čitao 'Transurfing' pre dve godine, nisam mogao ni da sanjam da ću se naći u inostranstvu, a pogotovo ne u Londonu. Takođe, iz Vaše knjige sam saznao da ljudi mogu da planiraju koje će planine posetiti nakon Alpa. Tada sam odlučio da je to i moja želja. U tom trenutku mi se to činilo zaista nerealnim, ali sam znao da će se ostvariti ako Transurfing bude „radio”. Uglavnom, trenutno sam na skijanju u Alpima, što znači da funkcioniše, što mi omogućava da postavim još neverovatnije i hrabrije ciljeve za budućnost. Jer, ne postoji ništa nemoguće, jedino mi sami sebe ograničavamo.”

„Od samog početka, moj cilj i namera su bili promena stambenog prostora. Imala sam problem da razumem šta tačno želim, Ako sam pre dve godine sa oduševljenjem „slajdovala” troiposoban stan u centru grada, posle godinu i po dana sam shvatila: moja duša teži ka velikoj parceli zemlje, domaćinstvu, svojoj kući. Želim da živim i radim na zemlji. I po mogućnosti, što dalje od centra grada.

I pre tri dana, sreća mi se doslovno sručila na glavu. Pojavila se stvarna mogućnost da po veoma pristupačnoj ceni kupim veliki komad zemlje (7 hektara) za otvaranje poljoprivrednog gazdinstva. Novac dobijen od prodaje sadašnjeg stana će biti sasvim dovoljan za izgradnju lepe kuće. Dakle, bez ikakvih hipoteka i dugova, već samo tako što ću svoj dvosoban stan u trećerazrednom delu grada zameniti za odličnu kuću od oko 150 kvadrata na ogromnoj parceli plodne zemlje, okružene šumom, u blizini mirne rečice i na sat vremena vožnje od grada. To je prostor gde će moja mašta biti nesputana. Koliko mnogo toga ću tamo moći da ostvarim!”

Uzgred, kada me je ova sreća zadesila, to se desilo tako iznenada, da me je prvo obuzela panika. Da, imala sam nameru da sve to dobijem, ali tako brzo i lako?! To će značajno promeniti ceo moj život! Morala sam da se malo pozabavim radom na sebi, da se smirim i sklopim kockice. Shvatila sam: ostvarenje namere se dešava onda kada smo jasno shvatili šta nam je konkretno potrebno. I samo u slučaju ako nam je to zaista potrebno. Ne bih bila zadovoljna dobijanjem trosobnog stana u centru grada. To nije bio moj cilj. Čim sam shvatila svoj pravi cilj, odmah sam ga i ostvarila”.

*„Duša je živelā, duša je bolela,
Duša je patila i zvala,
Duša je želela da bude slobodna,
Da lebdi, voli, ne seća se zla,
Smeje se, raduje životu,
Srećna gledajući belu svetlost..
Ali iznenada su se javile misli,
Da bi dale razuman savet:
Ne veruj... ne treba... to se ne može ostvariti..
Spusti se na zemlju... ne žudi..
Koliko često nas razum natera da napravimo pakao,
Dok duša u svemu teži da napravi raj..*

„Počeo sam sa čitanjem i nisam mogao da odvojim pogled. Pronalazio sam odgovore na sva pitanja, uključujući i ona koja nisam mogao jasno da formulišem. Sve što sam čitao, skladno se uklopilo u jedan harmoničan sistem, gde ništa i nikome nije smetalo, već je čak pomagalo. Postale su mi očigledne mnoge stvari čiju suštinu pre toga nisam razumevao, ili sam sumnjao u ispravnost svojih sudova.

Još od detinjstva sam imao težnje da, kako su odrasli govorili, idem korak ispred ostalih. Dok su svi govorili: 'Ne možeš tako, moraš da radiš ovako, inače nećeš ništa postići', ja sam tragao za drugim putevima. Gotovo mi se nikada nije sviđao 'put' mojih vršnjaka. I tek sada shvatam da sam tražio svoj put, put ka 'harmoniji duše i razuma'.

Nakon tih reči, svet mi se bukvalno promenio, kao da su mi skinuli naočare. Posmatrao sam ono što me okružuje i bio sam presrećan što konačno gledam pravim očima. Kao da sam dobio krila! Toliko se sve promenilo. I ono što sam do tada činio nesvesno, ispostavilo se da je u saglasnosti s Transurfingom.

I onda sam bez trunke sumnje krenuo svojim putem, ka harmoniji duše i razuma. Ispostavilo se da je sve, kao što volim da kažem, 'smešno jednostavno'. Nestale su promene raspoloženja zbog najmanje sitnice, jer sada mi je smešno kada, na primer, neka bakica u autobusu počne da me grdi. Nestali su 'nedostižni' ciljevi jer ih nema. Nestali su problemi u komunikaciji, u učenju, s novcem – jednostavno kao da je sve isparilo. Sada znam šta je ono što je pravo. Po prvi put za svojih 18 godina, istinski sam srećan. Srećan, jer sam pobeo sa farme. Slobodan sam! I više se tamo neću vraćati”.

„Drugarica mi je dala da pročitam Vaše tekstove o sintetičkoj hrani. Čini mi se da

treba da znate da ste usmerili još jednu osobu na pravi put – mene. Prešla sam na živu hranu bez teškoća, jer sam pre toga redovno postila i organizam je bio pripremljen. Tokom posta sam se divno osećala, imala sam mnogo energije, ali nisam mogla ni da zamislim da će je biti još više! Zaista, osećaj je kao da mi je ubrizgan doping, želim da letim i stvaram.

Ali čak ni to nije najvažnije. Nikada se nisam žalila na svoje zdravlje niti nivo svesti, jer već dugo živim svesno i svi moji ciljevi se ostvaruju. Ali ranije sam ujutro osećala uznemirenost i nisam mogla da shvatim odakle dolazi taj bezrazložan nemir koji se pretvara u osećaj straha. A zatim sam shvatila. Telo je bilo zavisno od te sintetike. Kada je ona nestala, nestalo je sve. Ranije mi je bilo teško: postavljala bih ciljeve, ostvarivala ih, ali uz pomeranje rokova. Sada je sve postalo neodložno. Samo je potrebna jasna namera, bez nepotrebnog napora. Jednostavno idem ka cilju, i to je to. Sve je postalo prosto.

Nisam mogla ni da pretpostavim u čemu je bio problem. Da mi je neko ranije pomenuo ishranu, ne bih mu verovala. Tražila sam sve odgovore u problematičnom karakteru, nedostatku discipline i slično. A evo, tek sada shvatam da postoje mnoge stvari o kojima i ne slutim, kao što je npr. ishrana, pomoću koje zaista možemo jednostavno da menjamo svoju stvarnost. Napisala sam ovo pismo da biste znali KOLIKO ste mnogo učinili za mene.”



Beleške na marginama

Treba napomenuti da je nakon izlaska knjige „Apokrifni Transurfing” pristizalo sve više srećnih priča. Nadalje u knjizi sledi i poglavlje sa dopisima o tome kako živa hrana radikalno menja svet.

***III DEO* BIOSFERA**

ŽIVA PITANJA

Od čitalaca pristiže mnogo pitanja u vezi s prirodnim načinom života. Sledeća poglavlja će se baviti upravo time, kao i još nekim drugim temama.

Da li je istina da aktivan seksualni život uzrokuje gubitak kreativne energije, kao što je opisano u jednom od Drejzerovih romana, gde je glavni junak, slikar, prestao da slika zato što se oženio?

Ne, to nije istina. To ne dovodi do gubitka kreativne energije, niti energije uopšte, ukoliko se naravno ne pređu razumne granice. Intimni odnosi su prilično emocionalna i, na neki način, neuravnotežena sfera zbog čega postoji mnogo subjektivnih mitova u vezi s tim.

Pitanje je šta se podrazumeva pod „aktivnim bavljenjem”. Svaka aktivnost, a ne samo seks, oduzima energiju ako joj se preterano posvećujemo. Gde se ta granica nalazi, svako određuje za sebe, jer smo svi različiti. Potrebno je samo da uzmemo u obzir jednu stvar. Energija je poput strujnog toka i ona se ispoljava samo kroz kretanje. Drugim rečima, energija postoji tamo gde ima kretanja, a nema je tamo gde vlada stagnacija. Energiju ne možemo da akumuliramo ako je istovremeno ne trošimo. Ono što se ne koristi, postepeno atrofira. Zato što je nepotrebno. Tako je sazdana Priroda.

Da li je istina da, kako kažu Kastanedini magovi, nakon začeca nastaju crne rupe u aurama oba partnera?

Ne, to nije istina. Ne postoje nikakvi podaci o tome da je neko ikada osetio neku vrstu „probijenosti” svog energetskog omotača nakon što je začeo dete. Da li stvarno verujete da je Priroda zainteresovana da „probuši” čoveka zbog toga što je ostvario svoju osnovnu prirodnu funkciju? Verovatnije da je upravo suprotno. Hajde da ne izmišljamo i bukvalno slepo verujemo svemu što je neko nekad rekao.

Da li je istina da ishrana živom hranom ubija seksualnu energiju?

Ne, to nije istina. Isprva ubija, a zatim se povećava. Treba se hraniti raznovrsno i uravnoteženo. Kada se završi period prilagođavanja, sve će se vratiti u normalu.

Zašto Ošo tvrdi da je dovoljno imati seks samo jednom godišnje i da to nije obavezan deo ljudskog života?

A zašto je dovoljno baš jednom godišnje, a ne dva ili dvanaest puta? Gde je kriterijum? Ako se misli na produžetak vrste, to je sasvim drugo pitanje. Govori se o seksu, a ne o reproduktivnoj funkciji. To su različite stvari.

Što se tiče neobaveznog dela života, to je tačno. U stvarnosti, mnogi ljudi se sasvim dobro snalaze bez seksa i to uopšte naročito ne utiče na njihovu životnu aktivnost. Možete li da navedete neke primetne i bitne razlike između onih koji vode aktivni seksualni život i onih za koje ta sfera još nije nastupila ili je iza njih?

Jednostavno, kada na raspolaganju imate određenu vrstu energije, na vama je izbor da li ćete je koristiti ili ne. Ako je ne koristite, postepeno ćete je izgubiti, baš kao i kada je preterano trošite.

Ali, ponavljam, možete da živite bez ove vrste energije ako je ne osećate kao nešto što vam je potrebno, i to bez ikakvih štetnih posledica po sve ostalo.

Napisali ste da, ako čovek nema energiju, neće moći ništa da postigne – nedostajće namera. U poslednje vreme sam se veoma posvetio meditaciji, i stvar je u tome da čak i kada jedem sirovu hranu, osećam da mi nedostaje energija da bih sve vreme boravio u svesnom stanju. Zbog toga mi se javila ideja da ograničim i seksualnu sferu i pređem u brahmačariju (celibat – prim. prev.). Razlog ovog pitanja je devojka koju volim. Ne bih želeo da biram između duhovnog puta i ljubavi prema njoj.

Nemojte da Božji dar brkate s kajganom: ljubav sa seksom, duhovnost sa asketizmom, samodisciplinu sa fanatičnim uzdržavanjem. Sve su to različite stvari. Ako ne koristite jednu vrstu energije, ona će jednostavno atrofirati, što međutim, *uopšte ne znači da će se nešto drugo uvećati.*

Postoji kretanje – postoji energija. Uporedite planinski potok i ustajalu močvaru. Gde struji energija?

Ne znam kojom vrstom meditacije se bavite i šta vam ona donosi. Mogu da vam

kažem samo jedno: meditacija u smislu zaustavljanja unutrašnjeg monologa, uranjanja u određene dubine svesti, težnje da se spozna određena istina i slično – nema veze sa Transurfingom.

Koje su naročite uspehe postigli sledbenici meditativnih praksi? Koliko je poznato, prvi i poslednji koji je zaista *nešto* postigao (i šta je to tačno, niko sa sigurnošću ne zna) bio je Buda. O nekim velikim uspesima njegovih sledbenika se ne govori baš mnogo. Zar nije tako?

Unutrašnji monolog ne treba zaustavljati, već usmeravati u neophodno korito, da bismo u okruženje poslali svoju nameru. Odašiljanje je kretanje. Meditacija je zaustavljanje, uranjanje iz jednog sna u drugi, još dublji. A ko će u tom snu upravljati vašim mislima? Vi ili suptilna bića koja tamo postoje u svojoj prirodnoj sredini – to je veliko pitanje.

Ishrana sirovom hranom takođe nije garancija prosvetljenja, iako vas momentalno podiže kao lift, odmah za nekoliko spratova.

Dosezanje tog nivoa svesti gde stvarnost osećamo kao svesni san, koji se pokorava nameri, a što je zapravo i cilj Transurfinga, dugačak je put koji zahteva samokontrolu i samodisciplinu. Ali ne i samoograničavanje. Shvatate li razliku?

Živa hrana nije ograničavanje sebe u nečemu, već fundamentalno drugačiji princip postojanja, koji čoveka kao biće prenosi u viši opseg vibracija i, naravno, znatno olakšava put ka svesnosti. Međutim, treba imati na umu da se to ne dešava momentalno.

Da li je mineral šungit efikasan u zaštiti od elektromagnetne radijacije?

Ne znam. Postoje proizvođači koji tvrde da pločica od šungita deluje kao zaštita od elektromagnetnih polja. Čak se na internetu može pronaći video koji prikazuje trik, gde indikator registruje smanjenje polja mobilnog telefona kada se na njega stavi pločica od šungita. Međutim, komadić kamena ne može zaista da ekranizuje polje. Posuda može, ali ne i šungit. Lično sam isprobao sa svojim elektromagnetnim indikatorom i moram da kažem da šungit nije pokazao takav efekat. Nažalost, korišćenje posude nije praktično.

Zaštititi polje, odnosno smanjiti intenzivnost polja, moguće je samo uz postojanje odgovarajućeg ekrana. Kada je reč o zaštiti od elektromagnetnog zračenja telefona, ne može se govoriti o ekranizaciji, jer uređaj jednostavno neće moći da radi. Zračenje nije

moguće potpuno eliminisati ali ono može da se harmonizuje, tj. da se učini više fiziološkim.

Teorijski, šungit može da harmonizuje polje. Međutim, teško je reći u kojoj meri, jer proizvođači o tome ne govore budući da nemaju pouz-dane podatke o tome. Da bi se to proverilo, potrebna je posebna oprema. Stoga im preostaje samo da slepo deklarišu da šungit navodno pruža zaštitu. Bilo bi sjajno ako bi neko ipak sproveo stručnu proveru.

Jedna moja poznanica tri godine radi u kabinetu za magnetnu rezonancu. Međutim, u poslednje vreme je primetila da nakon posla oseća veliki umor, da joj ne pomaže ni dugotrajan odmor. Vikendi joj prolaze u konstantnoj pospanosti. U petak legne u 21:00, u subotu ustane u 9:00. Nakon dva sata je već umorna i opet legne da spava. Samo spava. Bila je na odmoru mesec dana, ali to nije pomoglo. Ista stvar se dešava i njenoj kolegini. Recite mi, da li elektromagnetno zračenje tako deluje? Ili je problem u nečemu drugom? Može li se to nekako rešiti bez promene radnog mesta?

Bolje je promeniti radno mesto. Među najrizičnijim profesijama su vozači elektrovozova, tramvaja, trolejbusa, astronauti, podmorničari, piloti i svi oni koji moraju da rade u okruženju elektronskih uređaja. Elektromagnetno zračenje najviše utiče na krv i čovekovo biopolje. Eritrociti se slepljuju u konglomerate (grozdove), slično kao posle unosa alkohola. Biopolje se značajno deformiše. Specijalna aparatura pokazuje da ljudi koji se ne odvajaju od mobilnog telefona ili provode puno vremena za računarnom, imaju izobličenu auru. To je cena koju plaćamo za tehnogene „pogodnosti”.

Međutim, većini ljudi nije ni najmanje stalo do svega toga, jer kao i obično, prebivaju u bezbrižnoj neobaveštenosti, kao da ništa strašno ne postoji, da sve je u najboljem redu (neobaveštenost je bezbrižna i nemarna baš zato što je kolektivna.) Ali to važi samo do određenog trenutka, dok se rezerve organizma ne iscrpe i ne započnu degenerativni procesi. Iako ih i posle toga – baš briga.

Šta se može savetovati onima kojima nije svejedno? Od zračenja se ne možemo sakriti, možemo ga samo harmonizovati, tj. učiniti fiziološkim, prihvatljivim za organizam. Po mom mišljenju, danas se s tim zadatkom prilično uspešno bori uređaj pod nazivom KFS (Korektor funkcionalnog stanja).

Ne želim nikome ništa da namećem, pogotovo jer ta igračka nije jeftina. Međutim, smatram svojom dužnošću da podelim informaciju o onome što sam koristim. Ovo nije reklama, već je informacija za one kojima može da bude od koristi. Ne zarađujem na tome nikakav novac. Ali uvek rado pružam informacije o stvarima koje deluju suprotno od široko reklamiranih proizvoda tehnosfere. To je neka vrsta mog skromnog doprinosa očuvanju dragocene i krhke biosfere naše planete.

KFS je pločica koja, ako bismo govorili uopšteno i ukratko, strukturira vodu, harmonizuje nefiziološka polja, stvara neprijatne uslove za strane organizme – parazite, kao i mnoge druge stvari – različite pločice imaju razne ciljeve i osobine. Drugim rečima, KFS čoveku obezbeđuje lokalnu (ličnu) oazu u agresivnom spoljašnjem okruženju. Izvor energije je magnetno polje Zemlje. Detaljnije informacije možete da pronađete na sajtu proizvođača.

Koje su koristi od aktivnosti koje sprovodi Transurfing Centar? Zar niste nekada govorili da čovek sve može da postigne sam, bez ikakvih treninga?

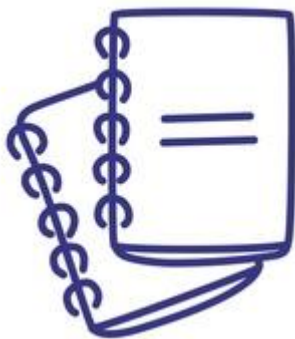
Od tada je prošlo mnogo godina. Stvarnost se brzo menja, a Transurfing takođe. Promene se odvijaju s velikim ubrzanjem. Nova stvarnost počinje da se manifestuje pre nego što uspe da se kreira nova tehnika Transurfinga koja joj odgovara. A objavljivanje novih knjiga već odavno kasni. U Centru imate priliku da ovladate najnovijim tehnikama upravljanja stvarnošću.

Naravno, uz dovoljno odlučnosti, možete uspeti i bez treninga. Međutim, takva odlučnost nije svima svojstvena, mnogima je potrebna spoljašnja podrška da bi započeli samostalno kretanje. Pogotovo u poslednje vreme, kada se efekat zarobljavanja energije i svesti sve jače ispoljava. Ljudi su sve više uspavani. Čovekov život tone u kaleidoskop događaja koji ne zavise od njega, i on ne može ništa da učini u vezi s tim. Nedostaje i energije i svesti.

Pored toga, kao što često biva, između razumevanja teorije i delovanja – sposobnosti da se reši praktični problem – može da postoji provalija. Kako je poznato, problem psa je u tome što razume, ali ne može da kaže. Problem čoveka je drugačiji: sve razume, može da kaže, ali ne može da uradi. Dakle, čitanjem knjiga učite da razumete. Na časovima učite kako da primenite to znanje u praksi – kako da dejstvujete.

Rezime

- Energija postoji tamo gde je kretanje, a nema je tamo gde vlada stagnacija.
- Ono što se ne koristi – atrofira.
- Ako ste odlučili da pređete na živu hranu, učinite to postepeno, hranite se raznovrsno i kvalitetno.
- Kada se prelazak završi sve će se vratiti u normalu i stabilizovati.
- Živa ishrana nije ograničavanje sebe u nečemu, već suštinski drugačiji princip postojanja.
- Živa ishrana čoveka kao biće premešta na viši nivo vibracija.
- Nemoguće je sakriti se od elektromagnetne radijacije, ona se može samo harmonizovati, odnosno učiniti fiziološkom i prihvatljivom za organizam.



Beleške na marginama

Ne volim termin „sirova hrana” i nastojim da ga izbegnem, jer je taj pravac već prilično diskreditovan, kako od strane medija, tako i samih pristalica sirove ishrane. Nikome ne preporučujem da odmah i naglo pređe na živu ishranu. Najoptimalnija praksa je izložena u knjigama „Čista Ishrana” i „Kuhinja predaka”. Odricanje od sintetičke hrane iz supermarketa je već značajan uspeh. Arnold Eret, pionir žive ishrane je upozoravao: „Nikada ne zaboravite da je svaka krajnost štetna. Izbegavajte sve vrste ekstrema”.

ŽIVOT NIJE HEMIJA U EPRUVETI

Lekari kažu da su mlečni proizvodi apsolutno neophodni za očuvanje zdravlja zuba i kose. A u kakvom su stanju vaši zubi i kosa?

Stara pesma o primarnom izvoru kalcijuma – mleku i mlečnim proizvodima – samo je pesmica, koju su uglavnom zapevali ne samo farmeri i lekari (koji su je samo solidarno prihvatili), već i proizvođači i trgovci. Oni moraju da pronađu vrlo ubedljive argumente da bi ljudi s nepokolebljivom upornošću otvarali svoje novčanike i kupovali njihove proizvode.

Proizvođači i trgovci su tako moćne strukture, da mogu da stvore svaki mit. Ako iz nekog razloga, proizvodnja mleka i trgovina mlečnim proizvodima odjednom postanu neisplativi, ne sumnjajte, odmah će smisliti novu pesmicu. Ona mora da bude vrlo ubedljiva, logička i lepa, da bi svi u nju poverovali. Izvođači će takođe odmah biti pronađeni – od zvezda šou-biznisa do profesora. A kupci će sa oduševljenjem reći: „Oh, kakva sjajna, pametna i nova pesmica!” I na isti način će poneti svoje novčanike u supermarket. Shvatate da sve to može da bude veoma vešto organizovano. Tako se i radi.

Pored pesmica, pišu se i zastrašujuće, veoma zastrašujuće priče.

Ako, ne daj Bože, ne budete konzumirali naš ukusan jogurt, kosa će vam otpasti, a nokte će morati da vam čupaju jer će početi da rastu u meso! Ako ne budete pili u dovoljnim količinama naš hranjivi jogurt, poslaće vas kod strašnog i zlog stomatologa, koji ima podvrnute rukave i klešta! Ali ako i dalje budete istrajavali, misleći da ćete preživeti bez našeg lekovitog jogurta, znate šta će se desiti? Sve kosti će vam istruliti! I onda ćete moći samo da puzite kao najbedniji gmizavac, dok će svi zdravi i lepi ljudi stajati oko vas sa čašicama čudotvornog jogurta u rukama, smejati vam se i upirati prstom u vas! Da li to želite? („Ne! Ne želim!”) Onda konzumirajte što više našeg jogurta, koji je prirodan i koristan.

Isto tako, smišljaju se i lažni mitovi – „podvale”, da bi se iskrivile i diskreditovala tuđe, nepoželjne i neprijatne misli i učenja.

„An apple a day keeps the doctor away”. Jedna jabuka dnevno i nema potrebe za doktorom. Ne, nije tako. Jabuka dnevno, i ja sam se uputio da ubijem doktora. Ko jede jabuke, pretvara se u ludaka i strašnog teroristu! Ne, nije tako. Kap nikotina ubija

konja, jabuka ubija doktora. Ne jedite jabuke – to je izuzetno štetno!

Otprilike u tom duhu. Lično, više verujem Prirodi, jer ona ne traži korist, ne komponuje pesmice i ne organizuje predstave. U prirodi se samo bebe hrane mlekom *svoje* majke – a ne tuđe.

Takođe, sklon sam da sve proveravam na svom iskustvu. Kada sam postepeno izbacio proizvode životinjskog porekla iz ishrane i *zamenio* ih živim biljkama, svi problemi sa zubima su se sami rešili, bez „zlog i strašnog” stomatologa. A imao sam nekoliko problema sa zubima. Sami su ispadali, potpuno bezbolno i kao nešto prirodno, a na njihovom mestu su izrasli novi. To je često slučaj kod onih koji se hrane sirovom hranom. Ali samo kod onih koji ne idu u krajnosti, već se hrane *raznovrsno i kvalitetno*.

Takođe, kosa mi je gusta i jaka kao u mladosti, i nije seda, iako je već odavno trebalo da postane. Nema ni naznaka borama. To ne govori o nekim mojim individualnim osobinama. Naprotiv, u mom životu je postojao period kada su znaci starenja – loši zubi, bore i seda kosa – počeli jasno da se ispoljavaju. Međutim, kasnije sam, na svoje iznenađenje, otkrio da se degenerativni procesi mogu ne samo zaustaviti, već i vratiti unazad. To se pokazalo kada je u mom režimu ishrane postala dominantna *raznovrsna* živa biljna hrana. Ispostavlja se da se *povratkom* zakonima Prirode, u telu budi *sposobnost regeneracije*. Veoma mnogo toga, ako ne i sve, obnavlja se i normalizuje.

Međutim, naglašavam još jednom: ne treba ići u krajnosti. Ishrana bi pre svega trebalo da bude raznovrsna i kvalitetna, a ne fanatična, kao što se često dešava – čovek čuje o čudima sirove hrane i počinje da se hrani doslovno samo jabukama. Prelazak treba da bude postepen i prirodan. Osnovni princip *nije ograničavanje i odricanje* od određenih namirnica, već postupno *zamenjivanje* i *uvođenje* drugih.

Nemojte naglo odustajati od sira, jaja i maslaca. Takođe, nije potrebno da potpuno isključujete morske plodove. Ne zaboravite da prava vrednost ne leži samo u povrću i voću, već i u svežem mladom lisnatom povrću (zelenišu) i začinskom bilju, kao i klicama od žitarica i morskim algama. Po sadržaju vitamina, minerala i drugih hranljivih materija, zeleniš nadmašuje voće na desetine i stotine puta. Međutim, nije dovoljna samo trava – zahtevna je i nije preterano ukusna. Ipak, postoji pametan izlaz: zeleni kokteli i zelene supe. Sve o ovome detaljnije možete da pročitate u knjigama „Čista Hrana” i „Kuhinja predaka”.

Veći deo života, a imam 22 godine, aktivno se bavim sportom. Trenutno igram

fudbal i redovno posećujem teretanu kako bih uvećao mišićnu masu. Pitanje je: odakle, iz kojih izvora, kao pristalica sirove hrane, mogu da obezbedim dovoljno proteina neophodnih za mišićni rast? Moja majka, koja je po struci lekar i jako brižna osoba, tvrdi da mišići neće adekvatno moći da rastu bez životinjskih proteina.

Na ovo pitanje sam već više puta odgovorio, ali mi ga postavljaju i dalje. Naravno, vaša majka je u pravu. Nijedna majka u prirodi ne bi hranila svoje tele mesom, a tigrića travom. Ključno pitanje je: *ko ste vi, čime su vas hranili i ko vas je odgajio.*

Zašto čovek, kada se odrekne termički obrađene i hrane životinjskog porekla i pređe na sirovu biljnu hranu, primetno gubi na težini? Pogotovo ako se taj prelazak obavi naglo?

Ovde se odvijaju dva procesa. Prvo, živa hrana ne blokira mehanizam izbacivanja otpada i toksina kao što to čini kuvana (mrtva) hrana, već ga naprotiv, aktivno podstiče. Ranije je u telo pristizala hrana uništena vatrom, osiromašena, gotovo otrovna. Kuvana hrana je toksična po svojoj prirodi. Mrtvo je mrtvo. Razmislite sami: šta je život, a šta smrt?

Uporedite bilo koje živo i mrtvo biće. Iz nekog razloga, svi vrlo dobro osećamo i shvatamo razliku između živog bića i leša i ta razlika ostavlja veoma snažan utisak kada naše oči konkretno vide leš ili uvelu, mrtvu biljku. Smrt je veoma neprijatan prizor, ne izaziva baš apetit, zar ne?

Međutim, kada dođe do trpeze, iz nekog razloga mi na to odmah zaboravljamo. Takva je moć navike usađene od rođenja. Takav je stereotip, mentalni šablon, oblikovan od strane društva. Zamislite kuvan čovekov leš. Nikada niste videli? Odvratno? Ali zar se suštinski razlikuje od leša kuvanog pileta?

Nećemo dalje ulaziti u detalje razlike između živog i mrtvog. Sa-mo razmislite: šta telo mora da uradi s mrtvom hranom? Priroda nije mogla da predvidi takvu situaciju kada će njena tvorevina poželeći da svoju hranu uništava vatrom. Ali u svakom slučaju je predvidela velike rezerve i izdržljivost. Mi smo u tom pogledu daleko savršeniji od bilo koje životinje. Kada bi životinja bila podvrgnuta svim tim ekstremnim preterivanjima i narušavanjima prirodnih zakona, kojima se čovek izlaže, ona ne bi dugo izdržala.

Dakle, organizam je prinuđen da na neki način usvoji mrtvu hranu kada ga postave u takve uslove. Jednostavno, nema drugog izbora. I on uglavnom uspeva da se nosi s tim, uz promenljive uspehe. Posедуje određenu rezervu snage i spremnosti na ekstremne situacije. Ali nije spreman na to da ekstremna situacija traje zauvek – večno. Razumete li? Organizam nije u mogućnosti da konstantno iz sebe izbacuje otpad od prerađene mrtve hrane. Jer mrtvo je mrtvo. Hrana nije samo hemijski materijal, mešavina nekih molekula ili korisnih materija. A telo nije samo hemijska fabrika u kojoj se od sirovina proizvode materijali. I život nije samo skup hemijskih reakcija.

Sve je daleko složenije. Čak i nauka, iako još uvek nije u mogućnosti da objasni šta je život, saglasna je s tim. Živo mora da se hrani živim. To je apsolutni zakon prirode. Čak i biljke – jedine od svih živih bića koje direktno dobijaju hranljive materije iz minerala, hrane se živim mineralima – a ne mrtvim! Pokušajte da izvadite sobnu biljku iz saksije sa zemljom, „ispečete” u rerni tu saksiju, a zatim ponovo u zemlju posadite biljku – ona će propasti. Jer mrtvo je mrtvo. Cvet nema resurse kojima raspolaže čovek da bi usvojio mrtvo i pretvorio ga u živo.

Ponavljam, život nije samo hemija u epruveti. *Sa svakim unosom mrtve hrane, čovek mora da potroši deo svoje životne energije.* Na nivou na kome danas nauka vlada znanjima, to je energija živih enzima. Ali to nije sve – sve je mnogo složenije. Enzimi nisu samo hemijski reagensi, već živi entiteti koji poseduju svoj sjaj, svoju auru. Ostaju u životu neko vreme čak i u telu koje je napustila duša. Ali ako se telo ispeče, više neće ostati ništa živo u njemu.

Dakle, *organizam je prisiljen da rasprši otpad od prerade mrtve hrane gde god stigne – njegovi resursi su nedovoljni da bi sve izbacio.* Jer, u krv dospeva i živo i mrtvo, i ono što je potrebno i ono što nije, ono što može da usvoji i što ne može. Priroda, opet, nije mogla da predvidi da će čovek, opsednut hemijom, tako bezumno da je uvede u svoju sferu postojanja, a pogotovo u ishranu. Organizam raspoređuje sav taj balast po celom telu – on se nagomilava i nagomilava tokom celog života. Masivno telo, osim ako nije telo dizača tegova, zapravo ukazuje na prisustvo viška tereta, a ne na zdravlje i snagu mišića.

Kada čovek pređe na ishranu živom hranom, pokreću se mehanizmi samopročišćenja. Oslobađaju se rezerve sistema za izlučivanje i organizam postepeno počinje da iz svih ćoškova izbacuje nagomilano smeće koje se godinama taložilo.

Bukvalno, kao smeće iz stare kuće, koju su zatrpali ljudi stanari.

Dakle, prvi proces koji dovodi do gubitka kilograma je *pročišćenje*. Ono može da traje godinama. Konačno, smeće se godinama taložilo. Nije tako jednostavno osloboditi ga se, a tome mogu da posvedočim i iz sopstvenog iskustva. Bez obzira na posvećenost čišćenju i pravilnoj ishrani, još uvek osećam i primećujem da iz mene izlazi smeće kojim sam nekad sebe marljivo „nagrađivao“.

Možda ste i sami приметili: dešava se kao da duh nečega što ste odavno prestali da konzumirate izlazi iz vas. To može i da se oseti, na primer, kao podrigivanje od piva, kratkotrajni osećaj duvanskog dima, vina, prženog krompira... Odakle dolazi taj osećaj ako to već dugo niste upotrebljavali? To je upravo taj duh mrtvih i toksičnih namirnica, u bukvalnom i prenesenom smislu, koji se izlučuje kao otpad na fizičkom i kao otisak na mentalnom planu. Nakon toga, želja za takvim proizvodima potpuno nestaje. Ako vam i dalje nedostaje, recimo, kobasica ili prženi krompir, to znači da su toksini iz te hrane i dalje prisutni u vašem organizmu.

Paralelno sa pročišćenjem, započinje drugi proces – *zamena*. Zamena čega čime? Razmislite, šta čoveka razlikuje od biljojeda, čije meso konzumira? Bukvalno ih to meso i razlikuje. Oni se nalaze na različitim nivoima piramide ishrane – sve im se razlikuje: i sistem organa za varenje, i meso, i kosti, kao i svest.

A sada zamislite da čovek iznenada, bez ikakvog razloga, prestane da koristi hranu životinjskog porekla i počne da se hrani isključivo biljkama, ali ne kuvanim, kao ranije, već sirovim. Šta se s njim događa? Organizam će mu doživeti snažan šok. Kako je to moguće? On je zbunjen, ne shvata šta se od njega očekuje. Ali onda, kad dođe sebi, baca se na *generalnu popravku celog sebe*. Organizam je primoran da se potčini, jer ne može da se protivi zakonima Prirode – mora da pređe na drugi stepenik piramide, a za to je potrebno da u sebi sve promeni. Možda će spoljašnji izgled ostati pređašnji, ali sadržaj, materija – postaju sasvim drugačiji.

Dakle, u telu se istovremeno odvijaju dva procesa – *pročišćenje* i *zamena*. Jasno je da se radi o ozbiljnoj promeni.

Rezime

- Stereotipe o ishrani u najvećoj meri oblikuju proizvođači i trgovci.
- Priroda ne traži korist, ne komponuje pesmice, niti pravi šou. U prirodi se samo mladunčad hrani mlekom i to mlekom svoje majke, a ne tuđim.
- Kada čovek jede sirovu hranu, kosa mu postaje prelepa, nestaju sede vlasi i izrastaju mu novi zubi. Naravno, samo ako je ishrana raznovrsna i kvalitetna. Ali ne odmah, naravno.
- Ako se vratimo prirodnim zakonima, u organizmu se budi sposobnost regeneracije.
- Prelazak treba da bude postepen i prirodan. Osnovni princip je: ne ograničavanje ili odbacivanje određenih namirnica, već postepeno zamenjivanje i uvođenje drugih.
- Nemojte žuriti sa izbacivanjem iz ishrane sira, jaja i maslaca, kao ni morskih plodova.
- Posebnu vrednost pored povrća i voća imaju i svež zeleniš, klice i morske alge.
- Hrana nije samo hemijska sirovina, smesa nekih molekula i neophodnih materija.
- Organizam nije samo hemijsko preduzeće u kome se od sirovina proizvode materijali.
- Život nije samo kompleks hemijskih reakcija.
- Svaki put kada konzumira mrtvu hranu, čovek mora da potroši deo svoje životne energije.
- Organizam je prisiljen da razbaca otpad od prerade mrtve hrane gde god stigne – njegovi resursi su nedovoljni da bi ih sve eliminisao.
- Živo treba da se hrani živim.
- Kada čovek pređe na ishranu živom hranom, pokreću se mehanizmi samopročišćenja.
- Pročišćenje može da traje godinama jer se i smeće nakupljalo godinama.
- Organizam se angažuje u svojoj potpunoj rekonstrukciji.



Beleške na marginama

Sredstva masovnih medija će vas uveravati da je živa hrana čudan hir ljudi koji nisu potpuno zdravi mentalno i fizički. Pokazaće vam nekog ekscentričnog mučenika „sirojedača” (a takvih je u izobilju) i pored njega srećnu i uspešnu osobu koja se hrani „kao svi normalni ljudi”. Međutim, bez obzira da li jedu meso ili sirovu hranu, među njima nema razlike. S jedne strane je primetna neobaveštenost, otvorena laž, pristrasno izveštavanje i diskreditacija, a s druge strane ograničenost, zatvorenost uma i besmisleni fanatizam. Neznanje, zapravo, ima izuzetnu moć!

PRINCIP DRUŠTVA

Utvdili smo da kada organizam pređe na ishranu svežom biljnom hranom, dolazi do *sveobuhvatne rekonstrukcije* koja je praćena procesima *čišćenja* i *zamene*. Balast otpada i toksina, nakupljen tokom dugih godina, odbacuje se, a na njegovo mesto bukvalno dolazi *ново тело*, sastavljeno od *novog biomaterijala* i s *novim meha-nizmom varenja i metabolizma*.

Ne možemo da tvrdimo da se mehanizam varenja i metabolizma fundamentalno menja, ali značajne promene u simbiotskoj mikroflori i potpuna apsorpcija sirove biljne hrane već mnogo toga govori.

Molim vas, poštovani Čitaoče: sada aktivirajte svoju pažnju i spoznajte smisao gorenavedenih formulacija. Da li zaista shvatate o čemu je reč? Ovo nije dijeta, niti površna promena jelovnika, pa čak ni vegetarijanstvo koje dozvoljava konzumiranje mlečnih proizvoda i termičku obradu hrane, već *prelazak na viši stepen piramide ishra-ne*, sa svim posledicama koje iz toga proizilaze.

Govorimo o *suštinskoj sposobnosti organizma da se regeneriše*, u smislu da se *degenerativni procesi mogu preokrenuti*. A to je već fundamentalno pitanje.

Naravno, još uvek ne možemo kategorički da tvrdimo da je stopostotna regeneracija moguća, iako su se u istoriji dešavali slučajevi da su izgubljeni udovi ljudima ponovo izrastali, kao kod salamandera. Ali već ono što vidim na svom ličnom primeru, daje mi veliku nadu, pa mi zato mišljenje zvanične nauke o tome više nije interesantno.

Zašto niko nigde ne govori jasno i nedvosmisleno o živoj ishrani kao prelasku na viši nivo piramide ishrane. Do sada ni ja nisam govorio o tome iz tog ugla, kako ne bih preterano šokirao publiku, već sam želeo da sve zainteresovane polako uvodim u ovu temu. Ali, mislim da je došlo vreme da stvari nazovemo svojim imenom.

Tamo, na tom stepeniku piramide, ljudi su potpuno drugačiji. Imaju drugačiji pogled na svet, energiju, zdravlje, inteligenciju, kvalitet života, drugačije telo, na kraju krajeva. To je vrsta elitnog kluba, ako imamo u vidu neobične privilegije koje on donosi. A za razliku od drugih privilegovanih klubova, svako ko želi može da mu se pridruži. (Za razliku od sekte, može i da ga napusti kad god poželi.)

Međutim, za takav neobičan korak potrebni su veoma ozbiljni razlozi. Da li je to šala, preći na drugi stepenik piramide, a pogotovo u našem društvu, koje je zombirano

ustaljenim stereotipima? Postavljaju se tri opravdana pitanja.

1. *Kakva je korist od toga?*
2. *Kako je to moguće?*
3. *Da li je to uopšte moguće?*

Odgovarajući na prvo pitanje, navedimo osnovne prednosti: čisto i zdravo telo; snažan intelekt i bistar um; dobra fizička kondicija; stabilan mentalni sklop; oslobađanje od parazita; oslobađanje od zavisnosti od hrane i drugih poroka; izbjavljenje od hroničnih i degenerativnih bolesti kao što su: kardiovaskularne, rak, dijabetes, artritis, AIDS, prekomerna telesna težina, alergija, depresija, neuroza, sterilitet, prevremeno starenje, stres, hroničan umor i mnoge druge; i kao prirodna posledica svega toga, povećanje opšteg životnog tonusa i kvaliteta života u celini. Da li se ovi razlozi mogu smatrati dovoljno ozbiljnim ili ne – prosudite sami.

Ako živu ishranu posmatramo kao jedan deo Transurfinga, očigledna prednost je povećanje energije i prosvetljenje uma, što je neophodno za upravljanje snovima u stvarnosti. *Počinjete da vidite i razumete ono što drugi ne mogu da vide i razumeju.*

Sticanjem barem jedne od navedenih prednosti, stičete prednost u odnosu na druge koji ne raspolažu tim prednostima. Opšte je pravilo da kada napustite kolektivni stroj i počnete da radite nešto drugačije od ostalih, neizbežno stičete neku prednost. To bi trebalo da vam bude poznato iz osnova Transurfinga. Sećate se pravila klatna „radi kao ja”?

Oni koji koračaju u istom stroju, slepo se potčinjavaju principu: *ako svi tako misle i rade, onda to znači da je ispravno.* Na ovom principu se zapravo i održava društvo, ali taj princip nije uvek pravedan.

Porast degenerativnih bolesti, na primer, jasno je statistički povezan s pojavom i razvojem novih tehnologija u pripremi hrane, kao što su konzerviranje, rafiniranje i razne vrste hemijskih obrada. Tehnologije ishrane se ne razvijaju iz pobude korisnosti, već u skladu s principima: *ukusno, praktično, u trendu, svi tako rade.*

Prvo su smislili da žitarice i pirinač treba čistiti od ljuske i klice, u kojima se upravo i nalazi sve ono što je najdragocenije. Proizvodi od obrađenog zrna postali su beli, nežni i pahuljasti. Jednom je neko svratio nekome u goste i oduševio se: kakve rastresite kiflice, kakav snežnobeli pirinač! Predivno! I ja to želim! I tako su svi poželeli. A

vremenom im je to prešlo u naviku. I tako su počeli i da oboljevaju. Međutim, niko nije ni pomislio da se pojava novih bolesti može povezati s promenama u prehrambenoj tehnologiji. Skoro niko. I do danas se malo ko time bavi. *Jedu i boluju. Boluju i jedu.*

Interesantan podatak je da je u srednjovekovnoj Francuskoj, otadžbini rafinirane kuhinije, velika činija puna zelene salate bila glavno i svakodnevno jelo prostih ljudi. Običan svet se hranio jednostavnom prirodnom hranom. Kulinarski delikatesi su se smatrali privilegijom plemstva – za njih su se kuvari trudili da pripreme nešto izvanredno, dok su sami, sedeći u kuhinji, proždimali pune činije salata od raznovrsnog bilja. U plemićka jela isti taj zeleniš su dodavali samo kao začini i ukras.

Dakle, bolesti i različite zdravstvene tegobe u to vreme su bili karakteristični znak plemićkog porekla. Čak se smatralo modernim imati bledu kožu i ceo dan ležati u krevetu, uzdisati od „aristokratske” melanholije i bolnih muka. To je bilo u trendu. Dok je s druge strane, preplanuli, zdrav i jednostavan izgled bio karakterističan znak nižeg staleža. Nisu imali vremena za bolesti. A i snage je bilo napretek. Raditi ceo dan je sasvim uobičajena stvar, a posle toga se bez problema prepustiti razmeni nežnosti negde u stogu sena.

Međutim, vremenom se rafinirana kuhinija rasprostranila svuda, delom zahvaljujući istoj toj modi. Na primer, konzerve su bile izmišljene kako bi Napoleonova vojska sebi osigurala praktične obroke. Ali onda su jednostavno postale popularne, kao jedno od dostignuća i napretka. Zamislite, ljudi sede za trpezom na kojoj su servirane najrazličitije konzerve. To je proširilo i teme za razgovor: „A kakve ste konzerve danas jeli? Mi smo takve i takve. Kako, zar vi ne jedete konzerve?! Vi ste potpuno zaostali!”

Na početku je tehnologija konzerviranja bila ograničena na dugotrajnu toplotnu obradu. Međutim, vremenom su izmislili i razne konzervanse, pojačivače ukusa, aromatizatore, aditive. Ova hrana ne samo što stvara naviku – ona izaziva izuzetno jaku narkotičku zavisnost, vezanost za „hranilicu”. I što je najvažnije, ispostavlja se da je to pogodno za sve – i proizvođače i trgovce i potrošače. Svi su navučeni na istu „iglu” i svako ostvaruje svoju korist. Ali i dalje je tu konstanta: *jedu i boluju, boluju i jedu.*

Stiče se utisak da moderan čovek nije homo sapiens, „razumni čovek”, već neka pripitomljena, ukroćena i namerno tovljena vrsta od STRANE NEKOGA koja uopšte ne shvata čime je hrane i s kojim ciljem. *Homo mansuetus* – NEČIJI pripitomljen kućni čovek. Naravno, ovo je plod moje mašte. Zapravo, taj NEKO nije individua, već sistem

– Matriks. Ali suština stvari se time ne menja.

Sistem je zainteresovan da svi marširaju istim korakom. A upravljanje tim strojem je posebno lako ako su svi vezani za jednu hranilicu. Zar ne? A ovim strojem je lako upravljati ako svi teže ka istim surogatnim ciljevima i strahuju od istih problema. Pogledajte bilo koji medij i jasno ćete videti potpuno primitivnu sliku: s jedne strane, sa svih ekrana i naslovnih strana nam nameću *kult uspeha i konzume-rizma*, a s druge – istovremeno plaše *uznemirujućim vestima*. Tako se održava disciplina u stroju.

Kako izaći iz kolektivnog stroja i prestati koračati za tuđim uspehom i krenuti ka sopstvenom? Da bi se to postiglo, potrebno je hakovati princip društva – prestati verovati u to da „ako svi to rade, onda znači da je to ispravno”.

U određenom smislu, takav korak se može posmatrati kao hakovanje operativnog sistema društva, koji vas neprestano mami tuđim uspehom i istovremeno vas drži okovanog, prisiljavajući vas da postupate prema zadatom programu, uranjajući vas u kolektivni san. Oslobođanjem od tog programa, moći ćete da stvorite svoj, sopstveni, a zatim da ga ugradite u sistem tako da sistem radi za vas, a ne vi za njega. I tada će jednog dana vaš uspeh postati uzor za ostale, koji su još uvek pod kontrolom algoritma.

Rezime

- Umesto starog, doslovno se pojavljuje novo telo, sačinjeno od novog biomaterijala, s novim mehanizmom varenja i metabolizmom.
- To nije dijeta, nije površna promena ishrane, niti čak vegetarijanstvo, u kome su dozvoljeni mlečni proizvodi i termička obrada hrane, već prelazak na viši nivo piramide ishrane – suštinski drugačiji način ishrane i postojanja.
- Reč je o suštinskoj sposobnosti organizma za regeneraciju, u tom smislu da se degenerativni procesi mogu preokrenuti.
- Svest postaje jasnija, počinjete da vidite i razumete ono što drugi ne vide i ne razumeju.
- Kada napustite kolektivni stroj i počnete da radite nešto drugačije od svih, neizbežno stižete neku prednost.
- Vladajući princip društva: ako svi tako misle i rade, onda to znači da je ispravno.
- Porast degenerativnih oboljenja se jasno statistički poklapa s pojavom i razvojem

prehrambenih tehnologija.

- O tome malo ko razmišlja. Jedu i boluju. Boluju i jedu.
- Sintetička hrana izaziva izuzetno jaku narkotičku zavisnost, vezanost za hranilicu.
- Svi su navučeni na istu „iglu” i ostvaruju svoju korist. Ali opet: jedu i boluju, boluju i jedu.

- Savremeni čovek je pripitomljena, ukroćena i namerno tovljena vrsta koja se nekad smatrala samostalnom i razumnom.
- Sistem je zainteresovan da svi marširaju istim korakom. Upravlјati tim korakom je posebno lako ako su svi preplašeni istim strašilima, usmereni ka jurnjavi za istim ciljevima i vezani za istu hranilicu.
- Da biste prestali da koračate za tuđim uspehom i krenuli za sopstvenim, potrebno je da hakujete princip društva – prestanete da verujete u to da „ako svi to rade, onda je to ispravno”.



Beleške na marginama

Objektivno, ovim pitanjima se ne bavimo zbog neke privrženosti ili brige o „zelenim” problemima, već zato što za upravljanje stvarnošću pre svega treba znati šta ta stvarnost predstavlja.

ŽIVO I MRTVO

Nastavljamo temu iz prethodnih poglavlja. Kada je u pitanju viši nivo u piramidi ishrane, pored svih ostalih prednosti, mogu se dodati i veoma prijatni bonusi. Ženama ovaj način ishrane pruža priliku da se oslobode jednog zaista neprirodnog i nelogičnog problema, kao što je menstrualni ciklus, kao i da izbegnu mučnine tokom trudnoće i imaju bezbolan porođaj. Evo šta o tome piše doktor Arnold Eret:

„Kada se telo žene potpuno pročisti zahvaljujući isceljujućoj dijete, prestaje menstrualni ciklus. U svetim spisima se ovaj fenomen tako i naziva – 'pročišćenje' – odnosno prestanak mesečnog oticanja nečiste krvi zajedno sa toksinima.

Sve moje pacijentkinje koje su prošle proces pročišćenja putem isceljujuće dijete (žive hrane) izveštavale su da su im menstrualni ciklusi postali sve ređi – u intervalima od dva, tri, četiri meseca – sve dok na kraju nisu potpuno prestali.

Glavobolje, zubobolje, mučnine i ostale tzv. tegobe koje su karakteristične za trudnoću prestaju, a porođaj postaje bezbolan. Na svet dolazi dete koje je izuzetno „čisto“ u poređenju s drugom decom, majka proizvodi dovoljno slatkastog mleka. Sve sam to zapažao kod žena koje su se pridržavale ovog režima ishrane.

Važno je napomenuti da se ne preporučuje nagla promena režima ishrane tokom trudnoće ili dojenja, da to treba raditi najmanje dva ili tri meseca pre planiranog začeca“.

Kao korisna promena za muškarce, dešava se primetno povećanje psihičke otpornosti na spoljašnje uticaje, ili drugim rečima, *otpornost na stres*. Pojavljuje se karakterističan osećaj mirnog samopouzdanja, osećaj Snage, ravnoteže, bez iznenadnih ispada i bezrazložne agresije.

Kako je poznato, u svim složenim situacijama, uključujući i konfliktne, najvrednije osobine su samokontrola i strpljenje, a ne fizička snaga. Međutim, mnogo je teže razviti samokontrolu nego napumpati mišiće. Ma koliko čudno, samopouzdanje donosi zelena biljka, a ne komad mesa. Čak ne toliko povrće i voće, koliko baš svež zeleniš najbolje stabilizuje nervni sistem. Zašto? Pokušaću da objasnim.

Ne može se reći da u organizam zajedno sa živom hranom ulazi i neka energija. U ovom slučaju, energija se ne dobija, već se *oslobađa*. Uporedite volju i psihi narkomana sa voljom zdrave osobe. Euforija i porast energije kod narkomana traju vrlo kratko – on najveći deo vremena provodi u padovima i krizama. Energija mu je poput probušenog vedra – potrebne su stalno nove doze da bi se nadoknadili gubici. Stanje intoksikacije oduzima mnogo snage i izuzetno negativno utiče na nervni sistem, čineći ga nestabilnim i slabim.

Uticaj mrtve hrane nije tako očigledan kao kada je reč o jakim drogama, ali je sličan. Ključni faktor su toksini koji se stvaraju u oba slučaja. Unošenje bilo koje supstance koja izaziva intoksikaciju uvek povlači za sobom stanje apstinencije, kada su potrebne nove doze da bi se zaustavila. Čovek ponovo želi da se „ubode“, popije, popuši ili pojede – nema nikakve razlike – priroda je ista u oba slučaja.

Može se postaviti pitanje: ako je situacija baš takva, zašto onda ljudi žive bezbrižno (naravno, relativno), iako bi trebalo da su već odavno otrovani? Ili zašto, na primer, čovek može dugo da puši cigarete bez teških i, što je najvažnije, brzih posledica? Jer, duvanski dim sadrži stotine različitih otrovnih supstanci.

Stvar je u tome što organizam poseduje sposobnost da inkapsulira toksine koji ne uspeju da se izluče i raspoređuje ih gde god stigne, samo da budu dalje od životno važnih organa. Na isti način, ali ne zbog bezizlaznosti, već velike gluposti, čovek čuva hemijski otpad, držeći ga podalje od svojih očiju. Ali burad sa otrovnim materijama na dnu Baltičkog mora ne mogu zauvek tamo da leže. Isto tako će neminovno doći vreme kada će zidovi toksičnih skladišta u organizmu popustiti. A za sada se sve svodi na neprekidne mamurluke.

Živa hrana, za razliku od mrtve, nije toksična. Živo je živo – uvek je sveže i čisto. Svaka živa biljka je čistija od bilo koje mrtve kaše, čak i najkorisnije. Mrtvo je, uvek, barem u nečemu, samo po sebi nečisto. Zato što je mrtvo mrtvo. Zeleni list je najizvorniji, najsavršeniji i najviši oblik života. U živom listu leži moćan potencijal, program za razvoj. U mrtvom listu je život okončan. Tamo gde se život završava, počinje proces raspadanja i truljenja. Život i raspadanje su dva suprotna procesa, razdvojena tankom, ali potpuno jasnom linijom.

Stojeći pred ogledalom, vi savršeno uočavate razliku između stvarnosti i odraza. Zna da u ogledalu postoji granica – ravna površina s jedne strane je jedno, a s druge strane je nešto sasvim drugo. Stojeći pred mrtvim telom, takođe isto jasno razlikujete

granicu između života i smrti. To na vas ostavlja utisak. Međutim, kada je u pitanju hrana, sposobnost da se oseti ta *granica* potpuno nestaje. Ljudi su toliko navikli na mrtvu hranu da više ne primećuju razliku između sveže i kuvane jabuke. Naravno, oni je razumeju: supstance su različite, kao i ukus. Ali razumevanje same *granice*, odnosno onoga što *suštinski* razlikuje živo od mrtvog, u potpunosti izostaje.

Život po svojoj prirodi podrazumeva prisustvo potencijala, mogućnost regeneracije i razvoja. Međutim, kada se pređe granica između živog i mrtvog, pokreće se program *degeneracije, raspadanja*. Iz toga proizilaze toksični otpaci kao neodvojivi deo mrtve hrane. A gde je intoksikacija, ponoviću, tamo je i apstinencija, oticanje energije, slabljenje volje, poremećaj nervnog sistema. Rupa u „vedru“, kao rupa u Duši, koju je stalno potrebno nečim popuniti.

Zapravo, kuvana (mrtva) hrana nije imala tako poguban uticaj na čovekovo telo sve dok je ostajala prirodna, tokom mnogih vekova. Ipak su rezerve čovekovog tela iznenađujuće velike. Međutim, s pojavom i razvojem tehnoloških načina obrade hrane, situacija se svake godine sve više pogoršavala.

Na primer, mentalne osobine današnje dece, kao što su *hiperaktivnost* i *odsustvo pažnje*, često se pripisuju „indigo fenomenu“. Pa, jednostavno je udobno razmišljati na taj način (ako ne znate pravi uzrok), kao da su sva deca indigo, kao da su danas sva takva.

Ni najmanje. Histerično ponašanje koje je sada karakteristično za decu i to od najranijeg uzrasta, posledica je velike količine hemijskih i sintetičkih supstanci u hrani koju kupujemo u supermarketima. Mrtva sintetika je višestruko toksičnija od kuvane, ali prirodne hrane. Zato i imamo takvo stanje nervnog sistema. Takvo dete vijori kao list na vetru. Teško mu je da uči, nije sposobno da se koncentriše i sedi na jednom mestu.

U naše vreme, kada smo bili pioniri, mogli smo da sedimo mirno. Moja generacija se još uvek seća kako su čak mogli da nas nateraju da sedimo sa skrštenim rukama na klupi. A zašto današnja deca ne mogu? Njihovo raspoloženje i energija se stalno menjaju. Po čemu se oni razlikuju od tih pionira – tj. nas? Mi smo takođe bili vrlo živahni, ali smo mogli lako da se koncentrišemo.

A sada, rekao bih da deca više nisu živahna (kakva bi u suštini trebalo da budu), već su prvenstveno umorna. Jednog leta sam hodao duž morske obale i video veliku grupu dece ispred sebe, verovatno iz kampa. Tek su stigli, obukli su kupaće kostime i dozvolili su im da uđu u vodu da se kupaju. Pripremio sam se na to da ću sada morati da prođem

kroz grupu urlajućih, vrištećih, trčećih i skaćućih klinaca koji ruše sve pred sobom. Ali nije bilo tako. Oni su se ponašali kao penzioneri posle obilnog ručka. I to uzimajući u obzir da more obično izaziva uzbuđenje kod dece.

Naravno, sva deca su različita, pa je tako dejstvo hemije različito kad je reč o odraslima. Međutim, opšta slika je nedvosmislena: *intoksikacija mrtvom sintetikom*, sa svim simptomima koji je prate, a koji su već postali normalni. Smatra se da je to normalno, jer u skladu s principom društva: „ako je tako kod svih, onda tako i treba da bude”. Ali da li treba da bude tako?

Odbacite glupi stereotip i samo razmislite: da li je normalno da u vašem telu, u vašem voljenom čudesnom telu, nešto truli i raspada se? Zašto bi tako trebalo da bude? Zato što je to normalno za sve? A šta ako ja ne želim da bude kao kod svih?

I zato, ako odlučite da prekršite princip društva u vezi sa ishranom, počće da vam se dešavaju anomalne, ali iznenađujuće prijatne stvari. Na primer, mogu da vam izrastu novi zubi, jer se gasi stari program degeneracije, a umesto njega pokreće novi – obnavljanja i razvoja. Uopšte, menja se „koža”. Ali najvažnije je to što se izbavljate od intoksikacije i oslobađa se značajan potencijal Sile. A to je velika prednost u odnosu na one koji još uvek borave u stalnom mamurluku.

Rezime

- Uklanjanje iz života ovog zaista neprirodnog i nelogičnog problema kao što su menstrualne tegobe, odsustvo mučnine tokom trudnoće i bezbolan porođaj.
- Primetno povećanje psihičke otpornosti na spoljašnje uticaje, otpornost na stres.
- Samopouzdanje ne dolazi od „šnicle”, već od svežeg zeleniša.
- Sa živom hranom vi ne dobijate, već oslobađate energiju.
- Živa hrana, za razliku od mrtve, nije toksična. Živo je živo – uvek sveže i čisto.
- Zeleni list je najizvorniji i najsavršeniji odraz najviše forme života. U živom listu leži moćan potencijal, program za razvoj.
- Kuvana (mrtva) hrana nije imala tako pogubno dejstvo na čovekov organizam sve dok je zadržavala svoje prirodno svojstvo tokom mnogih vekova.
- Hiperaktivnost i deficit pažnje kod dece su direktno povezani sa prisustvom sintetike u hrani.

- Mrtva sintetika je mnogo toksičnija od jednostavno kuvane, ali prirodne hrane.



Beleške na marginama

Kao što su nekada ljudi prosto umirali od gladi, tako sad umiru od industrijske hrane, ne shvatajući šta se dešava. Životinje jednostavno slede promene u svom staništu. Dolazi hladnoća, odlaze kopitari, za njima odlaze predatori. Čovek isto tako prati. Trka za profitom – jeftina radna snaga – jeftina produkcija. Opet profit – jeftina hrana – čovek sve to konzumira. Ne zanima ga kvalitet, bitan je samo – profit, kao i da bude jeftino. On samo, pognute glave „prati migraciju kopitara”. Kao u drevna vremena. On nije postao pametniji.

BITNA NIJANSA

Budite oprezni prilikom prelaska na živu biljnu ishranu. To može da bude uzvišeno dostignuće ka kojem se može težiti ili put, ali ne i krajnji cilj. Za mnoge, već sam prelazak na ishranu *prirodnim* proizvodima predstavlja veliki uspeh.

Namirnice bi prvenstveno trebalo da budu *prirodne*. Na primer, pravi raženi hleb se pravi od integralnog brašna (celo zrno, potpuno samleveno) i s prirodnim kvascem.

Čovekov organizam ima osobinu da ako ga opteretite najrazličitijom nepotrebnom hranom, pogotovo hemikalijama i sintetikom, on se prilagođava i funkcioniše kao „skladište hemijskih otpadaka”. Doslovno pakuje otpad i toksine u svojevrsnu „burad” i rasipa ih po različitim uglovima. Burad ostaju zatvorena dokle god je to moguće. Upravo zbog toga čovek koji vodi veoma nezdrav način života, može da se oseća relativno dobro.

Naravno, to ne može zauvek da traje. Dolazi vreme kad otpad počinje da isplivava na površinu. I ako se pređe na živu ishranu – organizam aktivno počinje da otvara burad i oslobađa se njihovog sadržaja. Tokom procesa čišćenja, mogu da se pojave neprijatni efekti u vidu pogoršanja postojećih bolesti i lošeg zdravstvenog stanja. Ali na kraju će se organizam očistiti i vratiti u normalu.

Međutim, postoji jedna osobenost. **Čist organizam više neće želeti da prihvati ulogu skladišta.** Jedan slatkiš koji pojedete pre spavanja, može da izazove jutarnju reakciju sličnu mamurluku. Ako su ranije toksini bili brzo pakovani i odlagani što dalje, sada slobodno kruže kroz krv dok se ne izbace. Kao posledicu, osećate nelagodnost ili loše fizičko stanje.

Na taj način, ako ishrana nije besprekorna, biće veoma teško, ako ne i nemoguće, stoprocentno se pridržavati režima ishrane živom hranom. A kako da bude besprekorna, kad tehnosfera prodire svuda, počevši od fluorida u pasti za zube pa do nitrata u povrću. Čak i ako se hranite potpuno čisto, na ulici ćete i dalje dobiti značajnu dozu tehnosfere – iz vazduha.

Zbog toga stalno upozoravam: ne upuštajte se olako u potpuni prelazak na čistu živu ishranu. Prelaz mora da bude postepen, harmoničan, bez fanatizma, i treba da predstavlja zadovoljstvo, a ne teret. I ponavljam da je to prvenstveno put, a ne odredište.

Ako trenutno nemate pristup ekološki čistim namirnicama, stopostotna sirova živa

ishrana neće doneti korist i rezultate koje bi trebalo da donese. Sve može da bude upravo suprotno. Složićete se, glupo je računati na korist od povrća i voća ako sadrže hemikalije. A gde je garancija da ih ne sadrže? Garancija može da bude ili sopstveno domaćinstvo ili pouzdani dobavljači.

Dakle, ako vam ishrana nije besprekorna, preporučljivo je da organizam održavate u režimu tranzitnog skladišta, a ne stacioniranog čistilišta. **Drugim rečima, ishrana ne bi trebalo da bude stopostotno bazirana na živoj hrani sve dok ne budete u mogućnosti da se hranite ekološki čistim namirnicama.** Pravi ražani hleb, kao i neka pripremljena jela, u tom smislu biće razuman dodatak živoj ishrani.

Lično za mene, glavni princip je čista ishrana. Ukratko, to je živa hrana tokom celog dana, pretežno superhrana, a veče je rezervisano za pripremljenu, ali čistu hranu.

Efekat je isti kao kod potpuno žive ishrane, ali se pritom organizam ne opušta kao kod potpuno žive ishrane, već može da izdrži napade tehnosfere, koji ne mogu da se izbegnu jer nas svuda okružuje vrlo toksično okruženje. Više o tome možete da pronađete u knjizi „Čista Ishrana”.

Ali i takav režim, verovatno kod mene neće ostati zauvek. U samorazvoju ne smemo da se zaustavljamo. Status quo ne može da traje – ili se krećemo napred ili nazadujemo.

OPSTANAK U TEHNOGENOM OKRUŽENJU

Često me pitaju: zar sva ta priprema i gnjavaža sa živom vodom, živim vazduhom i hranom nije prenaporna i zahtevna? Zašto je sve tako komplikovano i da li je zaista vredno tolikog truda?

Zapravo, nije ni naporno ni komplikovano, već je samo neobično. Postaviš jonizator kod kuće i na poslu – i dišeš svežim vazduhom. Zameniš kuvalo za vodu aktivatorom – i piješ živu vodu. Šta je tu komplikovano? Sa hranom, istina, stvari nisu tako jednostavne, ali ovde je zaista važno sebi odgovoriti na pitanje – *zašto*? Da li to вреди ili ne?

U divljem okruženju, čovek mora neprestano da se trudi kako bi nabavio hranu, zaštitio se od lošeg vremena i divljih životinja. Ako ne želi da se suočava s takvim teškoćama, može prosto da legne na zemlju i umre od hladnoće, gladi i divljih zveri. Ali, ako želi da preživi, moraće nekako da prihvati sve te izazove i izbori se s njima.

U civilizacijskim uslovima, čini se da je već sve pripremljeno i obezbeđeno. Imamo smeštaj. Možda je napravljen od štetnih materijala, ali je jeftin i brz. Predmeti za svakodnevnu upotrebu su takođe uglavnom hemijski i sintetički, ali su zato praktični. Više nije potrebno ići svojim nogama. Da li je potrebno? Za prelazak par stotina metara – tu je automobil. Za zabavu i druženje – napravljen je čitav virtuelni svet. Istina, postoji neka tamo elektromagnetna radijacija, ali pošto ne možemo da je osetimo, onda je verovatno sve u redu. Hrane ima napretek – ako želiš, jedeš, ako ne želiš... Postoji li neko ko ne želi? Čuli smo neke glasine o hemikalijama, GMO, zavisnostima od hrane... Ali ipak, sve je tako ukusno i, opet, praktično. Na „farmi” je zaista sve jednostavno: možeš i da legneš na pod supermarketa, ne moraš ni da ustaješ, samo protegneš ruku ka polici.

Ali da li je zaista sve tako jednostavno u ovoj sintetičkoj civilizaciji i da li će sve proći bez posledica? Hemija, radijacija i GMO se ne osećaju, ali zaista ubijaju – samo sporo. To je *spora smrt*. I to je put smrti, a ne života. Potrebno je biti izuzetno naivan i verovati da će sve te „sintetičke udobnosti” proći bez posledica. Mi nismo androidi, zar ne?

Može se, naravno, ne razmišljati o tome. Danas ćemo se zabaviti kao leptirići oko svetiljke. Još jedan dan će proći bezbrižno – i tako redom. Koliko biste vi takvih dana želeli da imate za sebe? Leptirići nikad ne razmišljaju. Ali mi, ljudi, počinjemo da razmišljamo samo onda kada je već kasno.

Na neki način, uvek nas snažno pogodi smrt poznate osobe, pogotovo ako je u životu postigla veliki uspeh. Ali malo koga impresionira opšta statistika, koja uvek nekako ostaje u senci, van kadra. A evo kako izgledaju brojke.

U Rusiji, svake godine 300.000 ljudi umre od raka. U Sjedinjenim Američkim Državama, taj broj iznosi pola miliona. To je populacija manje države. Zamislite, u svakoj velikoj državi godišnje umre cela nacija. Samo od raka. I te brojke se svake godine značajno povećavaju. A u poslednje vreme je primetno „podmlađivanje” bolesti.

Neću navoditi statistiku smrtnosti od dijabetesa i kardiovaskularnih bolesti – ona je čak i veća. Interesantna je druga statistika. Trećina stanovništva Sjedinjenih Američkih Država, najnaprednije zemlje u tehnološkom smislu, pati od steriliteta. Trećina pati od preterane gojaznosti, a trećina je konkretno zavisna od antidepresiva.

Prema časopisu „New Scientist”, čak 40% evropskog stanovništva je već proglašeno mentalno obolelim. Teško je poverovati? Međutim, kada se uzme u obzir da se depresija, na primer, već proširila poput pandemije, nemamo čemu da se čudimo. Alergije, artritis, problemi s kičmom – sve su to takođe masovne epidemije.

I ne samo depresija, već je u poslednje dve decenije čak 800.000 ljudi u Rusiji okončalo svoj život samoubistvom. To znači da prosečno 40.000 ljudi godišnje okonča sa životom – ne zbog bolesti, već zato što smatraju da je dalji život nepodnošljiv.

Svaki dan, od gladi umire 37.000 ljudi. Svake pete sekunde, od gladi umire dete. Nekada su nam obećavali da će GMO spasiti čovečanstvo od gladi. Međutim, uvođenje GMO ne samo što nije rešilo taj problem, već je dovelo do opšteg porasta neplodnosti, kao i uništenja insekata koji vrše oprašivanje, što može da izazove katastrofalne posledice.

Ovo su statistike koje se danas ne objavljuju i ostaju van vidokruga. Sve je u redu, zar ne? Ali važno je ne samo kakve su brojke, već i činjenica da su sve navedene bolesti *degenerativne*. To znači da se organizam doslovno raspada, degeneriše pod pritiskom neprirodnih i agresivnih uslova spoljašnje sredine. I sve ove bolesti, uključujući i suicid, imaju *isključivo tehnogeno* poreklo. U istoriji, pre širokog uvođenja tehnosfere u sve oblasti čovekovog života, posebno u oblasti prehrambene tehnologije, nije bilo ničeg sličnog.

Dakle, postoji li problem *preživljavanja* u uslovima *sintetičke civilizacije*? Šta nosi veću opasnost i štetu: biosfera ili tehnosfera? I da li je vredno ulagati neke napore u opstanak?

Poslednje pitanje nije samo retoričko, već je idiotsko. Mada, kako se uzme. Ako se nalaziš u toru i pred tobom je hranilica, možda ti nije važno ništa drugo sem toga. Ali ako to nije slučaj, onda se postavlja drugo pitanje: ako ne želiš da pobegneš s farme, da li ipak možeš da ostaneš u njenoj blizini, hraniš se pod njenim krovom, a istovremeno ne budeš vezan za nju?

Odgovor je potvrđan. Međutim, da biste to postigli, potrebno je uložiti barem malo truda. Neophodno je shvatiti pravila bezbedne egzistencije u tehnogenoj sredini. Zašto smrt od raka nazivam besmislenom? Zato što je nastanak raka, kao i svake druge degenerativne bolesti, moguće sprečiti. Za svaki štetni spoljašnji uticaj, bilo da je u pitanju hemija ili zračenje, moguće je pronaći sredstvo koje bar umanjuje štetu i rizik.

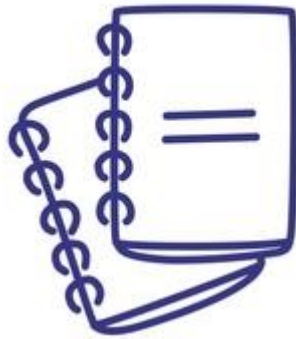
Rizik od oboljevanja od raka značajno se povećava usled preterane kiselosti organizma, koja proizilazi iz ishrane koja se uglavnom sastoji od životinjskih i sintetičkih proizvoda. Prekomerna izloženost elektromagnetnom zračenju od mobilnih telefona i računara deluje kao katalizator.

Šta u ovom slučaju može da posluži kao sredstvo za suprotstavljanje? Promena balansa u ishrani u korist žive biljne hrane. Međutim, čak i ako ne želite da promenite svoju ishranu, konzumacija žive vode i udisanje živog vazduha su minimalni koraci koje svako može da preduzme. To je veoma jednostavno i ne zahteva mnogo napora. Samo se radi o elementarnim pravilima bezbednosti, kao što su pravila higijene. Ko kaže da se prvo primenjuje samo na radnom mestu, a drugo samo u kućnim uslovima?

Rezime

- U civilizovanom okruženju, pitanje preživljavanja je podjednako aktuelno kao i u divljini.
- Hemija, zračenje i GMO se ne osećaju, ali zaista ubijaju, samo sporo. To je spora smrt. I to je put smrti, a ne života.
- Degenerativne bolesti su stanje u kome se organizam bukvalno raspada, degeneriše pod uticajem neprirodnih i agresivnih uslova spoljašnje sredine.
- Sve degenerativne bolesti imaju isključivo tehnogeno poreklo.
- Moguće je živeti u sistemu, koristiti njegove blagodeti, a istovremeno biti nezavisan od njega.
- Da biste to postigli, neophodno je da poznajete pravila bezbedne egzistencije u

tehnogenom okruženju. Tome je posvećena cela knjiga.



Beleške na marginama

Zaista, pitanje o tome gde se nalazimo i šta se dešava oko nas – verovatno je najvažnije i najkompleksnije. Mi smo u stanju da vidimo sa-mo površinske pojave i shvatimo po-jedinačne aspekte stvarnosti. Jedan od najočiglednijih, a istovremeno (što je paradoksalno) i najskrivenijih aspekata je pretvaranje civilizacije u tehnogeni Matriks.

MAMA JE JELA KAŠU

U poslednje vreme se sve više ispoljavaju efekti blokade i za-robljavanja energije i svesti. Ljudska svest je sazdana tako da je, budući da je reč o svesti individue, s jedne strane slobodna, dok istovremeno ne može da bude u stanju slobodnog leta ili lebdi u vazduhu. Svesti je potreban oslonac, kao što je ptici potrebna grana. U početku razvoja civilizacije, religija je mogla da pruži takav oslonac, ali danas inicijativa polako ali sigurno prelazi na sistem energetske-informacionog Matriksa.

Nova stvarnost se menja sa sve većim ubrzanjem. U 2003. godini situacija je bila potpuno drugačija i Transurfing je bio drugačiji. Veo-ma je dobro to što su mnogi to već shvatili. Međutim, ima i mnogo onih koji su i dalje u euforiji po principu „ovo funkcioniše, ostalo nije važno”. Zapravo, prethodni, klasični Transurfing više ne funkcioniše onako kao ranije. Ako se ne budemo obazirali na savremene specifičnosti, euforija će uskoro proći, a vratiće se ista ona nekontrolisana stvarnost u kojoj se događaji odvijaju bez obzira na vaše „želim” ili „ne želim”.

Zbog toga će mi biti potrebno strpljenje da bih povremeno odgovarao na slična, neadekvatna pitanja. Ona su takva iz jednog razloga – čovek može da zamišlja da su mu zdravlje i razum u dobrom stanju, dok su mu zapravo energija i svest u velikoj meri blokirani, zarobljeni sistemom. Kakva je korist od Transurfinga ako nam se stvarnost prikazuje nerealnom?

Poštovani Vladimire, veoma dugo već čitam Vaše knjige i redovno pratim vašu newsletter listu. Transurfing mi je umnogome pomogao, ali i dalje imam mnogo pitanja. Na primer, primećujem da Transurfing ne funkcioniše uvek, već nekako selektivno. Danas sam pročitala Vašu poruku o smrti Stiva Džopsa i veoma bih želela da iznesem svoje mišljenje. U jednoj televizijskoj emisiji su mnogo pričali o biografiji Stiva Džopsa. Pomenuli su, na primer, da je nakon završenog fakulteta posetio Indiju i od tada postao budista i vegetarijanac!!!

S obzirom na to da me oslovljavate Vladimirom, a Stiva „Džopsom”, mogu da izvučem zaključak da vam je pažnja već snažno zahvaćena u mrežu sistema i da jednostavno ne možete da razumete suštinu onoga što pokušavam da prenesem. Rak se ne leči vegetarijanskom ishranom, već živom, prirodnom hranom – to su dve

potpuno različite stvari. U knjizi „Apokrifni Transurfing” o tome jasno piše krupnim slovima, crno na belom, da bi svima bilo vidljivo i razumljivo. Ipak, vi to još uvek ne vidite i ne shvatate, pa zato i Transurfing po vama deluje „nekako selektivno”.

Slična pisma nisu retkost i to ne može da se pripíše običnoj rasejanosti. Danas praktično sva mlađa generacija pati od sindroma nedostatka pažnje. Da li znate zašto je uvedena državna matura? Svakako ne zbog nečije kratkovidne gluposti. To je sasvim zakonomerno jer je u današnje vreme veoma teško pronaći mlade ljude koji su spo-sobni jasno da razmišljaju i da se izražavaju. Većina ima dovoljno razuma samo da stavi kvačicu na odgovarajuće mesto.

Zamislite situaciju u kojoj na ispit izlazi osoba koja spava? Kako može da ga položi? Samo tako što će joj biti postavljena jednostavna pitanja ili ponuđeno da izabere tačne odgovore. Ona nije sposobna da izgovori jasne i povezane rečenice, ali može dati neke znake u bunilu i pokazati osnovne reakcije. Naravno, ovo je malo preuveličano, ali je suština upravo takva.

Međutim, blokada pažnje je samo polovina priče. Mentalni obrasci sužavaju granice percepcije i ne dozvoljavaju da se stvarnost vidi onakvom kakva zaista jeste. Ljudi prvi put vide avion i zamišljaju ga kao „leteću kočiju”. Gledaju lokomotivu i vide „gvozdenog konja”. Ja vam pričam o živoj hrani (čak i ako nije obavezno biljnog porekla), a vama se čini kao da govorim o vegetarijanstvu.

Sa razvojem masovnih medija i komunikacija, mentalni obrasci su počeli sve snažnije i čvršće da prodiru u svest, kao da su pod kontrolom nekog operativnog sistema koji se nalazi u osnovi tehnokratskog društva. Svest se precizno oblikuje u skladu sa sistemom. Sistem u direktan, „live” prenos ne propušta stvari koje mu nisu korisne. I ako nešto čak i proklizne, ne dopire do svesti ili se doživljava iskrivljeno.

Uskoro će, verovatno, morati da se objašnjava značenje svake reči ili da se piše, kao u bukvaru: „Mama je prala prozor. Maša je jela kašu”. Ipak, uvek će biti onih koji će pogrešno razumeti i takve jednostavne stvari: „Kako! Mama je pojela Mašinu kašu?!” Ili još bolje: „Mama je prala kašu. Maša je jela prozor”.

Zaista, kada je reč o prirodnoj ishrani, Transurfing se doživljava sasvim drugačije! Ranije sam čitala, činilo mi se da sve razumem, ali nekako mi je bilo naporno, nešto nije bilo u redu... A sada jednostavno čitam između redova, doslovno privlačim u svoj život željene događaje!

Dakle, o čemu se ovde radi? O zdravoj ishrani? Ne. Čak ni o ishrani sirovom hranom. Kao što ste mogli da primetite, ja sam veoma daleko od fanatizma po ovim pitanjima. Potrebno je razlikovati *ciljeve* i *sredstva*. Tamo gde je cilj smanjenje telesne težine, na primer, ili izlečenje od nekih bolesti, sredstva i razgovori su sasvim drugačiji. Leksika može da bude slična, i tematika bliska, ali je cilj drugačiji, shvatate? A onda su i smisao i put potpuno drugačiji.

O ovome o čemu se ovde govori, nećete nigde moći da pročitate niti čujete. Zato što cilj ne staje u okviru šablona sistema: *izbaviti se iz kolektivnog stroja koji, nejasno je, kuda ide, osloboditi se kolektivnog sna*. To je cilj, o tome se radi, i u tome je cela suština. A jedno od sredstava –

barem,
najmanje što može da bude,
i za početak je –

prestati konzumirati ono što je opšteprihvaćeno. Jer upravo ono što je opšteprihvaćeno i što se direktno konzumira, upravo nas to i uranja u taj kolektivni san.

Ono što je u direktnom kontaktu sa čovekovim telom (hrana, informacija, uslovi) direktno oblikuje njegovu svest. Sistem nema druge mogućnosti da utiče na svest osim kroz hranu, informacije i uslove spoljašnje sredine. Zbog toga Transurfing ne može da se posmatra samo kroz jedan klasičan aspekt – *kako razmišljamo*. Da bi slika bila kompletna, potrebne su još dve ključne komponente – *kako se hranimo* i *kako se krećemo*.

Trenutno se susrećemo s jakom informacionom neravnotežom koja naginje ka tehnosferi: većina dostupnih informacija odražava interese proizvođača, trgovaca, političkih ili finansijskih struktura, a u globalnom kontekstu, interese tehnogene sfere.

Cilj tehnosfere je da zarobi čoveka unutar Matriksa, izbriše njegovu individualnost, da njegovu ličnost „iskleše” u standardan šraf. U tom cilju se široko i beskrupulozno koriste dezinformacije i tendenciozno izveštavanje. Šraf ne sme da bude potpuno zdrav, kako ne bi imao slobodnu energiju, i mora da bude pomalo „priglup”, da ne bi shvatio svoju poziciju.

Cilj pojedinca je da sačuva sopstvenu slobodu, nezavisnost, jedinstvenost, svest,

energiju i zdravlje. Ove osobine mogu da sačuvaju samo oni koji se usude da napuste kolektivni stroj. Sledbenicima tehnosfere preti potpuna „uniformnost”, prilagođavanje potrebama sistema. I to nije naučna fantastika.

Kako izbeći „uniformnost”?

Prvi i najvažniji korak je hakovati principe društva, prestati verovati da „ako svi tako misle i rade, onda je to ispravno”. Iskoračiti iz kolektivnog stroja. Prestati koračati za tuđim lažnim uspehom i krenuti za sopstvenim.

Šta će to dati?

Onaj ko iskorači iz kolektivnog stroja uvek dobija prednosti:

- Može da pogleda sa strane, u kom pravcu koračaju svi ostali.
- Oslobađa se od „udica” i društvenih stereotipa.
- Uči da vidi i razume ono što drugi ne primećuju i ne razumeju.
- Više ne teži da bude prvi, već da bude jedinstven.

Zašto je ovo važno?

To je već stvar lične odluke. Ako ne posedujete nikakve posebne vrline i talente, onda ne postoji drugi način sem da iskoračite iz kolektivnog stroja i dozvolite sebi da budete jedinstveni. Posmatrajući kako se stvarnost brzo menja u pravcu opšte jednoobraznosti, može se pretpostaviti da će za 5-10 godina biti zaista zanimljivo. Ipak, najzanimljivije će biti onima *koji su iskoračili iz stroja i posmatraju sve ostale*. U praksi Tolteka se to zove *Stalking*. Zamislite, dolazite na posao ili školu, a tamo vlada kolektivni san. Svi se trude da dostignu uspeh, ali deluju kao da su u snu, vođeni nekim opšteprihvaćenim algoritmima i instinktima. Vi biste takođe želeli da uspete i izdvojite se iz mase. Međutim, kako ćete u tome uspeti ako ste samo običan šraf, koji hoda u istom stroju, sa istom svešću i energijom, kao i svi ostali? Danas su svi obrazovani, svi znaju „Tajnu”. Znae je i vi. I šta onda? Koju prednost imate u odnosu na druge? Nijednu. Imate vrlo male šanse.

A sada zamislite drugačiju sliku. Vaša svest je slobodna i čista. Energija koju posedujete je na mnogo višem nivou nego kod ostalih. Prestali ste da razmišljate „kao svi” i da radite „kao svi”. Izašli ste iz stroja, ali ga niste napustili. Pretvarali ste se da sanjate, ali ste se probudili. Sada vam je potpuno jasno da svi oko vas spavaju,

a vi ste budni. Tada počinje Stalking – upravljanje vašim snom na javi. U tom snu, vi ste Izvršitelj i Gospodar. I to je već sledeći korak Transurfinga koji pruža stvarne prednosti.

Međutim, ne mogu odmah ovde da pristupim objašnjavanju Stalkinga iz jednog prostog razloga: to se ne objašnjava, već se shvata. Da li ste sposobni da se probudite u stvarnosti kao što se to događa u snu? Za to je potrebno da najpre pročistite svest i podignete energiju. Ishrana živom hranom ovde uopšte nije glavna tema, već samo jedan od aspekata. Ali to su već prvi koraci ka Stalkingu. Pretvarate se da ste „normalan psiho”, ali ne gutate tablete. Noćite na farmi, pretvarajući se da ste „u stadu”, „kao svi”, ali se hranite slobodno, a ne onim što vam guraju pod nos.

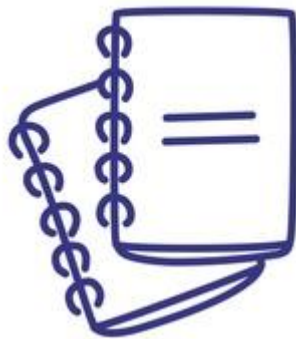
Moja dužnost je da postepeno prenosim Znanje onima koji žele da ga usvoje. U suprotnom će sve nadalje biti potpuno nejasno, i sigurno „ne za svakoga”.

Rezime

- Svest ne može da se nalazi u stanju slobodnog leta ili da lebdi u vazduhu. Potreban joj je oslonac, kao što je ptici potrebna grana.
- Ako je religija mogla da posluži kao taj oslonac od samog početka vremena, sada inicijativa neprimetno, ali veoma sigurno prelazi na energetsko-informacioni sistem – Matriks.
- Nova stvarnost se menja veoma ubrzano.
- Sa pojavom medija i komunikacija, mentalni šabloni su počeli vrlo aktivno, čvrsto i centralizovano da se usađuju u svest.
- Ono što je opšteprihvaćeno i ono što se neposredno konzumira, upravo nas i uranja u taj kolektivni san.
- Sistem nema druge načine da utiče na svest osim hrane, informacija i uslova spoljašnje sredine.
- Veći deo informacija pre svega odražava interese proizvođača, trgovaca, političkih ili finansijskih struktura, a generalno – interese tehnogenog sistema.
- Cilj tehnosfere je da čoveka uvuče u ćeliju Matriksa, izbriše njegovu individualnost, ličnost čoveka „izbrusi” u običan šraf.
- Cilj pojedinca je da sačuva svoju slobodu, nezavisnost, jedinstvenost, svesnost,

energiju, zdravlje.

- Cilj obnovljenog Transurfinga je da se izmaknete iz kolektivnog stroja, koji luta bez jasnog cilja, da se oslobodite kolektivnog sna.
- Jedan od načina – barem, bar za početak – je prestati sa upotrebom onoga što je opšteprihvaćeno.
- Hakovati princip društva, prestati verovati u to da „ako svi tako misle i rade, onda je to ispravno”.
- Prestati hodati za tuđim lažnim uspehom i krenuti za sopstvenim.



Beleške na marginama

Čovekova svest je stalno izložena kodiranju: „Radi kao ja; ugledaj se na ponuđene stereotipe i ciljeve; proizvodi i konzumiraj sve što se proizvodi i konzumira u sistemu; žudi za onim što ti sistem pruža; uvek budi „online”, reaguj na sve vibracije interneta; budi u sistemu; na kraju krajeva, svi tako rade; i znaš, ako svi tako misle i rade, onda znači da je to ispravno”. Ovaj kod je utisnut u svest.

ZAKON PRIVLAČENJA SILE

U životu, pored prijatnih stvari, postoje i manje prijatne obaveze i rutinski poslovi. Rutinske poslove često nerado obavljamo, predstavljaju nam veliki teret. Međutim, popustiti pred svojom lenjošću takođe je teško, naporno i neproduktivno. To ne olakšava situaciju jer shvatamo da od toga nema nikakve koristi. A od pasivnosti postajemo još umorniji.

Pitanje je: kako prevazići lenjost? Lenjost se ne može pobediti. Ako rutinski posao budemo obavljali na silu, lenjost neće nestati. Obaveza ostaje ista, bez obzira da li ste obavezni pred sobom ili nekim drugim.

Jedini lek protiv lenjosti je da *svoju dušu uložimo u ono što nam pada teško*. Da izvršavamo rutinske zadatke najbolje što možemo, potpuno im se predajući. Ali ne prisiljavajući sebe, već iz srca. Možda čak u nekoj meri i varati, pretvarati se. Pretvoriti dužnost – duty – obavezu – u passion – strastveno interesovanje. To učiniti svesno, namerno. Tada lenjost zaista nestaje. Ako još ne znate za ovu tajnu, možete da proverite i uverićete se. Pokušaću da objasnim zašto se to dešava.

Stanje lenjosti ili neaktivnosti je energetska stagnacija, blokada. Bez kretanja nema energije, a bez energije nema želje da se nešto radi. To je začarani krug. Međutim, kada se ipak pokrenemo, pojavljuje se „struja” i motor se pokreće, čak i ako je to na niskim obrtajima. Energija hrani nameru, namera proizvodi pokret, i tako dalje po lančanom principu povratne sprege.

Međutim, to nije dovoljno. Ako posao doživljavamo samo kao obavezu, sama namera nije dovoljna. Lenjost neće nestati, rad neće biti uživanje, a rezultati će biti loši. Ali ako počnemo da obavljamo posao, čak i najobičniji, rutinski, savesno i temeljno, onda se iznenada pojavljuje dodatna energija. I to ne zahteva nikakav poseban napor. Jer, na raspolaganju su nam samo dve opcije: da posao obavimo površno – ili savesno. Ali u prvom slučaju, energija se troši najvećim delom na prevazilaženje lenjosti, a u drugom nam sama dolazi. Odakle?

Aktivira se spoljašnja Sila. Ili, drugim rečima – spoljašnja namera. To je upravo Sila o kojoj su govorili džedaji u sagi „Ratovi zvezda”. I naravno, ne samo oni. To nije fantastika, Sila zaista postoji. Šta ona tačno predstavlja?

Ako pojednostavljeno posmatramo stvarnost kao traku koja se kreće u nekom filmskom projektoru, onda je Sila motor koji okreće taj projektor. Zadatak Sile je da

gura tu stvarnost, neprekidno je pokreće, kako ne bi došlo do zaustavljanja. Jer zaustavljanje ne sme da se dogodi. Materija i prostor, Sila i pokret, kao i vreme kao „sporedni efekat” kretanja, sve su to apsoluti, nepromenljive osnove našeg sveta. One nikada nisu nastajale niti nestajale, već su postojale oduvek.

Svaka individua ima svoju filmsku traku – svoj sloj sveta. Čovek svojim mislima i delima, na ovaj ili onaj način, okreće tu traku u svom projektoru. Dakle, *kad neko, namerno i svesno, savesno i marljivo, u jedinstvu duše i razuma, kreira svoj mali film kao deo velikog, time doprinosi misiji Sile. Ona to vidi i odmah pritiče u pomoć.*

Ona to ne čini „iz nekog razloga”, niti „za nešto” – već je to jednostavno svojstvo Sile. Unutrašnji impuls povlači za sobom spoljašnji odziv.

Nije uzaludno što su drevni magovi, kao i majstori borilačkih veština, podsticali svoje učenike da obavljaju rutinske zadatke koji nemaju nikakve veze s praksom. Možeš prosto mehanički, bez razmišljanja da čistiš ulice, ili možeš tu aktivnost da pretvoriš u magijsko dejstvo. Zato, čisti sve dok ti nešto ne postane jasnije u glavi, dok ne shvatiš šta radiš i kako.

Da bih ilustrovaó kako to funkcioniše, navešću nekoliko primera iz svog iskustva.

* * *

Jedan od glavnih predmeta koje smo slušali na fakultetu za fiziku bila je istorija KPSS (za one koji ne znaju, ili su možda zaboravili, KPSS je Komunistička partija Sovjetskog Saveza). I nismo ga samo slušali, površno izučavali, već smo temeljnom proučavanju posvetili tri semestra. Danas bi me možda čak i interesovala istorija partije, ali u to vreme taj predmet jednostavno nije ulazio u okvir mojih interesovanja. Ipak, ocene su imale značajan uticaj na dalju sudbinu nakon završetka fakulteta. Istovremeno, istorija nije bila predmet na kojem se moglo „provući”. Ili znaš ili uopšte nemaš šta da kažeš.

Ali ispiti nisu bili najgora iskušenja. Svake nedelje je trebalo odgovarati na seminarima. Oni su se održavali u svečanom ambijentu srednjovekovne egzekucije. Svako je imao samo jednu nadu – da ga tog dana neće prozvati da odgovara. Za sve nas je to bilo izuzetno mučno. Učiti je bilo teško, a izlaganje pred celom grupom još teže. Profesor je, s druge strane, uživao, istovremeno bivajući i posmatrač cirkuske predstave i Pilat na sudu.

Uopšte nisam bio zadovoljan takvim stanjem stvari. Bio sam u dilemi: ne mogu i ne

želim da učim, ali ne mogu i ne želim da dobijam loše ocene. Biti pod teretom prinudne neophodnosti je bilo nepodnošljivo. Bar za mene. To je kao robovski rad na galijama: daju ti da živiš sve dok vučeš svoj teret, ali ti i ne daju da živiš jer si rob. Dosadan zadatak. Morao sam nešto da preduzmem.

I tada sam odlučio da se za te časove pripremam kao da je to moj omiljeni predmet. Ne „na silu”. Bilo je to nešto drugo. Više po principu „što teže, to bolje”. Na predavanjima sam sedeo u prvom redu, gutao profesorove reči i revnosno pravio beleške. Na seminarima, dok su svi ostali drhtali i uvlačili glave u ramena, ja bih podizao ruku i sa entuzijazmom počeo da deklamujem: „Znate li da je na toj i toj partijskoj konferenciji bilo planirano da se preuzmu dodatne socijalističke obaveze i nadmaši plan u proizvodnji traktora i kombajna! U tom i tom petogodišnjem planu, seljaci su uspeli da predaju Otadžbini toliko i toliko tona žita”. (Da, bila su to vremena, sasvim drugačija od današnjih. Uzgred rečeno.)

Niko nije mogao da shvati šta mi se desilo. Da li sam poludeo? Profesor je prvo bio zadovoljan, ali kako sam neprestano podizao ruku na svakom seminaru, počeo je da postaje nervozan, ali se nije usuđivao da prekine moja izlaganja. Moj žar, moja inicijativa – ja odgovaram. To je već bio sasvim drugi cirkus i niko nije znao da li da ga shvati ozbiljno ili se tu krije nešto sumnjivo. No, ubrzo su se navikli na moje „čudne navike”.

Naravno, tu nije bilo ništa sumnjivo, već je postojao određeni plan (a jednim delom i unutrašnji protest), nastao iz *same nužnosti*: „Ako ćete vi meni tako, onda ću ja vama ovako”. Ne mogu da kažem da me je zaista zainteresovala istorija partije (iako je to istorija naše države). U suštini, *dao sam sebe u najam*. Nisam učio predmet, već sam se samo pripremao za svaki konkretni seminar, vredno beležeći neophodnu literaturu. (Na časovima je bilo dozvoljeno pogledati beleške, ako su postojale, naravno.)

Međutim, otkrio sam nešto izvanredno: možemo sebe dati u najam, ali ako to radimo s potpunom predanošću, onda *postaje lako*! Odakle dolazi ta lakoća, nije bilo jasno, ali bila je očigledna činjenica: prisilni rad na galijama pretvorio se u uzbudljivo stvaralaštvo. Više nisi prisiljen, već sam ispoljavaš svoju slobodnu volju. I posao više nije teret, već je za tebe sloboda. Izvanredno!

Tako je to trajalo između ispitnih rokova. Ali samo uz jednu razliku – u toku samog ispitnog roka nisam ništa radio. Zapravo je sve bilo obrnuto. Ne zato što sam bio spreman. Naprotiv, faktički ništa nisam znao o predmetu (iako sam nešto svakako usvojio). Informacija bi isparila iz glave odmah nakon časa, jer mi to nije bilo ni

interesantno niti potrebno. Ali, znao sam da profesor neće biti u stanju da sluša moju demagogiju još i na ispitu. I tako je i bilo. Svaki moj ispit iz istorije pretvarao se u kratak i nervozni dijalog:

- Dakle. M–m–m, e–e–e...
- Sledeće pitanje!
- Drugo pitanje glasi ovako...
- Dalje, dalje!
- Na trećem pitanju bih želeo da se detaljnije zadržim na...
- Dosta, idi, desетка!

* * *

Još jedna slična epizoda iz vojničkog života. Vojska je generalno veoma dobra za ilustraciju, jer se tamo svi društveni problemi jasno i kontrastno ocrtavaju.

Tokom prvih nekoliko meseci službe u našem puku, za nove vojnike je bio utvrđen sledeći režim: vod se formira ispred kasarne i daje se komanda: „Raziđite se i brzo trčite u vojničku prostoriju!” Onaj ko bude poslednji, čisti celo stepenište. To se nije uklapalo u moj rezon. Ja sam imao drugačije predstave o vojničkim principima: drugarstvo, međusobna podrška... A šta je s načelom „Ti umri, ali druga spasi”? Međutim, komandantima je pre išlo u prilog da deluju po principu „zavadi pa vladaj”. Potčiniti kolektiv je ipak mnogo teže. I još jedan princip: da bi novajlija postao podatan poput meke gline, bilo je potrebno maksimalno mu otežati život.

Prostorija za vod se nalazila na trećem spratu. Celo stepenište je bilo popločano snežnobelim pločicama. Pokušajte da zamislite kako je stepenište izgledalo nakon što je preko njega protrčala besna rulja od četrdeset parova crnih čizama. I to se događalo ne samo jednom ili dvaput, već mnogo puta dnevno, tamo i nazad. I u svakom slučaju: „ko zadnji, magarac”.

U suštini, ideja je jasna. Iste one galijske. U meni se probudio poznat osećaj unutrašnjeg protesta i odlučio sam da svaki put demonstrativno ostajem poslednji. Svoj posao sam obavljao maksimalno revnosno i, još više ću reći, sa uživanjem. Domaći sapun, četka, krpa, kofa. I malo mazohizma. Ali samo malo. Pokazalo se da što je gore, to je bolje. Meni je bilo lako. I bio sam slobodan. Oficiri i podoficiri, gledajući me, bili su najdublje razočarani. Kada ću odustati?! Ali po meni se videlo da sam, umesto što

patim, čini se, uživao. Uhodan mehanizam više nije funkcionisao. Šta raditi sa mnom? Moralo se uspostaviti novo pravilo. Jurcanje je prestalo, a stepenice su počeli da peru svi naizmenično. A uskoro su nas premestili u drugu kasarnu. Tada još u potpunosti nisam shvatio šta sam uradio, ali u sebi sam pomislio: vau! pa sistem se može slomiti.

* * *

Evo još jedne karakteristične vojničke epizode. Trčimo preko brdovitog terena već duže vreme. Pod punom ratnom opremom. Vrućina, prašina. Grlo mi je suvo. U grudima sve stegnuto. Bukvalno umirem. A konačni cilj je još daleko.

Komanduje nam ogroman i dobro istreniran narednik. Tačnije, ne komanduje, već se maksimalno iživljava: „Devojke! Ja ću od vas napraviti muškarce!” Očigledno je da mu se jako dopada što se „praveći” nas, izuzetno divi samom sebi i slavi svoj trijumf. Iako trči lako odeven i u patikama.

Ja umirem, kao i svi ostali. Misli su mi samo o jednom: samo da se što pre završi ova muka. Ali istovremeno osećam nepravdu. Eto, dokle smo stigli. Neki narednik treba da od mene „pravi muškarca”. Ako je tako, loše mi se piše.

Prisećam se izreke samuraja: „Živi kao da si već umro”. Setim se kako su oni trenirali. Trče do iscrpljenosti, a zatim rade tri stotine sklekova. Ponovo trče. Ponovo rade sklekove. Opet trče. Zaustavljaju se. Više ne mogu. Jednostavno je nemoguće. „Pa, kaže im sensei, dosta je za sada. Ili nije? Zar nismo ratnici?!” „Banzai!” – viču svi. I rade još tri stotine sklekova. I opet trče.

Ali ja ne mogu. Nemam više snage. Njima je svejedno, oni su samuraji, već su umrli. A ja ovde umirem kao pas. Ali taj narednik, proklet bio... I tada me je obuzeo bes. U redu, pomislio sam, umro sam. A sad ćemo da trčimo, da ga naučimo pameti.

U tom trenutku sam osetio kao da me je neka Sila zahvatila i ponela. Ponovo sam ulovio onaj osećaj lakoće. Posle nekog vremena sam se osvrnuo. Narednik, već jako zabrinut, uzalud je pokušavao da me stigne. Ali Sila koja je do pre samo minut bila s njim, sada je u potpunosti prešla na moju stranu. Kasnije je, naravno, bio besan, iako se trudio da se pretvara kao da se ništa nije desilo.

* * *

I poslednji primer, ovaj put iz istorije. Zaporoški kozaci su u Srednjem veku vladali neverovatnim magijskim veštinama. Kada bi kozak bio zarobljen od strane neprijatelja, trudili su se da mu mučenjem slo-me volju. A zatim bi mu odrubili glavu. Ali on bi rekao: „Zašto bi mi odrubio glavu! Nabodi me na kolac, oderi sa živog mene kožu, a za dalje ćemo videti.” I kada bi tako uradili, njegov duh bi prelazio u telo neprijatelja.

Naravno, uopšte nije potrebno privlačiti Silu na tako brutalne načine. Takođe, kritične situacije u životu su retke. Silu možete da pronađete i u svakodnevnim situacijama. Sećate li se, na primer, ovoga?

„Zdravo! Drugovi, molim vas za trenutak pažnje. Danas neće biti doručka u vrtiću (Ura!) Krenućemo na putovanje do Marsa našom kosmičkom letelicom. Molim vas, uzmite svemirske kašike. Dobro se okrepite. Raketa se neće vratiti na Zemlju do ručka.” (odlomak iz ruskog filma „Džentlmeni sreće” – *prim. prev.*)

Generalno, moralna pouka ove priče je da ako se nalazite u situaciji nužde, kada vas prisiljavaju ili sami sebe prisiljavate da obavljate određene obaveze, pokušajte da sav taj spoljašnji pritisak pretvorite u svoju tajnu nameru.

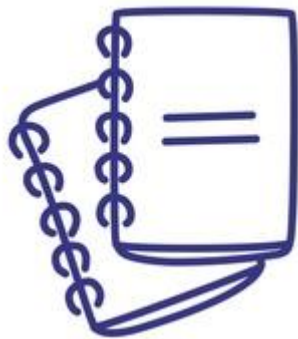
Zamislite kako se tromo krećete u koloni robova. Gone vas na prinudni rad. A sada ste se probudili, trgnuli ste se i počeli da navaljujete na goniča:: „Daj! Daj mi bič! Loše me goniš!” Promenite situaciju „prisiljavaju me” u svoje slobodno izražavanje volje – „sam ću!”, „sama ću!”. Tako često postupaju deca. Ona osećaju prisustvo Sile. *Kad počnete strastveno da pokrećete motor svoje stvarnosti, Sila će obratiti pažnju na vas i pridružiti vam se.*

Ako posao mora da bude obavljen, onda nemate drugog izbora osim da s namerom i svesno obavite taj zadatak na najbolji mogući način, onako sa dušom. Kada se potrudite, duša se automatski uključuje. A kada se uključi duša – pridružuje se i Sila. Bolje je obaviti svaki zadatak savesno, nego ga ostavljati nedovršenog. Onaj ko to ne zna, celog života će se mučiti i boriti sa prisilnom nužnošću i nepobedivom lenjošću.

Kada primenimo zakon privlačenja Sile, možemo se pozdraviti s rutinom i lenjošću. Čak i najjednostavnije radnje, poput pripreme žive vode, dobiće Silu i lakoću ako se obavljaju svesno, namerno i s dušom. Tada to neće biti samo mehanički pokreti, već i magična praksa sa učešćem Sile. Kada ova praksa postane navika, Sila će uvek biti s vama. A ako bude s vama, moći ćete da stvarate remek-dela.

Rezime

- Stanje lenjosti ili neaktivnosti je energetski zastoj, prepreka, blokada. Nema kretanja – nema energije.
- Sredstvo protiv lenjosti: uložiti dušu u ono što vam je mrsko. Obaviti rutinski posao najbolje moguće, s potpunom predanošću. Ali ne prisiljavajući sebe, već iz duše.
- Možete dati sebe u najam, ali ako to budete radili potpuno posvećeno, onda postaje lako!
- Pretvorite situaciju „moram” u svoj slobodan izbor – „sam ću!” – „sama ću!”
- Kada ulažete napor, duša se automatski uključuje. A kad se duša uključi, pridružuje se Sila.
- Kada sa žarom počnete da pokrećete motor svoje stvarnosti, Sila će obratiti pažnju na vas i pridružiti vam se.



Beleške na marginama

Sećate li se fenomena „stare komode”? Ako vam nedostaje energija, zakon privlačenja Sile će vam poslužiti kao dodatni izvor.

REKVIJEM TUĐEM MESU

*Kako je divno nekako
Znati da negde postoji neko,
Ili da će u blizini biti neko,
Koga možemo sa slašću pojesti.*

Dobijao sam mnogo pisama od čitalaca koji su bili oduševljeni idejom da pređu na viši nivo piramide ishrane, ali su istovremeno zabrinuti da li se može živeti bez životinjskih proteina, da li će to naškoditi njihovom zdravlju i fizičkom izgledu.

Ove brige uglavnom proizilaze iz toga što gotovo svi nutricionisti i lekari jednoglasno tvrde: „Ne može da se živi bez *mesa*, to je nemoguće”. Kažu da u njemu postoje nezamenljive aminokiseline bez kojih ćemo svih odmah umreti. Osim toga, tu je i društveni princip koji nas drži kao na povocu: svi jedu meso, što znači da verovatno tako i *treba*. I zaista, uđete u bilo koji restoran, otvorite meni i odmah je jasno: *ono što nije nečije meso, to nije hrana. Ili drugim rečima: hrana je ono što je nečije meso.*

Međutim, u Indiji, na primer, 70% populacije čine vegetarijanci i ne primeti se da pate od iznemoglosti. Naprotiv, uskoro će po brojnosti preteći Kinu. Znači da se ovde nešto ne poklapa, nešto nije u redu sa ovim „mesnim principom”.

Ne postavljam sebi za cilj da odvrćam ljude od njihovih uobičajenih prehrambenih navika, jer od toga nemam koristi. Moj zadatak je da pružim objektivne informacije. U tehnogenom sistemu, sve informacije su stavljene u službu tog sistema. Svaki koncept prirodne ishrane može toliko da se iskrivi i izopači, da bi i ikone proplakale.

Zato je bolje da se okrenemo pouzdanim izvorima – Prirodi, zdravom razumu i klasicima kao što su Arnold Eret i Maks Birher-Bener, koji su na neki čudan način zaboravljeni.

Počnimo od proteina, šta su oni? Proteini nisu svinjetina, govedina, riba ili neko drugo meso, već ogroman molekul – dugačak lanac aminokiselina. Šta treba da uradi organizam da bi pretvorio protein u svoje mišićno tkivo? Da li goveđi biftek postaje deo našeg tela kad ga pojedemo? Ne. *Da bi se usvojio tuđ molekul proteina, potrebno je da se razgradi na aminokiseline, a potom iz njih sintetizuje sopstveni molekul.*

Proteini se nalaze svuda – kako u mesu, tako i u zelenom listu. Ali, za razliku od

životinjske hrane, biljke sadrže kako proteine, tako i elementarne aminokiseline, tj. primarni građevinski materijal – cigle. Može se zaključiti da su biljke, posebno zeleni, optimalan izvor ne samo proteina, već i polazni materijal za njihovu sintezu.

Konkretnu potvrdu toga možete da pronađete direktno u tiganju. Parče mesa životinje koja je uzgajana na „bogatim proteinima” mešavini stočne hrane, u tiganju se smanjuje za dva do tri puta, dok meso domaće životinje, hranjene prirodnom travom i senom, gotovo da ne menja svoj obim. Od tzv. „pravog životinjskog proteina”, koji se punom parom dodaje u hranu, stoka se više goji i akumulira masti nego što joj raste mišićna masa.

Generalno, što se tiče proteina, sve je preokrenuto naglavačke. U stvarnosti, kvalitetan protein nije životinjski, već biljni, ili, da preciziramo, aminokiseline, minerali i vitamini iz kojih se sintetizuje protein i koji su u obilju prisutni u biljkama. Živa biljna hrana polako, ali prirodno i kvalitetno izgrađuje mišićnu masu. Životinjska hrana, s druge strane, doprinosi brzom dobijanju na težini. Upravo tu beskorisnu težinu koja se topi u tiganju, ali zato raduje srce proizvođača.

I tada proizvođač sa jednakim oduševljenjem saopštava potrošačima da su životinjski proteini bolji – njima čak može da se hrani stoka, a zatim, naravno, i čovek.

A potrošač je lakoveran, jer njegov prosečni um olako prihvata takvu primitivnu logiku koja ne zahteva dublju analizu: da bi se oblikovali mišići, treba jesti te iste mišiće; da bi se formirao protein, treba jesti proteine; da bi se izgradilo masno tkivo, treba jesti masnoće; a kada je u pitanju dojlja, ona treba da konzumira mleko kako bi stimulisala proizvodnju sopstvenog mleka.

Ali ako pođemo tom logikom, onda bik treba da se hrani mesom (što se u principu već i radi, pošto se koštano i riblje brašno dodaje u hranu, i ne samo to), a da kravu pojimo mlekom. Prema istoj logici, pošto se kuća sastoji od zidova, izgradnju treba početi upravo od njih, a ne od cigala. Ili još bolje – od celih, „kompletnih” kuća. Koliko će kuća biti potrebno za izgradnju jedne kuće? Šta će se dešavati na gradilištu – nije važno, to je stvar građevinara. Naše je da dostavimo potrebnu količinu kuća na gradilište, a neka se dalje sami snalaze. Nije bitno što će zidove morati da rastave na pojedinačne cigle, najvažnije je da smo mi dostavili „najkvalitetnije” građevinske materijale.

Mit da u hrani životinjskog porekla postoji nešto nezamenljivo, bez čega organizam ne može – čak nije ni mit. To je ili neznanje ili namerna laž. U prirodi ne postoji ništa što ne može da se nađe u određenim biljkama. Ako bi nauka raspolagala pouzdanim

informacijama o tome šta organizam može, a šta ne može da sintetizuje, onda bi problemi kao što su rak i dijabetes, na primer, već odavno bili rešeni. Trenutno treba imati u vidu da se nauka o čoveku još uvek nalazi u fazi laboratorijskih istraživanja, tako da se naročito ne treba oslanjati na nju.

Jedino na šta možemo da se oslonimo su zakoni Prirode i zdrav razum. Upravo na ovim principima počiva koncepcija švajcarskog lekara Birher-Benera. Osnovne postavke njegove teorije mogu se sažeti u nekoliko tačaka. Sve je tu jednostavno i jasno.

Konačno, *svi se mi hranimo energijom Sunca*. To je naš primarni izvor energije. Sve ostalo je sekundarno, uključujući ugljen, naftu i gas. Trenutno ne uzimamo u obzir kosmičku energiju.

Biljke direktno apsorbuju solarnu energiju. One su jedina bića na Zemlji koja su za to sposobna. (Nećemo razmatrati solarnu i praničku ishranu da ne bismo komplikovali temu.)

Zajedno s biljkama, mi konzumiramo sunčevu energiju. Drugim rečima, energija Sunca nam dolazi kroz biljke. Životinje koje se nalaze na sledećem nivou piramide ishrane, takođe se hrane biljkama. Predatori, koji su na višem nivou, hrane se telima (leševima) biljojeda.

Oni koji se hrane biljkama dobijaju sunčevu energiju iz prve ruke. Oni koji se hrane životinjama – iz druge. Ali ako se ove životinje (i ptice, naravno) hrane životinjskim proteinima, kao što je to danas slučaj, onda je to već treća ruka.

Biljke su hrana prvog reda. Osim biljnih proteina, koji se lako usvajaju, sadrže i primarne aminokiseline, iz kojih se sintetizuju proteini.

Meso životinja-biljojeda je hrana drugog reda. One su odmah iza biljaka, drugi posrednici u lancu prenosa energije Sunca. Sve sledeće posrednike u ovom lancu možemo da smatramo izvorima hrane nižeg reda. U Prirodi se malo ko hrani mesom predatora. Teorijski, takvo meso može da se apsorbuje, ali oni koji to mogu, drugačije su i sazdana.

Ali budući da čovek u svom „proizvodnom procesu“ pripreme hrane ide korak dalje, Birher-Bener uvodi još jedan pojam, a to je *nekrobioza* – umrtvljivanje prvo živog tkiva, a zatim mrtvog.

Kao što je poznato, ubistvo bića koje je na dovoljno visokom nivou svesti da shvati da ga ubijaju, ne prolazi bez posledica po njegovo telo. U krv se izlučuju supstance koje na meso utiskuju *pečat smrti*. To se dešava na fizičko-hemijskom i energetsko-

informacionom nivou. Kao rezultat toga, hrana, ako je posmatramo kao izvor energije Sunca, još više gubi na kvalitetu.

Sledeći korak je umrtvljivanje mrtvog tkiva. Iako bi se moglo reći „može li dalje”? Naravno, u tome ne vidimo ništa neobično i čudno, jer od samog rođenja svedočimo „procesu” i navikavamo se da je to neodvojiv i prirodan deo života. Ali da li je to normalno sa stanovišta Prirode? Zamislite da nikada niste videli kako se meso peče i nemate pojma da je to moguće i čak potrebno da se radi. A onda to radite. Već je mrtvo, a vi ga još više umrtvljujete. Veoma čudno. Nešto tu nije kako treba. Ne uklapa se.

Ko smo zapravo mi? Deca Prirode ili perverzncijaci i izopačenicici? Verovatno još niko nije postavio pitanje iz ovakve perspektive.

Pripremljena hrana je izvor hrane trećeg reda. Kada je reč o energiji, to je proces slabljenja, smanjenja energetskeg potencijala. Živo je živo. Mrtvo je mrtvo. Energija i Sila su tamo gde je život. Što je viša temperatura, manji je preostali energetski potencijal hrane. A da ne govorimo o tome što se tokom termičke obrade stvaraju toksične supstance. Svaka hrana je vrednija u prirodnom obliku. Međutim, sirovo meso ne može da se svrsta u delikatese. Izuzetak mogu da budu samo morski plodovi. Ali život u moru je sazdan mnogo prirodnije i harmoničnije nego onaj na zemlji. Čak je i meso riba predatora i drugih morskih životinja, u poređenju s kopnenim predatorima, potpuno jestivo.

Na osnovu navedenog, možemo da izvučemo glavne zaključke:

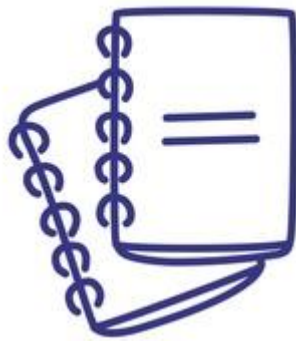
- 1. Bolje je dobijati energiju iz izvora prvog reda nego preko posrednika.*
- 2. Živo je uvek i u svakom pogledu bolje od mrtvog.*

Ovde nije rečeno ništa suštinski novo. Jednostavno, Birher-Bener je stvari nazvao pravim imenom. A kada se stvari nazivaju svojim imenom, one dobijaju svoj pravi smisao.

Rezime

- Princip društva kaže: hrana je ono što je nečije meso.
- U tehnogenom sistemu svaka informacija je u službi tog sistema.

- Da bi se usvojio tuđ molekul proteina, potrebno ga je razložiti na aminokiseline, a zatim iz njih sintetizovati svoj molekul.
- Biljke, a posebno zeleni, predstavljaju optimalni izvor ne samo proteina, već i sirovog materijala za sintezu aminokiselina.
- Živa biljna hrana polako, ali prirodno i kvalitetno oblikuje mišićnu masu.
- Svi se mi na kraju hranimo sunčevom energijom.
- Biljke direktno usvajaju sunčevu energiju.
- Zajedno s biljkama, konzumiramo sunčevu energiju.
- Oni koji se hrane biljkama, sunčevu energiju dobijaju iz prve ruke.
- Biljke su hrana prvog reda.
- Meso životinja–biljojeda je hrana drugog reda.
- Obradena hrana je izvor hrane trećeg reda.
- Meso ubijene životinje nosi pečat smrti.



Beleške na marginama

Ali to nije sve. Preostao je još ceo niz zanimljivih pitanja:

Zašto su ljudi postali zavisni od mesa?

Gde je bolje biti - na vrhu piramide ili stepenicu niže?

Odakle nam pristiže životna sila – iz proteina, masti i ugljenih hidrata?

Sva ova pitanja, a naročito poslednje, uopšte nisu trivijalna. Stoga, da ne bismo opterećivali smisao, prenećemo ih u naredno poglavlje.

B–DUR

*Čovek u crnom,
Učtivo se poklonivši, naručio mi je
Rekvijem, a zatim nestao...
I dan i noć mi ne da mira
Moj crni čovek.*

PUŠKIN. MOCART I SALIJERI

Danas ćemo se posvetiti onome čemu je, u suštini, posvećena cela teorija Transurfinga: prostom rešavanju složenih problema. I iako, uopšte uzev, ovde neće biti ničeg složenog, sada ćete se uveriti kako ponekad nešto *trivijalno* i *očigledno* može da bude *iznenađujuće* i *šokantno*. Doživete čudan osećaj kao da ste ponovo otkrili ono što je dobro i što ste odavno znali, ali i istovremeno kao da uopšte niste. A samo se radi o tome da su *najneočiglednije stvari u našem svetu zapravo jednostavne, jer na njih obično ne obraćamo pažnju.*

Preformulišimo prvo pitanje: *zašto je uopšte neko, od nekog momenta, počeo da jede nekoga?* Zamislite da ste sleteli na Zemlju i otkrili da na njoj rastu – samo biljke. Pojam faune uopšte ne postoji. Da li je tako nešto moguće? Potpuno. Jer, biljke su najsavršenija tvorevina, za život su im potrebni samo minerali, voda, sunce i vazduh. I to su najmiroljubivija i najlepša bića. Ona ne napadaju nikoga, ne uništavaju životnu sredinu, ne truju se međusobno hemikalijama i ne izmišljaju atomsku bombu. Jedina agresija s njihove strane, ako se to uopšte može smatrati agresijom, je potreba da dobiju što više sunčeve svetlosti i prostora za svoje postojanje. Jer svako ima to pravo – pravo na život!

Međutim, u svakom društvu, čak i najmirnijem i najprosperitetnijem, zbog neumoljivog zakona dijalektike, uvek će se naći bar jedan „asocijalni” element koji je ili previše pohlepan i proždrljiv, ili je u nečemu uskraćen. Šta može da mu padne na pamet? Hajde da umesto što se strpljivo, kao i ostali, bavim sporim i iscrpljujućim hemijskim procesima i fotosintezom, jednostavno progutam nekog svog komšiju. Ili ću pronaći nekog krotkog „prijatelja”, obuhvatiti ga „prijateljskim zagrljajem” i polako

pijuckati njegov sok.

Tako su se pojavili *drugi* – oni koji žive na tuđ račun i čak na račun tuđeg života. Drugi su se brzo razmnožavali i razvijali, zbog iste te dijalektike. U piramidi ishrane, već su bili na višem nivou od biljaka, što im je davalo određenu prednost. Mnogi od njih su naučili da se kreću u prostoru, dok je većina „nižih” i dalje ostajala vezana za jedno mesto. A uskoro su počeli da se pojavljuju još bezobrazniji i proždrljiviji, koji su se podigli na sledeći stepenik i počeli da jedu one druge, koji su još uvek preživljavali na račun biljaka.

A sada se zapitajte: *kakav je smisao u svemu tome?* Da li se za-ista vredi penjati na vrh piramide zato što je tamo bolje? I da li zaista vredi jesti druge umesto da se hranimo sami, direktno, kao što to rade biljke?

Na prvi pogled se nameće navodni „prirodni” zaključak: Što se više uspinješ, to si snažniji i tvoj položaj je sve povoljniji. Međutim, setimo se Birher-Benerovog principa: *svi se mi u konačnici hranimo energijom Sunca*. Iz toga proizilazi: onaj ko je najbliži izvoru te energije, ko ima najmanje posrednika, taj je u najpovoljnijoj poziciji na piramidi ishrane. Ali zašto onda postoji takmičenje „ko koga da pojede”? Čini se kao da je u pitanju neka apsurdna situacija. Priroda sama sebi protivreči?

Odgovor je jednostavan koliko je i paradoksalan: *neko mora da jede nekoga ne zato što je to bolje (obilnije, ukusnije), već zato što nema ništa drugo*. Duboko se zamislite nad ovom rečenicom. Jedino u tome, i ničem drugom, leži suština trke ka vrhu piramide. Činjenica da uvek i svuda „neko jede nekoga”, čini se sasvim prirodnom, zar ne? Ali ako odbacimo uobičajene stereotipe, postaje očigledno nešto drugo: *uopšte ne mora da bude obavezno da „neko nekoga jede”*. Uobičajeno – uopšte ne znači da je prirodno i normalno. Čak je možda naša planeta u tom smislu redak izuzetak. A „negde tamo u nekoj dalekoj, dalekoj galaksiji...” o tome ne može biti ni reči.

Ali kod nas je tako. Uistinu, u našoj prirodi je bilo mnogo situacija kada je hrana bivala nedostupna na određenom mestu i u određeno vreme. Biljke su prilagođenije različitim klimatskim neprilikama. Neke čak mogu privremeno da upadnu u anabiozu. Takođe, životinje se, u vreme suše ili hladnoće, na primer, suočavaju s teškoćama. I šta onda raditi... gladna njuška koja mekim šapicama ide po pustoj zemlji, tužno razmišlja: „Nemam nikog pored sebe, i obuzima me neka tuga. Dao bih sve da nekog pronađem, da nekog pronađem...” Jasno je zašto – da bi ga pojeo. Ako u okolini nema nijedne biljke, pojedeš bilo koga. Osnovni instinkt je preživljavanje. Bez alternative.

Isto važi i za ljude. Ne zna se odakle i kada su došli na Zemlju, u kojim uslovima su

egzistirali, ali nije teško pretpostaviti da su se suočili sa situacijom kada su u određenom trenutku biljke nestale iz njihovog staništa i morali su da se uzdignu za stepenik više u piramidi ishrane. Iako je to veoma, veoma neisplativo. Ne samo zbog toga što je hrana drugog reda nižeg kvaliteta. Mnogo je teže dobiti hranu drugog reda, tj. hranu u obliku životinja. Biljke ne treba loviti – ima ih mnogo, ne beže, ne ujedaju i ne bodu. Međutim, lov je vrlo zahtevan posao. I ne samo za ljude.

Običnom čoveku koji nije upoznat sa stvarnim životom divlje prirode, može da se učini da predatori napreduju i prosperiraju. Kako drugačije! Niko ti ne preti. Možeš da pojedješ koga god poželiš, ili barem onoga s kim možeš da se izboriš. A niko ne pretenduje na tvoje meso. Slobodno šetaj, jedi koliko god želiš, uživaj u slobodi! Oko tebe su samo tupavi biljojedi i glupe ribe! Sve je to tvoje! Tvoj plen!

U stvarnosti je sve mnogo složenije i, čak više od toga – tragičnije. Samo je iluzija našeg opažanja da je sve jednostavno. Na ekranu vam prikazuju kako lav lako obara bika, medved lovi ribu, vuk hvata zeca... lovac vešto puca u jelena... i tako dalje. Prikazuju samo finale, a ceo prethodni proces ostaje izvan kadra. Zbog toga se čini da je sve lako i jednostavno: ako si na vrhu piramide, ti si car i bog, sve ti je dostupno.

Međutim, u stvarnosti je sve drugačije. Paradoks je u tome da *što se nalaziš na višem stepeniku piramide ishrane, to je teže da se prehraniš*. I obrnuto, *što si niže, hrana ti je dostupnija*. Čudno, zar ne? Ali to je zaista tako.

Stvarno stanje stvari je sledeće: *na najvišim stepenicama piramide caruje glad*. Doslovno, preživljava se na ivicama mogućnosti. Pogotovo od kako je čovek sam sebe ustoličio na vrhu. O gladi malo ko zna, a još je manje onih koji o tome pričaju. Kada milioni ljudi u Africi umiru od gladi, to se smatra tragedijom. Ali kada od nedostatka hrane umiru predatori, to se prihvata kao prirodni proces – regulacija populacije, da tako kažemo.

Malo ko zna da lavovi, na primer, mogu mesecima da izdrže bez hrane. Pravi lavovi (ne oni u zoološkom vrtu ili cirkusu) u takvim periodima izgledaju kao pokretni skeleti. Vukovi su u stanju da nedeljama trče u jalovim potragama za plenom. Beli medvedi – i generalno preživari – takođe ponekad mesecima ne mogu da pronađu hranu. Grbavi kitovi, koji se hrane sardelom, ne mogu da pronađu hranu pola godine (!). A fitoplankton, koji se nalazi na samom dnu piramide, jede kad hoće i koliko hoće.

Mnogo je razloga zbog kojih postoje teškoće s ishranom na Zemlji. Klimatske promene, godišnja doba, migracija životinja, ptica i riba i tako dalje – to je duga priča. Ali osnovna suština ove priče je u tome da su svi predstavnici različitih stepenika

piramide međusobno zavisni, nalaze se u lancu. Što si viši, to je lanac duži i složeniji, i to je jača zavisnost od nižih stepenika. I sledeći paradoks se sastoji u tome što onaj na vrhu, zapravo nije Car Prirode, već *rob okolnosti i parazit svojih „jestivih“ podanika*.

Sa čovekom je ista situacija. Savremeni civilizovani čovek je bespomoćan u divljini. Ali stvar nije samo u tome što je bespomoćan, već u tome što je sebe već doveo do poslednjeg stadijuma *zavisnosti*. Za njega, ono što nije meso – nije hrana.

U jednoj dokumentarnoj seriji kanala „Discovery“, prikazan je jedan eksperiment. Grupa od sedam dobrovoljaca, žitelja grada, ostavljena je na Aljasci. Zadatak je bio da izdrže koliko god je moguće. Imali su na raspolaganju šatore, puške, štapove za pecanje i drugu neophodnu opremu – sve osim hrane. I svako je imao svoj pej-džer s tasterom. Pritisneš taster i helikopter će doleteti po tebe i sve tvoje patnje će se završiti.

Bilo je to negde sredinom ili početkom jeseni. Prvi dan je proticao veselo. Priroda je bila predivna, raspoloženje je bilo sjajno, ništa nije smetalo. Onda je počela kiša. Svi su pokisli. Hranu još nisu pronašli, pa su morali da legnu na počinak praznih stomaka. Ali u grupi je bio jedan iskusan ribolovac-amater i žena-lovac, tako da su imali pristojne šanse za uspeh.

Ujutru se ispostavilo da su čizme koje su sušili pored vatre izgorele. Morali su da naprave neke obloge za noge. Svi su bili izuzetno gladni. Potraga za divljači u okolini nije donela rezultate. Blagorodna zemlja nekako nije žurila da otkrije svoje bogatstvo nezvanim došljacima. Žena lovac je rekla da je potrebno istražiti dalje i krenula je u pohod sa obećanjem da će do večeri imati mnogo mesa.

U redu. Bacili su se na ribolov. Pored njih je proticala predivna planinska reka. Međutim, posle nekoliko neuspešnih pokušaja, entuzijazam je splasnuo. Ribolovac je zaključio da u toj reci uopšte nema ribe. Preostalo im je samo da se bace u potragu za mesom.

Uskoro su primetili da nedaleko od kampa živi miš. Postavili su zadatak da ga uhvate. Ali kako? Naravno, svi su bili obrazovani, pametni ljudi pa su smislili način – podrazumeva se, nimalo naivan! Napunili su veliki lonac vodom, postavili štap na njega, a sa strane lonca pričvrstili žicu na koju su navukli cevčicu, tako da se ona slobodno vrtela po žici. Ideja je bila sledeća: miš će se popeti na štap, krenuće na žicu, okliznuće se i pasti u vodu, i... biće njihov plen!

Zamislite, sve su to radili potpuno ozbiljno. Čekali su. Dugo su čekali. Međutim, miš

iz nekog razloga nije pokazivao ni najmanju želju da se popne na lonac, već je mirno obavljao svoje svakodnevne poslove. I tako... Još jedan poraz.

U međuvremenu je kamera koja je snimala grupu prikazala: u reci pliva pastrmka (ipak je ima!), u žbunju i travi ima bobica, duž obale reke je grmlje čička, i još mnogo toga, ne mogu sada da se setim. Koren čička, na primer, ako ćemo već o tome, može da se ispeče i bude podjednako dobar, kao krompir. Ali to ljude nije zanimalo. Oni su tražili meso.

Konačno, jednom od momaka je nekako pošlo za rukom da primeti vevericu na drvetu i nekako je (uh!) pogodi. Bez mnogo razmišljanja, vevericu su brzo očistili (u tome su bili vešti), i malo telo, tek malo veće od miša, stavili da se peče na vatri. Sve su to opet radili ozbiljno, iako je bilo očigledno da će, ako se telo podeli na šest delova, svako dobiti komadić veličine vrha malog prsta. Svi su brzo progutali svoj deo. Sedmu osobu (lovca) nisu ni uzimali u obzir – uskoro će doći i doneti mnogo, mnogo mesa.

I ona se pojavila. Praznih ruku i besna. Ispostavilo se da na tom prokletom mestu nema nikakve divljači! Ali kada je saznala da su njene kolege pojele vevericu, a njoj nisu ništa ostavili, poludela je od besa. Zar nisu jedan tim! Kako su mogli tako da postupe prema njoj! Počela je duga i dosadna svađa.

Nisam uspeo da vidim nastavak ove priče. Ali kako se završila, lako je pretpostaviti i nije toliko ni važno. U svakom slučaju, ionako ste sve shvatili.

Rezime

- Najneočiglednije stvari u našem svetu su zapravo jednostavne, jer na njih obično ne obraćamo pažnju.
- Onaj ko je najbliži izvoru primarne energije – Suncu, ko ima najmanje posrednika, nalazi se u najpovoljnijem položaju na piramidi ishrane.
- Neko je osuđen da jede nekoga ne zato što je to bolje (obilnije, ukusnije), već zato što su se istorijski i spontano stvorili takvi uslovi, da nije bilo ničeg drugog za jelo.
- Na vrhu piramide vlada glad.
- Onaj ko se nalazi na vrhu, zapravo nije Car Prirode, već zarobljenik okolnosti i parazit svojih „jestivih” podanika.
- Savremeni civilizovani čovek je već doveo sebe do krajnje tačke zavisnosti.



Beleške na marginama

Pojašnjenje: „B dur” je tonalitet koji je Mocart voleo da koristi u svojim delima. Ali... violine su odsvirale, a sada svira vojni marš. Dalje će biti još zanimljivije.

LJUDSKA FARMA

Nastavljam službu za upokojenje „tuđeg mesa”. Pritom se nadam da se prema svemu napisanom nećete postaviti s fanatizmom. U Transurfingu nema pravila (pravila pripadaju klatnima) i skoro da nema zakona, već postoje samo principi kojih možete da se pridržavate ili ne, po svom izboru, u jedinstvu duše i razuma.

Smatram svojom dužnošću da pružim nepristrasne informacije koje ne služe ničijim interesima, a suprotstavljajući se besramnoj propagandi proizvođača i trgovaca koja je obuhvatila ceo svet.

Moramo svi da budemo svesni da se roba, koja nas okružuje ne proizvodi samo zbog toga što nam je njena upotreba neophodna, koliko zbog toga što je neko proizvodi, neko je prodaje i svima je potreban profit. *Samo se u početnoj fazi obično proizvodi i plasira ono što je zaista nekome potrebno. Ali nakon toga počinje nešto sasvim drugo – trka za profitom po svaku cenu.* Živimo u svetu gde se ta trka neprestano odvija i poznato vam je da se malo ko suzdržava u sredstvima koja koristi.

Laž i dezinformacija su veoma efikasna sredstva. Jer, da bi se prodala određena vrsta hrane, na primer, bez zaostajanja u trci s konkurencijom, neophodno je stvoriti mit da ta hrana nije samo jako korisna – već da je bez nje život nemoguć. (Podrazumeva se da bez mesa i mleka život nikako nije moguć.)

Trenutno je u modi novi trend – „sve prirodno”, čemu su delimično doprinele i moje knjige. Pitanje je: kako u takvim uslovima prodati robu koja nema nikakve veze s prirodnim proizvodima? Veoma jednostavno: nazvati je prirodnom i to je to. Na TV ekranima se može videti kako zdravo i slatko dete (negde su ga pronašli) sa zadovoljstvom mažnjava neku sintetiku iz konzerve, a izvan kadra nam objašnjavaju o čemu se tu radi: „Zato što je to prirodno!”

Objasnite mi, kako se proizvod može nazvati prirodnim ako je konzerviran, „zaključan i sahranjen” u limenku ili pakovanje i ima rok trajanja od godinu ili dve? Eto, vrlo jednostavno. Proizvodnja i trgovina vrlo brzo imitiraju, prilagođavaju se novim trendovima. Ali neće uložiti ni najmanji napor da svoju „bajku” pretvore u stvarnost. Jer će to biti skuplje nego brzo i jednostavno obmanjivanje poverenja potrošača.

Rok trajanja, u suštini, može se direktno uporediti s rokom „izdržavanja kazne” – što je duži, to je „zatvorenik” opasniji. Verovatno se malo ko seća vremena kada je rok trajanja majoneza bio najviše tri nedelje u frižideru, mleko bi se ukiselilo za dva-tri

dana, a pivo bi postalo mutno već posle nedelju dana. Ali mnogima to nije ni dato – ne samo da se sećaju – već i da znaju.

Opšta trka za profitom nas je učinila zarobljenicima, taocima interesa proizvođača i trgovaca. U prodavnicama se gotovo već ne mogu pronaći zaista prirodni proizvodi. Preostalo je poslednje utočište – pijaca poljoprivrednika i morski proizvodi (naravno, oni koji nisu veštački uzgajani). Ali ni u toj sferi nije sve čisto i iskreno.

Prema klasifikaciji Birher-Benera, njegovu tablicu hrane možemo da dopunimo četvrtom vrstom hrane, o kojoj on u svoje vreme nije ni znao – a to je „supermarketska” sintetika. Roba najnižeg kvaliteta. U suštini, matriks-hrana za kiborge koji se nalaze na vrhu piramide ishrane.

Ideja je jednostavna i razumljiva. Što je više sintetike u namirnici, to joj je niža cena. Što je duži rok trajanja, to je lakše prodati robu.

Postavlja se pitanje: odakle im pravo da nas hrane tim smećem? Kako se moglo desiti da sve oko nas bude samo sintetika? Ne samo u hrani – već u svemu.

Opet, vrlo jednostavno: ako se svest potrošača nalazi na niskom nivou, bukvalno nivou zombija, može mu se prodati sve što poželite. I on će verovati da je sve to ne samo korisno, već i životno neophodno za njegovo zdravlje.

Shvatate li da ako bi svest pojedinaca i čitavog društva bila bar za nijansu viša, mi bismo i dalje pili prirodno mleko i pivo, jeli prirodnu kobasicu bez genetski modifikovane soje i tako dalje. Ali mi nismo slobodne i svesne individue. Ne bih želeo da upotrebim grub izraz, pa ću se izraziti mekše – *mi se nalazimo na farmi i zato jedemo ono što nam daju*. Tako stoje stvari kad je reč o nama. Po vašem mišljenju, to nema veze s Transurfingom?

Zaista je tako: *jedemo ono što nam daju*. Zato što u razvijenom civilizovanom društvu deluje i zakon koji se može formulirati na sledeći način: *prvo robu proizvedu, a zatim prisiljavaju na kupovinu*. Objasniću šta to znači.

Kao što je već rečeno, u prvoj fazi počinje proizvodnja robe za kojom postoji potražnja. Recimo da su svi saznali da dugovečni stanovnici jednog planinskog sela piju čudotvorni napitak koje im pruža izvanredno zdravlje i energiju. Zašto ne početi s njegovom proizvodnjom i za stanovnike grada? Bez ikakvih problema – krenulo se i posao je procvetao. Ali onda je i konkurencija počela time da se bavi. Kako se takmičiti s njom? A tržište je već preplavljeno tom robom. Kako je prodati dok je u roku?

Svi ovi problemi se mogu lako rešiti. Napitak se pravi od sintetičkih sastojaka. To više nije ono što piju u planinskom selu. Ali troškovi proizvodnje takvog proizvoda su

značajno niži, a rok trajanja duži. A potrošači mogu da se „navuku” na reklamu da je to isti onaj čarobni eliksir. Oni će poverovati. Oni su veoma gladni i prepuni poverenja.

Dakle, kada se proizvodnja razradi, počinje potpuno drugačiji proces – sve to treba prodati, nametnuti kupcima na sve moguće načine. *Ako mi to proizvodimo, vi to morate da kupite.* Ako ne želite da kupite, mi ćemo vas ubediti. Slično kao u vojsci: ako ne možeš – naučićemo te, ako ne želiš – nateraćemo te. Kako ćemo vas naučiti? Obavestićemo vas putem obimne reklamne kampanje, uključujući autoritetna mišljenja lekara (kojima, u suštini, nije ni bitno, jer su im potrebni bolesni, a ne zdravi pacijenti), o tome koliko je taj proizvod koristan za vaše zdravlje i uopšte neophodan, jer sadrži sve što vam je potrebno, itd. A kako ćemo vas naterati? Pa vrlo jednostavno: na policama i nema ništa drugo – već samo naša sintetika za vas, za viša bića, koja su na farmi... jer vas mi veoma volimo i jako se brinemo o vama!

Sve se to dešava ne zato što su proizvođači i trgovci neka kategorija loših, zlonamernih ljudi. Zapravo, sistem ih prisiljava da deluju na taj način, a ne drugačije. I isto kao što revolucija proždire svoju de-cu, tako se i deca sistema na kraju nađu uhvaćena u mreži njene vlasti (jarma).

Kao primer, ovde će biti prikladno da ponovimo ono što je pomenuto u knjizi „Apokrifni Transurfing”.

Američka vlada je 1974. godine postavila za cilj smanjenje broja stanovnika u zemljama trećeg sveta kao pitanje nacionalne bezbednosti. Kako su planirali da sprovedu takvu politiku? Državni sekretar Kisindžer je u memorandumu nacionalne bezbednosti SAD eksplicitno preporučio, uporedo sa izazivanjem ratova, korišćenje hrane kao instrumenta za smanjenje broja stanovnika.

Najpre su se bavili razvojem biološkog oružja, ali su posle shvatili da je mnogo efikasnije delovati „mirnim putem”. Transgenska tehnologija je genijalno otkriće sistema, jer odmah ubija dve muve jednim udarcem: to je istovremeno i sredstvo za smanjenje populacije, ali i sredstvo koje podriva prehrambenu sigurnost pojedinih zemalja jer seme modifikovanih biljaka više ne može da klija, čime korporacije zadržavaju kontrolu nad semenom. To je idealan način manipulacije. I nije potrebno započinjati rat. Dovoljno je samo u pravo vreme ukinuti snabdevanje semenom neposlušne i možete raditi s njima šta god poželite. Većina država je bukvalno već na kolenima.

Međutim, najzanimljivije je što politika američke vlade, koja je usmerena protiv zemalja trećeg sveta, rezultirala nepredviđenim posledicama za same Sjedinjene

Američke Države. Korporacije, u trci za profitom, počele su da proizvode GMO u tolikim količinama, da nemaju gde da ih skladište. Ali negde moraju da ih smeste! A zatim na snagu stupa gorepomenuti zakon: prvo proizvode, a zatim ljude prisiljavaju da kupuju. A koga prisiljavaju? Pre svega, svoje građane.

I sada je ceo svet preplavljen ovom prljavštinom. Hranom namenjenom neljudima. Opšta epidemija steriliteta, gojaznosti, depresije, raznih bolesti i zastrašujućih promena u prirodi su – sitnice. Najvažnija je trka za profitom. U državama u kojima je nivo svesti veći i gde ljudi poštuju sebe, barem postoji mogućnost izbora.

Na primer, u Skandinaviji postoji sintetika, ali postoji i organska proizvodnja. I jasno vas informišu o vrsti proizvoda koje kupujete u supermarketu. Međutim, mi u Rusiji nemamo pravo da znamo da li određeni proizvod sadrži GMO ili ne. Zamislite, nemamo to pravo. Jer, mi smo na farmi. Zar ne?

Štaviše, kada je svet upao u krizu, a zatim potonuo u duboku recesiju, trka za profitom se još više pojačala. I sada se to veoma primetno odražava na kvalitet proizvoda. Bilo kojih, ne samo prehrambenih. *U svaki predmet svakodnevne upotrebe, počevši od boja pa sve do sijalica, dodaju se jeftine hemijske komponente koje pred-stav-ljaju direktnu pretnju ne samo po zdravlje – već i po život.*

Ne znam zašto niko jasno i otvoreno ne govori o ovom aspektu krize. A upravo on sada dobija na ubrzanju. Može se činiti da se ništa ne menja, ali nije tako. Juče ste kupili neki predmet za domaćinstvo jednog kvaliteta, a danas će već biti potpuno drugačijeg. Trka je trka.

Ali i sami proizvođači moraju da na kraju koriste sopstvenu produkciju. Jer zakon „prvo proizvodimo, pa onda teramo da se kupuje” tiče se svih, bez izuzetka. Na ruskom se to kaže „ne pluj u izvor i ne kopaj drugom jamu”. Ali, ponavljam, proizvođači i trgovci nisu neko apstraktno zlo koje se nalazi izvan civilizovanog društva. To su ljudi, isti kao i svi mi, koji imaju porodice, decu i koji pate od istih tih posledica trke za profitom. Sve je u samom sistemu. *On te koristi, a tebi se čini da uživaš u njegovim plodovima.*

Razni modeli sistema deluju na različite načine. Socijalistički model uskraćuje slobodu izbora. Kapitalistički model porobljava. Tehnogeni sistem funkcioniše na veoma zanimljiv način. On ne opterećuje direktno i ne vrši neposredni pritisak. *On stvara uslove u kojima se njegovi elementi – „šrafovi” – sami prilagođavaju*

potrebama sistema i počinju da žele ono što je njemu korisno.

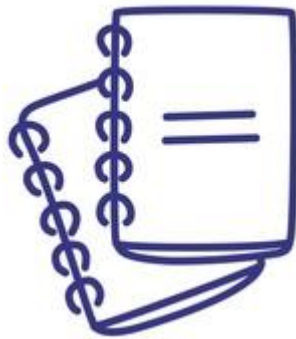
Sve je izgrađeno na zavisnostima. Svaka sintetička hrana zamagljuje svest i izaziva najjaču narkotičku zavisnost. Sistem nema druge načine da utiče na svest, osim hranom, informacijama i uslovima spoljašnje sredine. Zbog toga sam i prinuđen da o tome da govorim. I verujte mi, veoma mi je neprijatno dok to činim. Mnoge moje kolege radije ignorišu ovu tematiku, kao da sve to nema značaja.

Međutim, ako sve to nema značaja, tada ćemo se bukvalno baviti *upravljanjem stvarnošću u oboru*. Ne mogu da na sebe preuzmem takvu odgovornost, odnosno da vam predlažem nešto efemerno i potpuno metafizičko. Transurfing se upravo razlikuje po tome što se u njemu koristi maksimalno realističan i holistički pristup. Možete svesno da nosite ružičaste naočare, možete da obojite svoj svet u narandžastu boju. Ali da letite u oblacima – ne možete. U nebo moraju da lete „jabuke”. Vi, pak, treba da hodate po zemlji, jer će u suprotnom ceo Transurfing postati iluzija.

Rezime

- Roba koja nas okružuje proizvodi se ne toliko što nam je neophodna, koliko zbog toga što je neko proizvodi a neko je prodaje a svima je potreban profit.
- Proizvodnja i trgovina brzo usvajaju nove trendove – sve "prirodno"!
- Rok trajanja proizvoda se može direktno uporediti sa rokom „odsluženja kazne” – što je duže, to je „zatvorenik” opasniji.
- Opšta trka za profitom nas je dovela do toga da sami postanemo zatvorenici, taoci interesa proizvođača i trgovaca.
- Supermarketska sintetika predstavlja hranu četvrtog reda. To je proizvod najnižeg kvaliteta. U suštini, „Matriks” hrana za kiborge.
- Mi smo na farmi, pa zato (i zbog toga) jedemo ono što nam daju.
- U tehnogenom sistemu se roba prvo proizvodi, a onda sledi prisiljavanje da se ona kupuje.
- Kada se proizvodnja razradi, počinje potpuno drugačiji proces – sve treba prodati, uvaliti kupcima, na sve moguće načine. Ako mi to proizvodimo, vi to morate da kupujete.
- Opšta epidemija steriliteta, gojaznosti, depresije, raznih bolesti i zastrašujućih promena u prirodi su – sitnice. Najvažnija je trka za profitom.

- U svaki predmet svakodnevne upotrebe, počevši od boja pa sve do sijalica, dodaju se jeftine hemijske komponente koje predstavljaju direktnu pretnju ne samo po zdravlje, već i po život.
- Sistem te iskorišćava, a tebi se čini da uživaš u njegovim plodovima.
- Tehnogeni sistem stvara takve uslove da se njegovi elementi – šrafovi – sami prilagođavaju potrebama sistema i počinju da žele ono što je njemu korisno.
- Sve je izgrađeno na zavisnosti.



Beleške na marginama

U sledećem poglavlju saznaćete nešto što vam nikada niko nije ispričao i što može da vam izazove nelagodnost. Ali mi ovde ne igramo igre i ne pričamo bajke. Transurfing zahteva spremnost da se vidi i upozna stvarnost onakva kakva zaista jeste, umesto da i dalje ostanemo zarobljeni u kolektivnom snu, iluziji. Istovremeno, još jednom želim da vas upozorim na ekstremnost eksperimenata i fanatizam kada je reč o vašem telu i načinu života. Ako želite da nešto promenite u sebi, to treba činiti razumno, postepeno, harmonično.

RAT U SREDNJOJ ZEMLJI²

U prethodnom poglavlju smo se zaustavili na tome da tehnogeni Matriks gradi svoj sistem upravljanja ljudima na osnovu njihove *zavisnosti*. Pre svega, od hrane. U osnovi zavisnosti nije prirodna fizička potreba, već narkotička glad. Jer hrana trećeg reda (tj. termički obrađena, a pogotovo životinjskog porekla) izaziva intoksikaciju. A sve što izaziva intoksikaciju, stvara narkotičku zavisnost.

Mrtvo je mrtvo. Mrtva hrana je sama po sebi toksična. Ali postaje još toksičnija tokom procesa varenja, jer je varenje mrtvog, suprotno zakonima Prirode, najvećim delom *proces truljenja*. (Zato, moliću za oprostaj, i dolazi do odgovarajućeg mirisa koji se javlja prilikom odlaska u toalet.)

Prženo ili kuvano meso je čist narkotik. Zbog toga se konstantno oseća želja za njim. Međutim, postoje ljubitelji koji ne mogu da prežive ni jedan dan bez mesa. *Ako odmah nekoga ne pojedem, nekog ću ubiti*. Čim se uzme nova doza, intoksikacija se privremeno zaustavlja i može da se nastavi sa životom.

Radi boljeg razumevanja, podsetiću na to šta je intoksikacija. Ne govorimo samo o stepenu zagađenosti organizma toksičnim supstancama i metaboličkim produktima, već o *trenutku* kada toksini počinju da se *eliminišu*. Tokom celog života, čovekov organizam se postepeno sve više i više zagađuje. To je poput zakopavanja hemijskog otpada, jer organi za izlučivanje jednostavno ne uspevaju da se izbore, ne postižu sve. Zbog toga postoji „plan B” – organizam ima sposobnost da otpad inkapsulira – doslovno da ga raspoređuje gde god može, samo da bi bio što udaljeniji od vitalnih organa. Ali svaki put kad organizam završi sa teškim poslom varenja mrtvog obroka, on započinje proces pročišćavanja. U tom trenutku toksini dospevaju u krv, što automatski podstiče reakciju: potrebna je nova doza. I čovek, naravno, to radi. Na taj način, „plan B”, iako je rezervni, stalno funkcioniše. Ispada da tu, naizgled, nema ništa strašno, otpad je inkapsuliran (trenutno), i moguće je živeti (takođe, trenutno). *Ali bez nove doze život nije moguć*.

Ova zavisnost je upravo bila glavni razlog zbog kojeg je čovek zauzeo vrh piramide ishrane, a zatim se tu tako stabilno i trajno nastanio.

Čini se da je danas pitanje preživljavanja u divljim uslovima i stalne oskudice hrane

² Srednja zemlja (*Middle-earth*) je svet u kojem se odvija radnja „Hobita” i „Gospodara prstenova” Dž. R. R. Tolkina – *prim. prev.*

neaktuelno. Postoji mogućnost da se odustane od konzumiranja namirnica životinjskog porekla, ali zavisnost ne popušta. Trenutno se veći deo useva biljaka ne koristi za direktnu konzumaciju, već za ishranu stoke, s ciljem dobijanja mesa.

Čak i u tropskim šumama, gde je biljni svet raznovrstan i obiluje resursima, starosedeooci ne prestaju da se bave lovom. Zato što, ako se jednom proba pečeno meso, želja za njim se javlja iznova i iznova. A navika, pak, stvara mentalni (društveni) stereotip – racionalno (kolektivno) objašnjenje zašto i u *koju svrhu je to potrebno*.

Više od toga, sa otkrićem industrijskih prehrambenih tehnologija, čovek je upao u još dublju zavisnost. Jer hemija i sintetika izazivaju izuzetno snažan efekat navike – vezanosti. I potpuno je očigledno kome takva vezanost za hranu ide u prilog. *Ako mi to proizvodimo i prodajemo, vi to morate da kupujete*. Sintetički sastojci se namerno i potpuno svesno dodaju u proizvode.

Primera je bezbroj. Jednom prilikom sam svedočio sledećem prizoru: meso se kreće trakom, a sa vrha se spušta nešto poput prese, koja je protkana velikim brojem iglica–špriceva. Meso se probada nekom hemijom, verovatno radi dodavanja zapremine, težine, boje, kvaliteta. Iako je već samo po sebi zasićeno znatnom količinom hemikalija, antibiotika, hormona i drugih štetnih materija koji se dodaju, ne računajući tu otrove i produkte raspadanja prilikom samrtničke agonije. Kako je poznato, ne postoji ništa što ne bi moglo da se učini u trci za profitom. Ne postoje nikakvi standardi i principi koji ne bi mogli da se prekrše u ovoj trci.

Zavisnost se dodatno učvršćuje osećajem da obrađena hrana, a naročito životinjska, mnogo više zasićuje od prirodne, žive. Međutim, to je samo privid. Prema zakonu Ereta, o kome sam već pisao u knjizi „Apokrifni Transurfing”, *kad kuvana hrana dospe u želudac, prestaje eliminacija (izbacivanje) toksina*. Nastaje efekat kao da je želudac dobio udarac teškim maljem. Telo bukvalno tone u poluobamrlo stanje jer je veoma opterećeno. Taj *osećaj opterećenosti, uporedo sa zadovoljstvom zbog prestanka detoksikacije*, obično se i pogrešno zamenjuje sa osećajem sitosti.

Ali postavlja se pitanje da li životinjska hrana zaista više zasićuje od biljne? Doktor Valter Fajt (Walter Veith), poznati razotkrivač mitova o mleku, navodi sledeći primer. Crnkinja iz Afrike, *koja nikada nije u životu pila mleko*, statistički dobija 350 mg kalcijuma dnevno kroz ishranu; dok žene u Americi unose 1400 mg kalcijuma dnevno. U Americi žene često pate od nedostatka kalcijuma (osteoporoze) tokom trudnoće, dok se kod afričkih žena takav deficit veoma retko javlja.

U organizmu ništa nije tako jednostavno kao u tabeli sadržaja kalcijuma. Suštinski,

ne radi se o količini kalcijuma koja se nalazi u namirnicama, već koliko on može da se apsorbuje. A to već zavisi od mnogo faktora. Doktor Fajt upoređuje ovaj proces sa radom građevinara. Pretpostavimo da zidar može dnevno da ugradi samo 500 cigala. Da li će se njegova produktivnost povećati ako mu se dopremi više cigala? Ma koliko cigala imao, on zbog toga neće brže raditi.

Tradicionalna koncepcija koja se fokusira isključivo na kaloričnost i nutritivnu vrednost namirnica je iluzija, jer ne uzima u obzir jednu elementarnu stvar: *koliki će biti utrošak energije da bi namirnica mogla biti apsorbovana.*

Izmišljena *dnevna preporučena doza vitamina*, minerala, mikro i makroelemenata je takođe veoma smešna. Ako bismo sakupili sve namirnice koje bi trebalo pojesti da bismo nadoknadili dnevnu dozu, dobili bismo toliko hrane, koju je fizički nemoguće uneti u sebe za jedan dan. I uzimajući u obzir činjenicu da svaka namirnica sadrži nečega više, a nečega manje.

Upoređivati ljudsko telo sa ložištem parne lokomotive je nekorektno. Metabolizam nije hemija u epruveti, već nešto drugo, što još uvek nije shvaćeno. Nauka daje objašnjenja na nivou koji je mogla da dostigne. Ali ne može da objasni kako novorođenče tako brzo dobija na težini i raste, ako se hrani samo majčinim mlekom. Šta mislite koliko proteina sadrži majčino mleko? Samo 1%! A kako uspevaju da bez hrane prežive oni koji se hrane solarnom energijom? Ne treba se oslanjati na nauku već zato što nije sposobna da izleči čovečanstvo koje je već potpuno bolesno i pati od gojaznosti.

Dakle, šta imamo? S jedne strane, očigledne prednosti žive biljne hrane, a s druge, vekovima ukorenjeni stereotip da je hrana životinjskog porekla bogatija hranjivim materijama, a da se kuvana lakše vari.

I zaista, praksa pokazuje da čim čovek pređe na ishranu živom biljnom hranom, javljaju se problemi: poremećaji u varenju, naglo mršavljenje, pogoršanje zdravstvenog stanja, neuroze pa čak i alergijske reakcije po celom telu. Kako rešiti ovu večnu raspravu između pobornika žive i mrtve hrane?

Rešenje nije tamo gde ga traže, već u potpuno drugoj dimenziji. Suština nije u tome koja se hrana lakše usvaja i šta je hranljivije, da li mrtva ili živa, životinjskog ili biljnog porekla, *već u tome na kom stepeniku piramide se nalazi pojedinac i koju vrstu hrane njegov organizam preferira.*

Na raznim nivoima piramide i za različite vrste hrane postoje bitno različiti tipovi varenja. Pritom, vrsta varenja hrane uveliko zavisi od crevne mikroflore, koja je opet

različita na različitim stepenicima piramide. Dok se prelazak s jednog stepenika na drugi ne završi, *zaključci se ne mogu donositi*. Jer, nikome ne bi palo na pamet da pokuša kravu da hrani mesom, ili tigra travom, pa da onda izvlači zaključke, zar ne?

Međutim, baš takve besmislene zaključke ljudi često donose. To je zato što ne shvataju suštinsku razliku između žive i mrtve hrane. Razliku između različitih tipova varenja na jednom i drugom stepeniku piramide. Između života i smrti.

I kako bi prosečan um uopšte mogao da shvati šta je život, kada to čak ni nauka ne shvata? Kakve god bile „naučne” definicije života, sve su podjednako besmislene i bezvredne. Na primer, ova: „Život je način egzistiranja proteinskih tela.” Zapitajte se, postoji li u ovoj definiciji ijedan trag razumevanja i smisla? Isto tako se može dati „naučna” definicija: seks je način spajanja proteinskih tela.

Ovde postoji fundamentalna razlika između naučnog i ezoteričnog pristupa razumevanju suštine stvari. Postoje stvari koje se ne mogu shvatati i objasniti razumom, *već dušom, srcem*.

Priroda ništa ne objašnjava, ona samo pokazuje šta je prirodno, a šta je u potpunoj suprotnosti s prirodom; gde je srce, a gde nema ni traga od njega. Priroda zna da živa bića treba da se hrane živom hranom. *Dajte živima živo, a mrtvo ostavite mrtvima*. Besmisleno je ulaziti u naučne rasprave s Prirodom.

Međutim, postoji jedan način koji nam barem omogućava da se približimo razumevanju suštine – da stvari nazovemo njihovim pravim imenom. I dalje, ukratko, da ne bih iskušavao vašu strpljivost, poštovani Čitaoče, pozabaviću se upravo time.

Možemo dugo da branimo i opravdavamo konkretan način ishrane. Postoji čitav niz takozvanih „pravilnih” načina ishrane: prema krvnoj grupi, prema telesnoj građi, vegetarijanstvo, strogo vegetarijanstvo (veganstvo), košer hrana, ajurveda, makrobiotika... Svi ovi načini ishrane imaju jednu zajedničku osobinu: zapravo su ništa drugo do *nekrobiotika*.

Nekroza (od grčkog „nekrós” – „mrtav” i „bíos” – „život, način života”) po definiciji predstavlja promene u ćeliji koje prethode njenom umiranju. Sve što sačinjava život čoveka koji se hrani mrtvom hranom jeste neprestano približavanje smrti, priprema za smrt i žudnja za što bržim okončanjem.

Nekrobioza je poseban tip varenja i metabolizma, u kome je organizam prinuđen da se prilagođava kada ga hrane mrtvom hranom. U skladu s tim, formira se i poseban tip mikroflore koja je sposobna da usvoji mrtvu hranu – *nekroflora*.

S druge strane, kada organizam uglavnom ili isključivo konzumira živu hranu, u njemu se uspostavljaju principijelno drugačiji procesi varenja i metabolizma – vitabioza. I mikroflora se menja – postaje vitaflora.

Vitaflora se razlikuje od nekroflora kao što se vile i vilenjaci razlikuju od goblina i orka. S jedne strane su čarobna i čista bića koja žive u magičnoj i čistoj Zemlji, a s druge strane su ružnoća, prljavština, mutanti, paraziti, smrad, jedenje leševa, truljenje. Takođe, postoje značajne razlike između pelena beba koje su dojene majčinim mlekom, koje se hrane živom hranom, i beba koje se hrane sintetičkim mlečnim formulama.

Što se tiče odraslih „individua”, to ne bih ni pominjao. Nemojmo se zavaravati da je spolja sve u redu, a ponekad čak i sjajno. Unutrašnju suštinu možemo da sakrijemo, ali ona time nigde neće nestati ili se promeniti. Nekrobioza: mrtvo na ulazu – mrtvo i prljavo iznutra, mrtvo i prljavo na izlazu. Vitabioza: živo na ulazu – živo i čisto iznutra, živo i čisto na izlazu. Takvo je realno stanje stvari. To su jednostavno činjenice koje ne zahtevaju objašnjenja.

Samo jedna činjenica zahteva objašnjenje: zašto prelazak na ishranu živom hranom prate krizne pojave (koje su, naravno, prolazne). Kada živa hrana dospe u prljavo okruženje naseljeno nekroflora, ona odmah počinje da sve to čisti. Nekroflora, s druge strane, ne može da usvoji živu hranu. Goblini i orke su navikli na hranu sasvim drugačije vrste.

Šta je potrebno da se živa hrana potpuno usvoji i donese korist koju i treba da donese? Neophodno je očistiti sve unutrašnje sredine, izbaciti sve strane elemente, svu nečistoću iz organizma, kako bi se *na mestu nekroflora uspostavila nova, vitaflora*. To nije moguće postići odjednom. Takvo preuređenje se može uporediti sa dugim ratom u Srednjoj zemlji, kao što je opisano u trilogiji „Gospodar prstenova”. Goblini i orke neće otići tek tako. Tranzicija može da traje neodređeno dugo, zavisno od trenutnog zdravstvenog stanja i zagađenosti organizma. Međutim, postoje slučajevi kada se sve odvija prilično brzo i čak bezbolno.

Najvažnije je da shvatite suštinu: to je zaista ozbiljan preobražaj, pravi rat u Srednjoj zemlji, praćen promenom vlasti u kraljevstvu i s pratećim izazovima. Prelazak na novi stepenik ishrane će se dogoditi kada se zaustave svi nekrobiotski procesi u varenju i uspostavi živa razmena materija – vitabioza. Tada će početi pravi život u organizmu. Novi život.

Orkama i goblinima u mikroflori će se pridružiti vile i vilenjaci. I vaš osećaj će biti

kao da ste postali vilenjak ili vila. I unutar vas više neće biti mračno i trulo podzemlje, već čista čarobna Zemlja. Mogu iz ličnog iskustva da kažem kako je to jedan čudan, divan i dugo zaboravljen osećaj: imaš pedeset godina, a osećaš se kao da ti je sedamnaest.

Rezime

- Mrtva hrana postaje još toksičnija tokom procesa varenja, jer varenje mrtve hrane uglavnom predstavlja proces truljenja.
- Sintetički sastojci se namerno dodaju u proizvode kako bi se potrošač vezao za „hranilicu”.
- Prema zakonu Ereta, kada kuvana hrana dospe u želudac, zaustavlja se eliminacija toksina.
- Osećaj sitosti se često pogrešno meša sa zadovoljstvom zbog prestanka detoksikacije.
- Upoređivati ljudski organizam s parnom lokomotivom je u najmanju ruku nekorektno.
- Na različitim nivoima piramide i za različite vrste hrane postoje fundamentalno različiti načini varenja.
- Nekrobiotska ishrana je poseban tip varenja i metabolizma u kome se organizam prisilno prilagođava na ishranu mrtvom hranom.
- U tom procesu se formira i poseban tip mikroflore koji je sposoban da usvaja mrtvu hranu – nekroflora.
- Kada u organizam dospe pretežno ili isključivo živa hrana, u njemu se uspostavlja bitno drugačiji procesi varenja i metabolizma – vitabioza i vitaflora.
- Kada živa hrana dospe u prljavo okruženje naseljeno nekrofloram, ona odmah počinje sve to da čisti.
- Prelazak na novi stepenik piramide ishrane će se desiti kada se u varenju zaustave svi nekrobiotski procesi i uspostavi živa razmena materija – vitabioza.



Beleške na marginama

Ali to još nije kraj, već samo uvod u ono što ćete uskoro saznati.

JEDNAČINA ŽIVOTA

U prethodnom poglavlju smo naglasili da će se prelazak na novi nivo piramide ishrane desiti kada se u varenju zaustave svi nekrobiotski procesi i uspostavi živa razmena materija – vitabioza. Tada će u organizmu početi pravi život. Novi život.

Novi život, jer će se naglo povećati vaš životni tonus, namera, Sila, a uz sve to i sposobnost da utičete na tok događaja. Da bismo razumeli odakle će se ta Sila pojaviti, vratimo se davno zaboravljenoj, ali genijalnoj jednačini koju je formulisao doktor Arnold Eret još na početku prošlog veka:

$$L = C - R$$

gde je:

L – životna sila,

C – nepoznata veličina,

R – opterećenje.

Nepoznata veličina je ovde energija koja aktivira ljudski mehanizam. To je zaista nepoznata veličina jer niko ne zna odakle živ organizam uzima energiju. Život nije hemija u epruveti koju možemo da izračunamo. Fizičko-hemijski model (to je „parna lokomotiva”) samo je jedno primitivno objašnjenje i tek jedan aspekt, ali ne i najvažniji. Ostali aspekti se nalaze u sferi pretpostavki. Osim toga, čovek, kao i svako živo biće je *potrošač i istovremeno generator kosmičke energije*. Može se reći da je *C i fizička sila, i energija Či, i sila duha*.

R – je rad, koji se uglavnom troši na preradu mrtve hrane i eliminaciju produkata razmene. Telo, čija je celokupna funkcionalnost zasnovana na nekrobiozi, zapravo se isključivo bavi ovim poslom. Nema vremena za samočišćenje, oporavak i razvoj. Nekrobioza, za razliku od vitabioze, protiče veoma sporo, prljavo, lepljivo i vrlo je energetska zahtevna. R – je teret s kojim organizam mora da se nosi tokom čitavog svog postojanja a ovo opterećenje neprekidno raste tokom godina, jer se rezervni energetska kapacitet smanjuje, a teret nepročišćenih produkata razmene povećava.

Nesumnjivo, jednačina Ereta ima fundamentalni značaj uprkos svojoj spoljašnjoj jednostavnosti. Ona je jednako dragocena kao i poznata Ajnštajnova formula $E = mc^2$.

U suštini, to je *jednačina života*. I istovremeno – *jednačina smrti*. Ako R bude veće ili izjednačeno sa C, život prestaje.

Tehnički analog ove jednačine je: *stvarna snaga* (kpd) automobila jednaka je snazi njegovog motora umanjenoj za sav utrošak i silu otpora. Kada otpor nadmaši snagu automobila, on se zaustavlja.

Osnovno značenje jednačine Ereta sastoji se u sledećem. Bez obzira na to od čega se sastoji energija C, životna sila L na kraju direktno i najviše zavisi od utroška R. Upravo utrošak zaslužuje najviše pažnje, jer je mnogo lakše smanjiti R nego povećati C.

Uobičajeno je da se energija Či, koja predstavlja energetske sposobnosti i propusnost tela, podiže putem zahtevnih i složenih vežbi (praksa). Te vežbe su isključivo usmerene na povećanje C. Međutim, kao što proizilazi iz jednačine Ereta, energiju je moguće povećati na sasvim drugačiji i lakši način. Jednostavnim oslobađanjem organizma od tereta, eliminisanjem svih nekrobiotskih procesa i prelaskom na najoptimalniji i najmanje zahtevan tip razmene materija – vitabiozu. To je ekvivalentno kao kad biste iz parne lokomotive prešli u „Formulu 1”.

Ishrana namirnicama niskog potencijala i lošeg kvaliteta dovodi do letargije, mentalne zaostalosti, hroničnog umora, gojaznosti, opšteg pada energije i zamućenja svesti. Ovo postaje primetno već u mladosti, mada ne tako kritično. Kasnije, bliže srednjem dobu, simpatički nervni sistem se narušava, kao i funkcije cirkulacije, bubrega, kože, respiratornog i digestivnog sistema. Tada počinju patološki procesi.

S druge strane, živa hrana ne samo što ne opterećuje organizam, već ga čisti, stabilizuje nervni sistem, prosvetljuje um i što je najinteresantnije, vraća organizmu sposobnost regeneracije. Ta sposobnost zaista postoji u organizmu!

Verovatno ste čuli da čovekov mozak, prema različitim podacima, koristi samo nekoliko procenata svojih kapaciteta. Ali malo je poznato da u prosečnom organizmu aktivno funkcioniše svega oko 20% (!) ćelija. Ostale su kao u stanju „polusna” zbog hipoenergije (nedostatka potrebne energije u ćelijama).

Ali kada se organizam, prelazeći na novi stepenik piramide, oslobodi R tereta, naglo se povećava energetske potencijal i ćelije postaju aktivne. To omogućava obnavljanje mnogih funkcija i procesa koji su na prethodnom nivou piramide opravdano smatrani nepovratnim. Na novom nivou mnogo toga je moguće preokrenuti.

Evo kako Arnold Eret opisuje svoja iskustva nakon što je došao do svog otkrića:

„Neopisiv i meni do sada nepoznat osećaj odličnog zdravlja, životne energije,

izvanredne produktivnosti, izdržljivosti i snage je prožeo moje biće i doneo mi je ogromnu radost i sreću samo zbog činjenice što živim. To nije bio samo fizički osećaj. Dogodile su se ozbiljne promene u mom mentalnom sklopu, koje su se ispoljile kroz oštrinu percepcije i pamćenje. Pojavili su se nada, mir, čak i hrabrost, neko duhovno prosvetljenje i ozarenje, doslovno kao izlazak sunca. Sve moje fizičke sposobnosti su se iznenada naglo povećale, daleko nadmašujući one koje sam imao u godinama zdrave i snažne mladosti. Lako sam prešao put biciklom od 800 milja od Alžira do Tunisa. Zamislite, bio sam gotovo proglašen mrtvim, osuđen i precrtan od strane lekara.” Takođe, ono što je veoma značajno: „Vaš mozak će početi da radi na takav način koji će vas jednostavno zadiviti. Prethodni život će vam izgledati kao san, a vaša svest će prvi put dostići nivo istinske samosvesti.”

Na osnovu sopstvenog iskustva, mogu da potvrdim svaku reč ove izjave. Jedino mi je veoma žao što su mi na raspolaganju samo reči koje ne mogu da prenesu sve nijanse osećanja. I duboko mi je žao što samo mali broj ljudi zaista shvata zašto govorim o tako neobičnim temama kao što je prelazak na viši nivo piramide, uvođenje takvih zastrašujućih termina kao što je nekrobioza, i korišćenje tako apstraktnih alegorija kao što je „rat u Srednjoj zemlji” ... To zaista deluje vrlo čudno. Sve je to daleko od klasičnih pitanja koja se tiču ezoterije.

Razlog zbog kojeg se bavim ovom tematikom je taj što novi principi Transurfinga, izuzetno čudni principi, mogu vam reći, nose u sebi ogromnu Silu koju ne možete ni da zamislite. I odgovarajući stil izlaganja koji sam odabrao nije slučajan, jer je vrlo teško probiti čvrsto uklopljene mentalne stereotipe. Za mnoge ljude, ti obrasci su tako duboko ukorenjeni, da se uopšte ne mogu promeniti. Vrlo je teško objasniti onima koji su usnuli, da ovde nije reč o zdravoj ishrani, već o potpuno novim stvarima, iako leže na površini. Usnuli samo mrmljaju: „Gde je ovde Transurfing? Ne vidim Transurfing. Vidim samo zdravu hranu. I kakvu mi to korist donosi?”

To donosi neopisiv osećaj slobode, jasnoću uma, ludu energiju i bukvalno mladalačku euforiju. Sećate li se odgovora na zagonetku Čuvara? *Postajete slobodni kad prestanete sa svojom bitkom.* Ali to je samo početni aspekt Transurfinga, samo prvi korak, *prvi stepen slobode.* Nove nivoe slobode ćete dobiti kada se oslobodite poslednjih niti kojima vas sistem drži i kontroliše. *Poslednje niti marioneta* su hrana, informacije i uslovi spoljašnje sredine. *Kada spoznate stvarnost tih niti i prekinete ih, stićete slobodu o kojoj niste smeli ni da sanjate.*

Sve o čemu pišem su moji pokušaji da na neki način pokažem i objasnim da su niti

koje vas povezuju sa sistemom – stvarne. To ćete moći da osetite samo ako se sami potrudite da ih se oslobodite. Kao što sam već rekao, sa svojih pedeset godina osećam se kao da mi je sedamnaest. Ali u stvarnosti nije baš tako. Zapravo, mnogo je bolje. Jer sada je moja R komponenta zanemarljiva u poređenju s teretom koji sam osećao kada sam imao sedamnaest godina. *Takav efekat nije moguće postići samo vizualizacijom, i upravo zato treba koristiti kompleksan pristup: kako razmišljamo, kako se hranimo i kako se krećemo.*

Stanje je takvo da jednostavno ne znam šta da radim sa svom tom energijom. Pravi je trenutak da počnem da treniram parkur, fristajl ili nešto slično, što bi moglo da rezultira povredom vrata. Prirodno uživanje, bez ikakvih tableta. I to u vreme kada sunce života obično već zalazi. Imam osećaj da nisam samo hakovao sistem, već nešto dublje, ozbiljnije. Još uvek ne mogu jasno da formulišem tačno šta je to. Verovatno najzanimljivije tek dolazi.

I kada mi neko kaže da je sve o čemu pišem u poslednje vreme besmisleno, preplavljuje me osećaj duboke zaprepašćenosti. Pa kako da vam još objasnim, kako da vam prikažem stvarnost niti koje vas vezuju?! I opet, jako mi je žao što čovek koji tako govori ne može da oseti, i verovatno nikada i neće osetiti svu tu slobodu i ludu energiju.

Međutim, pristižu i drugi odzivi, onih koji su iskusili prelazak na novi nivo piramide i doživeli isto ono što i ja.

Ako imate neki neostvareni san,
ako je vaš cilj teško dostižan,
ako mnogi žele isto što i vi,
ako morate dugo da čekate u redu svoj san,
ako nemate izuzetne sposobnosti i talente...
morate da znate da imate posebnu, jedinstvenu šansu.

Šansu da steknete prednost koju drugi nemaju.
Šansu da hakujete Matriks i krenete ka slobodi.
Morate bar da znate da je to moguće.

Rezime

- Prelaskom na novi stepenik piramide, iznenada će se podići nivo vaše vitalnosti, namere, Sile, a zajedno s tim i vaša sposobnost da utičete na tok događaja.
- Jednačina Ereta: L (životna snaga) = C (živa energija) – R (teret)
- Čovek je potrošač i istovremeno generator kosmičke energije.
- C predstavlja fizičku snagu, energiju \dot{C} i snagu duha.
- R je rad koji se uglavnom troši na varenje mrtve hrane i eliminaciju otpadnih materija.
- Organizam, čija je funkcionalnost uglavnom zasnovana na nekrobiotskim procesima, u suštini se bavi samo tim poslom.
- Smanjiti R je mnogo lakše nego povećati C .
- Najoptimalniji i najmanje zahtevan tip metabolizma je vitabioza.
- Energiju je najlakše povećati ako oslobodite organizam od tereta, eliminišete sve nekrobiotske procese.
- Hrana niskog potencijala i lošeg kvaliteta dovodi do bezvoljnosti, sporosti uma, hroničnog umora, gojaznosti, opšteg pada životne energije i zamagljenja svesti.
- Živa hrana ne samo što ne opterećuje, već čisti telo, stabilizuje nervni sistem, pročišćava svest i organizmu vraća sposobnost regeneracije.
- Poslednje niti marioneta su hrana, informacije i uslovi spoljašnje sredine.
- Kada postanete svesni stvarnosti ovih niti i prekinete ih, dobijate slobodu o kojoj niste ni sanjali.



Beleške na marginama

Knjiga doktora Arnolda Ereta „Živa ishrana“.

„Arnold Eret je čovečanstvu ostavio neprocenjivo nasleđe – možda najvažnije koje su ljudi ikada dobili tokom poslednjih hiljadu godina. Teorija Ereta donosi zdravlje, sreću i duhovno buđenje – ono što predstavlja mnogo veću dragocenost od svih bogatstava sveta” (profesor B. V. Čajld)”. U njoj se nalazi i moj predgovor.

PISMA IZ SREDNJE ZEMLJE

Poštovani čitaoci! Pristigao je ogroman broj vaših pisama u kojima delite svoje iskustvo prelaska na novi nivo piramide. Nažalost, nemoguće je sva pisma ovde objaviti jer bi materijal bio preobiman. Izabrao sam najkarakterističnije primere da bih pokazao da svako ima svoje, individualno iskustvo. Važno je da sledite svoje srce i koračate sopstvenim putem, onako kako smatrate da je ispravno. Jedina stvar koju treba jasno da izbegavate je fanatizam u svim oblicima. Ukoliko se budete postepeno kretali, u harmoniji duše i razuma, uspećete u svemu. I rezultat će biti upravo onakav kakav treba da bude za vas, jer je svaki pojedinac jedinstven.

„Moje iskustvo je sledeće: 25 godina tradicionalne ishrane (koja se čak i prema tradicionalnim merilima smatra veoma štetnom), s vidljivim znacima početnog alkoholizma, i dve i po godine postepenog prelaska na živu hranu.

1. Kako sam prelazio na živu hranu

Prelazio sam postepeno. Postupao sam intuitivno i pratio svoje želje. Zahvaljujući tome, gotovo da nisam osećao nikakve neprijatnosti. Moja supruga i ja smo sve radili zajedno, pa se moje iskustvo može pomnožiti sa dva.

Prvo sam ostavio cigarete i alkohol, zatim meso, pa ribu, a zatim jaja i hleb. Nakon toga sam postao vegan, a zatim sam prešao na živu ishranu. Paralelno sam povećavao unos sirovih namirnica i istovremeno prestao da upotrebljavam konzerviranu hranu, šećer i sve što je štetno. Proces je trajao dve i po godine. Uveren sam da ako bih odmah prešao na živu hranu, ili bih odustao ili bih se suočio s velikim problemima, kako fizičkim tako i mentalnim. Što polaganije ideš – dalje ćeš stići!

2. Šta mi je donela živa hrana

Nije me pretvorila u „igračku na navijanje”. To je ono što Matriks radi čoveku, ubeđujući ga da što je veći trud, veći je i uspeh. To je klasičan primer manipulacije, kao priča o magarcu i šargarepi. Postoje ljudi skloni brzopletosti. Oni upadaju u tu zamku. Govorim to iz svog iskustva: i sam sam povremeno upadao u takve vrtloge.

Prelazak na živu hranu donosi energiju drugačijeg kvaliteta: mirnu, stabilnu, umerenu i sigurnu. Ovu energiju bih nazvao zdravom. Zdrava energija je kad čovek

smireno obavlja ono što je potrebno, ali bez iscrpljivanja, prekida ili promene raspoloženja, jasno procenjujući svoje snage i dovršavajući posao do kraja. Ovaj oblik energije sam osetio i pre nego što sam potpuno prešao na živu ishranu. Iznenada sam počeo da se krećem tamo gde sam ranije bio zaglavljen i tapkao u mestu. Zadatke sam završavao u hodu, s lakoćom sam se oslobađao mnogih obaveza koje su me ranije opterećivale. Umesto besmislenih i sumanutih ideja, počele su da mi padaju na pamet „radne” ideje – one koje ne blede, već donose stvarne rezultate. Veoma je teško dostići tu zdravu energiju dok se hranimo na tradicionalan način.

Čovek obično biva u životu „bacan”, između dve vatre. Često ljudi čak i shvataju u čemu je problem, ali nisu sposobni da nešto promene. Sada shvatam da hrana ovde igra ključnu ulogu. Iako stvar nije samo u hrani, već u „potrošnji”. Na primer, čovek koji svakodnevno konzumira vesti na televiziji ili internetu neće moći da živi bez straha, niti će moći trezveno da procenjuje svoje mogućnosti. Sve što unesemo u sebe, moramo da filtriramo: hranu, knjige, filmove, muziku, namirnice – to znam iz sopstvenog iskustva. A hrana svakako zauzima prvo mesto.

3. Šta mi živa hrana nije pružila

Klatna često vole da demonstriraju ljudima takozvani „inspirativni” (inspiration – „nadahnuće, oduševljenje) pristup ka svemu. Na primer, junak nekog holivudskog filma može da bude tužan, ali onda odjednom doživi prosvetljenje i kreće napred, sav poletan... Taj čip inspiracije su nam usadili i mi s njim živimo. Na radost klatana.

Prelazak na prirodnu ishranu, za razliku od „mamaca” Matriksa, ne donosi „wow-efekat”, barem ne pri postepenom prelazu. Umesto toga, javlja se spokojna radost i samopouzdanje, gotovo da nema strahova. Život postaje sve bolji i stabilniji iz dana u dan. Problemi iščezavaju. Kretanje prema cilju prestaje da bude borba. Postižu se rezultati. Ali sve se to dešava mirno, bez euforije. Toliko prirodno, da čak i ne primećujete.

Na taj način, bar u mom slučaju, živa ishrana mi nije donela oduševljenje, euforiju i ekstazu. Nije me pretvorila u turbo-vuka koji može da radi bez umora. Ne prebivam stalno u stanju večnog pozitivizma. Dobio sam nešto više, što ne može da se opiše ili demonstrira. To treba doživeti.

4. Šta preporučujem

Farmaceutske kompanije godinama razvijaju lekove protiv raznih bolesti,

komplekse vitamina koji donekle poboljšavaju zdravstveno stanje, antibiotike i slično. Na to se troše milijarde dolara i ogromna količina resursa. Međutim, Viktorija Butenko je jednom prilikom u blenderu pomešala vodu, slatko voće i zeleni. U rezultatu je nastao najvažniji izum XXI veka (po mom mišljenju) – zeleni smuti (green smoothie). To je pravi eliksir zdravlja i mladosti.

Moj život (uključujući i moju porodicu) dobio je sasvim drugačiji kvalitet. To je sjajno! Dopada mi se takav život!”

„Sve je počelo pre nekoliko godina kada sam prvi put pročitao 'Transurfing stvarnosti'. Do tog trenutka sam već ostvario jako puno namera i znao da 'to' radi. Ali iskreno, nisam mogao da shvatim šta je napisano u knjizi. Pokušavao sam na razne načine, ali mi nikako nije polazilo za rukom.

Prošlo je oko godinu dana. Od jednog čoveka sam čuo da konzumiranje alkohola utiče na nivo svesti. I odlučio sam da isprobam. Potpuno sam prestao da pijem. Alkohol nisam okusio čak ni na proslavama. Posle nekoliko meseci, kao da me je nešto prosvetlilo. Konačno sam počeo da shvatam o čemu se radi u knjigama 'Transurfing stvarnosti'. Počeo sam ne samo da slušam, već i da čujem. Kada sam stigao do 'Apokrifnog Transurfinga', čvrsto sam odlučio da proverim dejstvo žive hrane na sebi.

U knjizi se više puta pominje postepeni prelazak. Međutim, čeznuo sam da osetim snagu žive hrane na sopstvenom telu, pa sam vrlo brzo prešao na ovaj način ishrane. Pored toga, prestao sam da pijem čaj i kafu. Pio sam samo živu vodu.

Rezultate nisam dugo čekao. Pre prelaska na ovaj način ishrane, moja energija je bila na jako niskom nivou. Uveče, nakon jela, odmah bi mi se zatvarale oči i tonuo bih u san. Imao sam 85 kg, pri visini od 174 cm. A onda sam počeo da izuzetno brzo gubim kilograme. U roku od tri meseca izgubio sam otprilike 15 kg i nastavio da mršavim. Osećaj je bio izvanredan, imao sam želju da letim. Energije je bilo napretek. Noću sam uspeo da se naspavam za 4-5 sati. Počeo sam da vežbam i mnogo šetam. A uprkos svemu, imao sam previše energije. Nisam znao šta da radim s njom.

Svi ljudi oko mene su počeli jako da brinu zbog brzog gubitka kilograma. Na poslu nisam mogao da ručam zajedno sa svima. Stalno su virkali u moju činiju i komentarisali. Supruga i tašta više nisu osećale da su potrebne jer nije bilo potrebe da nešto spremaju, a navikle su na to. Budio sam se u pet sati ujutro i nisam znao čime da se bavim. Osećao sam se odmorno, ali nisam imao šta da radim. Pojavio mi se poražavajuće bistar uvid u situacije, kao i genijalne ideje i misli. Na poslu sam s

lakoćom rešavao sve zadatke. Mogao sam da teškoće posmatram sa strane i veoma ih lako rešavam.

U jednom lepom trenutku, kada mi je težina pala na već 65 kg, odlučio sam da se zaustavim. Shvatio sam da u datim okolnostima ne smem da pravim nagle promene. One za sobom povlače i druge promene za koje još nisam bio spreman. To se ticalo posla. Još uvek nisam bio spreman da ga napustim, dopadao mi se. Zato sam se potpuno vratio na prethodni način ishrane. Čak sam počeo i meso da jedem.

Odlučio sam da prelazak sprovedem postepeno, u roku od tri godine. Trenutno mi je 27 godina, i do tridesete planiram da potpuno pređem na ishranu živom hranom. Prošlo je otprilike pola godine od trenutka kada sam to učinio. Ta postepenost se ogleda u preovlađujućem unosu svežeg voća i salata. Kafu i čaj i dalje ne pijem. Povremeno na proslavama sebi dopustim malo alkohola. Trenutno imam dovoljno energije, kao i svesnost za potrebne svakodnevne aktivnosti. Obično se budim pre nego što zazvoni alarm, ali ne tako rano kao tokom ishrane potpuno živom hranom.

Nedavno sam otkrio vrlo zanimljivu činjenicu. Prestao sam da osećam ukus mesa. Postalo mi je potpuno bezukusno. Jela od mesa koja sam nekada voleo, sada mi ne prijaju. Postala su bezukusna. Radije ću izabrati salatu od svežeg povrća nego punjene paprike.

U suštini, svima preporučujem ravnomeran i postepen prelazak. Vremenom ćete dobiti više energije i imaćete vremena da smislite kako da je iskoristite. Blage spoljašnje promene neće toliko šokirati vaše okruženje. Usput, moja težina se trenutno zaustavila na 70 kg, što me potpuno zadovoljava”.

„Pokušala sam da postepeno uvedem živu hranu koristeći sistematičan pristup uz postepene zamene namirnica, kao što Vi preporučujete, ali sam shvatila da želim da to izvedem brže i bez ikakvog sistema. Od drugog januara, kada su sve novogodišnje salate bile pojedene, prestala sam da konzumiram termički obrađenu hranu. Nešto ranije, mesec dana pre toga, ostavila sam alkohol i cigarete.

Sada povremeno padam u iskušenje kada je u pitanju hrana, ali to sebi dopustim ako imam jaku želju, ne prisiljavam se i ne mučim kasnije grižom savesti. To je moj put prelaska. Sve je manje kriza. Bilo je teško prestati s pušenjem – prošla sam kroz prilično težak period „skidanja sa udice”. Najlakše od svega je bilo ostaviti alkohol. Uopšte ne osećam potrebu. Ništa mi ne smeta čak ni kada se nalazim u društvu ljudi koji piju, zabavljam se kao i svi ostali.

Reći da se osećam bolje znači ne reći ništa. Osećam kao da su mi konačno pali teški okovi sa duše i ona je visoko uzletela. Osetila sam lakoću i slobodu, preplavljenost energijom. Ali to je samo početak! Još se nisam navikla i ne prestajem da se čudim. Iako, čemu se čuditi – o tome pišete u skoro svakom newsletteru. Ali jedno je čitati, a sasvim drugo doživeti na svojoj koži”.

„Drago mi je što su pre sedam meseci svi članovi moje porodice prešli na put zdrave ishrane. Sve se desilo neočekivano i preko noći. Početkom leta, zanesena knjigama o Transurfingu, neko vreme sam sumnjičavo bacala pogled na 'Apokrifni'. S jedne strane, potpuno sam verovala autoru i slagala se s njegovim mislima u prvim knjigama, ali s druge strane, s velikom ironijom sam posmatrala ljude koji imaju tako čudne navike u ishrani, a pritom se čak nisam ni zadubljivala u suštinu, već samo mislila: 'Ma, oni su ljudi'.

Dugo sam se dvoumila, ali je radoznalost preovladala, i s mišlju 'evo kako ćemo objasniti ovu sovu', ipak sam naručila knjigu preko internet sajta. Naručila sam je da bih iskritikovala sistem i prestala da se vraćam na tu temu.

Kada sam dobila paket s knjigama, prvo sam se bacila na 'Apokrifni Transurfing', jer me nije ostavljao na miru. Da li sam tada znala koliko će se snažno i doslovno preko noći promeniti moj pogled na svet? Sama suština i teorija žive ishrane su me oborili s nogu... Imala sam osećaj kao da se konačno sklopio mozaik i svaki delić slagalice došao na svoje mesto.

U to vreme sam dugo i uzaludno pokušavala da se rešim viška kilograma. Bila sam zanosna i elegantna ruska lepotica, u stilu Kustodijeva, i težila oko 100 kilograma. Pored toga, u poslednje vreme su misli i želje da produžim mladost i poboljšam zdravlje postajale sve jače. Pojavila se odlučnost da odmah počnem da se hranim pravom, živom hranom.

Ispričala sam sve suprugu i od njega dobila punu podršku, što je i bilo za očekivati, jer ako 'poludimo', obično se to dešava u “duetu”. Sa sinom je bilo teže... Imao je 12 godina i tada je, pri visini od 164 cm, imao 87 kilograma. Neprekidni pokušaji da smrša su ga iscrpljivali i nisu donosili nikakve rezultate. Svaka dijeta i ograničenja su mu izazivali slabost, vrtoglavicu i dodatno smanjivali njegovu već ionako nisko emocionalno stanje, fizički naponi su mu predstavljali muku i sve je radio na silu. Mislim da će me odlično shvatiti oni koji imaju sličan problem. Sin je veoma uživao u ukusnoj i obilnoj hrani (kao i mi). Našu ideju je odbio, ali smo ga nagovorili da proba i izdrži

samo jednu nedelju, kao eksperiment, a da nakon toga – nećemo insistirati na tome.

I, eksperiment je počeo. Na naše iznenađenje, sve se ispostavilo ne tako komplikovano kao što smo pretpostavljali, a početak jula je bilo savršeno vreme. U početku smo i dalje upotrebljavali domaće kravlje mleko i pavlaku, sirovu ribu mariniranu u limunovom soku. Naravno, bilo je veoma neobično – nije bilo uobičajenog osećaja sitosti, i jedino što smo radili bilo je to što smo jeli, jeli i jeli. I tokom prve nedelje smo svi izgubili po 5 kg!!! To je bilo toliko neočekivano i sjajno da je sin rekao: u redu, do kraja meseca, ali ne duže! Složili smo se, rekavši mu da može u svakom trenutku da prekine i da ćemo mu pripremati hranu kao pre. Unapred ću vas obavestiti da taj trenutak nikada nije nastupio!

Prva poboljšanja se nisu dugo čekala. Postalo je lako i radosnije buditi se, energija nam se znatno povećala – vratila se davno zaboravljena želja za kretanjem. Svi smo se oslobodili želudačnih problema, koža je postala primetno svežija, glatka, nestale su crne tačkice i bradavice. Kod mene su se izgubili i prvi znaci nadolazećeg dijabetesa. Miris tela je postao drugačiji, manje izražen. Mnogo se toga promenilo. Tokom prvog meseca nas troje smo izgubili ukupno 31 kg!!!

Sin je sada na sve gledao sa većim entuzijazmom, ali nas je i dalje povremeno podsećao: čim skinem kilograme, vraćam se normalnoj ishrani, imajte to na umu! Slagali smo se, ali smo mu istovremeno nenametljivo objašnjavali suštinu ishrane živom hranom. On je bio skeptičan.

Tako su prošli jul i avgust. Zatim smo otišli na more, a tamo je bio pravi voćni raj. Nov način ishrane se prilično lako i bezbolno ukorenio u našoj porodici, iako je povremeno bilo teško. Mirisi su nam zadavali glavobolje – jaki „ankeri” iz prošlog života. Na jugu je tako, na putu ka plaži, na svakom koraku je bilo kafića, restorana, roštiljnica. Bilo je trenutaka kada su nas ti mirisi potpuno izluđivali, i sasvim svesno smo odlučili da napravimo izuzetak i kupili smo pečeno pile.

Bilo je zanimljivo pratiti svoje misli u tom trenutku – bilo je tu protivrečnih osećanja! S jedne strane se očekivalo zadovoljstvo od nekad omiljene hrane, a s druge – jasno je bilo razumevanje celokupnog procesa koji će se posle toga odvijati u telu. Ukratko, to je bio sasvim svesni eksperiment. Ali očekivano zadovoljstvo je trajalo samo prvih nekoliko minuta, a zatim – razočaranje i nelagodnost. Piletina je legla u želudac kao kamen, i odmah su se vratili zaboravljeni simptomi žgaravice, malaksalosti i žeđi. Veoma kontrastna iskustva u poređenju sa udobnošću na koju smo se u međuvremenu navikli. Zahvalna sam toj piletini – posle nje smo sva mirisna iskušenja posmatrali

sasvim mirno i ravnodušno. Ako upotrebim reči jedne poznate legende, „odigrali smo jedan mali ples da ne bismo kasnije morali da plešemo veliki”.

Krajem septembra, sin je krenuo u školu kao sasvim druga osoba. Sa 87 kg, smršao je na 62 kg. Postao je vitkiji, lepši, preplanuo – potpuno drugačiji. Da li je potrebno reći da su mnogi prvog dana bili zapanjeni promenama koje su mu se dogodile? Neki učenici iz susednih razreda ga jednostavno nisu prepoznali! Samopouzdanje mu se promenilo, i kao rezultat toga, odnos njegovih školskih drugara takođe. Stekao je više prijatelja, devojke su ga krišom posmatrale. Napredak u učenju je bio očigledan, bez naročitih napora je popravio trojke. To je moć magične žive ishrane!

Ono što je zanimljivo je to da moj sin upravo uz pomoć ove ishrane, aktivno raste i u visinu i u širinu (mislim na kosti i mišiće), pojavili su mu se brčići i promenio je glas – sve je kako treba. Da, on se i dalje pridržava žive ishrane, ona mu uopšte ne smeta, školsku kantu jednostavno ne posećuje. On dobro shvata šta je sistem, jedan je od onih koji su se probudili, ali se ne eksponira, ne suprotstavlja drugima, ne nameće svoj izbor zdrave ishrane drugima. Zašto? Ionako ga ne bi razumeli.

Kada je u pitanju mršavljenje, to je bilo veoma važno za mene i sina, dok je suprugu osnovni cilj bio zdravlje, mladost i energičnost. On je veoma smršao tokom prva dva meseca, ali se zatim taj proces zaustavio, i sada polako dobija na težini. Slično se dešava kod mnogih ljudi. Sigurno nećete postati anoreksični – izgubiće se nepotrebno, ali će umesto toga doći zdravo i mladoliko.

Tokom sedam meseci lako sam se rešila 40 kg, nema ni traga opuštenoj koži! Koža, sa 37 godina, postala mi je kao da imam 25 godina – glatka, čvrsta, čista. Osećam neopisivu lakoću i energiju. Srce radi rasterećeno – dok sam ranije imala puls od 110 otkucaja u minuti, sada mi je puls 62-65 otkucaja. Nestao je večni hronični umor, malaksalost i pospanost, postala sam izdržljiva – lako mogu da se popnem do desetog sprata, ne samo jednom – i to lako, bez ikakvih bolova u mišićima ili gubljenja daha! Nismo se ni jednom razboleli od gripa i prehlada, što je bilo neizbežno svake zime. I ono što je interesantno – nestao je kašalj! To je bio večni problem svih nas, u toj meri da je lakše bilo naviknuti se na kašalj nego ga izlečiti. Pribojavali smo se da ćemo se zimi smrzavati bez tople hrane i čaja – ali ništa slično se nije desilo! Klice, voće, povrće, morske alge, orašasti plodovi, med, polen – sasvim su dovoljni. Naše telo je naučilo da reaguje na hranu – „hemijsko” voće-povrće-zeleniš odmah se prepoznaju u ustima.

Cela porodica se bavi jogom, ne zato što moramo, već zato što volimo i želimo, vežbanje nam pruža pravo zadovoljstvo. Intuicija se pojačala. Okruženje se menja –

dolaze zanimljive, sjajne ličnosti, a oni s kojima je bilo teško komunicirati – odlaze. Počinju da se pojavljuju prvi rezultati prakse Transurfinga. Neverovatno je biti svestan, naviknuti se na misao da se moj svet brine o meni i nosi me na rukama. Ipak, teško je konačno početi verovati svom svetu. U ovom smo još uvek na početku puta, ali ono što je ohrabrujuće – mnogo ređe padamo u san, a naš unutrašnji posmatrač postaje sve snažniji.

Treba nešto reći i o „minusima” žive ishrane. Jedna od „ozbiljnih mana” je to što smo potpuno prestali da gledamo televiziju i filmove. Drugim rečima, odlazak u bioskop je postao dosadan (uz retke izuzetke), televizijske emisije su smešne svojom predvidljivošću i „naručenim scenarijima”, reklame donose površnu zabavu. Vesti jednostavno ne mogu fizički da podnesem. I ranije nismo baš gledali televiziju, ali sada smo se potpuno odrekli te navike. Međutim, ta praznina se lako ispunjava šetnjama, čitanjem knjiga, vežbanjem joge i drugim aktivnostima. Stvaranje svog života je mnogo interesantnije od posmatranja tuđih – sa kauča ispred ekrana.

Koje su još mane? Krize, povremena pogoršanja zdravstvenog stanja. Da, bilo je perioda kada je odjednom počela da mi opada kosa, kada je koža na rukama bila suva, kada se pogoršala osteohondroza, pojavljivale su se rane na uglovima usana, zubi postali osetljivi itd. Ali sve sam to doživljavala s radošću i razumevanjem – organizam se prilagođava, renovira, proces se odvija. I sve je prolazilo.

Moj sin je rekao: živeću s vama do 18-e godine, a onda ću videti – ako i tada budete mladi, lepi i zdravi, ostaću s vama. To je uslov. Pa, da! Nećemo da se kladimo, ali što se nas tiče – ne možemo da zamislimo drugačiji način života. Ali uopšte uzev, sve je to jako interesantno: negde u prostranstvu varijanti postojimo mi – drugačiji, koji nismo krenuli tim putem. Čak i pomisao na to zastrašuje”.

„Danas smo muž i ja kupili zelenu heljdu. Čuli smo se s jednim mladićem, koji se zove Aleksej, dogovorili smo „lozinke i šifre” i sastali smo se. Muž se prethodno s njim dopisivao. Kada smo se vratili u automobil, muž je rekao: „Znaš, sve je kao obično, ali primetio sam nešto što je karakteristično za ljude koji se hrane sirovom hranom: oni zrače, imaju sjaj u očima!” Bilo je divno susresti nekoga sličnog duhom. Nismo sami u našem univerzumu!

Mi smo na živovj hrani svega šest meseci, ali kako se sve oko nas promenilo! Ovaj način ishrane postao je neka vrsta unutrašnjeg plamička radosti u duši, praznik koji nas uvek prati. Nikada nismo ni pomislili da možemo ovako da uživamo u životu!

Nabrajanje svih prednosti bi dugo potrajalo, pa ću se ograničiti na nekoliko: nepoznat osećaj lakoće u telu, energičnost, uzvišeno raspoloženje, napokon uspevam da na vreme uočim zamke i izbegnem ih, čak je i Transurfing postao jasniji, a neke stvari počinju da funkcionišu, iako ne bez teškoća, ali je proces u toku! Uopšte nas ne privlači povratak na farmu”.

„Sve je istina. Godinu dana sam na živoj ishrani. Na početku se čovek trudi da ukučanima objasni šta je zdravo, a šta nije, a dobija samo nervozu i kritike. Onda sve to ostavi po strani, pogotovo kada vrata sama počnu da se otvaraju i pojavi se sasvim drugačiji pogled na svet, svesnost (oni koji znaju će shvatiti o čemu govorim). Dolazi neverovatno divan osećaj slobode od koje zastaje dah. Fantastično je kako sve to funkcioniše. Ljudi, ne možete da poverujete, možete samo da prođete kroz to. Onaj ko se usudi, taj će i uspeti. Ja sam uspeo”.

„Postepeno prelazim na živu hranu (već šest meseci) – doručak i večera se sastoje iz sirove hrane, dok još uvek tokom dana unosim malo kuvane hrane (ali uz salatu). Zahvaljujem svom dragom i voljenom suprugu – on ne samo što mi ne stvara prepreke, već prihvata ove moje novine (ponekad se na dobar način našali). Pripremam mu njegove uobičajene obroke i svi su zadovoljni, bez ikakvih sukoba.”

„U živoj ishrani nema ničeg ekstremnog ili preteranog, ako čovek tome pristupi prirodno i spontano. Nisam pridavala naročitu pažnju, nisam sebi postavljala nikakva ograničenja. I kada bih poželela da se 'otrujem' nečim iz dotadašnjeg „života”, poput pomfrita (receptori ukusa su tražili pređašnja uživanja), samo bih pojela nekoliko zalogaja, shvatajući da mi to zapravo uopšte nije potrebno. Ni moje okruženje ni porodica nisu previše brinuli oko toga. Jednostavno, kada bi se cela velika porodica okupila povodom nekog praznika, pored mene se postavljala velika tacna sa salatama, orašastim plodovima i ostalim. Nijednom nisam morala da objašnjavam ili nekog nagovaram. Osećam se izuzetno poletno i uvek pozitivno, bez ikakvog napora.”

„Što se tiče žive hrane, ona donosi zadovoljstvo, bez ikakvih komplikacija. Istina, pola godine trpiš čišćenje, ali nakon toga samo uživaš.”

„Prelazeći na živu ishranu, nisam razmišljala o tome koliko će se promeniti bukvalno

sve sfere mog života. Ne mogu da podnesem život u stanu. Kuća, a pogotovo ako je udaljena od grada – pruža mnogo veće zadovoljstvo. Nosim odeću isključivo od prirodnih materijala. Ne zato što ne mogu da nosim sintetiku. Mogu. Ali zašto? Telo je postalo osetljivije i oseća jaku averziju prema sintetičkim materijalima. Razne kreme i kozmetika su mi na početku postale neprijatne, a zatim i potpuno nepotrebne. Od detinjstva nisam imala tako sjajnu kožu. Ići na posao i graditi karijeru je užasno dosadno. Pronašla sam posao koji volim, imam dovoljno snage i energije. Psihoemocionalno stanje je uvek radosno i mirno. Iako je to vrlo specifičan mir! Neizmerno uživam u životu! To je sloboda! Od svih ograničenja, stereotipa, uvreda, osuda, dosade, zavisnosti od hrane, od spavanja-odmora, hladnoće, stalne potrebe za nečim...

Ništa od toga ne postoji! Nijedan narkotik ne može da se poredi sa ovim osećajem zadovoljstva, sa osećajem Života prisutnim u svemu i svuda!

Naravno, nije sve išlo glatko. Bilo je i neuspeha, i osećaja krivice, i paranoje sa šizofrenijom, kao i trenutaka kada su me ljudi čudno posmatrali zbog novog načina ishrane, kada su svi bežali od mene jer sam želela da ih usrećim čak i protiv njihove volje. I danas je sve to još donekle prisutno, istina, nije više tako snažno, a ja imam značajno iskustvo koje mi pruža samopouzdanje i mir. Ali zamislite da o svemu tome nisam saznala i nisam krenula da isprobam, da nisam krenula tim putem... Brrr! Ni za šta na svetu! Nema povratka nazad!”

„Trenutno smo na početku puta – dva meseca nakon čitanja knjige „Apokrifni Transurfing”. Informaciju o živoj hrani smo prihvatili kao deo slagalice koja nedostaje u opštoj slici života. Cela porodica (muž, dvanaestogodišnji sin i ja) smo prešli na nov način ishrane. Nije bilo preterano teško – već sedam godina uopšte ne koristimo so, nakon što smo pročitali knjige Bregta. Takođe smo odavno izbacili iz upotrebe osnovne namirnice Matriksa – hleb, suhomesnate proizvode, šećer, konzerve itd. Trudili smo se da se hranimo ispravno, da imamo svoje povrće-voće-zeleniš iz vrta, meso smo kupovali na selu. Ali mi smo kovali!!! Nikada nismo dublje razumeli suštinu žive hrane, a ljude koji jedu sirovu hranu smo, blago rečeno, smatrali čudacima. Ali onda su nam se otvorile oči...

Postoje brojne prednosti. Prvo, tokom dva meseca smo smršali oko 10 kg i to lako, bez napora i ograničenja u hrani – jedemo koliko želimo, sve što je živo i korisno. Nestao je zadah iz usta, miris tela je postao daleko prijatniji, kamenac sa zuba je nestao

nakon mesec dana, u leđima i zglobovima se više nisu osećali problemi, pojavila se snaga (i želja!!!) za laganim jutarnjim trčanjem i gimnastikom, nestale su bradavice, koža je postala glatka i elastična. Nema više žgaravice, stalnog umora, glavobolja. Mnogo toga još mogu da nabrojim.

Takođe se menja i svest. Mnoge stvari posmatrate drugačije, shvatate sve drugačije nego ranije. Knjige o Transurfingu čitam ponovo kao da je prvi put. Kao da mi je neko naštimovao unutrašnji vid. Pozitivnih stvari ima više, dobre stvari se dešavaju sve češće i sve je jasnije da naš svet brine o nama i voli nas.

Ne namećemo niti eksponiramo naš način ishrane. Prvobitno oduševljenje, kada smo želeli da skačemo, vrištimo od radosti i preobraćamo sve, brzo je prošlo. Sada je živa hrana jednostavno postala prijatan i neodvojiv deo našeg života. U našem okruženju primećujemo sve više srodnih duša. Promene naše spoljašnjosti i pozitivnost, efektniji su od svake reklame”.

„Naš prvi korak u „Transurfing stvarnosti” bio je delimičan prelazak na živu ishranu. Moj muž je dugogodišnji poštovalac Malahova. Pre dve decenije, kada je imao četrdeset godina, zdravlje mu se toliko pogoršalo da je morao da izabere između bolnice i samoizlečenja. Izabrali smo ovo drugo, po G.P. Malahovu, i pomoglo je. Kasnije su počela razmišljanja na temu: „Da li živimo pravilno?” Još kasnije: „Da li se hranimo pravilno?” Shvatili smo da je neophodan prelazak na živu hranu. Nije bilo kriza, slabosti niti lošeg raspoloženja. Kuvana hrana nas nije privlačila. Ali kaša od živih ovsenih pahuljica je fantastično ukusna! Odmah nam se svidela i naš organizam je ju brzo prihvatio sa zahvalnošću. Sada nam je svakodnevna hrana. Nije nam dosadila, već želimo da je jedemo i nekoliko puta dnevno! Uživamo u živim kašama: ispostavilo se da su izuzetno ukusne! Pravimo i Vaš sos od paradajza, i morske alge po sistemskim receptima. Osećamo kao da smo se rodili iznova i ponovo otkrivamo svet. U telu je lakoća, a u duši mir. Život je postao uzbudljiv, svakodnevno se dešavaju čuda koja smo ranije propuštali zbog svoje neobaveštenosti”.

„Ako se pristupa bez fanatizma, onda telo postaje mudrije, i ono, bez čega ranije nisam mogao ni da zamislim život, postepeno prestaje da mi se dopada. Pripremam, kao i obično, za celu porodicu običnu hranu, a sebi zasebno. Za Božić mi je muž ponudio da probam pirošku s mesom, ali u njoj nisam osetila ništa ukusno”.

„Vremenom otkrivamo toliko raznovrsne žive hrane, s kojom nijedan 'gurmanski' recept ne može da se uporedi.”

„Muž i ja smo tri meseca na živoj hrani. Ispostavilo se da je veoma ukusna. Ranije sam hranu pripremala samo kad moram, a sada sa entuzijazmom. Muž želi da se oslobodi viška kilograma i prestane da pije tablete protiv dijabetesa. Imao je 120 kg, smršao je 14. Radi u građevinskoj industriji, ceo dan provodi na nogama. Njegove kolege se čude: 'Jedeš travu, a tako dobro izgledaš?' Ja sam sada vitka i mlada, vozim bicikl 20 km, osećaj radosti me ne napušta.”

„Već osećam kako je predivno hakovati sistem, kako je predivno biti slobodan, ne osvrćući se ni na koga, već gledati duboko u svoje srce.”

„Već dugo ne konzumiram brzu hranu. Ali ponekad jako poželim taj užasni hamburger ili vino. Ne ograničavajte se strogim okvirima. Vi ste gospodar svoje stvarnosti. Obično u takvim trenucima, kad jako poželim, dozvoljavam sebi da pojedem nešto ili popijem, što već dugo nisam. Pri tome sebi kažem: 'Jedi, jedi, dobra moja. Trbuščić želi da se počastiš – uživaj u svakom zalogaju tog „delikatesa”'. Sledećeg dana ili posle nekoliko sati, po pravilu shvatim da mi to nije bilo potrebno, da je neukusno, besmisleno itd. I opet jedem kao ranije. Treba ponovo dati do znanja telu da je to odvratno. Naprotiv, nakon što dugo nisi jeo hleb, nisi pio alkohol, pušio cigarete itd., sve to bi trebalo da ti izaziva gađenje. Suština je u tome da danas Svesno jedem hleb, a sutra Svesno ne želim da ga jedem.”

„Već dve godine se hranim živom hranom, moja brzina u sportu se znatno poboljšala, mnogi ne mogu da me stignu. Učenje je postalo prava bajka.”

„Prešla sam na živu hranu tokom dojenja (sin je imao šest meseci). Kao rezultat toga, prolepšala sam se, smršala i izgledam mlađe 10 godina. Sin je zdrav i vrlo razvijen! Još uvek ga dojam, iako ima dve godine, a mleka je mnooogo! Raspoloženje i energija su na najvišem nivou!”

„Nisam uspela da iz prvog pokušaja pređem na živu hranu. Zbog naglog prelaska, posustala sam u drugom mesecu i napravila pauzu u trajanju od pola godine, hraneći

se termički obrađenom hranom. Sada je u toku drugi pokušaj. Jedem sve što poželim, ali se postepeno ograničavam. Transurfing je čudesna stvar, sve je tako sjajno, sve uspeva, a ako nešto ne uspeva, prođe nekako neprimetno. Ne samo što mi se raduje duša, nego sam radošću cela ispunjena, čak je i telo počelo drugačije da se oseća, pojavio se stabilan osećaj ogromne, dobre sile koja se brine o meni i voli me.”

„Već godinu dana ne jedem meso. Ponekad sebi dopustim prženu ili kuvanu ribu. Iako još nisam potpuno prešao na živu hranu, trudim se da u velikim količinama jedem voće, povrće i zeleni. Ujutru doručujem samo sveže voće, do ručka jedem razne orašaste plodove i sušeno voće. Za ručak jedem puno zeleniša i povrća, malo kuvane hrane sa beskvasnim hlebom, sir. Isto i za večeru. Već sa ovakvim načinom ishrane, organizam se prilagodio zdravom putu, a ja se osećam mnogo bolje. Nameravam da se u budućnosti potpuno odreknem kuvane hrane i pređem na živu. Verujem da sam na potpuno ispravnom putu. Hvala mom svetu koji mi je omogućio da otkrijem Transurfing.”

„Pre godinu dana sam se smejavao ljudima koji jedu sirovu hranu, a danas mi se plače kada se setim čime sam se ranije hranio.”

„Nakon nekog vremena od prelaska na živu hranu, počela je detoksikacija. Okolina je počela da me kritikuje, govoreći mi kako ću uništiti sebe, tako mlad. Međutim, danas je drugačije. Neki čak pitaju: „Zašto tako sijaš?” Ha-ha, šta mogu da kažem, ne želim da rušim njihove stereotipe, jer je za uspavane to isto što i smrt.”

„Imam 54 godine. Pre dve i po godine sam započela prelazak na živu hranu, a sada sve ređe imam krize. Osećam sve ono o čemu pišete. Međutim, u toku kriza, ti osećaji se odmah izgube i upravo mi to pomogne da se vratim normalnoj, živoj ishrani – želja da se osećam mladom, lakom, pokretljivom, letećom. Rečima je to nemoguće opisati, to se mora osetiti. Hvala vam!”

„Uskoro će biti dve godine kako je cela naša porodica prešla na živu hranu. Izabrali smo postepen, blag prelazak. Nismo se suočili sa naročitim teškoćama. Jedino što su se javljali povremeni trenuci nelagodnosti tokom čišćenja organizma. Činilo se da je organizam oživeo, probudio se i ispunio zahvalnošću zbog takve hrane. Jednostavno

je zahtevao, više nije želeo staro! Sada je 80% naše ishrane sačinjeno od žive hrane. Naučili smo da pravimo brojna jela i ispostavilo se da su izuzetno ukusna! Naša ćerka je uspela da bez napora izgubi 40 kilograma za godinu i nešto dana. I suprug i ja smo smršali, postali zdraviji i izgledamo mlađe. Takođe smo se oslobodili mnogih bolesti koje lekari nisu mogli da izleče. One su postepeno same nestale! Postali smo energičniji. Pomogli ste nam da pređemo u drugu stvarnost!”

“Već više od tri godine radim na promeni ishrane i načina života. Događaju mi se neverovatne promene. Kada sam prošla medicinske preglede u okviru programa 'Zdrava Rusija', na osnovu rezultata terapeut je odredio moju biološku starost – oko 20 godina (a uskoro ću napuniti 47). Osećam se energično, puna sam života, s lakoćom ži-vim. Odjednom, sasvim neočekivano, počela sam da pišem prozu i poeziju. I čini mi se da mogu još više iako mi je posao prilično zahtevan. To što sam smršala 10 kg i što su se dogodile veoma pozitivne promene na mom telu, već je sporedni efekat. Pridržavam se vaših teza da sve treba da teče bez napora, postepeno, uživajući u tome.”

„Za doručak jedem pšenične klice s bananom, za ručak – salatu od sirovog povrća, za večeru – mariniranu ribu u soja sosu i s limunom. Tako približno izgleda moj jelovnik. Osećaj gladi je sve blaži i blaži, a sjaj u očima postaje sve izražajniiji. Sa supermarketa i restorana, pažnja mi je preusmerena na tezge s voćem i specijalizovane prodavnice. Kako sam bio slep! Toliko je toga ukusnog oko mene! Dešava se da ceo dan provedem u kuhinji – isprobavam nove recepte. Osećaj je neverovatan!”

„Oduševljena sam onim što osećam. Tridesetak minuta posle doručka, kada se približavam poslu, počinjem da se osmehujem, a iznutra prosto izbija svetlost (s mojim ozbiljnim izrazom lica). Pojavljuje se osećaj slobode. Jednostavno ne shvatam šta je to čega sam se oslobodila? Obavila sam gomilu posla, a nema umora. Na spavanje idem samo zato što ne želim da izgledam smešno, jer nije uobičajeno biti budan tokom cele noći. Menja mi se i izgled. Imam osećaj kao da s lica počinje da mi izbija neka svetlost. Lakše podnosim stresove. Prošle godine sam imala neke zdravstvene probleme, ali sam odjednom shvatila da mi tokom svih tih meseci nijednom nisu bili potrebni ni kantarion, niti valerijana, niti korvalol. Na telu se ne oseća nikakav miris, nedavno sam prestala da koristim dezodoranse. Noge takođe nemaju nikakav neprijatan miris. Kada mi u goste dođu ljudi koji jedu meso, to je pravi izazov. Ako slučajno pojedem nešto

od pređašnje hrane, odmah se osećam na neprijatan miris nekoliko dana. Već dve zime nisam prehladena, iako sam ranije, bar dva puta ležala bolesna u krevetu po nedelju dana. Prehlada je bila neminovna. Kada sam izbacila testenine, pirinač, žitarice, krompir i hleb – sve je prošlo: zaboravili su me i grip i prehlada.”

„Biću kratak – tokom ovog dugog putovanja ka živoj hrani, otkrio sam pravo zadovoljstvo u jednostavnim stvarima kao što su šetnje i posmatranje neba. Neizreciv osećaj je da možete da iskusite ogromno zadovoljstvo u gledanju drveta. Ne može se preneti rečima, to morate da osetite. Kada ste poslednji put doživeli pravo zadovoljstvo koje vam oduzima dah, kad vas preplavljuje talas endorfina? Možda ste to osetili prilikom prvog intimnog trenutka sa svojim partnerom? A šta ako možete isto to zadovoljstvo da doživite prostim posmatranjem šume, jezera, čak i grada u jutarnjim časovima? Shvatio sam u kojoj meri nisam bio zdrav, iako sam se bavio sportom i bio u dobroj kondiciji. Ukratko, to je vredno svega toga.”

„Sjajno! Upravo ovakvi predivni i dostupni trenuci nedostaju gotovo svima nama u današnje vreme. Mnogi ljudi polako shvataju da nas proždire vrtlog svakodnevnice – samo žurba, komunikacije, Fejsbuk, e-mail – sve to oduzima toliko vremena, a ŽIVOT NAM ISTIČE... A drveće, potočići, ptice, leptiri – oni su tu, kao i pre, ali je Moderan Čovek pažnju preusmerio na sasvim drugu stranu.”

„Prirodna ishrana je uzlet duše, prelazak na novi nivo svesti! Transurfing se događa sam od sebe, i to je prava euforija!”

„Prelaskom na živu hranu, naš organizam oživljava, ruše se granice stereotipa i otvara višeslojnost postojanja!”

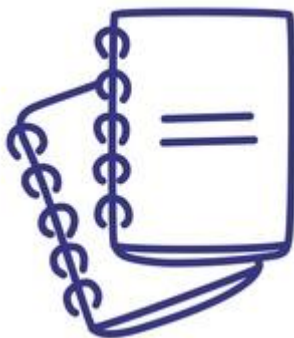
„Dešavaju se mala čuda, a za velika pojačavam svoju nameru i svesnost. Dve godine postepeno prelazim na živu hranu. Rezultati su očigledni – koža mi se očistila od bubuljica i akni, zubi su mi belji, telo je idealno, oduševljen sam. Veliko vam hvala”.

„Moja tetka već godinu i po dana svoje dete hrani – čime? Konzerviranim mesom, koncentrisanim sokovima, kupovnim sirevima i jogurtima. Takođe, smatra da su detetu potrebni veštački vitamini, a ne prihvata nikakva upozorenja. Zar to nije stanje

sna? Koliko sam puta video da dete prosto vrišti kada ga hrane sintetičkom hranom, ali kada mu se da komadić crnog luka – zadovoljno će ga lizati. Devojčica ima godinu i po, ne ume sama da žvaće, izgovara samo jednu reč „mama”. Da li je to normalno? Čime se hrane svi moji rođaci? Skuvaju pun lonac nečega a onda to isto jelo jedu tri dana – istu testeninu s majonezom i kečapom, prženi krompir, kafu, beli hleb, meso. Možda je to put ka zdravlju?”

„Tehnogena hrana nas zaista lišava našeg JA. S Vašim knjigama sam se odavno upoznao, kada je to i trebalo da se desi. Neke stvari sam ignorisao, neke nisam shvatio, pojavljivala se euforija koja je zatim prošla. Sada, nakon čišćenja organizma, počeo sam da razmišljam šire i bistrije. Čak me i ljudi posmatraju s nevericom – lako rešavam vrlo teške zadatke.”

„Sada sigurno ZNAM ono o čemu sam ranije samo naslućivala ili jednostavno verovala. Na primer, uvek sam verovala da moje telo neće ostariti i da će zadržati prvobitni oblik koliko god ja to budem želela. Bez dijeta kojima sam mučila sebe, besmislenih vežbi u teretani, bez plastičnih operacija. ZNALA sam da postoji drugi, prirodan i lak put da budem onakva kakva želim. Veoma sam zadivljena, a sada mi život potvrđuje da mislimo može da se promeni materija. Svakog dana se podmlađujem, na svoje i iznenađenje ljudi oko sebe”.



Beleške na marginama

Nemojte žuriti sa odbacivanjem morske ribe i morskih plodova. Smatram da ih možda uopšte ne treba potpuno izbaciti iz upotrebe. Ishrana treba da bude kvalitetna, jer inače možete da zaradite zdravstvene probleme umesto koristi. Detaljnije informacije možete da pronađete u knjigama „Čista ishrana” i „Kuhinja predaka”.

PRAVA EZOTERIJA

Završavam ciklus poglavlja posvećenih temi žive hrane. Već je dovoljno rečeno o smislu, ciljevima i prednostima prelaska na novi nivo piramide ishrane. Preostalo je da se odgovori na poslednja pitanja.

1. Zašto to ne uspeva svima?
2. Šta treba činiti da bismo uspeh?

Još jednom želim da naglasim: ne propagiram zdravu ishranu, ne interesuje me zdrav način života, ne bavim se sirovom ishranom. Bavim se Transurfingom – upravljanjem stvarnošću. Upravljanje stvarnošću je holistička tehnika koja se sastoji iz tri nerazdvojna elementa: od toga kako razmišljamo, kako se hranimo i kako se krećemo. Ako zanemarimo bilo koji od ovih elemenata, tehnika će biti nepotpuna, jednostrana, osiromašena. Isto kao što čovek nije samo telo, niti je samo duša, niti razum, već svi ovi delovi koji su stopljeni u jednu celinu.

Isto tako, „salonski Transurfing” ili „Transurfing u toru” nije Transurfing. Zdrav način života nije Transurfing; pa ni konzumiranje sirove hrane nije Transurfing.

Nažalost, ponekad se može desiti da sretnete „fanatika sirove ishrane”, pogledate ga i pomislite: nešto ovde nije u redu, to mi ne tre-ba. I zaista, dovoljna je samo jedna crna ovca da pokvari celo stado. Kako onda nastaju problemi tamo gde bi trebalo da budu obećane prednosti?

Postoji jedan paradoks o kojem, iz nekog razloga, niko nigde ne govori, a verovatno ga niko i ne zna. Suština tog paradoksa je u sledećem: *što se kvalitetnije opslužuje telo, ono postaje sve zahtevnije.*

Ma kako čudno bilo, telo se ponaša kao dete koje što više razmazimo, ono postaje sve hirovitije. Ili kao snob koji se brzo navikava na luksuz i veoma mu je teško ugoditi. Kako se to ispoljava?

Na primer, kada počnete da se aktivno bavite sportom, primetićete da brzo ispadate iz kondicije ako čak i samo na kratko prekinete s treningom ili to činite nedovoljno revnosno. Mogu se pojaviti bolovi u mišićima, zglobovima, leđima, slabost, nelagodnost, pa čak i bolesti. A ranije, kada se uopšte niste bavili sobom, to se nije dešavalo, mirno ste obavljali svoje zadatke i niste se žalili.

Kada pređete na hranu prvog reda, reklo bi se najkvalitetniju i najkompletniju,

može da se pojavi deficit nekih vitamina i minerala, čak do te mere da kosa i zubi počnu da vam ispadaju. A ranije, kada ste se uglavnom hranili konzervama, suhomesnatim proizvodima i testeninama, povremeno uzimajući samo jedan listić salate, osećali ste se prilično dobro, normalno.

Kako je to moguće i u čemu je onda smisao brinuti se i ugađati svom telu?

Zamislite, radi poređenja, život nekog beskućnika i čoveka koji je navikao da sebi ugađa, ne odričući se ničega. Prvi nema čak ni četkicu za zube, prinuđen je da živi kako mora – s minimalnim željama i zahtevima. A zamislite koliko je svega i svačega potrebno drugom! I što je viši standard života, toliko je potrebnije sve više različitih stvari i atributa.

Tako je i s telom – kada ga hranite nižerazrednom hranom, ono se spušta na marginu. Postaje kao omamljeno i bez osećaja, opterećeno nepodnošljivim teretom, naterano da tegli mukotrpan jaram. Više mu nije ni do čega, sem da spusti svoje breme. Slično kao što je magarac osuđen da celog života hoda u krug, okrećući vodeničarski točak, ne pružajući otpor niti se buneći – *prilagodio* se svojoj sudbini i *potonuo u dubok san* – nema drugog izbora. I telu takođe ne preostaje ništa drugo sem da se pomiri i prilagodi. Od takvog života se ono jako brzo troši, ali dokle god život tinja, ono poslušno tegli svoj jaram. Hvala Bogu, sposobnost za preživljavanje u ekstremnim uslovima nam je ugradila Priroda. Ali naravno, to ne traje beskonačno.

A sada zamislite šta se dešava kada se telo oslobodi od tereta, kada se sa njega skine jaram i pusti se na slobodu. Tada počinje predivan život! Pokreću se procesi pročišćenja, obnavljanja, regeneracije. Organizam se priseća svoje prirodne suštine i počinje da radi na obnavljanju i oživljavanju svega onoga što je izgubljeno. Ali, kao što shvatate, za predivan život potrebno je mnogo više različitih atributa.

Uz to se nižu problemi koji se pojavljuju u prelaznom periodu. Tokom procesa „renoviranja” nastaju brda smeća koja se moraju negde odvesti, ali kapacitet sistema za izlučivanje nije dovoljan. Kao posledica toga, nastupa pogoršanje hroničnih bolesti, poremećaj nervnog sistema, opšte pogoršanje zdravstvenog stanja, lomovi. A „vlasniku” se stalno dešavaju krize – on uporno pokušava da teret prebaci na svoju „mazgu” i da se vrati u prethodni život. Organizam se nalazi u veoma složenim uslovima, zbunjen je, jako mu je teško da se prilagodi. U takvoj situaciji, umesto očekivanih promena na bolje, može doći do pogoršanja. Organizam kao da lebdi između dva stepenika piramide. Više ne može da živi na stari način, ali ne zna kako da živi na novi. Koliko će to potrajati – nije poznato. Kod svakoga je drugačije,

individualno.

Dakle, ako želite da uspostavite sjajan život u svom telu, morate tome da pristupite znalački, a ne olako. Da li je šala preći na drugi stepenik piramide? Ne, uopšte nije šala. Kako to postići, detaljno je opisano u knjizi „Apokrifni Transurfing”. Da bih dopunio i razvio ovu temu, ukratko ću nabrojati glavne principe prelaska.

Osnovni princip – postepenost

Nagli prelazak na isključivo živu biljnu hranu može da bude praćen veoma neprijatnim efektima. Nastupa kriza: dolazi do poremećaja u varenju, pogoršavaju se stare ili odnekud pojavljuju nove bolesti, naglo se gubi težina, moguće su glavobolje, zubobolje, alergijske reakcije, razdražljivost, nervoza, opšte loše stanje i čak depresivna raspoloženja. Naravno, vremenom se sve normalizuje. Ipak, upravo taj krizni period, kada se umesto očekivanog poboljšanja dešava suprotno – pogoršanje svega, osnovni je razlog zašto ljudi ne izdrže i vraćaju se na mrtvu hranu. Nagli prelazak nije dobar ni u kom pogledu. On predstavlja snažan stres i za razum i za telo. Povećanje učešća žive biljne hrane treba da se odvija postepeno, bez naprezanja, sa uživanjem.

Ne ograničavanje, već zamenjivanje

Ako je moguće, štetnu hranu treba zamenjivati manje štetnom. Na primer, šećer – medom, kolače i torte – sa 72% čokoladom ili su-vim voćem, dimljeno meso – kuvanim, prženje u tiganju – kuvanjem na pari, masnu hranu – posnom, maslinovo i suncokretovo ulje – lanenim ili uljem od kedra, kaše – klicama mahunarki i žitarica, divljim pirinčem. Proizvode od belog brašna, kvasni hleb, sve vrste konzervirane hrane i ostalu veštačku hranu iz supermarketa treba potpuno izbaciti i zameniti bilo čime, samo da je prirodno. Važno je napomenuti da ovo nije ograničavanje, već zamena jednih namirnica drugim, koje su vrednije i manje toksične.

Ne zagađivanje, već pročišćavanje

Namirnice treba birati tako da više pročišćavaju nego što zagađuju organizam. Na primer, proizvodi od belog brašna zapušavaju creva i jetru masom sličnom mazutu, dok proizvodi od integralnog brašna s mekinjama – pročišćavaju. Kuvane kaše usporavaju procese u organizmu, dok proklijale mahunarke (pasulj, sočivo, leblebija), čak i kuvane tri do pet minuta, pročišćavaju organizam na svim nivoima, od ćelija do filtracionih sistema. Divlji pirinač, čak i kuvan, predstavlja veoma dobar izbor hrane tokom prelaznog perioda.

Postoje i namirnice koje pročišćavaju bolje od bilo kakvog gladovanja. Navešću tri recepta s kojima verovatno niste upoznati. Verujte mi, vrede da im se posveti posebna pažnja.

Prvo treba pripremiti *mlečni čkalj* (sikavica, gujina trava – *Silybum marianum*). Uzeti kilogram i po semena mlečnog čkalja, dobro ga isprati, staviti u emajliranu posudu i prelići vodom. Najbolje je to učiniti rano ujutro. Uveče procedite vodu, izbacite semenke koje su isplivale, prebacite sve u cediljku i prekrijte vlažnom gazom, u četiri sloja. Ujutro i uveče sledećeg dana, dobro isperite semenke pod mlazom vode, ne uklanjajući gazu. Ako koristite hlorisanu vodu, koristite odstajalu, da bi se uništile patogene bakterije. Sledećeg jutra semenke bi već trebalo da proklijaju. Ponovo ih dobro isperite, rasporedite na tanjire i sušite u dehidratoru na temperaturi od 41 °C (ili u rerni pri najnižoj temperaturi, sa otvorenim vratima).

Na taj način, dobićete proizvod koji gotovo ni sa čim ne može da se uporedi po svojim pročišćujućim, lekovitim i hranljivim svojstvima. Mlečni čkalj poseduje jedinstvenu moć regeneracije ćelija jetre i eliminiše toksine iz organizma. Takođe je izuzetno snažan antioksidans. Flavonoidi iz mlečnog čkalja pokazuju antioksidativnu aktivnost čak deset puta veću od tokoferola (vitamin E), poznatog kao „vitamin mladosti”. Ova biljka sadrži naročitu biološki aktivnu supstancu, *silimarin*, koja je po svojim lekovitim svojstvima višefunkcionalna, tako da mlečni čkalj ne može da bude svrstan ni u jednu konkretnu grupu lekova. Biljku takođe nazivaju „Poklon Deve Marije” i predstavlja nacionalni simbol Škotske. Očigledno, ne bez razloga. Ali proklijali mlečni čkalj je nešto zaista izvanredno!

A sada slede recepti.

1. Heljdu koja nije bila podvrgnuta termičkoj obradi treba procediti kako biste uklonili krupnije delove, oprati i potopiti u vodu da stoji jedan i po do dva sata. Možete koristiti dva dela čiste zelene heljde i jedan deo neoljuštene – tako će čišćenje organizma biti još efikasnije. Zatim, sve stavite u cediljku ili sito i prekrijte vlažnom gazom. Heljda će proklijati za 12 do 14 sati.

Nakon što proklijalo seme dobro operete, stavite ga u blender, dolijte vode u nivou malog prsta i sameljite da biste dobili finu masu. Zatim uzmite tri kašike semena mlečnog čkalja, dobro ga sameljite u mlinu za kafu i dodajte u tanjir porciji heljde. Dodajte jednu kašičicu ulja od kedra, oraha ili mlečnog čkalja i dobro promešajte. Vaša živa kaša je spremna.

Sve se ovo radi veoma brzo i zahteva minimalno vreme i napor. Ali efekat ovog jela je zaista veličanstven. Hranljiva vrednost i lekovita svojstva su na najvišem nivou, a ukus je takođe vrlo prijatan. Ovakva kaša se može svakodnevno jesti. Čuvajte je u frižideru najduže tri dana (mlečni čkalj treba samleti neposredno pre upotrebe). Ali najveća vrednost ovog jela, naročito u prelaznom periodu je njegova izuzetna sposobnost čišćenja organizma. Ako ga konzumirate pre spavanja, može se desiti da se noću probudite mokri od znoja – što je jako dobro, jer to znači da se organizam čisti i isceljuje!

2. Pola čaše mlevenog lanenog semena dobro sameljite u mlinu za kafu. Takođe sameljite tri supene kašike mlečnog čkalja. Dodajte čašu vode, jednu kašičicu bundevinog ulja, a po želji i ukusu, možete dodati i malo cimeta i meda. Sve dobro promešajte. Ovaj recept je veoma jednostavan, ali izuzetno hranljiv i koristan. Paraziti ne podnose ovu kašu, a vama će se sigurno dopasti.

3. Tri kašike mlečnog čkalja dodajte u živu ovsenu kašu pripremljenu u skladu sa sistemskim receptima.

Sva ova jela će se sigurno svideti i vašoj deci (jedino, neoljuštenu heljdu ne treba dodavati u kašicu za najmlađe.) Ovakva ishrana će značajno doprineti njihovom razvoju i oni će nadmašiti decu koja se hrane veštačkim proizvodima. Mlečni čkalj, heljdu i lan možete da nabavite u prodavnicama zdrave hrane ili da ih naručite preko interneta. Takođe je važno da posedujete kvalitetan blender. Što jači, to bolje. Snaga bi trebalo da bude najmanje 1,5 kW. (kvalitetni i snažni blenderi su obično skupi. Iz

mog iskustva, blenderi marke Krups (krups.ru) imaju dobar odnos cene i kvaliteta - *prim.aut.*) Takođe je poželjno da imate kvalitetan mlin za kafu. Dehidrator je veoma korisna stvar, ali za početak možete da koristite i rernu.

Prirodni proizvodi

Važno je da se odmah i trajno distanciramo od svih hemikalija, sintetike i genetski modifikovane hrane. Iako kuvana hrana može i dalje da bude prisutna u ishrani, najbolje je što pre pozdraviti se s veštačkom hranom.

Koje se namirnice smatraju prirodnim? To su one koje ne sadrže veštačke dodatke. Konzervansi, pojačivači ukusa, mirisi, emulgatori, boje, zgušnjivači, aromatizatori – raznorazni sintetički sastojci, uključujući i one koje lažno predstavljaju kao „prirodne”, sve su to sistemski dodaci koji imaju za cilj da naviknu na „hranilicu” i zavaraju potrošače. Ako budete poslušno gutali pilule sistema, nikada nećete uspeti da se izvučete iz Matriksa i udahnete svež vazduh slobode.

Takođe, ne možete da saznate šta je tačno dodato u salame, viršle i polufabrikate. Proizvođači i trgovci skrivaju pravi sastav i poreklo proizvoda ili o tome lukavo informišu sitnim slovima. U većini slučajeva, pametnije je da sami pripremate hranu nego da žrtvujete svoje zdravlje i život zbog navodne uštede vremena.

Prirodni proizvodi ne zahtevaju *nikakve* veštačke dodatke. Da li je genetski modifikovana soja potrebna u kobasicama kao sastojak? Ne, kobasica treba da se sastoji od mesa. A da li su takvi sastojci potrebni kupcima? Takođe ne. Ipak, ljudi nastavljaju da ih slepo kupuju, ne razmišljajući ni o čemu. Većina sistemskih potrošača uopšte ne razmišlja o tome šta zapravo jedu. Jednostavno jedu, bez ikakvih pitanja. A onda isto tako glupo oboljevaju i umiru.

Ako se zapitate i porazmislite, zainteresujete se za odgovarajuće informacije, otkrićete mnogo toga. Na primer, od čega bi trebalo da se sastoji prirodni majonez? Radi ilustracije, ovde ću navesti recept za isti onaj majonez kojim se nekada, davno, kada još nije bilo veštačkih dodataka, ponosio francuski „Provansal”.

Na 250 grama biljnog ulja potrebno je:

2 sveža žumanceta,

1 kašičica senfa,

50 gr sirćeta, so i šećer po ukusu.

Odvojite žumanca od belanaca. U žumanca dodajte senf i so. Pažljivo promešajte. Zatim, neprestano mešajući masu, u malim porcijama dodajte ulje (po pola kašičice). Kada utrošite celo ulje, dodajte sirće i šećer. Količinu žumanaca možete da povećate, a sirće smanjite prema ukusu, ili ga zamenite sokom od limuna.

Tajna pravilno pripremljenog majoneza je u tome da ulje tokom mešanja dodajemo u malim porcijama. Ovako pripremljen, prirodni majonez može brzo da se napravi i ručno, uz korišćenje viljuške u dubokoj posudi, ili uz pomoć kuhinjskog blendera, ako ima spore obrtaje. Preporučuje se upotreba hladno ceđenog, nerafinisanog ulja, poput suncokretovog ili mlečnog čkalja. Takođe, birajte domaća jaja umesto onih iz industrijskog uzgoja.

Kao što vidite, ovde nema posebnih dodataka, sofisticiranih trikova ili lukavih izmišljotina. Trikovi su potrebni samo u situacijama kada se hoće uštedeti na sirovinama, produžiti rok trajanja ili ostvariti veći profit i sakriti sve svoje mračne mahinacije. Međutim, ako sve radite savesno i iskreno, neće biti potrebe za lukavstvom i manipulacijama.

U današnjim uslovima, ovaj recept za majonez nosi više ezoteričnog smisla nego bilo koji drevni tekst star hiljadama godina. Ono što je bilo u drevnim vremenima, odavno je prošlo. Sada su drugi uslovi, drugačiji je čovek, i stvarnost je potpuno drugačija – tehnogena. Ali ako vam današnji izvori tvrde da možete slobodno da upravljate ovom stvarnošću, a pritom zanemarite uticaj hrane, informacija, spoljašnje sredine i načina života, budite sigurni da vas obmanjuju ili vam nude površno, nepotpuno znanje.

Rezime

- Kada telo hranimo lošom hranom, ono se spušta u marginalno stanje.
- Od takvog života, telo se brzo troši, međutim, dok život tinja, ono poslušno vuče svoj teret.
- Kada telo oslobodite tereta, pokreću se procesi čišćenja, obnavljanja i regeneracije.
- Telo se priseća svoje prirode i preuzima inicijativu u obnavljanju i povratku svega što je izgubljeno.

- Pojavlja se kritična i povećana potreba za vitaminima, mineralima, mikro- i makroelementima.
- Što je kvalitetnija briga o telu, to su veći njegovi zahtevi.
- Povećanje udela sveže biljne hrane u svakodnevnoj ishrani treba da se odvija postepeno, bez napora, sa zadovoljstvom.
- Ne radi se o ograničavanju, već o zameni jednih namirnica drugima, koje su kvalitetnije i manje toksične.
- Prilikom odabira hrane treba težiti da ona više čisti nego što zagađuje
- Važno je da se odmah i trajno distanciramo od svih hemikalija, sintetike i genetski modifikovane hrane.
- Prirodni proizvodi su oni koji ne sadrže veštačke dodatke.

NOVI STEPENIK PIRAMIDE

Kvalitetna i raznovrsna ishrana

Kao što je već pomenuto, prilikom prelaska na ishranu baziranu na hrani prvog reda, može se pojaviti nedostatak vitamina i minerala. Ovaj nedostatak nije posledica obilja vitamina i minerala u životinjskoj i obrađenoj hrani, već je rezultat pojačane potrebe organizma za vitaminima, mineralima, mikro– i makroelementima. To je još jedan razlog zašto ne treba žuriti i praviti nagli prelazak. Organizmu je potrebno vreme da se prilagodi, uspostavi zdravu crevnu floru i akumulira sve neophodne elemente.

Tokom procesa prelaska sa nekrobioze na vitabiozu, dolazi do *akumulacije* vitamina, minerala, mikro– i makroelemenata. Doslovno se menja celokupni sastav organizma. Ova akumulacija traje sve dok ne bude dostignuta kritična masa svih neophodnih elemenata. Takođe, sve dok se ne uspostavi zdrava mikroflora, telo neće moći u potpunosti da iskoristi hranu i organizmu će stalno nešto nedostajati.

Kasnije, u završnici prelaska, primetićete da se sveža hrana potpuno usvaja, dok se *mrtva hrana uopšte više ne usvaja*. Tek tada ćete shvatiti razliku između nekrobioze i vitabioze, kao i između različitih stepenika piramide ishrane. Međutim, do tog trenutka, važno je da se svesno i kvalitetno hranite, uključujući i namirnice životinjskog porekla i morske plodove, po mogućnosti sirove.

Važno je da proces detoksikacije organizma prevagne nad procesom zagađenja. U tom smislu je kuvano meso s puno zeleniša čak bolje od kuvane kaše. Deo žive biljne hrane treba postepeno povećavati u svom jelovniku, ali s maksimalnom raznolikošću. Morate da shvatite da organizmu nisu toliko potrebni proteini, masti i ugljeni hidrati, već i velika količina vitamina i minerala. Bez prvih će preživeti, i to prilično dugo, ali bez drugih – nikako.

Svaka biljka je bogata nečim svojim, i što je vaša ishrana raznovrsnija, organizam će se brže snabdeti svim potrebnim i *nahraniti se*.

Naravno, ne možete pojesti sve, niti su namirnice uvek dostupne, ali treba da shvatite da živa hrana nije samo ishrana povrćem i voćem. Svi osnovni recepti nalaze se u knjigama „Čista Hrana” i „Kuhinja Predaka”.

Hraniti svoje telo kao dete

Postoji mišljenje da telo samo zna šta mu treba. To je pogrešno mišljenje. Ono ništa ne zna. Organizam je zbunjen i uronjen u dubok san, jer je njegovo izvorno prirodno znanje zatrpano debelim slojem tehnološke sintetike. Od začeca su ga hranili mrtvom hranom koja izaziva intoksikaciju i naviku. On će vam radije reći da želi prženi krompir ili hamburger nego slatku papriku. Čak i kada pređete na stoprocentnu živu hranu, neće prestajati da to želi sve dok se u njemu nalaze toksini mrtvih proizvoda.

Zamislite da hranite svoje dete i želite da se udeblja i izgleda dobro. Kao što sledi iz prethodnog principa, svoj organizam treba hraniti svesno i kvalitetno, davati mu ono što treba, bez obzira da li on to želi ili ne. Kasnije će i sam želeći i čak uporno tražiti pravu hranu, ali prvo ga treba naviknuti, kao dete. Isto važi i za unos tečnosti.

Svesno piti čistu vodu

Ovde važi isti princip: bez obzira da li želi ili ne želi. U zavisnosti od težine, dnevno najmanje treba piti 1,5-2 litre vode. Po mogućnosti strukturiranu vodu, a još bolje živu. Najkasnije 15 minuta pre jela i najmanje od 1,5-2 sata nakon jela. Čista voda je potrebna ne toliko za utoljavanje žeđi, već za čišćenje. Vi svakako posuđe ne perete gaziranim pićima ili sokovima?

Ravnotežu vode u organizmu takođe je lakše održavati uz pomoć čiste vode, a ne namirnica iz kojih je treba izvući. Nemojte ga prisiljavati da obavlja posao sličan onome koji rade Aboridžini u pustinji kad iskopavaju, usitnjavaju, a zatim cede korenje biljaka.

Nedavno je načinjeno jedno neverovatno otkriće. Ispostavlja se da organizam, iz nejasnih razloga, signalizira žeđ tek u poslednjem trenutku, kada je već dostignuta opasna granica. Zbog toga čovek ceo dan može da pije samo kafu i ne oseća žeđ. Organizam je nezahtevan i sposoban da se zadovolji najmanjim. Ali to ne znači da se o njemu ne treba brinuti.

Razdvojena ishrana

Ne mešajte u jedan obrok nespojive namirnice, kao na primer proteine sa ugljenim hidratima. Proteini se vare u kiseloj sredini, a ugljeni hidrati u alkalnoj. Ako se mešaju, hrana se ne vari, već truli. Različite vrste namirnica – voće, povrće, orašasti plodovi,

žitarice – treba konzumirati zasebno. Međutim, dozvoljeno je mešati namirnice iste vrste, samo ne treba preterivati. Recepti treba da budu što jednostavniji. Međutim, bolje je ne žuriti sa prelaskom na monotrofnu sirovu hranu dok se organizam ne prilagodi. Salata začinjena uljem, salata od sirovog povrća i sveža supa od sirovog raznovrsnog povrća i bilja neće nikome naškoditi.

Postupna ishrana

U toku dana, prvo treba konzumirati namirnice koje se brže vare, a zatim one koje se vare duže. U pitanju je isti princip kao u saobraćaju: ako automobili ispred nas sporije voze, odmah se stvara zastoje. Po brzini varenja, namirnice se organizuju na sledeći način: voće, povrće, žitarice, orašasti plodovi. Potrebno je isto tako organizovati njihov unos tokom dana. (Orašasti plodovi i žitarice mogu da promene mesta, ako je prošlo najmanje tri sata nakon obroka koji sadrži orašaste plodove.) Do ručka – voće, zeleni smuti, živi jogurt (Nije reč o običnom jogurtu, već o zelenom jogurtu koji se pravi po sistemskim receptima.). Za ručak – povrće, zeleniš. Uveče – orašasti plodovi, tost, žive kaše od iskljajalih žitarica. Pravilo „ne jesti posle zalaska sunca ili posle šest sati uveče” ne važi za živu hranu. Možete da jedete kad god i koliko god želite, čak i neposredno pre spavanja. Najvažnije je da ne narušavate postupnost.

Metabolizam kolibrija

Po mogućnosti, izbegavajte teška ulja kao što su maslinovo, suncokretovo, kukuruzno, sojino, palmino i dr. Laka ulja, za razliku od teških, ne opterećuju previše organizam i brže se vare. U tu kategoriju spadaju: laneno, ulje od kedra, bundeve, mlečnog čkalja, amaranta, oraha. Kada je ulje lako, može da se ispere s posuđa i hladnom vodom bez korišćenja sredstava za pranje.

Čovek koji se hrani lakim mastima, ima metabolizam kolibrija. On poseduje tečnu, živu energiju, oseća se lagano i slobodno, brzo se kreće i razmišlja. Čovek koji se hrani teškom hranom, posebno životinjskim mastima, ima metabolizam grizlija. Telo mu je masivno, poseduje nisku energiju, pokreti su mu tromi i usporeni, a svest pospana.

U većini životnih situacija, prednjače oni kojima telo nije preopterećeno, koji se osećaju lako i slobodno. Čak i u boksu, nepobediv će biti onaj ko ima snažno telo, a metabolizam kolibrija. Nisam siguran da će ova prednost biti jednako važna, na primer,

u pivnici, ali čak i tako – ipak je olakšanje.

Ishrana tokom zime

Generalno, zimski period nije najpovoljnije vreme za prelazak na živu ishranu. Najbolje je započeti postupan prelazak krajem proleća. Ipak, čak se i tokom zime može pronaći dovoljno raznovrsnih namirnica. Živa hrana nije ograničena samo na povrće i voće.

Svež zeleniš može da se zameni morskim algama. Takođe, biljke iz staklenika su prihvatljiva opcija, ali treba biti obazriv. Postoji mišljenje da treba u potpunosti izbegavati povrće iz staklenika, jer je navodno prepuno hemikalija i slično. Međutim, to nije sasvim tačno. Treba tražiti proizvođače koji koriste organska đubriva.

Postoji još jedan bitan faktor. Kao što je poznato iz osnova Transurfinga, naš svet ispunjava ono na šta usmeravamo pažnju. Ako stalno ponavljamo: „Sve je oko nas hemija!” – tako će nam i biti. Zar nije bolje usmeriti svoju nameru na traženje prirodnih namirnica? Ko se trudi, taj uvek i nađe i dobija ono što mu je posebno namenjeno.

Prodavci neće uvek znati ili reći istinu o tome da li su biljke gajene bez upotrebe hemikalija. Međutim, to možemo sami da utvrdimo. Ako biljka ima oštar, neobičan ukus, treba potražiti proizvode drugih proizvođača.

U svakom slučaju, možemo se zaštititi na jedan poznat način. U emajliranu posudu treba sipati 1,5-2 l vode, iscediti polovinu limuna. Zatim u tu vodu staviti zeleniš i ostaviti da stoji pet minuta. Isto treba učiniti i sa cveklom i šargarepom, pri čemu treba prethodno ukloniti tanak sloj kore. Na taj način ćemo najvećim delom neutralisati štetne supstance.

Zamrznuto jagodičasto voće takođe može da posluži za pripremu koktela. Međutim, sa zamrznutim povrćem postoji određeni problem – njega blanširaju, pa nije poznato koliko je u njemu ostalo živih enzima. Ipak, verujem da zamrznuto povrće i dalje zadržava određenu količinu živih sastojaka. Možete to i sami da procenite po ukusu – da li je hrana živa ili mrtva. Po mom mišljenju, zamrznuto povrće i voće se mogu smatrati živom hranom, iako su manje hranljivi u poređenju sa svežim.

Zimi treba naročitu pažnju pokloniti „superhrani”.

Morske alge, polen, propolis, crno suvo grožđe, čaj od svežeg šipka i bilja – sve su to namirnice koje obavezno treba upotrebljavati – jer organizmu obezbeđuju veći deo neophodnih vitamina i minerala.

Izuzetno visoku nutritivnu vrednost imaju i sledeći proizvodi: bundevino, susamovo, amarantovo i kedrovo brašno, kedrova pulpa i mleko od kedra. Svi oni su rekorderi po sadržaju proteina – do 45%. Nijedna namirnica životinjskog porekla ih ne sadrži toliko. Brašno se može npr. dodavati u žive kaše kao izvor proteina. Sve potrebne informacije i same proizvode možete pronaći na internetu.

Kako zameniti mleko

Nema smisla piti mleko. Loše se vari i još gore apsorbuje. Još manje ima smisla decu hraniti mlekom koje je biološki strano njihovom organizmu, a da ne pominjemo zamenske mlečne formule.

(Jadničko, ne daj, Bože, da te rodi majka koja će te revnosno hraniti mlečnim formulama i kašicama dok ne oboliš od svih mogućih bolesti.)

Ukoliko se odlučite da decu prebacite na živu ishranu, trebalo bi da se rukovodite principima: opreznost, male porcije, postepenost. U početku, kao privremeno rešenje, možete da koristite mleko od pšeničnih klica, heljde, ovsa, prosa, koštunjavog voća, susama, kao i kedrovo mleko, Nakon toga, u ishranu uvedite kaše od klica, zelene supe, alge, sveže ceđene sokove, rendano voće i jagodičaste plodove. Budite oprezni prilikom upotrebe polena i propolisa. Takođe, potražite bundevino, susamovo i kedrovo brašno, koje se može dodati u kaše ili koristiti za pravljenje mleka. Za sve ovo je potreban snažan blender.

Tokom prelaska na ovakvu ishranu, nije potrebno odmah žuriti sa izbacivanjem fermentisanih mlečnih proizvoda, sira, žumanaca. Odlučite se da ih izbacite tek kada osetite da ste spremni za to.

Važno je znati da tvrd sir predstavlja teško svarljivu namirnicu koju organizam usvaja jako sporo. Stoga je preporučljivo dati prednost mladom, mekom siru.

Kad birate proizvođače, uključujući i one koji proizvode žitarice, birajte one koji ne zlostavljaju životinje i perad sintetičkim dodacima, koji ne uništavaju zemlju i biljke hemijskim supstancama, već poseduju bar malo zdravog razuma. Takvi proizvođači postoje. Ako se zaista posvetite tome, sigurno ćete ih pronaći.

Manje hemije

Naravno, gotovo je nemoguće zaštititi se od svih oblika tehnogene civilizacije. Međutim, količinu štetnih hemikalija u vašem neposrednom okruženju, počevši od građevinskih materijala pa sve do kozmetike, možete svesti na minimum ukoliko sebi postavite takav cilj.

Možete li da izgradite svoju kuću koristeći samo ekološki čiste i prirodne materijale? Naravno, možete. Samo nemojte da kažete da za to nemate dovoljno novca. Za to postoji Transurfing. Pitanje nije u finansijskim sredstvima, već u filmu koji se prikazuje u vašem „projektoru”.

Možda ćete jednog dana poželeti da se oslobodite sve kućne hemije i kozmetike koja se masovno upotrebljava. Razlog za to je veoma ozbiljan. Svi ti deterdženti i tečnosti za čišćenje ne samo što stoje u ćošku vašeg doma – već šire otrovna isparenja koja ne primećujete, ali ih ipak udišete. Hemikalije iz kozmetike lako prodiru kroz kožu i zagađuju krvotok toksinima. Kao rezultat, brzo „poboljšanje nečega” se vremenom zamenjuje još bržim *pogoršanjem svega i svačega*.

Nisu sva sredstva za čišćenje i kozmetika koja nosi natpis „prirodno” automatski ekološki proizvodi. Govorimo o različitim nivoima agresivnosti hemikalija koje su prisutne u njima..

Na primer, prava *živa* kozmetika se ručno priprema od svežih biljnih sastojaka i ne može dugo da se čuva, isto kao kada je reč o svežoj hrani.

Nije nužno odlaziti u krajnosti i sećati se čime su naši daleki preci prali kosu i veš. Međutim, bilo bi preporučljivo sa „vrsnih hemičara” preći na one proizvođače koji ističu bezbednost i ekološku održivost svojih proizvoda.

Dopustite sebi da budete ono što jeste, a drugima da budu ono što oni jesu. Nemojte da se pretvarate u pobornike sirove hrane koji su ogorčeni na ceo svet zato što ih ne razumeju i ne dele njihova ubeđenja. Prestanite sa pokušajima da preobraćate ljude oko vas. Ako ne budu nastojali da vas „usmere na pravi put”, slušajte ih pažljivo, otvorenih očiju i prepunim poverenja i mirno nastavite da idete svojim putem. Ipak, nemojte ni sami nešto drugima da dokazujete ili namećete. Uključujući i svoju decu. Decu nećete moći da zaštitite od uticaja tehnosfere ako ona sama to ne požele. I nećete uspeti da nekoga ubedite u nešto ako ta osoba nije spremna da to prihvati. Onima koji su spremni, potreban je samo nagoveštaj i konkretan primer. Svako ima svoj put, i nije na vama da određujete kojim putem treba da idu vaši bližnji.

Jedini način ubeđivanja je putem konkretnog primera. Ostale metode ne funkcionišu. Mada, naravno, možete da ih isprobate.

Potražite istomišljenike

Nemojte pokušavati da sve oko sebe preobratite, već tražite već „spremne” istomišljenike i povežite se s njima. Uvek možete da pronađete takve ljude, barem na internetu. Komunikacija je neophodna kako biste izbegli da se izolujete sa sopstvenim mislima i greškama. Treba da razmenjujete iskustva i podršku. Ljudski um je takav da ne može da opstane bez nekog opipljivog oslonca, kao što ptica ne može bez grane. Svest ne može stalno da bude u slobodnom letu, mora s vremena na vreme da se prizemli. Upravo zato, kada ljude objedinjuje neka zajednička ideja, okupljaju se u grupama gde uvek mogu da pronađu podršku i razumevanje od onih koji su im bliski po duhu.

Ipak, budite oprezni kada je reč o tuđem iskustvu. Kao prvo, svako iskustvo je donekle individualno. Lično se trudim da dajem opšte preporuke umesto usko usmerenih. Nemojte se odmah prepuštati tuđim metodama i praksama u ishrani, već prvo slušajte sebe – svoju dušu, razum i telo. Kao drugo, održavajte svesnost i realno procenjajte koliko je neka osoba razumna i uravnotežena. U suštini, pažljivim posmatranjem nije teško proceniti stepen podobnosti. Ako čovek ispoljava paranoične sklonosti, pokazuje znake fanatizma ili je nečim opsednut, bolje je držati se podalje od njega.

Usredsređenost na cilj

Uvek treba da imate na umu i budete svesni zašto to radite, čemu težite, šta želite da postignete. Inače nećete uspeti da održite vektor namere i pređete na novi stepenik piramide. Vodilja neka vam bude prednost koju ćete dobiti kada se nađete na tom nivou. Nikada ne zaboravljajte sledeće:

Čist i zdrav organizam; snažan intelekt i bistar um; dobra fizička kondicija; stabilna psiha; oslobađanje od parazita; prestanak zavisnosti od hrane i drugih stvari; izbavljenje od hroničnih i degenerativnih bolesti kao što su kardiovaskularne, rak,

dijabetes, artritis, HIV/AIDS, višak kilograma, alergija, depresija, neuroze, neplodnost, prerano starenje, stres, hronični umor i slično; i konačno, kao prirodna posledica, poboljšanje ukupnog nivoa energije i kvaliteta života.

Očigledno je da sticanjem barem jedne od navedenih vrednosti, stižete prednost u odnosu na one koji te vrline ne poseduju.

Izgovarati svoju stvarnost

Hrana neće rešiti sve. Rezultate će dati samo sveobuhvatan pristup: kako razmišljamo, kako se hranimo i krećemo. Uvek se morate sećati cilja i neprestano odašiljati svoju nameru.

Veliki broj ljudi na Zemlji se neprestano moli svojim bogovima. I to nije bez razloga. Na taj način, oni uspostavljaju svoju „referentnu tačku“, svoju stvarnost, kako bi svest ostala integrisana, ili, grubo rečeno, kako ne bi „poludeli“. Ali ako pažnja nije zauzeta religijom, ona će odmah biti okupirana nekim drugim klatnom: ideologijom, idejom, poslom, društvenim pokretima itd. Sveta mesta nikada nisu prazna. Mi ljuljamo klatna, a ona ljuljaju nas.

Naša zajednička uloga je da pre svega budemo pastiri, a ne ovce. Da ne budemo pod klatnima, već iznad njih, koristimo ih za svoje ciljeve, da njima rukovodimo. Za to je neophodno upravljati svojom pažnjom. Da, svesti je potrebno da se osloni na neku platformu, kao što je klatno. Oni koji se mole bogovima i idejama to rade nesvesno. Ali isto se može činiti i svesno. Odašiljati svoju pažnju, vrteti svoj film, izgovarati svoju stvarnost. Kada pripremate živu hranu, jedete, vežbate – nemojte to činiti samo mehanički, već s namerom, razmišljajući zašto to radite, čemu težite, šta će vam to doneti. Izgovarajte u sebi mentalne obrasce, izražavajte svoju nameru, pretvorite to u naviku. Mentalni obrasci mogu da imaju otprilike ovakav sadržaj.

Jedem živu, prirodnu hranu, moje telo se čisti, energija se poveća-va, svest pročišćava.

Sav otpad i toksini se izbacuju iz tela. Moje telo je poput planinske reke. Ja sam čista, brza i moćna planinska reka.

Moćna planinska reka pokreće moćne energetske turbine. Telo mi je prelepo, zdravlje odlično, energija snažna, intelekt moćan, a svest bistra.

Živa hrana čisti moje telo. Sa svakim čišćenjem, pročišćava se i svest. Imam bistar i snažan um. Upravljam svojom stvarnošću kao svesnim snom.

Moj organizam je svakog dana sve čistiji i čistiji. U čistom telu energija teče lako i slobodno. Imam snažnu energiju, koja je svakim danom sve jača.

Živa hrana me čisti i hrani svim potrebnim. Hranim se veoma dobro, pravilno i kvalitetno. Brinem o svom telu i ono se preporuča.

Telo se čisti, a meni se otvaraju natprirodne sposobnosti. Posedujem snažnu energiju, moćan intelekt i svest. Ja sam genije, i Sila je sa mnom, Sila me vodi, zato sve radim genijalno i sjajno. Lako rešavam sve probleme. Upravljam svojom stvarnošću.

Volim živu hranu jer čisti moje telo i svest, uništava sve parazite, oslobađa me iz Matriksa, daje mi odlično zdravlje i snažnu energiju, samopouzdanje i slobodu. I mom telu takođe veoma prija živa hrana – lagana je, lekovita, čista. Volim živu hranu samo zbog činjenice što je živa.

Tekst ne treba doslovno da izgovarate u celosti. Možete da formulišete sopstvene deklaracije inspirisane ovim tekstom i redovno da ih ponavljate u toku dana glasno ili u sebi, zajedno ili pojedinačno, kako vam odgovara. Najvažnije je da to činite redovno. Takođe, možete da ih izgovarate nad čašom vode ili hranom koju jedete. Samo ih nemojte pretvarati u obavezu. Ova praksa treba da vam pričinjava zadovoljstvo, jer na taj način oblikujete svoje telo – svoj hram, svoj um i svoju stvarnost – svoj svet.

Sve je ovo u vašoj moći i zaista vredi truda. Bez ovakvog svesnog odašiljanja namere, prilično će biti teško da se održite na putu žive ishrane. Pažnju će vam brzo zarobiti sistem – on poseduje mnogo poluga namenjenih tome: mediji, društvo, restorani, supermarketi. I ponovo ćete se naći u stadu, pod uticajem klatana, i vratiti se starim navikama ishrane kao i svi ostali. Ali tada će vaše mogućnosti biti prosečne, kao i kod većine ljudi.

Da biste to izbegli, kreirajte sopstvenu svesnu molitvu – izgovarajte svoju stvarnost, *podržavajte svoje klatno žive ishrane* i ono će vam pomoći da zadržite pažnju na izabranom putu.

Kretanje po pokretnim stepenicama

Odgovarajuće fizičko opterećenje, koje nije ni preterano naporno ni previše zahtevno, predstavlja neodvojivi deo brige o telu, baš kao i ishrana. Ako budete vodili pasivan način života i istovremeno bili na režimu žive ishrane, telesna težina će vam vrlo brzo odstupiti od normalnog raspona. Kretanje je izuzetno važno za telo. Bez kretanja nema razvoja. A gde nema napretka, dolazi do degeneracije.

Zamislite situaciju da morate da se penjete uz pokretne stepenice koje se spuštaju. Ako budete stajali ili se kretali suviše sporim tempom, naći ćete se na samom dnu. Ne smete stajati u mestu. Nemoguće je zadržati nepromenjeno stanje – postoji ili razvoj ili degradacija. To ne znači da treba stalno juriti, kao hrčak u točku. Najoptimalniji pristup je dostići željeni nivo na stepenicama u vašem razvoju, a zatim se ravnomerno kretati kako biste se održali na istom nivou, da ne biste pali niže.

Program regeneracije

Mrtva hrana aktivira program degeneracije i propadanja. S druge strane, živa hrana ima moć da oživi i obnovi ceo organizam. Međutim, za pokretanje programa obnove potreban je podsticaj. Samo ishrana nije dovoljna. Namera čišćenja i obnavljanja može da posluži kao cilj i pokretačka snaga, kao prvi impuls koji pokreće program regeneracije organizma. Nemojte verovati onima koji tvrde da je to nemoguće. Na novom stepeniku piramide mnogo toga postaje moguće. Potrebna je samo čvrsta deklaracija vaše namere. Mentalni obrasci mogu biti otprilike sledeći:

U mom organizmu se sve čisti, obnavlja, regeneriše i podmlađuje. Proces starenja se vraća unazad.

Živa hrana harmonizuje ceo moj organizam, sve životne funkcije se obnavljaju i normalizuju.

Živom organizmu je potrebna živa hrana. Živa hrana obnavlja ceo moj organizam i pokreće procese regeneracije.

Novi zubi niču na mestu onih koji su ispali. Ceo nervni sistem mi se potpuno obnavlja. Svi krvni sudovi i limfni putevi se potpuno čiste, obnavljaju i ponovo rađaju. Međupršljenski diskovi se potpuno obnavljaju. Kičma mi je savitljiva, mlada i sveža,

kao kod deteta. Svi moji organi se potpuno regenerišu.

U mozgu mi je usađen program razvoja i usavršavanja. Svaki dan se stvaraju novi neuroni, milioni novih neurona. Obe hemisfere rade precizno, usklađeno i sinhrono. Formiraju se nove veze između moždanih hemisfera. Imam genijalan mozak i moćan intelekt.

Koža mi se čisti, postaje zategnuta i podmlađuje se. Imam čistu, glatku, svežu i čvrstu kožu. Izgledam mlado i privlačno. Izgledam veoma dobro. Svaki dan izgledam sve bolje i bolje.

Ceo moj organizam se potpuno regeneriše. Pretvaram se u mladog, lepog vilenjaka (vilu). Izgledam mlado, snažno i privlačno. Ja sam mlad, lep vilenjak (vila).

Suštinski, deklaracija namera je taj odlučujući faktor koji razdvaja i razlikuje konzumiranje sirove hrane kao način ishrane od žive ishrane kao sastavnog dela Transurfinga. Ako ste se susreli sa osobom koja jede sirovu hranu, koja nije dostigla ciljeve i prednosti o kojima se ovde neprestano govori, to znači da su njene namere bile usmerene u sasvim drugom pravcu, ili možda i nisu delovale, ili se rukovodila potpuno drugačijim principima prelaska. Ipak, živa hrana sama po sebi već pruža mnogo.

Prelazak na više vibracije

Prelazak na ishranu hranom prvog reda, automatski vas prebacuje u domen viših vibracija. To je kao da poletite i pogledate zemlju iz ptičje perspektive. Telo vam se čisti, energetska ravnoteža se povećava, a svest postaje bistrija. Pred vama se otvara stvarnost u potpuno nepoznatom obličju. Počinjete da vidite ono što drugi ne mogu, i razumete ono što drugi ne razumeju. To predstavlja veliku prednost.

S druge strane, određene niske vibracije će vam postati nedostupne. Na primer, nećete moći da pušite ili pijete alkohol – osećaćete mučninu. Ipak, povremeno je čak korisno zapaliti cigaretu, popiti malo ili pojesti nešto mrtvo kako biste još jednom potvrdili da više ne želite da se vraćate u prošlost.

Rezime

- Tokom prelaska sa nežive na živu ishranu, dolazi do akumulacije vitamina, minerala, mikro- i makroelemenata.
- Dok se ne formira živa mikroflora, vaše telo neće moći u potpunosti da usvaja živu hranu i uvek će mu biti malo.
- Važno je da proces čišćenja preovlađuje nad procesom zagađenja.
- Postepeno povećavajte udeo žive biljne hrane u svom jelovniku, ali se trudite da bude raznovrsna.
- Vaš organizam će nastaviti da žudi za starom, neživom hranom sve dok ne otklonite toksine mrtvih proizvoda.
- Zamislite da hranite svoj organizam kao što biste hranili svoje dete i želite da se ono oporavi i izgleda dobro.
- Hranite svoje telo svesno i kvalitetno, pružajte mu ono što je potrebno, bez obzira da li ono to želi ili ne.
- Pijte čistu vodu u količini od najmanje 1,5-2 l dnevno.
- Ne kombinujte nespojive namirnice u istom obroku, kao što su proteini i ugljeni hidrati.
- Tokom dana, prvo konzumirajte namirnice koje se brže vare, a zatim one koje se vare sporije.
- Zamenite teška ulja laganim: mlečnog čkalja, kedra, amaranta, bundeve, lanenim, orahovim.
- Ako neprestano budete govorili: „Sve oko nas je hemija!“ – tako će vam i biti.
- Usmerite svoje namere ka pronalaženju prirodne hrane.
- Isključite žitarice, morske alge, polen, propolis, suvo crno grožđe, čaj od šipka i biljaka – obavezno treba konzumirati.
- Izuzetno visoku nutritivnu vrednost imaju: brašno od bundeve, susama, amaranta, kedra. Kedrova pulpa, mleko, proseno brašno.
- Tokom prelaska na živu ishranu, nema potrebe da odmah izbacujete fermentisane mlečne proizvode, sir, žumanca.
- Kuvane kaše zamenite živim kašama od proklijalih žitarica.
- Štetnu hemiju u svom najbližem okruženju, počevši od građevinskih materijala pa sve do kozmetike, moguće je svesti na minimum, ukoliko sebi postavimo takav cilj.

- Jedini način ubeđivanja bliskih osoba može biti samo konkretan primer.
- Ne namećite svoja ubeđenja svima oko sebe, već tražite već „spremne” srodne duše i komunicirajte s njima.
- Tuđe iskustvo treba prihvatati sa oprezom.
- Prelazeći na ishranu živom hranom, nikad ne zaboravljajte prednosti i stalno imajte na umu glavni cilj – zašto to radite.
- Odašiljite svoju nameru, vrtite svoj film, izgovarajte svoju stvarnost.
- Odgovarajuća fizička opterećenja su podjednako neizostavan deo brige o organizmu kao i ishrana.
- Postavite sebi ciljeve, izgovarajte mentalne obrasce za pročišćenje, regeneraciju i razvoj.
- Deklaracija namere je odlučujući faktor koji razdvaja i razlikuje – mehanički unos sirove hrane kao način ishrane i živu hranu kao sastavni deo Transurfinga.



Beleške na marginama

Kako razmišljamo, hranimo se i krećemo. Kada nam se pročisti svest, a energija podigne, postajemo spo-sobni za mnogo više nego što smo ikada mogli i da sanjamo. Na primer, ja ne bih mogao da napišem ovu knjigu da nisam prošao kurs „Transurfing obnove” i dosegnuo novi nivo. Jer, već sam u godinama kada su sva kreativna dostignuća obično već iza mene. Da biste napisali ovakvu knjigu, potrebno je imati dovoljno jaku svest i energiju.

***IV DEO* DRUŠTVO**

INVOLUCIJA SVESTI

Promicala je jesenja kiša. Hladan vetar je otkidao s drveća požutele listove, slažući ih u lokve na centralnom vojnom trgu. Sumorni ljudi u mokrim mantilima su stajali u stroju i turobno intonirali himnu Sovjetskog Saveza. Muzičke pratnje nije bilo, pa se cela melodija, koju niko nije ni pokušavao da prati, pretvarala u mračan recital, što je činilo da pesma, ako je uopšte moguće nazvati je tako, bude slična ili pogrebnoj maršu ili ispraćaju pokojnika.

Načelnik štaba puka, koji se mučio da pronađe način da podigne naš borbeni duh i ojača ljubav prema Otadžbini, očigledno je polagao velike nade u himnu. U početku (to je trajalo oko mesec dana), samo smo mirno stajali i slušali himnu s gramofonske ploče. Gramofon su donosili na trg, uz pomoć produžnog kabla, a kada je padala kiša, prekrivali su ga kišobranom. Ploča se monotono vrtela i uvodila nas u neku vrstu meditativnog transa, slično kao kad posmatramo plamen sveće.

Konačno, ploča je zbog čestog korišćenja počela da preskače u najnezgodnijim trenucima, podmuklo narušavajući svečanost događaja. Morali smo da odustanemo od gramofona. Međutim, ubrzo je načelnik štaba došao do genijalne ideje – marširanje i pevanje. To je čak i patriotskije i svečanije od običnog slušanja. I najvažnije, neće preskakati. Sada smo poslušno mumlali sami himnu. Ali sve je izgledalo jako sumorno. Možete odvesti konja do vode, ali ga ne možete naterati da pije. Zbog toga smo uskoro morali da prekinemo tu ceremoniju, na žalost komande, a možda i naprotiv – na opšte olakšanje.

Dok sam stajao u stroju i „izvršavao svoju dužnost” na tako čudan način, obuzimalo me je neko osećanje da se sve to dešava u snu. S jedne strane, činilo se kao da je to ispravno i da tako treba, ali s druge strane – čemu sve to? Šta ja ovde radim? „Slaaav-sjaa-aaa O-o-te-če-estvo! Na-še-e svo-o-bo-dnoe...” Zapravo, mi smo i bez ceremonija voleli Otadžbinu i bili spremni da je branimo bez obzira na to da li je to zahtevala naša dužnost ili ne.

Od tada je prošlo mnogo godina, tokom kojih su se i „gramofoni” i „ploče” menjali više puta. Međutim, osećaj da se sve to dešava u snu, nije me napustio. Možda je zaista tako? Nije uzalud što deca do četiri-pet godina ne razlikuju san od jave, verujući da je stvarnost produžetak sna. Ili obrnuto.

Ako pratimo evoluciju svesti od najprostijih organizama do „razumnog čoveka”,

primetićemo jedno potpuno neočekivano i paradoksalno pravilo.

Da bismo pojednostavili, počecemo od biljaka. Da li biljke imaju svest? Naravno. Čovek koji se smatra krunom Prirode, prepotentno je umislio da se prema biljkama može postupati kao sa biološkim materijalom. Međutim, poslednja laboratorijska istraživanja su pokazala da cvet u saksiji može da oseti, recimo, radost kada mu se približi onaj ko se brine o njemu, i zabrinutost kada mu prilazi osoba koja mu redovno otkida listiće. Sve se to jasno beleži na elektroencefalogramu. Mi ne možemo da znamo kako se biljke zaista osećaju i da li imaju svest o sebi, ali definitivno ne možemo da ih proglašavamo bezdušnim i bezosećajnim. Jednostavno, te prelepe usnule biljke prebivaju u dubokom transu, slično kao kad čovek mesečari u snu.

Životinje su već na višem nivou svesti u odnosu na biljke. Ali i za životinje je život sličan nesvesnom snu, u kome su osuđene da postupaju prema ugrađenom programu, na nivou nagona. Iako se svest kod njih budi svaki put kada mudrost nagona nije dovoljna i kada je potrebno da se donesu neke nesvakidašnje odluke za preživljavanje. Inače ne bi bilo ni evolucije.

Buđenje iz nagona ka osvešćenosti, primećuje se uglavnom kod divljih životinja koje su relativno samostalne u svojim postupcima i primorane da žive u stalno promenljivim uslovima spoljašnje sredine. Ali šta se dešava sa svešću životinje koju smo pripitomili i doveli na farmu? Spoljašnje granice se naglo sužavaju, više nema potrebe za donošenjem odluka, svi uslovi su obezbeđeni – samo jedi i spavaj. I tada svest tone u zaista bezbrižan san, blizak po svojoj dubini snu biljaka.

Kada je reč o čoveku, evolucija njegove svesti napredovala je sve dok je morao da opstane u divljini, a dostigla je vrhunac kada se čovečanstvo formiralo kao civilizacija. Nakon toga, razvoj svesti je prešao u fazu stagnacije jer se tokom mnogih vekova način života gotovo nije menjao. Ali sada je nastupila era industrijske revolucije. S pravom se nameće pretpostavka da će se svest u takvim uslovima razvijati istom brzinom kao i tehnološki napredak.

Međutim, ovde se ne radi o teretu znanja koje je ljudski um stekao, već o svesti kao sposobnosti da trezveno orijentišemo sebe u stvarnosti i budemo svesni: gde se trenutno nalazimo, šta radimo, zašto baš tako i s kojim ciljem. Drugim rečima, reč je o mentalnoj uračunljivosti čoveka u doslovnom smislu.

Iako paradoksalno, upućenost u savremena naučna dostignuća i veština upravljanja dugmićima, ne garantuju prosvetljenje svesti, već naprotiv.

Primetite kako se ljudi kreću u velikim gradovima. Kreću se po svojim utabanim

stazama kao mravi, uronjeni u sopstveni san. Sva njihova delovanja su programirana – automatska, kao da su na autopilotu. Naročito je to primetno kad je reč o frekvenciji putnika iz prigradskih vozova ka metrou i obrnuto. Kuća – posao, posao – kuća. Dok u Japanu, na primer, mnogi ljudi mesecima ne izlaze iz iste visoke zgrade – u tom velikom mravinjaku im se nalazi i posao i kuća, kupovina i zabava. To već veoma podseća na farmu, sa svim posledicama koje to nosi za svest. Jedina razlika je u tome što je čovek sam sebe tu doveo.

Postavlja se pitanje: kako smo uspeali da dođemo do takvog života? I to tako brzo! Vekovi su proticali u sporom i smirenom tempu, a onda je odjednom, u roku od oko 100 godina došlo do takvog naglog skoka. Da li je to dobro ili loše?

Na evoluciju, ili preciznije, involuciju svesti, najviše su uticala tri faktora. Prvi je podela rada. Uzmimo za primer poljoprivredno gazdinstvo. Očigledno je da kada morate da se bavite različitim stvarima, to doprinosi širenju svesti. A s druge strane, kada se sfera aktivnosti naglo suzi, svest ostaje zarobljena u tom uskom području. Čovek korača kao zagledan u svoje noge i nema mogućnosti da se osvrne oko sebe. Drugim rečima, ne vidi šumu od drveća. Na primer, dva fizičara različitih specijalnosti više ne razumeju jedan drugog, a dva lekara različitih struka postavljaju različite dijagnoze istom pacijentu.

U industrijskom društvu, pojedinac se u suštini pretvara u šraf od koga se više ne očekuje neka naročita inteligencija. Samo treba pritiskati dugmiće. Čak i procesi razvoja visokih tehnologija su maksimalno automatizovani, a da ne govorimo o proizvodnji mehanizama. Čak je i proces dobijanja i pripreme hrane takođe „tasterski” – uzмите s police supermarketa neki tehnogeni surogat i „samo dodajte vodu”. Da li je velika razlika između police u supermarketu i hranilice na farmi?

Drugi faktor su tehnogeni načini obrade hrane. Porast degenerativnih bolesti potpuno jasno je statistički proporcionalan s pojavom i razvojem novih tehnoloških metoda obrade hrane, kao što su konzerviranje, rafiniranje i razne vrste hemijske obrade. Ali takva hrana ne samo što izaziva bolesti – ona takođe izaziva i jaku narkotičku zavisnost, vezanost za hranilicu. Potrošači uvek moraju da osećaju potrebu za novim dozama (pardon, proizvodima), neprestano, uvek. Ništa lično, samo biznis.

Već je sada potpuno očigledno da će mladi ljudi, u poređenju s prethodnim generacijama, prvi put u istoriji živeti kraće od svojih roditelja, jer skoro svi mladi ljudi pate od raznih bolesti tehnogenog porekla, kao što su depresija, alergije i drugo. Nemojte očekivati previše od medicine – ona ne zna kako da se nosi s tehnogenim

bolestima. Ili možda bolje reći, ne želi da zna, jer su moderna medicina i farmakologija vrlo krupan i proračunat biznis, a ne „humanitarna delatnost”. Kome su potrebni izlečeni pacijenti? Šta mogu još od njih da dobiju? Pacijenti moraju stalno da budu bolesni – u tome je sva suština tog biznisa.

Šta će dalje biti, nije poznato. Na primer, teško je zamisliti kakva nas iznenađenja očekuju sa širokom primenom GMO u vrlo bliskoj budućnosti, ako je već danas uzrokovao opšti porast neplodnosti i izumiranja insekata koji se bave oprašivanjem.

Koliko je bio u pravu akademik T. D. Lisenko kada je predvodio kampanju protiv genetičkih istraživanja, tražeći njihovu zabranu! Bez obzira na sve prateće troškove, sama ideja je bila pravedna i mudra: ne petljaj se u laboratoriju Prirode ako se u nju ne razumeš.

Lako je pretpostaviti da će ljudi verovatno početi da „uzgajaju” ljude u epruvetama. A kakvi će ti ljudi biti, takođe nije teško pretpostaviti. Hraniš se sintetikom – postaješ kiborg, postaješ kiborg – hraniš se sintetikom. Tehnogeni hrana, kao i svaka droga, zamagljuje svest na najdirektniji način. A šta iz toga proizilazi? Svest postaje precizno oblikovana prema potrebama sistema, a ne pojedinca.

Konačno, treći faktor koji razmatramo je informaciona intoksikacija. Uporedite savremenog čoveka i onog koji je živeo pre hiljadu godina, kada nije bilo novina, filma, radija, televizije, interneta i mobilnih telefona. To su potpuno različiti ljudi! I osnovna razlika nije u inteligenciji, civilizovanosti, niti u obrazovanju. Stvar je u tome što je savremeni čovek postao navučen na informacionu iglu – više nije u stanju da funkcioniše bez spoljašnjih informacionih tokova. A taj tok informacija na kraju postaje ključni faktor koji društvo zaranja u stanje najdubljeg kolektivnog sna.

Očigledno je da je svest ljudi koji su živeli pre nekoliko hiljada godina bila za neki stepen viša nego kod savremenih ljudi. Nisu bez razloga duhovni tragaoci pokušavali da crpe mudrost iz drevnih kultura starih hiljadama godina. Međutim, to je vrlo teško ostvarivo upravo zato što su ljudi tada bili potpuno drugačiji. A to znači da naš put ka prosvetljenju ne može ni na koji način da se podudara s njihovim. Prvo moramo da očistimo svoje telo i um pre nego što se približimo tim znanjima kojima su drevni ljudi raspolagali.

Kada je civilizacija zakoračila na put tehnološkog razvoja, počeli su da deluju zakoni koji ranije nisu bili приметni. Sada, delovanje tih zakona dovodi do toga da tehnosfera nepovratno prelazi u Matriks. Matriks je neka vrsta konglomerata, sistem u kojem je čoveku dodeljena uloga baterije koja napaja taj sistem. Filmovi kao što su „Matrix” i

„Surrogates” nisu fantazija, već naša vrlo bliska budućnost. Ali ovde nije reč ni u tehnologiji kojom čovek sebe okružuje. Kada ljudi upadnu u globalnu informacionu mrežu (ili društvenu, ako želite), oni padaju pod uticaj sistema. Više nije čovek taj koji upravlja sistemom, već sistem u potpunosti kontroliše i pokorava čoveka. U globalnoj informacionoj mreži je to lako ostvarivo.

Kao što je rekao V. I. Lenjin: „Komunizam je sovjetska vlast plus elektrifikacija celog društva”. Ove reči, u svetlu svega što je ranije rečeno, mogu da se preformulišu na sledeći način: Matriks je masovna glupost plus kiborgizacija celog društva. A kiborgizacija društva je opet masovna glupost plus objedinjavanje svih idiota u jednu društvenu mrežu. Zvuči pomalo ekscentrično, ali, suštinski, tako i jeste. Glavna svrha te mreže je da centralizovano izdaje komande koje će se slepo izvršavati od strane učesnika koji se nalaze u kolektivnoj anabiozi.

Dakle, paradoksalna zakonitost o kojoj je bilo reči na početku, sastoji se u tome da se evolucija svesti, umesto da se podigne na viši nivo, vraća obrnuto, ka početnoj tački.

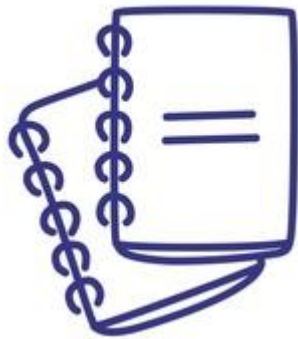
Da li shvatate šta se dešava? Uzgred, zakonitost je da zajedno sa evolucijskom teorijom u poslednje vreme sve više dobija popularnost teorija involucije, prema kojoj majmuni nisu čovekovi preci, već njegove niže forme – degradanti. Međutim, po mom mišljenju, „dehumanizacija” nam ne pretili, bar ne u skorijoj budućnosti. Ali kiborgizacija je vrlo verovatna i to jako brzo.

Možda strašne priče o kraju sveta kojima volimo da plašimo jedni druge, kao u pionirskom logoru nakon večernje smotre, nemaju nikakve veze sa stvarnošću? Kakva tamo neka globalna zagrevanja, hladnoće, poplave ili pad meteorita? Ne, ne deluje tako. Previše je predvidljivo za tako tragičan kraj. Kraj, kako priliči, mora da dođe baš u trenutku kada ga ne očekujemo i baš onako kako ga ne očekujemo. Baš kao što se niotkuda i iznenada pojavljuje san. I onda se postavlja pitanje: nije li vreme da se spremimo za bekstvo sa farme?

Rezime

- Svesnost je sposobnost jasnog snalaženja u stvarnosti i svesnost o sebi: gde se nalazim, šta trenutno radim, zašto baš tako i s kojim ciljem.
- Informisanost o pitanjima savremene nauke i sposobnost da se pritiskaju dugmići uopšte ne garantuju prosvetljenje svesti, već upravo suprotno.

- Kada se područje delovanja naglo sužava, svest se, shodno tome, zadržava u nekom uskom polju.
- U industrijskom društvu, pojedinac se pretvara u šraf, od koga se ne očekuje neka naročita inteligencija.
- Uvođenje tehnologije u procese dobijanja i pripreme hrane dovodi do porasta degenerativnih bolesti i zamagljenja svesti.
- Savremeni čovek je navučen na informacionu iglu – više nije u stanju da funkcioniše bez spoljašnjeg toka informacija.
- Taj tok na kraju postaje ključni faktor koji društvo zaranja u najdublji kolektivni san.
- Naši putevi ka prosvetljenju i putevi drevnih naroda nikako ne mogu da se poklope.
- Matriks je neka vrsta konglomerata, sistema u kome je čoveku dodeljena uloga baterije koja napaja taj sistem.
- Kad ljudi upadnu u globalnu informacionu mrežu (ili društvenu, ako želite), oni padaju pod uticaj sistema.
- Evolucija svesti, u svojoj putanji, ne napreduje ka višem nivou, već se vraća nazad, ka početnoj tački.



Beleške na marginama

Priča o himni zapravo ima svoj nastavak. Ovog leta (2011.) sam pročitao sledeću belešku u vestima. Ne mogu da odolim, a da je ne citiram ovde, a ime i prezime ću izostaviti. „Od sledeće godine, učenici škola Belgorodske i Kostromske oblasti će pre početka nastave izvoditi himnu Ruske Federacije. To je u petak u Lipetsku na sastanku saveta Centralnog federalnog okruga za porodičnu politiku izjavio izaslanik predsednika (sada je kandidovan na još višu funkciju. — napomena V. Z.). On je precizirao da će himnu izvoditi učenici od prvog do jedanaestog razreda i da je „to veoma dobra ideja“. Predstavnik smatra da bi ovaj primer trebalo da se proširi i na druge regione, prenosi ITAR-TASS. Tako stoje stvari.

KONTROLA ŽIVOTNIH POTREBA

Koliko god paradoksalno zvučalo, sistemu je neophodno i korisno da njegovi šrafovi ne budu potpuno zdravi. Energija, pa samim tim i snaga namere, direktno zavise od zdravlja. Energije mora biti samo toliko da bi se obavljale funkcionalne obaveze, ni više ni manje. U suprotnom, šraf može da olabavi i ispadne, pa ode da šeta gde mu se prohte, a to se nipošto ne može dozvoliti. Zadatak sistema je da šraf zadrži u ćeliji koja mu je dodeljena.

Naš zadatak, nasuprot tome, jeste da steknemo dovoljno energije i slobodne volje da sami upravljamo svojom sudbinom. Zamislite: vi sebe smatrate nezavisnom individuum, a zapravo ste samo mali algoritam u složenom programskom modulu. Vaša uloga je da sabirate brojeve, kao u ciklusu: radi... sabiraj... zatim se opet vrati nazad... ponovo sabiraj... a zatim čekaj kad će te opet pozvati... I tako čitav život.

Ili zamislite da ste tranzistor na sistemskoj ploči, čija se šema sastoji od milion istih takvih tranzistora. Svaki obavlja svoju određenu funkciju na određenom mestu. Nekome pripadne dobro mesto, gde nema prašine, nije vruće i saobraćaj megabajta nije opterećen. A nekome je suđeno da radi do iznemoglosti u pregrejanom procesoru, kao u rudniku uglja. I nema se gde pobeći. Gde biste se sakrili u svom selu? Tamo, u prestonici, pod svetlima reflektora ili u udobnim foteljama, gde uživaju oni kojima je sreća naklonjena. A vama nije – vi ste tu gde jeste.

I zaista, čini se da je čoveku nemoguće da promeni svoj položaj. Kako mogu da imam svoju kuću kad mi je plata mizerna? Ko će vas primiti na dobro plaćen posao ako nemate ni iskustvo ni vezu? Kako da se pomerite s mesta ako ste samo tranzistor ili fragment algoritma?

Uprkos tome, moguće je. Ustati s mesta i krenuti na samostalno putovanje, kroz lavirint šema i programskih zavrzlama, dok drugi mirno sede, vezani za svoje ćelije. Krenuti bilo gde, čak i do najudaljenijih delova Matriksa, lutajući njegovim ogromnim svetom dok ne pronađete baš svoj, kao da je specijalno za vas pripremljen, skriveni kutak gde ćete biti slobodni i srećni.

Ali kao prvo, taj tranzistor ili algoritam moraju da budu svesni ko su i gde se nalaze. A za to je neophodno imati *slobodnu energiju i jasnoću svesti* – upravo ono što Matriks oduzima. Sistemu uopšte nije potrebno da čoveka obmota priključcima ili mu ugradi čip u glavu. On ima druge načine, ne tako spektakularne, ali podjednako

delotvorne. Sistem prosto čoveku zavrće *ventil njegovih životnih potreba, u bukvalnom smislu. Energija života treba da teče, ali ne previše.*

Kako se to postiže? Ranije sam već krvne sudove uporedio sa rečnim koritima. Kardiovaskularni sistem je za organizam sistem za *navodnjavanje*, pomoću koga kiseonik, hranljive materije i „ekipe majstora” stižu do svakog organa i ćelije. Pored sistema za navodnjavanje, postoji i *drenažni* – limfni sistem. Limfni sudovi služe kao vrsta kanalizacionih cevi za odvođenje akumuliranih produkata metabo-lizma. Ako sistem navodnjavanja i drenažni sistem na nekim mestima ili u celom telu zakažu, narušava se normalan životni ciklus, energija opada, nastupa bolest.

S godinama, sitni krvni i limfni sudovi se začepuju, atrofiraju i odumiru. Kapilarna mreža se polako „izgladnjuje”, postaje manje gusta i razgranata nego ranije. Kao posledica toga, čovekovo telo se do kraja života pretvara ili u isušenu pustinju ili u ustajalo močvarno tle. I jedno i drugo znači smrt. Ali sve dok postoji barem neko strujanje duž rečnih korita, život se nekako održava.

Međutim, dok su sistemi za navodnjavanje i drenažu nekada, pre nekoliko decenija, sami od sebe prirodno propadali, danas se situacija naglo promenila. Sada su se *procesu začepjenja i odumiranja krv-nih sudova znatno ubrzali pod uticajem tehnogenih faktora*. Tehnogeni hrana direktno zagađuje krvne sudove, jer organi za pročišćavanje ne mogu da se izbore sa hemikalijama i sintetičkim materijama. A elektromagnetna zračenja deluju tako da se naelektrisani eritrociti slepljuju u grozdove – konglomerate. Kada takav konglomerat dospe u uski kapilar, on ga zapušava i on postepeno odumire.

Mozak čoveka koji provodi veći deo vremena u zagrljaju mobilnog telefona, izložen je istom uticaju kao i mozak čoveka koji konzumira alkohol, jer svaka doza alkohola, kao i elektromagnetno zračenje, izaziva slepljivanje eritrocita. Za veće krvne sudove, takvo slepljivanje nije naročito opasno, iako krv, naravno, u takvom stanju, svakako postaje mnogo manje funkcionalna.

Međutim, situacija je potpuno drugačija u mozgu. Ljudski mozak sastoji se od milijardi neuronskih ćelija. Svaku takvu ćeliju hrani njen mikropilar, koji je toliko tanak, da eritrociti mogu da prođu samo u koloni jedan po jedan. Kada se konglomerat eritrocita približi osnovi kapilara, kapilar se začepjuje, a neuron za nekoliko minuta *zauvek* umire. Dakle, bez obzira da li grlio flašu ili mobilni telefon, efekat je isti – munjevito se povećava groblje umrlih moždanih ćelija.

Naravno, ukoliko šrafu mozak nije naročito potreban, na ovaj efekat se mogu

zatvoriti oči. Mozak ima prilično velike rezerve, a njegove sposobnosti se koriste samo u malom procentu – potrajaće do starosti. Mudra Priroda kao da je predvidela da treba napraviti moćne rezervne kapacitete i da značajan deo mozga idiota treba isključiti, inače on neće dugo izdržati.

Međutim, postoji još jedna opasnost – *nastanak tumora mozga usled stalnog izlaganja elektromagnetnim zračenjima*. Proizvođači telefona i operateri mreža su svesni toga, ali ta činjenica ih ne brine – brine ih profit. Korisnici telefona ili ne znaju za to, ili se nalaze u stanju takozvane „sigurnosti stada”. Jer, svi koriste telefone. Zar je moguće da su svi idioti?

Imam za vas radosnu vest: mogu! Čovek je sposoban da prebiva u bezbrižnoj euforiji, ne obraćajući pažnju na upozoravajuće znakove beskrajno dugo, sve dok nesreća ne pogodi njega lično ili dok ne postane očigledno da je celo stado hranjeno – radi klanja.

Do 80-ih godina prošlog veka, svi su sa entuzijazmom pozdravljali pojavu jeftinih građevinskih materijala na bazi azbesta. Niko nije obraćao pažnju na upozorenja stručnjaka o kancerogenim svojstvima tog minerala, a proizvođači azbesta su tada ostvarili ogromne profite. A onda su krenuli masovni slučajevi nastanka tumora. Ali azbestna industrija je bila biznis od mnogo milijardi i proizvođači su još dugo imali mogućnost da lobiraju za svoje interese, nastojeći iz sve snage da dokažu „apsolutnu bezbednost”.

Trenutno je azbest potpuno zabranjen samo u zemljama Evropske unije. Azbestni rat još uvek nije završen. Zašto? Još nije došlo vreme. Stvar je u tome što se tumori razvijaju veoma sporo, otprilike 35-40 godina. Ako uzmemo u obzir da je vrhunac upotrebe azbesta bio krajem sedamdesetih i početkom osamdesetih godina, lako je shvatiti da vrhunac kancerogenih bolesti tek predstoji – od 2015. do 2020. godine. Sat još uvek otkucava.

(Knjiga je napisana 2012. godine. Sada, osvrćući se na pomenute godine, postaje jasno da su se pretpostavke potvrdile. Broj onkoloških bolesti je u neprekidnom porastu, a onkološki dispanzeri su pretrpani.)

Očigledno je da će posledice široke primene mobilne telefonije početi da isplivavaju negde od 2035. godine. Kakva će biti priroda i razmere tih posledica, niko ne zna. Najstrašnije od svega je što je to *globalni eksperiment* koji se sprovodi na celom čovečanstvu. A s obzirom na to da elektromagnetno zračenje, između ostalog, dovodi do

genetskih promena, može se smatrati da se ovaj lud eksperiment ne sprovodi samo na sadašnjoj, već i na budućoj, još nerođenoj generaciji.

Možda će se nekome učiniti da od muve pravim slona. Ali čak i ako zaboravimo na statistiku tehnogenih bolesti, koju sam već naveo, a razmotrimo dva tako suprotna polariteta kao što su vojni regruti i profesionalni sportisti, dobijamo sledeću sliku.

Regruti se biraju u skladu s minimalnim zdravstvenim standardima, dok je sportistima potrebno maksimalno zdravlje. U Rusiji, trenutno, 30% mladih ljudi u uzrastu za služenje vojnog roka se proglašavaju nesposobnim za vojsku. Zamislite: svaki treći je nesposoban. Koliko se sećam, pre 30 godina samo nekoliko pojedinaca nije prolazilo lekarski pregled, i to je bilo uprkos mnogo strožim zahtevima tog vremena. Sada je standard sposobnosti znatno snižen, jer u suprotnom – ne bi bilo regruta.

Profesionalni sportisti su praktično zavisni od lekova. Bez stimulatora, postaje nemoguće da se izdrže napori i da se pobedi na takmičenjima. Na primer, da biste povećali hemoglobin, morate da uzimate preparate bogate gvoždem. Ali da bi se gvožđe bolje apsorbavalo, morate uzeti još jedan lek. A taj lek, zauzvrat, izaziva gorušicu, pa vam je potreban sledeći. A sledeći dovodi do poremećaja sna, pa morate da dodate još jedan za nesanicu. I tako dalje, u krug. Nikoga više ne brine pitanje da li je dobro koristiti stimulanse i suplemente. Brine ih samo šta od sve te hemije spada u doping, a šta ne.

Medicina nije previše zabrinuta zbog svih ovih činjenica. Naprotiv, medicina i farmakologija su takođe ogroman biznis. Tom biznisu nisu potrebni zdravi, već bolesni pacijenti. Još uvek ste zdravi? Onda mi dolazimo kod vas!

Ali šta je sa sistemom, zar on nije zainteresovan da iscrpi svoje šrafove do kraja? Ne, naravno, kao što sam već rekao, element sistema mora da bude zdrav, pun energije i mentalno stabilan samo koliko je potrebno da obavlja svoje funkcionalne dužnosti, *ni više ni manje*. Sada se ne zahtevaju naročite fizičke sposobnosti. Proizvodnja postaje sve više automatizovana. Čak i vojne tehnologije idu ka tome da će se uskoro i ratovi voditi samo tasterima i džojsticima.

Pa eto, „*ventil osnovnih životnih potreba*” se koristi upravo za *regulisanje funkcionalnosti*. Taj ventil prekrivaju elektromagnetno zračenje i sintetička hrana. Medicina i farmakologija pomažu održavanje na određenom nivou, ali ne dozvoljavaju da se podignemo iznad tog nivoa. Kao rezultat toga, ako čovek koristi sve systemske proizvode, uslove i pravila, njegovo zdravlje, energija i svest su zarobljeni u tom

koridoru – „ni manje ni više”. Taj koridor, zapravo, služi kao vrsta Matriksa koji ne dozvoljava oslobađanje i traženje sopstvenog puta, čak ni unutar strukture Matriksa.

Dakle, zahtevi prema šrafu nisu visoki, a njegov zadatak je sledeći:

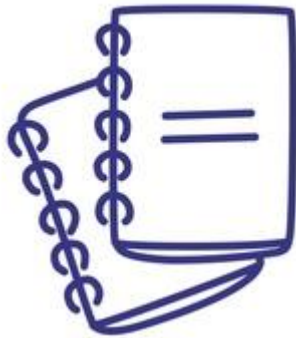
Sedi na svom radnom mestu, u svojoj ćeliji, i pritiskaj dugmiće kako je propisano. Stvaraj proizvode sistema i koristi sve što ti on pruža. Potčini se pravilu klatna: „radi kao ja”. Poštuj princip društva: „ako svi to rade, onda je to ispravno”. I nemoj ni da pomisliš da napustiš zajednički stroj. Ali najvažnije – uvek budi konektovan, na mreži. Budi u sistemu. Ne odvajaj se od uređaja neophodnih za to. Obrati pažnju na dolazni tok informacija. Učestvuj u opštem horu klikova i lajkova kako bi uvek rezonovao s mrežom, bio njen deo. Ne traži svoj put – bićeš usmeren. Ne razmišljaj, ne zamajavaj svoju glavu – reći će ti i pokazaće ti. Na tebi je da naučiš da klikćeš i lajkuješ na najprimitivnijem nivou, da izgradiš potrebne uslovne reflekse kako bi pravilno lajkovao na pravom mestu u pravo vreme – bilo da je u pitanju miš, korpa za kupovinu na sajtu ili glasački listić. A kada nastupi trenutak, budi spreman da se pridružiš mnogobrojnim redovima koji marširaju u skladu sa opštom strukturom tamo gde... Pa, uglavnom, reći će ti gde. Ti, pre svega, budi spreman, sitni šrafu.

Rezime

- Sitan šraf mora da ima dovoljno energije da bi obavljao svoje funkcionalne dužnosti, ni više ni manje.
- Sistem prekriva ventil čovekovih životnih potreba u bukvalnom smislu, tako da životna energija teče, ali ne preterano.
- Ako sistem za navodnjavanje i drenažu na nekim mestima ili u celom telu bude oštećen, normalan životni ciklus će biti narušen, energija će padati i nastupiće bolest.
- Tehnogenom hranom se direktno i konkretno zagađuju krvni sudovi, jer „čistači postrojenja” u telu ne mogu da se izbore sa hemijom i sintetikom.
- Elektromagnetno zračenje deluje na naelektrisane eritrocite tako da se oni slepljuju u grozdove – konglomerate.
- Usled stalnog delovanja elektromagnetnog zračenja postoji opasnost od nastanka tumora mozga.
- Posledice široke implementacije mobilne komunikacije će početi da se

ispoljavaju negde od 2035. godine. To je globalni eksperiment koji se sprovodi na celokupnom čovečanstvu.

- Ventil čovekovih životnih potreba se koristi za regulisanje njegove funkcionalnosti.



Beleške na marginama

*Koliko god čudno zvučalo, ali u tehnogenom sistemu (ako ste zaista deo sistema, na farmi) **resursi vaših osnovnih životnih potreba nisu pod vašom kontrolom.** Zamislite, neko kontroliše vaš ventil. Ili upravlja vašom*

sudbinom. Ko to treba da radi? Vi ili neka spoljašnja sila?

OTVARANJE VENTILA

Da biste preuzeli kontrolu nad svojim životom, potrebno je da učinite jednu prostu stvar – prestanete da gutate sistemske tablete.

Kao prvo, da se odreknete hrane koja sadrži GMO, hemije, sintetike, kao i suplemenata koji se lažno reklamiraju kao „prirodni”. Prava prirodna hrana ne zahteva nikakve suplemente. Potrudite se da na minimum smanjite prisustvo hemije i sintetike u svakodnevnom životu.

Kao drugo, mobilni telefon koristite onako kako je prvobitno naznačen – kao telefon (ili ga isključujte kada je potrebno). Uzimajte ga u ruke samo kada zaista postoji potreba, držite ga podalje od tela, naročite glave. Jedino efikasno sredstvo koje omogućava izbegavanje direktnog zračenja na mozak su slušalice i mikrofon sa žicom. Baš sa žicom, a ne putem nekog drugog oblika prenosa.

Kao treće, treba svesno dozirati priliv informacija, kao i sopstveno učešće u globalnoj informacionoj mreži. O tome ćemo detaljnije razgovarati kasnije.

Ovo su najhitnije mere koje treba preduzeti da bismo se oslobodili priraslica Matriksa. Međutim, ni to neće biti dovoljno – takođe je potrebno otvoriti i ventil koji je sistem zatvorio. *Oživeti sistem za navodnjavanje i drenažu organizma.*

Još jednom ćemo ponoviti zašto je to potrebno. Krvni i limfni kapilari vremenom umiru, isušuju se. Tehnogeni sistem značajno ubrzava ovaj proces. Zbog toga život savremenog čoveka doslovno upada u „makazice” između 20. i 40. godine. Kao mlad stručnjak, još uvek niste potrebni nikome jer nemate iskustva, a posle četrdesete niste potrebni jer su iz vas iscedili sve što je moguće. Iz tog razloga, posle četrdesete godine, više niste zanimljivi ni suprotnom polu, a vaš kreativni vrhunac je već prošao. Niste stigli ni da počnete da živite, sve je već iza vas. Zar to nije apsurdno?

Bolesti se takođe sve više podmlađuju. Još jednom ćemo ponoviti jednu prostu istinu koju, iz nekog razloga, niko jasno ne izgovara glasno i verovatno je malo ko svestan: *sistemu nisu potrebni potpuno zdravi elementi, jer će u suprotnom izmaći kontroli.* Naravno, morate da idete na posao i izvršavate svoje obaveze, ali isto tako morate stalno i hronično da budete bolesti, posećujete lekare i pijete lekove. Samo na taj način ispunjavate zahteve sistema.

Bolest, kao što je poznato, nastaje tamo gde se narušava mikrocirkulacija unutrašnje sredine – krvi, limfe, međucelijske tečnosti. Pored samih bolesti, posledica

poremećene mikrocirkulacije su i prekomerna telesna težina, gojaznost, celulit, prerano starenje, smanjenje mišićne mase, potencije, intelekta, ukupne životne energije. Činjenica da se 80% krvi nalazi u kapilarima, sama po sebi već govori. Ventil se nalazi upravo tamo. Može se otvoriti pokretanjem *mikrocirkulacije krvi i limfe*.

Metode su odavno poznate: kretanje, fizička opterećenja, polivanje ledenom vodom, kontrastno tuširanje, parne saune. Međutim, najefikasnije sredstvo, otkriveno još na početku prošlog veka, jeste *kapilaroterapija*, a posebno *terpentinske kupke*. Ovu metodu je razvio ruski naučnik, profesor A. Zalmanov. Slična istraživanja su sprovedli danski profesor A. Krog, za šta je dobio Nobelovu nagradu.

Suština ove metode je u tome da se podstakne aktivno kretanje krvi i limfe kroz krvne sudove. *Kapilaroterapija je aktiviranje protoka životnih tokova kroz sve mreže vitalne energije*. Ako se uspostavi normalno funkcionisanje ovih mreža i svih životnih tokova po njima, organizam će sam povratiti svoju funkcionalnost. To uključuje imunitet i normalnu razmenu materija, pri čemu se čovek ne razboljeva, oseća se prepun energije i dobrog je fizičkog izgleda.

Kao stimulans, koristi se terpentin, koji je zapravo eterično ulje dobijeno iz smole četinarskih drveća. *Kupka u koju se dodaje terpen-tin deluje na sledeći način: stimuliše kožne receptore, pokreće krv-ne i limfne kapilare koji se šire i postaju aktivni*. Pored kapilara, poboljšava se i provodljivost nervnih vlakana, oživljava i normalizuje se vegetativni nervni sistem. U rezultatu toga, *otvara se ventil održavanja života koji je zatvorio Matriks*.

Za pripremu terpentinskih kupki se naravno ne koriste tehnički rastvarači, već specijalne smese: *bela emulzija* i *žuti rastvor*, koji sadrže visokokvalitetni terpentin dobijen iz smole. Iako je ova metoda otkrivena još pre jednog veka, nije zaboravljena ni danas. Jer ona je zaista delotvorna. Ne uklanja samo simptome, već leči uzrok i zbog toga je efikasna. To je preventivna medicina i dostupna je svakome ko želi da preuzme kontrolu nad svojim životom.

Emulzije koje je izumeo profesor Zalmanov se još uvek prodaju u apotekama, kao i pre sto godina. Bolje sredstvo za obnavljanje mikrocirkulacije još uvek nije izmišljeno. Farmaceutskim kompanijama, uprkos svim njihovim naporima, izgleda da je teško da odbace ili prepuste zaboravu sredstvo koje zaista leči, a ne vrti ventil tamo-amo.

Terpentinske kupke se po svom dejstvu mogu podeliti na bele, žute i mešovite.

Bela emulzija izaziva ritmičke kontrakcije kapilara. To se oseća kao blago peckanje

i trnjenje kože. U tom trenutku, uspavani kapilari se ponovo otvaraju i obnavljaju svoju funkcionalnost. Krvni pritisak se povećava.

Žuti rastvor poseduje efekat pročišćenja, izaziva znojenje, širi kapilare, čisti ih i eliminiše toksine iz organizma. Snižava krvni pritisak.

Mešovite kupke poseduju svojstva i belih i žutih. Upotreba bele emulzije, žutog rastvora ili njihove mešavine zavisi od nivoa krvnog pritiska, individualnih osobina i ličnih preferencija.

Ne postoje stroga pravila, ali se preporučuje pridržavanje uputstava koja se prilažu uz sastave. Kontraindikacije su retke, ali je sam Zalmanov smatrao da kupke ne mogu nikome da naškode ako se umereno koriste, vodi se računa o sopstvenim osećajima i izbegava jača nelagodnost. Opšti principi u primeni kupki su sledeći:

Napunite kadu toplom vodom, pri čemu temperatura treba da bude u rasponu od 36-39 °C. Temperatura se podešava u skladu s vašim zdravstvenim stanjem i opštim osećajem. Ne bi trebalo da osećate jaku nelagodnost. Za zdravu osobu, temperatura od 39 °C je prihvatljiva.

Za prvi put, uzmite 1-2 kašike bele emulzije ili žutog rastvora, pomešajte sa istom količinom vruće vode, zatim sipajte smesu u posudu zapremine od 3-5 litara (na primer, kofu). Zatim napunite posudu vrućom vodom, dobro promešajte i sipajte u kadu. Nakon toga, nekoliko puta zahvatite vodu iz kade kofom i vraćajte je nazad, prosipajući s visine, da bi se voda dobro izmešala, a emulzija sjedinila.

Preporučeno trajanje kupke je u proseku 15 minuta, ali može biti i duže, u skladu s tim kako se osećate. Nakon određenog vremena, primetićete pojačano znojenje i blago peckanje ili osećaj žarenja. Zajedno sa znojem, iz tela se izbacuju otpadne materije i toksini. Ukoliko je peckanje prejako, to ukazuje na potrebu da se smanji količina emulzije. Ukoliko ne osećate ništa, sledeći put povećajte dozu. Ukoliko osetite drhtavicu, pregrevanje ili bilo koju drugu nelagodnost, to znači da je vreme za izlazak iz kade.

Efikasnost ove procedure se značajno može povećati ako tokom kupke usmerite pažnju na mentalne obrasce.

Moj organizam se čisti, obnavlja, oporavlja i razvija (podmlađuje). Otpadne materije i toksini se izbacuju iz tela. U čistom organizmu, energija teče lako i slobodno. Ja sam kao planinska reka. Ja sam čista, bistra, snažna planinska reka. Planinska reka spira sve zastoje i prljavštinu iz tela. Sve otpadne materije, toksini,

sluz i paraziti se ispiraju. Ja sam čista planinska reka.

Moj krvotok, limfni i nervni sistem se u potpunosti obnavljaju. Krvotok je kao sistem za navodnjavanje, hrani svaki organ, svaku ćeliju svim potrebnim. Limfni sistem je drenažni sistem, izbacuje otpadne materije, toksine i produkte metabolizma iz tela.

Moj nervni sistem je sistem upravljanja mojim organizmom. On je pod mojom kontrolom i pokorava mi se. Nervni sistem se stabilizuje, osećam se mirno i samouvereno.

Svaki krvni sud koji je prethodno dremao, sada se budi, vibrira, oživljava, aktivira se, čisti sebe i sve oko sebe. Ceo moj sistem za navodnjavanje se obnavlja i razvija.

Svaki limfni sud koji je prethodno dremao, sada se budi, vibrira, oživljava, aktivira se, čisti sebe i sve oko sebe. Ceo moj sistem za drenažu se obnavlja i razvija.

Svako nervno vlakno se budi, vibrira, oživljava, aktivira se. Sada imam zdrav i snažan nervni sistem. Osećam mir i samopouzdanje.

Sistem za navodnjavanje, drenažu i nervni sistem se potpuno obnavljaju i razvijaju. Kvalitetna i pravovremena pažnja dopire do svakog organa i svake ćelije. Hranljive materije i kiseonik dolaze na vreme, a produkti metabolizma se izbacuju na vreme. Sada su svi sistemi životne podrške pod mojom kontrolom.

Kako se telo pročišćava, svest postaje sve bistrija. Imam jasan um. Sve jasno vidim, razumem i jasno se izražavam. Imam snažnu energiju, intelekt i svest. Lako se nosim sa svim zadacima. Ja upravljam svojom stvarnošću.

Moj organizam se potpuno obnavlja i podmlađuje. Pokrenuti su procesi regeneracije, proces starenja se okreće unazad. Osećam ogromnu energiju i snagu. Izgledam jako dobro. Odlično zdravlje se ogleda na mom spoljašnjem izgledu. Ja sam čisto savršenstvo.

Mentalni obrasci se mogu skratiti ili proširiti, promeniti ili preoblikovati po sopstvenom nahođenju. Važno je da u njih ne dodajete ni najmanje pominjanje problema (na primer, „bolest se povlači“). *Nema problema, nema bolesti – samo jasna orijentacija na dostizanje savršenstva i razvoj.* Izgovarajte u sebi sve ono što želite da postignete.

Kupka sama po sebi obavlja posao, ali uz pomoć mentalnih obrazaca se njena efikasnost znatno povećava. Kao što već znate, Transurfing dostiže svoju punu snagu kada se primenjuje sveobuhvatan pristup: kako razmišljamo, kako se hranimo i kako

se krećemo.

Možete biti sigurni da sve to ima snažan efekat. Sami ćete se u to uveriti. Mentalni obrasci tokom kupki posebno su moćni jer voda beleži nameru koju izražavate. Kupka je svojevrsni informacioni rezonator koji ponavlja i pojačava vaše mentalne obrasce.

Usmerite svoju nameru ka cilju. Cilj može da bude bilo koji, ali u ovom slučaju je najlogičnije da pažnju usmerite na zdravlje. Kada imate zdravlje, snažnu energiju i jasan um, sve ostalo će postepeno doći.

Ako tokom kupke osećate nelagodnost, treba ublažiti parametre – smanjite dozu emulzije, trajanje, temperaturu. Važno je zapamtiti da snažna nelagodnost neće doneti nikakvu korist; poželjni su umerenost i postepenost.

Ukoliko nakon izlaska iz kade osetite vrtoglavicu, možete na trenutak sesti, proći će brzo.

Dozu emulzije svaki put treba povećavati za pola kašičice. Kao mericu, možete da koristite plastičnu čašu i markerom obeležavate nivo prethodne doze. Maksimalna doza je između 150 i 180 ml. Kada dostignete maksimum, nemojte više povećavati dozu, čak i ako ne izaziva peckanje.

Ako imate povišen krvni pritisak, preporučljivo je da na početku, dok se pritisak ne normalizuje, koristite „žutu” kupku. I obrnuto, ako vam je pritisak nizak, „belu”. Takođe, možete da koristite kombinaciju ove dve emulzije – pola bele i pola žute.

Ljudi s normalnim pritiskom mogu da smenjuju „belu” i „žutu” kupku. Na primer, jedan dan koristite belu emulziju, drugi dan žutu, treći dan kombinovanu. Takođe, možete potpuno da pređete na kombinovane kupke ili izaberete ono što vam najviše odgovara.

Nakon izlaska iz kade, umotajte se u mek pamučni ogrtač, obujte vunene ili tople lanene čarape i ležite u krevet i pokrijte se toplim ćebetom. To je sledeći korak. Treba ležati 30-40 minuta. U tom periodu, znojenje i blago peckanje na koži se nastavljaju jer emulzija još uvek deluje.

To vreme možete da iskoristite na koristan način – za ostvarenje svojih ciljeva. Na primer, možete se baviti tehnikom slajda ili razmišljati o stvarima za koje inače nemate vremena. Jer, priznajte da ste gotovo uvek nečim zauzeti i nikada nemate nijedan minut da se umirite i o nečemu razmislite. Čak i ako samo učvrstite pažnju na ciljeve to će imati svoju vrednost. Ujutro možete sebi da postavite zadatke za taj dan – lakše ćete ih ostvariti. Veče možete da iskoristite za procenu postignutih uspeha – to će ih dodatno učvrstiti. Ova vrsta

aktivnosti će sigurno doneti nešto novo u vaš život i dati svoje plodove.

Ako se kura izvodi pre spavanja, možete slobodno nastaviti da spavate. Međutim, da biste postigli pun efekat buđenja i pokrenuli sve sisteme za održavanje života, preporučljivo je da je sprovedite ujutro. U tom slučaju, po ustajanju iz kreveta, trebalo bi da se uputite u kupatilo, sipate hladnu vodu u veću posudu (koju lako možete da podignete) i postavite je na dasku, položenu na ivice kade (da je ne biste podizali s poda). Što je voda hladnija, to je bolje. Nakon toga, istuširajte se toplom vodom (ali ne vrućom), kako biste se zagrejali ako vam je hladno, da biste isprali sa sebe sve što je izašlo zajedno sa znojem. Ako koristite žuti rastvor, bolje je da koristite sapun. Nakon zagrevanja, polijte se vodom i još nekoliko sekundi nakon toga isperite celo telo hladnom vodom pomoću tuša. U tom trenutku ćete u potpunosti osetiti šta znači „otvoriti ventil” – *energija će poteći tako snažno, kao što do sada nikad niste iskusili.*

Potrebno je da budete obazrivi s hladnom vodom ako imate srčane ili probleme s pritiskom. Kontrast temperature treba postepeno povećavati, prelazeći svakog dana na sve hladniju vodu. Ako vam je zdravlje ozbiljno narušeno, umerenost i postepenost treba da budu vaš moto. Nikako ne dozvolite da se dovedete u stanje jake nelagodnosti.

Pre, tokom i nakon kure, obavezno unosite što više tečnosti – obične vode ili biljnog čaja. Ako ne želite da pokvasite kosu, možete da koristite kapu za tuširanje. (Detaljno sve objašnjavam jer postoje ljudi koji nikada nisu praktikovali nešto slično i za koje će ovi detalji biti važni.)

Vaša ishrana ne sme da sadrži sintetiku iz supermarketa niti lekove. Nema svrhe otvarati ventil i istovremeno ga zatvarati. Vaša hrana treba da bude prirodna, bez hemije, sintetike i GMO. Ako je zdravlje toliko narušeno da ne možete bez lekova, obavezno se konsultujte s lekarom. Prvo treba prevazići krizu, a tek se potom posvetiti procesu ozdravljenja.

Kapilaroterapija, zajedno s prirodnom ishranom i fizičkim vežbama, omogućava vam da upravljate svojim vitalnim sistemima i ventil uvek držite pod kontrolom. (Ko to treba da uradi: vi, neka spoljašnja sila ili sistem? Shvatate li koliko je to važno?) U mladosti, ovakva kontrola omogućava da se očuva kondicija, dok u zrelijoj dobi pomaže da se obnovi sve što je izgubljeno.

A. Zalmanov je preporučio da se kupke primenjuju svaki drugi ili treći dan. Možete da ih kombinujete s vežbama. Na primer, jedan dan kupka, drugi dan fizičke vežbe.

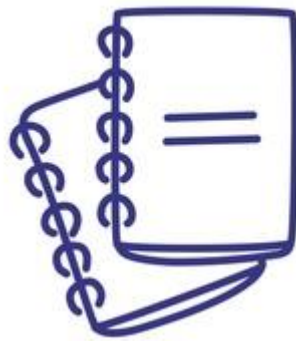
Naravno, terpentinske kupke su vežbe za krvne sudove.

U režimu svaki drugi ili treći dan, trebalo bi da primenite 30 ili više kupki, u zavisnosti od stanja vašeg zdravlja. Nakon toga, možete da pređete na režim jednom nedeljno. Već nakon mesec dana od početka kure, ili čak ranije, primetićete značajna poboljšanja u svom opštem stanju, fizičkoj kondiciji i izgledu. Ljudi koji vas sretnu će se pitati gde ste se tako dobro odmorili.

Rezime

- Izbacite hranu koja sadrži GMO, hemiju, sintetiku i tzv. „prirodne” suplemente.
- Potrudite se da maksimalno smanjite hemikalije i sintetiku u svakodnevnom životu.
- Mobilni telefon koristite samo u svrhu telefonskih razgovora, koristeći slušalice sa žicom, što dalje od glave i tela.
- Svesno dozirajte dotok informacija, kao i svoje neposredno učešće u globalnoj informacionoj mreži.
- Ventil možete da otvorite aktiviranjem mikrocirkulacije krvi i limfe.
- Obnavljanje sistema za navodnjavanje i drenažu organizma: terpentinske kupke, polivanje hladnom vodom, parna sauna, kontrastni tuš, fizička aktivnost.
- Kapilaroterapija je stimulacija cirkulacije kroz sve vitalne mreže.
- Terpentini deluje tako što stimuliše kožne receptore, pokreće krvne i limfne kapilare koji se šire i postaju aktivni.
- To je preventivna medicina dostupna svakome. Ne leči simptome, već uklanja uzrok, zbog čega i funkcioniše.
- Efikasnost kure se može znatno povećati ako se tokom kupke koncentrišete na mentalne obrasce.
- U tim mentalnim obrascima ne treba da budu prisutni nikakvi problemi, niti bolesti – samo jasna orijentacija na savršenstvo i razvoj.
- Kupka je svojevrsni informacioni rezonator koji ponavlja i pojačava vaše mentalne obrasce.
- Ukoliko vam je zdravlje jako zapušteno, trebalo bi da budete umereni i postepeni. Ne smete dovesti sebe do stanja jake nelagodnosti.
- Pre, tokom i nakon kure treba unositi dovoljno tečnosti.

- Ukoliko je zdravstveno stanje takvo da je neophodno koristiti lekove, obavezno se posavetujte s lekarom. Prvo je potrebno izaći iz kriznog stanja, a tek se onda posvetiti ozdravljenju.



Beleške na marginama

Nekome će se možda učiniti začuđujućim: da bi se čovek izbavio iz Matriksa, nude mu se ovakve primitiv-ne, prizemne, takoreći „ambulantne” metode. Ne impresionira? Naravno, mnogo upečatljivije bi bilo nešto egzotično, kao što je „deaktivacija čipa u glavi”. Međutim, upravo su ovo realne metode koje su delotvorne. Egzotika je rezervisana za Holivud. Kada vas budu pripremali da vam ugrade pravi čip u glavu, više nećete biti u stanju to ni da shvatite. A tada će biti kasno.

HAKOVANJE I UNIFIKACIJA LIČNOSTI

Šta je čoveku neophodno da samostalno upravlja svojom sudbinom? Tri jednostavne, ali istovremeno nedovoljno dostupne stvari.

Slobodna volja.

Slobodna svest.

Slobodna energija.

Nisu potpuno dostupne iz razloga koje smo otkrili u prethodnim poglavljima, jer u sistemu (Matriksu) postoje tri faktora koji ograničavaju.

Zarobljavanje pažnje.

Zamagljivanje svesti.

Blokiranje energije.

Međutim, postoji još jedan, nejasno prepoznatljiv, ali jednako snažan faktor ograničenja - *nazovimo ga pritiskom života uopšte, onakvog kakav jeste, koji vam je nametnut.*

Ako pogledamo sebe, svet koji nas okružuje i naše mesto u njemu, lako ćemo shvatiti da nas neprestano nešto opterećuje, nekakvo breme okolnosti, obaveza, uslova, konvencija, ciljeva, vrednosti. Život je naporan jer kao da nam je nametnut spolja. Svako ko dođe na ovaj svet je obdaren sopstvenom individualnošću, jedinstvenošću. Cilj igre je zajednički, a pravila su ista za sve.

Isto takvo opterećenje osećamo i u nekom mračnom, nesvesnom snu. Taj san vam je nametnut, dat, niste ga vi izabrali. I to vas pritiska jer ste primorani da živite u tom snu, a istovremeno ne razumete zašto vam je to dato i zašto ne možete ništa da promenite. Jer negde duboko u duši tinja zaboravljen osećaj da ste nekada bili slobodni i sposobni za sve, i da za vas ništa nije bilo nemoguće. A sada, iz nekog razloga, niste slobodni, steže vas nešto i mogućnosti su vam veoma sužene.

Opterećujući pritisak se naročito ogleda u činjenici *što se ljudima nameću lažni ciljevi, lažni stereotipi, šabloni uspeha i putevi kako da se on postigne.* Sve to većim

delom nije u skladu sa individualnim kvalitetima, to urušava ličnost, slama **Ja**. Ali ljudi, budući da su u nesvesnom snu, *misle da treba da se prilagode tim standardima*.

Doslovno se dešava sledeće: na ljude se vešaju određene *mentalne hvataljke*. Razum i volja su zarobljeni, kao odelo koje je prvo bilo komotno i udobno, a zatim su ga stegnuli i prikovali sa svih strana. *Ljudi koračaju potpuno opustošeni, bez energije*. Energija namere je blokirana hvataljkama usled čega nastaje zastoje, neprohodnost, kočenje. U takvim uslovima sposobnost upravljanja sopstvenom stvarnošću se smanjuje do najprimitivnijeg, rudimentarnog nivoa.

Ove hvataljke se kače u skladu sa sledećim algoritmom.

1. Sliku nam prikazuju kao slatkiš, mamac koji treba da uhvatimo (konstantno nam pokazuju iste stereotipne „slatkiše”).

2. Iz slike izvlačimo zaključak (dedukcija) koji nam se daje na procenu: da li verujete, da li se slažete?

3. Zatim nam se precizno objašnjava da je „slatkiš ukusan”, ali da u ovom svetu ništa ne dolazi jednostavno i lako. I ponovo: da li se slažete?

4. Ako je odgovor potvrđan, kači se hvataljka.

Evo primera kako se to radi.

Dobar posao je prestižan, čist i dobro plaćen. Da li želite takav posao? Naravno da želite. Na takve poslove primaju ili izuzetne stručnjake s velikim iskustvom, ili preko poznanstava. Vi nemate ni iskustvo ni vezu. Da li se slažete? To znači da nećete imati dobar posao. Ne verujete? Zna li koliko je ljudi kao što ste vi koji žele da zauzmu dobro mesto? Pa čak i onih koji su mnogo bolji od vas. Poslodavci biraju najbolje. Vi niste najbolji. Da li se slažete? Ta-ta-kođe. O dobrom poslu možete samo da sanjate. Nemojte čak ni da pokušavate. Radite na sebi. Treba da puno, naporno i teško radite.

Ali ako bi se našao neko ko s tim nije saglasan, ko ne bi odmah i u potpunosti poverovao, onda bi ga prvo neuspešno iskustvo brzo postavilo na svoje mesto. Kao rezultat, čovek koji je utučen takvim položajem stvari, *prihvata ponuđenu sliku u konfiguraciju svog sveta i zapada u mučan san*. Čitav svet oko njega je agresivno i neprijateljsko okruženje u kojem je veoma teško izboriti se za svoje mesto pod suncem.

U stvari, savremeni čovek je *uvučen u trku za svim onim što, s gledišta društva, mora da postigne*, i zbog toga se nalazi u stanju neprestanog stresa. Neverovatno je

kako on sve to izdržava. A pritisak se svakog dana povećava. Zašto?

Stereotipi društva donedavno nisu imali tako ogroman pritisak i snagu, jer nije postojao taj *globalni sistem sinhronizacije informacija* kao što postoji danas. Sada je sve povezano u jednu mrežu. Naizgled bezazlena *razmena informacija* se odvija munjevitom brzinom. Međutim, sama razmena informacija nije najbitnija. Ključnu ulogu igra potpuno drugi proces – *razmena mišljenja*. Sve vrste rejtinga, izbora, selekcija, takmičenja, televizijskih šou-programa, blogova, foruma, YouTube kanala i, konačno klikova „sviđa mi se – ne sviđa mi se” – sve je to razmena i *sinhronizacija mišljenja*.

Zanimljivo je da niko ne razmišlja o tome kome i zašto je to potrebno. Sistem kao da je namerno programirao ljude da rado razmenjuju mišljenja o bilo kojoj temi, ne pitajući se o cilju i smislu onoga što se dešava. Svima se čini da igraju neku zabavnu igru. Pritom se stvara potpuna iluzija kao da svaki učesnik igra sam, izražavajući svoju slobodnu volju. I niko ne sumnja da igru kontroliše neko izvan toga i da postoji cilj koji nije obelodanjen. Nikome ne pada na pamet da nije on taj koji vodi, već da je vođen.

U čemu se sastoji cilj i smisao? Najneprijatnija i najljigavija osobina sistema je njegova sposobnost da plete iluzije i deluje neprimetno, iz prikrajka. *Čovek u sistemu počinje da želi upravo ono što je korisno sistemu*. Njegova svest postaje jasno oblikovana u skladu s potrebama sistema. Kako se to postiže? Potrebno je pretvoriti nekonvencionalnu individualnost u standardizovani šraf. Njegov pogled na svet, vrline, mane, sposobnosti, potrebe – sve mora biti unificirano. Polako, neprimetno, na ovaj ili onaj način, one way or another, u isti koš moraju da stanu svi i sve.

Dakle, „sviđa mi se – ne sviđa mi se” – u bilo kom obliku – predstavlja način *sinhronizacije mišljenja, unifikacije vrednosti, stvaranja standarda i stereotipa*. *Svako zasebno i jedinstveno Ja postepeno se niveliše pod pritiskom „javnog mnjenja”*. U tome je ceo smisao i cilj igre. Sve je veoma jednostavno: što su mišljenja bolje sinhronizovana, to su šrafovi „isti”. Oni će silaziti s trake, svi kao jedan, unificirani i standardizovani. Svaki totalitarni sistem funkcioniše po tom principu.

A tehnogeni sistem, sa svojom pohlepom, licemerjem, lažnom „demokratijom” i drugom truleži, zar je bolji od totalitarnog? Ne, nimalo. Jedina razlika je u sledećem: u totalitarnom sistemu se unifikacija sprovodi prisilno, a u tehnogenom – tiho, neprimetno, iz prikrajka.

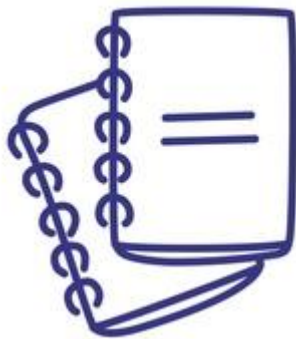
U suštini, kačenje mentalnih hvataljki je upravo taj proces nivelisanja ličnosti. Princip društva „*ako svi misle i rade tako, onda je to ispravno*” služi kao vrsta osovine

oko koje se vrti taj proces. A kao pogonski šraf, iznenađujuće, nastupa nešto na šta „niko ne bi pomislio, ili u šta “niko ne bi poverovao” – *bezazleni oblici razmene mišljenja* u globalnoj mreži.

Žive primere, kako se sve to dešava u stvarnosti, lako ćete videti i sami ako pažljivije pogledate. Pa, preostaje nam samo da budemo zadivljeni koliko je genijalno *samoorganizovan* taj sistem.

Rezime

- Slobodnom čoveku neophodna je slobodna volja, slobodna svest i slobodna energija.
- U sistemu (Matriksu) postoje faktori koji ograničavaju: zarobljavanje pažnje, zamagljivanje svesti, blokiranje energije.
- Još jedan faktor je pritisak samog života, takav kakav jeste, nametnut čoveku.
- Život izaziva napetost jer je, na neki način, nametnut spolja.
- Savremeni čovek je uvučen u trku za postizanjem svega što, po oceni društva, treba da dostigne.
- Ljudima se nameću lažni ciljevi, lažni stereotipi, šabloni uspeha i načini za njihovo postizanje.
- Budući u nesvesnom snu, ljudi misle da moraju da se prilagode tim standardima.
- Ljudi su priklješteni hvataljkama društva, ograničeni, opustošeni.
- Donedavno, stereotipi društva nisu imali takav obim i snagu, jer nije postojao globalni sistem sinhronizacije informacija koji postoji danas.
- Sama razmena informacija nije najvažnija. Ključnu ulogu igra sasvim drugi proces – razmena mišljenja i sinhronizacija stavova.
- Stvara se potpuna iluzija kao da svaki učesnik igra sam, izražavajući svoju slobodnu volju.
- Niko i ne naslućuje da se igra kontroliše spolja i ima cilj koji nije obznanjen.
- Svako pojedinačno i jedinstveno Ja se postepeno poništava pod pritiskom „javnog mnjenja”. U tome je ceo smisao i cilj igre.



Beleške na marginama

*Na ovakav zanimljiv način, u sistemu se vrši hakerski napad na **Ja**, uz njegovu kasniju unifikaciju. Nije teško shvatiti kuda to vodi. Kada se **Ja** utišava ili briše – ličnost, ili tačnije ono što od nje ostane, postaje usamljena i bespomoćna u svom okruženju koje njome upravlja, kao u snu. Sposobnost individualne samorealizacije ličnosti se oduzima i (uz njen nesvesni pristanak). A dalje, naravno, poništena ličnost pada u ruke klatnima sistema. Zato život i biva tako težak, a ponekad i nepodnošljiv.*

PRIČA ZA RAZMIŠLJANJE

Široko polje. Nasred polja stoji ambar. Oko ambara trči pas i laje. Dotrčavaju drugi psi i počinju da laju na njega:

– Šta si se razlajao ovde!?

– A šta se to vas tiče! Ja sam pas! Imam na to pravo!

– I mi smo psi. Ali ne izlivamo svoj bes na ambar. Mi u svemu tražimo samo pozitivno.

– A zašto lajete na mene?

– A šta ti se ambar zamerio? Ambar je ambar, on je pozitivan.

– Ma, vi ste prave budale! Ja ne lajem na ambar! Tamo se nalaze drugi psi koji se pijani valjaju.

– Dozvoli i sebi i drugima da budu psi.

– Idite dovraga psećeg!

Nastavili su da laju jedni na druge sve dok nisu pritrčali drugi psi:

– Pa, zašto lajete?

– Ovaj pas – odgovorili su psi – misli da je poseban, bolji od svih.

Prvog psa je to jako razljutilo!

– Pa upravo ste mi vi sad lajali kako treba da dopustim sebi da budem pas...

Međutim, drugi psi su prekinuli njihov razgovor:

– Dragovići, koliko god lajali, uvek ćete ostati ono što jeste – psi.

Kako su se svi razljutili posle tih reči! Svako je imao svoju priču.

– Pas je, uzgred rečeno, prijatelj Indijanaca!

– Pas je psu vuk!

– Naš život nije lak, može se reći da je pseći!

– Živiš kao pas i umrećeš kao pas!

– Zašto ste svi tako zlobni!

– Ućuti, ne smetaj nam da iznesemo svoje mišljenje!

– I ja imam svoje mišljenje!

– Gospodo, budite kao psi, ne gubite prisebnost!

Tada iz ambara izlaze oni pijani psi i posrćući kažu:

– Zašto lajete psi?

...



Beleške na marginama

Ovo nije ilustracija prethodnog poglavlja, već samo posmatranje sa strane. Bez obzira na to kakva se činila stvarnost, gledajte je sa vedrije strane.

ANATOMIJA VAŽNOSTI

Standardizacija i unifikacija ne prolaze bezbolno. Barem ne za sve. Naravno, postoje oni koji ne razmišljaju o pružanju otpora, već se organski i prirodno uklope u sistem, poput zeca u kavezu, kome nije bitno gde se nalazi, samo da ima hranu. Verovatno je takva većina – ali ova knjiga nije za njih. Ova knjiga je za one koji intuitivno osećaju da nešto nije u redu; za one kojima ne odgovara činjenica da njihovo **Ja** ne znači ništa, da nikome nije potrebno i da zahteva prepravku.

Osnovna protivrečnost između sistema i ličnosti leži u neskladu: *duša želi jedno, a sistem nameće drugo*. Međutim, ovaj nesklad se jedva primećuje. Čovek nije u stanju da jasno shvati koja su mu uverenja i težnje, šta mu je nametnuto društvenim stereotipima i gde je tu istina. Razlog je u tome što je čovek potpuno okovan tim društvenim hvataljkama – pritegnut njima, prikovan.

Hvataljke su ono što vas obezvređuje ili nije u skladu s vašim Ja. Pritiska vas neki teret, ali vi tek naslućujete da to nije ispravno, da ne bi trebalo tako da bude. Evo nekoliko karakterističnih primera takvih hvataljki.

1. „*Ljubav se može pronaći mudrom strategijom.*” Razmislite o ovoj rečenici. Nešto ovde nije u redu, zar ne? Ali upravo je o tome napisano hiljade knjiga, i upravo se time i bavite kada vam se neko sviđi.

2. „*Dobar posao je veoma teško pronaći.*” Zaista, realno iskustvo pokazuje da je to tako. Ali opet, nešto tu nije u redu. Šta mislite, šta tačno? To da neko ipak pronađe takav posao i srećno živi. Ali zašto on, a ne vi? Da li je on, za razliku od vas, izabran? Ili možda zato što ste dozvolili da vam usade lažno ubeđenje i sada ga neprestano odašiljete u svoj svet, kao igračka na navijanje?

3. „*Voljenu osobu možemo da vratimo.*” O tome je takođe napisano mnogo knjiga i baš vi to pokušavate da uradite kada vas neko ostavi. Da li zaista verujete da je to moguće? Ili ste naterani da u to poverujete zato što biste želeli da verujete?

Svi pritiskajući i obezvređujući faktori predstavljaju ono što se u Transurfingu objedinjuje pod opštim terminom *važnost*. Kada vas nešto pritiska, automatski postaje *važno*. Važnost blokira protok slobodne energije, doslovno kao hvataljka. Blokada vas uvodi u stanje paralize, gubite sposobnost da efikasno delujete i više niste vi taj koji

upravljate događajima, već oni upravljaju vama.

Kako se osloboditi, izaći iz stanja paralize? Osnovni princip je da *uklonite hvataljku i omogućite protok energije*. Pošto je blokada energetski zastoj (čep), prvo je treba ukloniti, a zatim pokrenuti energiju.

Važnost se u Transurfingu uklanja posredstvom *osvešćivanja*. Ako se probudite i shvatite šta je *ono* što vas pritiska, pola posla je već obavljeno. Važne stvari imaju moć nad vama sve dok se nalazite u stanju nesvesnog sanjarenja, dok se nešto „strašno krije u ormaru”. Čim „otvorite ormar” i pažljivo pogledate predmet svoje važnosti, on se odmah se pretvara u bezopasnu, meku grudvicu.

Nakon deblokade, potrebno je pokrenuti zaustavljeni tok energije. Pokretanje energije se ostvaruje delovanjem. *Ne čekajte, ne plašite se i ne razmišljajte – delujte*. Ne postoji bolji način za pokretanje.

Dakle, da biste uklonili blokadu važnosti, potrebno je da je osvestite i uklonite delovanjem. Opšti algoritam *samooslobođenja* izgleda prilično jednostavno.

*Prepoznamo hvataljku (ono šta nas pritiska),
uklanjamo je (shvatamo),
stvaramo tok (delujemo).*

Nadalje ćemo detaljnije razmotriti sve tri etape.

Kako je prepoznati?

Da biste prepoznali hvataljku koja vam oduzima slobodu i ograničava vas, morate *na vreme da se probudite i uhvatite sebe u trenutku važnosti*. Većina ljudi ne radi ovu jednostavnu stvar. Kada ih nešto pritiska, postupaju kao u transu, ne podižući čak ni pogled da bi videli šta ih to pritiska. „Da, život je težak!” – i nastavljaju da tapkaju pod teretom. Na žalost, jaram se na uspavane ljude može vešati iznova i iznova. Oni samo povremeno uzdahnu – „Ah, kako je teško!” – i nastavljaju dalje umesto da zastanu, osvrnu se i oslobode nepotrebnog bremena.

Zato je važno razviti naviku da *probudite svoju pažnju i postanete svesni kada se iz nekog razloga pojavi to opterećujuće stanje*. Ako vas nešto muči, plaši ili izaziva nelagodnost, odmah se probudite i spoznajte šta je tačno u pitanju. U vašem umu

treba da zasvetli crvena lampica – signal upozorenja. Doslovno se šalje komanda „gotovost na prvom stepenu” – vi se budite i počinjete da posmatrate šta se dešava, ali posmatrate i sami sebe, postavljajući sebi pitanja: šta se dešava, šta me pritiska, šta radim u ovom trenutku?

Kada vam „crvena lampica” postane navika, to će vam znatno olakšati život i omogućiti efikasno delovanje u najrazličitijim situacijama, počevši od jednostavnih, kao npr. kada pokušavaju da vas prevare, pa sve do ekstremnih, kada je potrebno zadržati samokontrolu i bistru glavu.

Nakon što se lampica upali (shvatili ste da vas nešto pritiska), neophodno je da se osvrnete na teret i podvrgnete ga testiranju kako biste proverili da li je upotrebljiv. Da li vam je taj teret zaista potreban ili možete da se snađete i bez njega? Radi se o razlikovanju svojih najdubljih težnji od onih koje su nametnute spolja, sopstvenih uverenja od sumnjivih stereotipa, istinskih vrednosti od lažnih, i tako dalje.

Jedan od kriterijuma može da bude *provera usaglašenosti sa vašim uverenjima*. Zapitajte se: *šta stereotipi traže od mene i da li mi se dopada to što traže?* Potrebno je da se uzdignete nad situacijom, poletite visoko kao ptica, i trezveno procenite šta vam o tome govori srce, a šta razum. Konkretno, ne samo vaš, već „razum društva”.

Ako osećate da *stereotip koji pokušavaju da vam nametnu nije u skladu s vašim unutrašnjim Znanjem, to znači da proživljavate ništa drugo do proces ugrađivanja tuđeg mentalnog obrasca u svoja uverenja, pokušaj hakovanja vašeg Ja*. To je slično poput virusa koji napadaju ćeliju. Virusnih stereotipa u društvu ima podjednako kao i bolesti.

Kada dođe do sledećeg pokušaja hakovanja vašeg **Ja**, lako ćete prepoznati mentalni virus ako budete situaciju sagledali iz takve perspektive. Sada, kada ste upoznati sa mehanizmom, stićete određenu vrstu imuniteta.

Kako ukloniti?

Da biste neutralisali važnost, neophodno je da shvatite njenu suštinu. Ova tema je detaljnije obrađena u knjigama „Transurfing stvarnosti”, a ovde ću samo kratko podsetiti na osnovne aspekte.

Važnost (u našem slučaju uglavnom *spoljašnja važnost*) se javlja u situaciji kada je neopravdano povišen značaj ili vrednost događaja (intervjua), predmeta (novog

automobila) ili odnosa (s partnerom).

Tipični simptomi: nemir u iščekivanju mogućeg neuspeha ili tuga zbog ostvarenog neuspeha. U oba slučaja je narušen unutrašnji mir, energija je blokirana.

Opšti princip uklanjanja: *uvideti, osvestiti, promeniti odnos.*

Šta znači osvestiti važnost? Važnost nas podstiče da na sebe pogledamo s poštovanjem i divljenjem. Čak više od toga, ona preferira da pred njom padamo ničice, spuštenog pogleda. Ali, pogledajte je nepristrasno, bez emocija, sa običnim medicinskim interesom, kao da koristite lupu. Često je samo to dovoljno da biste shvatili da ta važnost i nije tako važna. Na primer:

Osećam strah? Posmatram sebe kako osećam strah i dozvoljavam to sebi. To će mi omogućiti da se suočim sa svojim strahom.

Smeta mi što se moj scenario menja? Želim da mahnito lupam rukama po vodi i histerično vičem: „Sve mora da bude onako kako ja želim!” Posmatram scenu sa strane i, opet, svesno dozvoljavam scenariju da se menja i fleksibilno pratim promene u toku varijanti.

Neke stvari mi se čine izuzetno značajnim? Ali shvatam da je svaki značaj samo spoljašnji, prividan. Tamo nema ništa tako naročito značajno. Kao što je poznato, „Svaki mudrac je jednostavan”. To se odnosi i na svaku veličinu, na sve što se može nazvati „značajnim”. Svi značajni ljudi, bilo da su profesori, šefovi, zvezde šou-biznisa, generali, generalni direktori ili državnici – sve su to obični ljudi. Neko se zagrcnuo kriškom suvog hleba, nekog nisu pustili u avion zbog pijanstva, nekog su uhvatili u preljubi.

Ali ako važnost ne želi da sama siđe s pijedestala, treba je zamoliti da to učini. Sniziti je voljnom odlukom – bila je tu, a sada je nema. Ali to uopšte ne znači da treba da postanete mermerni kip. Treba da upravljate onim što je primarno – *odnosom*. Emocije i osećanja su sekundarni.

Upravljati emocijama i osećanjima nije moguće niti je potrebno. Strah, tuga, mržnja, neprihvatanje ili, s druge strane, radost, ljubav, vezanost, želja... Da li je moguće upravljati svim tim? Možete samo spolja da ih ne pokazujete, da se pretvarate, ali će oni i dalje biti prisutni unutar vas. Takođe je nemoguće da na silu sebe naterate na optimizam. Šta onda treba činiti?

Postići sporazum sa svojim razumom. Recite sebi: *ako uspem – dobro, a ako ne*

uspem – takođe je dobro. I ako ne uspem, znači da je svejedno dobro.

Ali zašto? Razumu treba izneti obrazloženja i argumente, jer on ništa ne prihvata zdravo za gotovo. Objasnite mu da postoji princip koordinacije namera i da taj princip funkcioniše ovako: *ako se budemo pretvarali i preokrenuli neprijatnost u prijatnost, onda će tako i biti.* Ali opet, zašto taj princip funkcioniše? Zašto će biti dobro? Umirite svoj um sledećim objašnjenjima.

Znači da mi to nije potrebno, da me čeka nešto bolje (kao što često i biva).

Uspeo sam da izbegnem nešto loše (nešto katastrofalno).

Prošao sam kroz još jednu poučnu lekciju i za to postoji razlog (ništa u ovom životu nije besmisleno).

Platio sam u korist buduće sreće (kako često i biva).

To nisu moja vrata (moja srodna duša) – potražiću svoja (moja mi nigde neće pobeći).

Ako je važnost toliko visoka da ne možete da je odbacite, treba da se pomirite s porazom i krenete na ispit, sastanak ili važan događaj sa oslabljenom namerom: „Danas mi verovatno neće uspeti”. Takva postavka umanjuje nameru, ali istovremeno otklanja potencijal važnosti koji često jako smeta.

Važno je samo da shvatite da ako pridajete preveliki značaj pitanju same važnosti, možete da upadnete s druge strane ogledala, gde je sve suprotno – važnost prelazi u potpunu ravnodušnost, što takođe nije dobro. *Odsustvo važnosti nije bezbrižnost, ni ravnodušnost, već svesno posmatranje.*

Kako stvoriti tok?

Ako važnost još uvek nije u potpunosti nestala, njeni ostaci će se raspršiti kroz delovanje. Grozničavo očekivanje i pasivnost povećavaju potencijal i blokiraju protok energije. Delovanje, s druge strane, raspršuje višak potencijala i pokreće energiju.

Ako ste u potištenom stanju, osećate teret, nemate volje da bilo šta radite ili osećate kao da ste blokirani, treba da shvatite da je tome uzrok blokada energije. Ona mora da bude uklonjena. Ali za to je potrebno pokrenuti se, *uraditi bilo šta.*

Delovanje može da bude bilo kakvo, čak i ako nema veze sa situacijom koja je

stvorila potencijal važnosti. Veoma efikasan način je inverzija važnosti. Na primer, kupiti sebi frulu i plišanog medu, ili još bolje, odmah tri mede. Postaviti ih ispred sebe i svirati im na fruli. Izvesti neku grandioznu ceremoniju ili svečani ritual. Postaviti u kancelariji bistu Karla Marksa i prinostiti joj sitne žrtvene darove. Igrati se nekom igračkom. Na primer, voziti automobilčić po podu: brm–brm–brm! A drveni konjić – tik–tak–tik–tak–jupi–jupi – to je VIP igračka. Velikom šefu je jednostavno neophodna.

Ako je situacija prilično konkretna i jasno je da se može rešiti određenim delovanjem, tada nema ništa lakše – delujte. Sedeti u mestu, plašiti se nečega i lupati glavu – beskorisno je i besmisleno. Treba delovati, uraditi nešto. Čak nije ni bitno šta konkretno, važno je samo raditi. Smisao je u tome da *delovanjem otklanjate blokadu i pokrećete protok energije*. Ko ne zna za taj princip, on sedi i puši cigarete. Ko je u toku, njemu sve ide lako i samo od sebe.

Recimo, predstoji vam veliki i komplikovan posao – samo treba jednostavno da počnete da ga obavljate. Želite da upoznate nekoga – jednostavno krenite i upoznajte se, ne razmišljajući. Nemate pojma kako treba da radite ili komunicirate – nebitno – *kad je tok pokrenut, rešenja dolaze sama, tokom procesa*.

Ako ste gledali filmove o Džejsmu Bondu, možda vam je privuklo pažnju to što on skoro nikad ne razmišlja, već samo deluje. Svaka njegova misija je nemoguća. Kada ga pitaju: „Kako ste mislili da to izvedete?“, on odgovara: „Nemam pojma.“ Ali krene i radi. Ne razmišlja da li je to izvodljivo i kako ostvariti (možda tek malo). Rešenja dolaze sama, u procesu. Nije opterećen potencijalima važnosti – jednostavno se kreće s tokom, a rešenja mu pristižu spontano, u letu.

I ne radi se o tome da je na ekranu sve lako. Taj isti princip deluje i u stvarnosti – *bezuslovna namera Gospodara*. On ne razmišlja, već krene i uzme svoje.

Pogledajte morske talase. Namera Gospodara je poput talasa. To da će talas zapljusnuti obalu je neminovno. On biva izbačen na obalu iz sve snage, ali bez ikakvog napora. Isto tako nepokolebljiva treba da bude i vaša namera: idete i smireno ostvarujete svoje, bez panike, pohlepe i straha. Ja sam talas.

Rezime

- Hvataljke su ono što vas pritiska ili nije u skladu s vašim **Ja**.
- Kada vas nešto pritiska, to nešto automatski postaje važno.
- Blok je energetska zastoj (čep), koga prvo treba otkloniti, a zatim pokrenuti energiju.
- Ako ste se probudili i shvatili šta vas pritiska, pola posla je već obavljeno.
- Nakon otklanjanja zastoja, potrebno je pokrenuti uspavani tok energije. Pokretanje energije se ostvaruje delovanjem.
- Opšti algoritam samooslobađanja: otkrivamo hvataljku (ono što nas pritiska), uklanjamo je (postajemo svesni), stvaramo protok (delujemo).
- Da bismo prepoznali hvataljku, potrebno je da se na vreme probudimo i ulovimo sebe u trenutku važnosti.
- Važno je da razvijemo naviku da probudimo svoju pažnju u trenutku kada se javi neko pritiskajuće stanje. Crvena lampica.
- Provera usklađenosti sa sopstvenim uverenjima: šta od mene zahtevaju stereotipi i da li mi se dopada to što oni zahtevaju?
- Ako osećate da stereotip koji pokušavaju da vam nametnu nije u skladu s vašim unutrašnjim Znanjem, znači da doživljavate ništa drugo do pokušaj hakerskog upada u vaše **Ja**.
- Potrebno je upravljati onim što je primarno – odnosom. Emocije i osećanja su sekundarni.
- Dogovorite se sa svojim razumom. Recite sebi: ako uspe – dobro, ako ne uspe – takođe je dobro.
- Nedostatak važnosti nije bezbrižnost niti ravnodušnost, već svesno posmatranje.
- Da biste uklonili energetska blokadu, potrebno je pokrenuti se, uraditi bilo šta.
- Kada je tok pokrenut, odluke same dolaze, tokom procesa.



Iskoristite je.

Beleške na marginama

Kada se oslobodite hvataljki zavisnosti nametnutih od strane sistema, dobićete priliku da mu se osvetite zbog toga što je poništio vašu ličnost. Vi ste jedinstveni, a sada ste i slobodni. To je izuzetna privilegija.

MENTALNE HVATALJKE

Razmotrimo nekoliko tipičnih primera o tome kakve sve mentalne hvataljke postoje i kako ih se osloboditi.

Komplikovani problem

Rešenje: *smanjite važnost – počnite da delujete.*

Bez obzira na vrstu problema, Transurfing se, za razliku od psihologije, ne bavi analizom i lečenjem problema. Gordijev čvor se preseca jednim potezom. *Postavite cilj, u „projektor” ubacite odgovarajuću filmsku traku, i pustite svoj film.* To je sve.

Ako ne znate kako da popravite situaciju i šta da uradite, prime-nite sledeći princip: *postavite sebi dostojan cilj i krenite ka njemu.* Tada će problemi sami od sebe otpadati, u toku procesa, čak i ako postavljeni cilj nema direktnu vezu s njim.

Ako ne znate kako da ispravite situaciju, nemojte se brinuti. Ono što se desilo u prošlosti i trenutno stanje nisu bitni – *jedino je važno ono što želite da dobijete u budućnosti.* Ne osvrćite se u prošlost i ne zaglavljajte se u trenutnim problemima. Postavite sebi cilj i krenite ka njemu. Vaša pažnja i namera moraju potpuno da budu usmereni isključivo na budućnost.

Dugovi

Rešenje: *prestanite da razmišljate o njima – usmerite se na cilj i pozabavite se poslom.*

Samim razmišljanjem o dugovima nećete moći da ih vratite. Naprotiv, kada u glavi vrtite misli poput „kako vas pritiskaju, kako vam je teško, kako ih što pre vratiti, na koji način to učiniti, pa čak i to kako ih vraćate” – sve je to serija o vašoj zaduženosti, s različitim varijacijama. Sve dok se ona vrti u vašoj glavi, stvarnost će ostati nepromenjena – „vi ste u dugovima”. Ono što vam je u mislima, to je i na ekranu

stvarnosti.

Kako se izvući iz takve stvarnosti? Morate prestati da se mučite s razmišljanjima (otkačiti udicu) i preduzeti akciju (ući u tok). Ali, ne možete tek tako da prestanete da razmišljate o tome, zar ne? Dakle, u svakom slučaju je potrebno da sebi postavite cilj i počnete da se krećete ka njemu. Naravno, cilj treba da bude usmeren ka unapređenju vašeg blagostanja. Zar to ne želite? Zato, usmerite svu svoju pažnju i nameru prema budućnosti, ka cilju u kome ste veoma imućna osoba.

Sve vaše misli neće se više vrteti oko toga da ste u dugovima, da morate da ih vratite, pa čak ni o tome kako ih navodno vraćate. Ne, sada je film potpuno drugačiji: *vi ste bogata osoba*. U toj slici nema mesta za kadrove o vašim dugovima. Naprotiv, tu su samo kadrovi vašeg bogatstva.

Ako sve svoje *misli i dejstva* usmerite ka cilju i neprekidno, siste-matski, s namerom budete u mislima i na delima vrteli *svoj film*, u kojem ostvarujete svoj cilj i dolazite do finansijskog blagostanja, tada će se ta slika postepeno ispoljiti i ostvariti *na spoljašnjem ekranu* stvarnosti. Pre ili kasnije će se to dogoditi. Realnost će jednostavno biti nemoguće izbeći – takva je njena osobina. Ne zavisite samo vi od stvarnosti, već i ona od vas. Pitanje je samo ko preuzima inicijativu.

Unutrašnji kompleksi

Rešenje: *prestanite da se borite protiv svojih mana – razvijajte vrline.*

Isto kao i s dugovima – svojih mana nećete moći da se oslobodite baveći se njihovim iskorenjivanjem. Samoanaliza, samokritika – beskorisne su i besmislene aktivnosti. Ako nešto nije jasno, ako nešto ne ide kako treba – primenjujemo prethodno navedeni princip: *postavljamo cilj i idemo ka njemu.*

Razvijajte i koristite svoje vrline, bez obzira na to kakve su. To je mnogo lakše, efikasnije i biće vam na srcu milije. Svi imaju vrline, a najvažnija od njih je vaša jedinstvenost – ono što samo vi posedujete.

Hvataljke društva vas prisiljavaju da budete *najbolji*. Morate da promenite stereotipnu taktiku i dozvolite sebi ne da budete najbolji, već jedinstveni. Ako obratite pažnju, većina onih koji su postigli uspeh jednostavno su iskoristili neke svoje

specifične kvalitete koje su samo njima svojstveni.

Bitno je samo da sagledate svoju ličnu jedinstvenost. U suštini, o tome se radi u celoj ovoj knjizi. Sistem je već u velikoj meri poništio vašu ličnost. Došlo je vreme da je vratite u život.

Mit o prestižnom poslu

Rešenje: *prestanite da tražite tuđ posao – počnite da tražite Svoj.*

Prvo morate da shvatite da vas društveni stereotipi obmanjuju, tvrdeći da je prestižan posao dobar za sve. Zapravo, sam pojam „prestižan posao” je sistemski standard, zamena za uspeh. Pitanje treba postaviti drugačije: dobar posao – dostojan posao. Dostojan za vas, za vašu jedinstvenost.

Ako sve budemo merili istim standardom, o kakvoj Stazi ili Svom cilju može biti reči? Onda bi svi koji završe strukovnu školu radili u fabrici, na traci. Ili, kako je to običaj kod brižnih roditelja: prvo dobiješ dobro (prestižno) obrazovanje, pronađeš dobro plaćen (prestižan) posao, i eto, tvoj život je uspešan.

Standardi društva se nameću odozgo, doslovno kao freza na komad drveta, od opšteprosečnog ka individualno-ličnom. Međutim, pravi uspeh, kako pokazuje iskustvo, postižu oni koji ne prate standarde, već ih slamaju. Zatim, ono što je najzanimljivije od svega, opšti standardi se nadalje transformišu u skladu s novim, individualnim obrascem uspeha. I ponovo padaju.

Zato je potrebno imati hrabrost odbaciti sa sebe tu hvataljku i ne tražiti prestižan posao, već Svoj posao, kao i Svoj cilj i Svoja vrata. Vaš posao neće nigde pobeći, tamo se niko ne gura i nema gužve, a crveni tepih je postavljen samo za vas. Ali o tome detaljnije u knjigama „Transurfing stvarnosti” i „Gospodar stvarnosti” (Edicija od 5 „Transurfing” knjiga objavljena je na srpskom jeziku u izdanju naše izdavačke kuće, kao i „Gospodar stvarnosti” – *prim. izd.*).

Nemir i strah

Rešenje: *izađite iz stanja očekivanja – posmatrajte sebe i krenite u susret.*

Nemir i strah predstavljaju najsnažniju blokadu energije. Ali sama svest o tome nije dovoljna. Blokada se potpuno može prevazići samo delovanjem. Suština nemira i straha se uglavnom nalazi u stanju *očekivanja nečega*. Ključ za prevazilaženje: izaći iz tog stanja na svaki mogući način. Najjednostavniji način je *koraknuti u susret*. Strašno je ležati u rovu pre napada. Kad krenemo u napad, više nije tako strašno.

Strah ima snagu samo kad mu se ne gleda pravo u oči. Hrabri ljudi nisu oni koji se ne plaše, već oni koji ne pokušavaju da se sakriju. Da biste se oslobodili straha, probudite se i posmatrajte sebe: *kako osećate strah, kako taj proces protiče*. Recimo, prvi put skaćete pa-dobranom. Stojeći iznad ambisa, „izlazite iz tela” i posmatrate sebe sa strane, a ne gledate u ambis. „A-a-a-h, kako je strašno! U-u-u-h, kako je zanimljivo!” – i napravite korak napred – skaćete.

Ako se nekada suočite sa strahom, upoznaćete se s novim osećajem i on će vam se dopasti. U svakom slučaju, najsigurniji način je da izađete iz stanja očekivanja i počnete da delujete. Ako postoji strah da započnete nešto da radite (a šta ako ne uspem?), ipak započnite. Oči se plaše, a ruke rade. Samo treba delovati, to je sve. Sve što je potrebno, pronaći ćete usput, kao Džejms Bond. Ali naravno, nemojte preterivati, budući da shvatate da postoje razumne granice.

Još jedna veoma delotvorna metoda prevazilaženja: *ako preoblikujemo strah u drugu emociju, on će nestati*. Na primer, strah od ne-kog „sukoba” pretvorite u bes, strah od nepoznatog – u radoznalost, stidljivost – u strast, zaštitu – u napad, strah od poraza – u uzbuđenje. Ako postoje samo nesigurnost i stidljivost, zamislite da ste talas koji se neustrašivo kreće ka obali, s namerom Gospodara. To je takođe zanimljivo osećanje, trebalo bi da vam uspe, pokušajte.

Ali generalno, najbolji način je da ne puštate u svoj svet ono što može da izazove strah i zabrinutost. Katastrofe, socijalni nemiri, kriminal, rat, terorizam, prirodne katastrofe – sve to proleće pored vaše pažnje, kao neprimetni pejzaži kroz prozor brzog voza. Moj spokoj proizilazi iz spoznaje da sam gospodar svoje planete. Ja, i niko drugi određujem kakva će na njoj biti klima. Rasterujem oblake, palim Sunce i kačim dugu.

Lažni ciljevi

Rešenje: *prestanite da budete najbolji – postanite jedinstveni – tražite Svoj cilj.*

Kao što smo već govorili, individualnost, sa svojim jedinstvenim osobinama, poništava se pod teretom javnog mnjenja. U procesu razmene ideja, stvaraju se stereotipi i standardi uspeha. Međutim, budući da društveno mišljenje oblikuje „preovlađujuća većina“, iz ove mašine za mlevenje mesa uglavnom izlazi roba druge ili treće klase. Neznanje i prosečnost trijumfuju, dok se „autentična“ individualnost zanemaruje i šalje na dalju preradu.

Dešava se bukvalno sledeće: svi su uvučeni u trku za uspehom. Svi moraju da postignu uspeh. Ko nije postigao, taj je neuspešan i gubitnik. Standardi uspeha se demonstriraju sa svih ekrana i naslovnih strana. Pobjednik je, navodno, onaj ko se pridržava pravila: „Radi kao oni, budi bolji od njih!“

Međutim, sve je to samo spolja gledano. U stvari, u ovoj igri postoji još jedno sporedno pravilo, koje se nigde eksplicitno ne pominje: „*Pobjednik je i onaj ko ne podleže pritisku i ne odrekne se svoje individualnosti.*“ Većina onih koji su postigli fenomenalan uspeh primenili su upravo ovo pravilo.

Zapravo, zaobilaznica u opštoj trci je jednostavnija, efikasnija i draža srcu. Kada čovek dozvoli da se potčini pravilu „Radi kao oni, budi bolji od njih!“, dolazi do istog tog „hakovanja“ **Ja**, nakon čega je nemoguće ispoljiti svoju individualnost, a sustići druge i biti „najbolji“ postaje vrlo teško.

Nije potrebno da težite da budete „bolji od drugih, bolji od sebe.“ Glavni fokus treba da bude usmeren na pronalaženje i razvijanje svojih individualnih vrlina i kvaliteta. Vaša duša se sigurno razlikuje od drugih, u nečemu je jedinstvena. Ali u čemu tačno, to možete da prepoznate samo vi. Ako ne dozvolite da vas slome, standardi će biti uklonjeni s vašeg puta ka uspehu.

Sopstveni cilj

Potruga: *prestanite da tražite – postanite posmatrač – cilj će se sam pronaći.*

Ako niste uspjeli da pronađete Svoju stazu i Svoj cilj, problem leži u tome što vam je pažnja zarobljena ogledalom. Posmatrate kako se različiti ciljevi drugih ljudi ostvaruju i pokušavate da se uklopite u tuđu stvarnost. Na kraju, ta serija potpuno zarobljava vašu pažnju i vi danima gledate tuđe filmove, potpuno zaboravljajući da treba da snimate svoj.

Da biste se odvojili od ogledala, potrebno je da napravite neobičan korak – *zaustavite se u svojoj potrazi*. Korisno je isprobati na sebi tuđe iskustvo i tuđu stvarnost, ali samo do određene granice, kako biste stekli osnovnu predstavu o tome šta se uopšte dešava u ovom svetu. Nakon što steknete početno iskustvo, trebalo bi da što pre iskoračite iz zajedničkog stroja i krenete svojim putem. Ali kako to postići?

Svaki čovek ima svoju, jedinstvenu Stazu (ne nužno samo jednu), koja će mu život pretvoriti u praznik. Sreća nije nešto što se nalazi u budućnosti – ona je ili prisutna sada i ovde, ili na drugoj liniji života. Život se ne pretvara u praznik u trenutku kada nešto dobijete ili negde stignete, već u toku samog puta – na toj liniji (Stazi) gde postojanje postaje ispunjeno radošću i smislom. Drugim rečima, cilj je put, *a ne odredište*.

Osećaj sreće sada ili radosno iščekivanje nečega u budućnosti imaju potpuno fiziološku osnovu. Tokom kretanja ka cilju, oslobađa se slobodna energija – energija stvaralaštva kada radite ono što volite. (Kada radite nešto što vam se ne dopada, energija je blokirana.) To kretanje kreativne energije donosi osećaj radosne euforije. Zato je vaš cilj – *put* do Izumrudnog grada, a ne ono što vas tamo čeka. Dokle god postoji kretanje, postoji energija. Kada stignete na odredište, zaustavili ste se, odmorili i – nastavili dalje.

Ne postoji algoritam za pronalaženje cilja, jer je samo postavljanje zadatka nekonkretno, neodređeno: „Idi tamo, ne znam gde, pronađi to, ne znam šta”. Nedostatak ove formulacije je u njenoj potpunoj neodređenosti. Ali taj nedostatak istovremeno u sebi krije ključ. Ako ne znate kako da pronađete svoj cilj, znači da i nije potrebno da ga znate. Ako ne možete da znate, znači da nije potrebno ni da ga tražite. Gordijev čvor se preseca jednostavno – *vaš cilj će se sam pronaći*.

Međutim, za to je potrebno da prestanete da se bavite onim na šta je običan razum navikao – traženjem rešenja. A gde je on navikao da traži rešenja? Među podacima koje ima na raspolaganju, odnosno u ogledalu okružujuće stvarnosti. Razum uvek pokušava da uhvati, zgrabi odraz, a zatim ga vrti na sve strane, pokušavajući da shvati šta s njim može da uradi. Ali vi želite da dobijete rešenje koje ne postoji u stvarnosti

koja vas okružuje, zar ne? Za to je potrebno da u svoj sloj sveta privučete drugu stvarnost.

Proširite svoje vidike, uputite se tamo gde niste bili, vidite ono što niste videli. Pustite u svoj život više novih informacija, novih utisaka. To nije potrebno razumu, već duši. Kada ona ugleda Svoje, odmah će oživeti.

Namerno ne dajem nikakve konkretne afirmacije jer je potraga za svojim ciljem potpuno individualna stvar i tu ne mogu da postoje nikakvi šabloni. Glavni princip je u tome da *ne treba razmišljati o cilju i tražiti ga, već samo posmatrati i obraćati pažnju na svoja osećanja.*

Razum treba da bude u poziciji *deteta koje posmatra*, a ne sistemskog analitičara. U ovom slučaju, njegova pozicija je pasivna - da dopusti duši da primi novu informaciju, novo iskustvo, nove utiske i samo prati šta ona pri tom doživljava.

Razum se aktivira tek nakon što duša uzvikne: „Da, to je to!” Potrebno je postaviti sebi pitanje: Hoće li ovo učiniti moj život praznikom? Odluka mora biti doneta u jedinstvu duše i razuma. Kao što shvatate, cilj mora biti barem principijelno dostižan. Takođe treba imati na umu da je duša sklona da se zanese. Potrebno je vreme da cilj pažljivo prilagodimo sebi. Ukoliko postoje sumnje, možete probati da proširite svoju zonu komfora vizualizacijom ciljnog slajda. Detaljnije informacije o ovome možete pronaći u knjigama „Transurfing Stvarnosti” i „Apokrifni Transurfing”.

Još jednom naglašavam, posebnost pronalaženja Svog cilja leži u tome što, za razliku od rada s hvataljkama, aktivna delatnost se ovde menja, ne toliko pasivnim, već više pažljivim posmatranjem. Delovanje razuma se ograničava samo na to da se u svoj svet pusti više novog iskustva i utisaka. *Neka razum prati klupko – ono će ga samo odvesti gde je potrebno.*

Ukoliko ne uspevate da trenutno pronađete svoj cilj, dobra ideja je da započnete s radom na sebi. Šta će uvećati vaše samopouzdanje i doneti vam zadovoljstvo sobom i svojim životom? Možete započeti s poboljšanjem svoje fizičke kondicije i energije. Ako je telo slabo, energija je niska, a duša apatična i tada nema prostora za kreativno istraživanje.

Generalno, cilj vremenom može da se preoblikuje i menja. Treba da budete na to spremni i smatrate to normalnim. Svako ima svoj put, a on je retko pravolinijski. *Ne plašite se da postavite hrabre ciljeve.* Jedina prava prepreka na putu ka hrabrom cilju nije čak ni spoljašnja, već pitanje koje nas nagrizava iznutra: kako ga dostići?

Na koji način

Rešenje: *dopustiti nemoguće – jasna usmerenost na cilj.*

Ako je cilj u načelu ostvariv, ali načini i sredstva nisu poznati, to nije razlog za odustajanje od cilja. Sva razmišljanja razuma poput „kako... da li će uspeti... a šta ako ne uspe...” u većini slučajeva su veća prepreka od stvarnih prepreka. Nisam slučajno pomenuo klupko iz bajke. Kada neko ne zna gde da ide i odakle da počne, biva poslat da prati klupko. Razum konačno prestaje sa svojim nemirima i prelazi u režim posmatranja. To je upravo ono što je potrebno.

Dok razum traži cilj, ne primećuje ništa oko sebe. Treba ga otrgnuti od te aktivnosti i usmeriti negde, bilo gde. Neka posmatra.

Slično je i s pronalaženjem puteva i sredstava za postizanje cilja. Razum razmišlja: „ovaj zadatak nema rešenje” ili: „ovaj cilj je veoma teško dostižan, pa nije vredan truda”. On je navikao da radi po šablonima i stereotipima, bukvalno kao što su ga učili u školi, da rešava zadatke iz algebre pomoću jednostavnih algoritama. Razum ne može da otkrije ništa suštinski novo; sve što može je da izgradi novu verziju kuće od starih cigli. Sva svoja otkrića on *ostvaruje tokom puta, prateći klupko*. Preciznije rečeno, ne osmišljava ih sam, već mu se ona sama pojavljuju. Ali samo ako se razum upusti na put.

Dakle, glavni zadatak nije da se *reši zadatak*, već da se *budala pošalje na put* ka krajnjem cilju da bi pronašla rešenja kada se ona pojave na njenom putu.

Pažnju i nameru treba usmeriti ka cilju. Stvoriti svoju virtuelnu stvarnost i živeti u njoj. Vrteti svoj, za sada zamišljeni film, u kojem se cilj ostvaruje i dobijate ono što želite. Ovu aktivnost nazivam *ciljanim lebdenjem u oblacima*. Nije bitno što film trenutno ne odgovara stvarnosti. *Vaša stvarnost se prvo oblikuje u mislima, a tek potom u stvarnosti.*

Dok vrtite taj film, sloj vašeg sveta se pomera prema onom delu prostranstva varijanti, gde se cilj ostvaruje. Kretanje nije uvek vidljivo i ne ispoljava se odmah. Ali pre ili kasnije, počinju da se otvaraju vrata (mogućnosti), o kojima niste mogli ni da sanjate. U tome se krije suština ove metode – *putevi i sredstva sami sebe otkrivaju ako su pažnja i namera usmerene ka cilju, bez osvrtnja u prošlost, sadašnjost i tuđe iskustvo*. Ne postoji moćniji alat za postizanje ciljeva i rešavanje komplikovanih zadataka.

Postoji još jedna interesantna primena ove metode. Lično, nikada mi nije palo na pamet da principi Transurfinga mogu biti primenjeni u rešavanju praktičnih zadataka, jer sam se od takve vrste aktivnosti odavno udaljio. Međutim, ispostavilo se da je to i te kako moguće.

Mnogi zadaci (fizički, matematički, hemijski, biološki, inženjerski) odavno su već formalizovani i rešavaju se pomoću algoritama i formula. Ali postoje i takvi zadaci, na primer, kreativni, kada ne znate kako da im pristupite. Da biste nekako organizovali rad svog uma, dali mu „klupko“, razvijene su posebne metode: teorija rešavanja kreativnih zadataka (TRIZ) i metoda kombinovanja alternativnih sistema (MOAS).

Ove metode, iako ukazuju na pravac, ne uklanjaju prepreke koje razum često smatra nepremostivim: „To je nemoguće! Zadatak ne može da se reši!” Poznati izumitelj Vladimir Gerasimov je dopunio pomenute metode jednim jednostavnim i moćnim principom: *dopustiti nedopustivo*. Za one koji žele da se detaljnije upuste u ovu temu, evo stranice izumitelja: <http://www.trizminsk.org/e/20120118.htm>.

Na prvi pogled, ovaj princip ne deluje naučno, zar ne? Ali za razum je veoma važno da neko „naučno opravda“ i uvede ovaj princip kao matematičku aksiomu u sistem svojih pojmova, kako bi nemoguće postalo čak ne samo „teoretski“, već i *formalno moguće*. Razum apsolutno mora da zna da je ipak *dopušteno dopustiti nedopustivo*.

I zaista, istorija pokazuje da su se mnoga genijalna otkrića desila tek kada je razum iskoračio iz svojih „nepokolebljivih uverenja“.

Na primer: gvozdeni brod ne može da pluta, jer gvožđe tone u vodi, što znači da brodove treba praviti samo od drveta. Tek kada je razum svojim očima video nemoguće, za njega je to postalo očigled-no. Ali pre toga je to bilo nemoguće! A sad gvožđe može čak i da leti.

Dakle, ako vam predstoji nerešiv zadatak, s tačke gledišta iskustva, ako ne znate kako da mu pristupite, nemojte odmah odustajati od njegovog rešavanja. Morate da shvatite da su prepreke i ograničenja samo u vašoj glavi. Ako vam kažu: „Idi tamo, ne znam gde, pronađi to, ne znam šta, ali da na kraju to bude nešto fenomenalno” – pratite klupče i pronaći ćete.

Teško je samo na početku, kada je potrebno *preći granicu mogućeg*. To je kao da provirite kroz špijunku koja ne postoji, u kojoj nema rešenja, koje je nemoguće. Ali kako? Da biste to učinili, morate da napravite nemoguć korak: da *dopustite nedopustivo*.

Princip je u tome da *ne razmišljate o tome kako je to moguće, već da se potpuno*

usredsredite na konačni cilj. Šta želimo da dobijemo u rezultatu? Sve misli treba da budu usmerene samo na to. I *s mislima fokusiranim na krajnji rezultat, treba započeti kretanje.* Šta raditi i kako raditi na prvoj etapi i nije tako važno. Kretanje može da bude haotično, nesistematično i čak besmisleno. Najvažnije je da pažnja i namera budu jasno usmerene ka cilju, bez osvrtnja na već oblikovano iskustvo.

U tome je sva tajna: naš um ne rešava zadatke za koje se ranije uopšte ne bi zauzeo, već gleda na cilj i kreće se napred, kao konjić s povezom na očima. Taj povez služi upravo da stereotipi i šabloni ne budu prepreke na putu ka cilju. *Odgovori će se pronaći sami, tokom kretanja.* Dakle, formula za rešavanje „nerešivih” zadataka izgleda ovako:

*Dopustiti nedopustivo,
vektor pažnje i namere usmeriti na cilj,
započeti kretanje.*

Da bismo ilustrovali delovanje ove formule na konkretnom primeru, zamislimo da je sada početak 19. veka i da smo dobili u zadatak da napravimo jednostavan i trajan izvor svetlosti. Pre otkrića struje, izvori svetlosti su bili: kandilo, baklja, uljana ili petrolejska lampa, gasni fenjer, sveća. Svi oni imaju jednu karakteristiku i jedan nedostatak – nešto u njima gori i sagoreva. Postavljeni zadatak je napraviti da nešto gori, ali da ne sagoreva.

To se činilo nemogućim. U to vreme se smatralo da jedini izvor svetlosti može biti plamen. Svetiljka svetli jer u njoj nešto gori. Čak i zvezde svetle jer gore. Zar može biti da nešto gori, a da ne sagoreva?

Ako dopustimo ono što nije dopušteno, ispostavlja se da može. Rešenje je – sijalica sa žarnom niti, u kojoj se nalazi inertni gas.

Ovakav pristup omogućava da se naprave potpuno neočekivana otkrića i iznenađujući pronalasci. Ako još uvek niste genije, možete da postanete. Sada, kada imate tako moćan instrument, bićete spo-sobni da rešavate takve zadatke koje niko drugi ne bi preuzeo na sebe.

Neuzvráćena ljubav

Rešenje: *odustati, ne mućiti se, ne traćiti život uzalud, ostati svoj – traćiti svoju srodnu dušu.*

Ćesto mi postavljaju pitanje: šta da radimo ako nas je napustila voljena osoba, kako da je vratimo? Kao što sam već rekao, Transurfing se, za razliku od psihologije, ne bavi lećenjem problema. Ako takvo pitanje postavite psihoterapeutu (recimo, prosećno kvalifikovanom), on će vam napisati celu priću o tome šta ste radili pogrešno, kako bi trebalo da se ponašate, i dalje, kako treba da promenite sebe da bi vas osoba koja vas je napustila ponovo zavolela.

Promeniti se, promeniti se... Poćeti ispravno se ponašati...Biti dobar dećko (devojka)... Znati kako isplanirati lukavu rodnu strategiju...

Zar vam sve to ne lići na *hakovanje Ja*? Ali ne biste želeli da menjate sebe, zar ne? Zašto bi trebalo da promenite svoje *Ja* da biste postali dostojni ljubavi? Znaći, osoba koja vi jeste, nije vredna? A vaše novo *Ja* će biti? I zašto treba biti prepreden i imati pametnu strategiju da biste bili dostojni ljubavi? Da li se ljudi zaljubljuju samo u prepredene i pametne? Ako postaneš onakav kakav ja želim, od ponedeljka ću poćeti da te volim.

Zapravo su sve to hvataljke i klopke društva. Ljubav ima potpuno drugaćije principe.

Ljubav se ne moće osvojiti – ona se javlja sama, spontano i neobjašnjivo.

Ako treba promeniti sebe da bismo dobili ljubav, onda tu nešto nije kako treba.

Ljubav je poput cveta. Ako uvene, više ne moće ponovo da procveta.

Poslednji princip govori o tome da ljubav treba negovati, održavati je kao plamen u ognjištu. Ne samo koristiti i uzimati, već pre svega davati. Ljubav je zapravo veliki napor. Ali o tome sada nije reć.

Pitanje je da li želite da vratite voljenu osobu ili njenu ljubav? *Ćoveka koji je otišao moćete da vratite. Ali ako je otišla ljubav, ona više ne moće da se vrati.* Da li vam je potrebna osoba koju volite bez njene ljubavi prema vama i šta ćete imati od toga? To je pitanje izbora.

U životu, naravno, ništa nije tako jednostavno, postoje razne situacije i izuzeci. Problem je u tome što ljubav, naroćito neuzvráćena, pomućuje razum. A ako ljubav nije uzvráćena, to znaći da ste u nevolji. U takvoj situaciji, važno je da imate

sposobnost da vidite ne samo srcem, već i razumom. Morate shvatiti šta se dešava.

Kada dvoje ljudi stupe u odnos, oni time stvaraju međusobnu vezu. U tome nema ništa loše, naprotiv, klatno služi kao stabilizujući i povezujući faktor. Ali ako jedna osoba ode, klatno, da bi dobilo svoju porciju energije, počinje da muči onoga ko ostaje. I sve dok osoba koja ostaje bude verovala da može da vrati drugu osobu, moraće da troši energiju za oboje, pa čak i više od toga, jer mora da pati i da se muči.

Ako vas je napustio čovek koga volite, morate i vi da se odvojite od njega da klatno ne bi iz vas isisavalo energiju. Da biste to uradili, potrebno je da preusmerite pažnju na druge potencijalne partnere. Ako to ne učinite, patićete. I patićete potpuno uzaludno. Unesrećiti svoj život. Gubiti dragoceno vreme ovog života.

Neuzvrćena ili odbačena ljubav je od samog početka veoma destruktivna. Čovek koji voli u toj situaciji ne dobija ništa drugo sem patnje. U tom slučaju, takođe nije vredno bespotrebno trošiti duševnu snagu i vreme svog života.

Morate imati bar malo dostojanstva. Jednostrana ljubav, ma kako gledali, prilično je ponižavajuća. Vi volite, a vas ne vole. Nešto tu nije u redu. To nije normalno. Ali šta tačno nije normalno? Hvataljka daje jasan odgovor: *niste dovoljno dobri da biste bili voljeni*. Shvatate li kako hvataljka deluje?

Zapravo, kako u slučaju kada vas je neko ostavio, tako i u slučaju neuzvrćene ljubavi, vi samo niste sreli svoju srodnu dušu. Razmislite sami. Da li vaša srodna duša može da vas napusti? Da li vaša srodna duša može da vas ne zavoli? Ona je baš stvorena za to. Ljudi su različiti, ali postoje parovi koji se međusobno savršeno uklapaju – kao ključ i brava.

Upravo takvih, *vaših srodnih duša*, s kojima može da vas poveže ljubav, na svetu ima ne samo jedna ili dve, već mnogo hiljada. Ako je neki Svevišnji izmislio ljubav, sigurno nije mogao da bude tako okrutan da verovatnoću srećnog susreta svede na nulu. Vaše srodne duše negde lutaju svetom, i možda su vrlo blizu vas i traže vas, a vi u međuvremenu trošite svoju ljubav na nepoznate ljude. Zar to nije glupo?

Dakle, evo: *ako vam ne ide s nekim – nemojte da očajavate – potražite svoju srodnu dušu*. Ako vas je neko ostavio – radujte se, oslobodili ste se tereta u svom životu koji vam nije bio potreban. Sada ste slobodni i možete da pronađete pravu ljubav.

Kao što vidite, bez obzira na uzvišenost teme, pristup je vrlo pragmatičan. Ali šta je bolje – patiti ili biti pragmatičan, odluka je na vama. O ovim stvarima mogu da govorim potpuno uvereno, jer već godinama dobijam mnogo pisama i znam koliko ljudi

uzaludno pati, i znam o čemu pričam.

Usamljenost

Rešenje: *prestanite da se borite za ljubav – zračite ljubav.*

Traženje odgovarajućeg partnera za odnos i zajednički život mnoge zabrinjava, ako ne i sve. Jedna polovina čovečanstva traži drugu, koja je takođe zauzeta istom potragom, ali bez obzira na širok izbor, obe strane se suočavaju sa istim teškoćama.

Kao što se obično čini, problem je u tome što ili ja ne odgovaram opšteprihvaćenim „standardima kvaliteta“, ili on (ona) ne odgovara mojim očekivanjima. Iz toga proizilazi: moram da promenim sebe i nastavim s traganjem. Ali kako samo ne želimo da menjamo sebe! A gde da pronađemo svog idealnog partnera?

Ako vam je već dosadila takva situacija i ne želite da se suočavate sa istim preprekama kao i svi drugi, potrebno je da preispitate svoj pogled na svet, odnosno počnete da razmišljate i delujete nestandardno. Da biste to postigli, ne morate da menjate sebe ili još intenzivnije tragate. Naprotiv, treba da prestanete da jurite za Pticom Sreće i umesto toga dozvolite da ona sama sleti na vaš dlan.

Pre svega, treba da se oslobodite društvenih hvataljki i pogledate na stvarnost koja vas okružuje drugačijim očima. Niste u obavezi da menjate i poboljšavate sebe kako biste „udovoljili kriterijumima ljubavi“. Niste dužni da osvajate ljubav. To nije neprijateljska tvrđava. Jedino što je potrebno je da privučete svoju srodnu dušu u svoj sloj sveta. Sve ostalo će se samo dogoditi i urediti. Ljubav se rađa sama. Za to je potrebno samo malo – da se polovine nađu jedna pored druge i obrate pažnju jedna na drugu.

Čoveka u svoj svet možete da privučete pomoću tehnike slajdova. Treba redovno vrteti slajd u kom zamišljate svoj život s nekom apstraktnom ličnošću – svojim idealom. U određenom trenutku će se otvoriti vrata – pojaviće se On (Ona). Dalje je sve na vama. Samo treba da shvatite da nije dovoljno samo da vrtite slajdove zatvoreni u sobi i čekate da vitez uđe kroz prozor ili princeza donese picu. Naravno, morate biti u društvu u kojem postoji šansa da se sretnete sa svojom polovinom.

Ako imate probleme u društvu ili niste dovoljno komunikativni da biste se slobodno izražavali, možete da koristite drugu tehniku (naravno, ne zapostavljajući slajdove).

Zamislite sebe kao svetleće biće iz kojeg zrači unutrašnje svetlo šarma i ljubavi (po želji, možete da dodati i „seksualnost” ili „snagu”). Koračajte s tom namerom i *sijajte*. Češće izgovarajte sledeće mentalne obrasce u sebi:

Ja sam veoma šarmantna osoba. Iz mene zrači unutrašnje svetlo šarma i ljubavi. Ljudi to osećaju i gaje simpatiju prema meni. Prijatno im je da komuniciraju sa mnom. Osećaju se prijatno u mom društvu. Privlačim ih. Ja sam veoma šarmantna osoba. Zračim svetlošću ljubavi i radosti. Ja sam biće koje svetli.

Mentalni obrazac možete da koristite zajedno s tehnikom „Čaša vode”, opisanom u knjizi „Apokrifni Transurfing”. Nakon određenog vremena primetićete da počinjete da privlačite ljude, kao leptire. Ljude generalno privlače šarmantne i radosne osobe iz kojih zrači neka metafizička svetlost.

Ali da biste postali šarmantna osoba, ponovo naglašavam, ne morate da menjate i poboljšavate sebe. Samo treba da iskoristite tehnike „Frejlinga”. Ovde ću ukratko podsetiti na osnovne principe.

U vašoj stvarnosti pretežno dobijate ono što se nalazi u vama i što zrači iz vas. Zamislite da stojite ispred ogledala. Ako ne želite da u odrazu vidite neprijateljstvo, agresiju, osudu i neprihvatanje, nemojte slati takve slike. Ako želite ljubav – volite. Ako vam je potrebna pomoć, briga i pažnja – pomažite, brinite, ispoljite iskrenu zainteresovanost za ljude.

Prvo se setite ljudi koje biste mogli da svrstate u šarmantne ličnosti.

Kada razgovarate sa šarmantnom osobom, čini vam se da joj je prijatno da razgovara s vama. Sva njena pažnja je usmerena ka vama.

Pored šarmantne osobe, osećate svoju važnost i posebnost. Nije samo ona zanimljiva ličnost, već i vi.

Harizmatična ličnost odiše radosnim i svećanim duhom. Pored nje se osećate kao da je praznik.

Možda se može pomisliti da je šarm Božji dar, dat samo odabranima. Zaista, šarm, kao *unutrašnju svetlost*, možemo da definišemo na sledeći način: *uzajamna ljubav duše i razuma*. Drugim rečima, to je kada čovek živi u potpunom skladu sa sobom,

kada je unutar njega sve harmonično i usaglašeno. To zaista nije dato svima, a doći do takve harmonije nije tako jednostavno.

Međutim, postoji i *spoljašnji sjaj* koji se može naučiti. Vaš šarm je u najvećoj meri vaša *sposobnost da učinite tako da vaš sagovornik oseti sopstvenu važnost*. Potrebno je da usvojite nekoliko jednostavnih principa i redovno ih praktikujete, sistematski, uvek i svuda.

Esencija ličnosti se krije u samopoštovanju, odnosno koliko čovek ceni sebe. Poštujući i pravično vrednujući ljude, postajete njihovi uzori.

Komunicirajte s ljudima tako da osete sopstvenu važnost. (Oni će misliti: „Dođavola, ovaj čovek mi je pokazao da nešto vredim.”)

Pokažite pažnju i iskreno interesovanje prema ljudima. Razgovarajte o njima i o onome što njih zanima.

Da li ste srećni kada vas kućni ljubimci dočekuju sa oduševljenjem? Ispoljavajte istu takvu radost i oduševljenje kada sretnete ljude.

Komunicirajte tako kao da je u toku radostan praznik i budite potpuno posvećeni sagovorniku.

Želite da ostavite utisak na nekoga? Ne zaboravite da se nalazite pred ogledalom. Ponašajte se kao da je ta osoba ostavila jako snažan utisak na vas.

Ne kritikujte ljude zbog onoga što rade.

Zahvaljujte se ljudima za ono što rade.

Hvalite ih zbog onoga što rade.

Divite se onome što rade.

Budite pažljivi prema onome što rade.

Zamenite „što rade” sa „kakvi su” i još jednom prođite kroz sve ove mazohističke izjave. Zaista u tome postoji nešto mazohističko, ali šta da se radi. Vi želite da naučite kako da budete šarmantni?

Ne kritikujte ljude zbog toga kakvi su.

Zahvaljujte se ljudima zbog onoga kakvi su.

Hvalite ih zbog toga kakvi su.

Divite se onome kakvi su.

Budite pažljivi prema tome kakvi su.

Posebnu pažnju treba posvetiti prvom principu Frejlinga: *odustanite od namere da dobijete, zamenite je namerom da date, i dobićete ono od čega ste odustali.* Kada razmišljate o tome šta je vama potrebno, ljudi, baš kao i vi, razmišljaju o svojim potrebama. Nećete ništa dobiti od njih. Ali čim počnete da razmišljate o tome što im je potrebno, oni će vam odmah, kao nekom čarolijom, rado pružiti ono što želite. Tako ogledalo funkcioniše. U sledećoj tabeli s leve strane se nalazi ono što želite da postignete, a s desne – šta je potrebno da za to učinite.

Vi želite

Šta treba da uradite

Da očarate.	Budite očarani.
Da zanimljivo pričate.	Pažljivo slušajte.
Da privučete pažnju.	Pokažite interesovanje.
Da dobijete pomoć.	Pružajte pomoć.
Da vas drugi razumeju.	Potrudite se da shvatite.
Da dobijete saosećanje.	Saosećajte.
Da dobijete odobravanje.	Odobravajte.
Da vas poštuju.	Poštujte.
Da dobijete zahvalnost.	Budite zahvalni.
Naklonost drugih.	Pokažite naklonost.
Ljubav.	Volite.

Kakva je slika, takav je i odraz. Onaj ko ne razume da stoji pred ogledalom, čini sve suprotno: pokušava da uhvati odraz i, samim tim, neće ništa postići.

Što se tiče ljubavi, ne možete nekoga da „naterate” da se zaljubi u vas pomoću neke posebne strategije ili taktike. Sve što možete da učinite je da jednostavno volite. Uzvrćena ljubav će se ili sama razbukovati, ili neće. Ali koje tačno korake treba preduzeti s tim ciljem – to ne može da bude poznato. Isto važi i za prijateljstvo.

Jedino što može da doprinese rasplamsavanju ljubavi je, naravno, prijatna i topla komunikacija. Poslednja stvar koja zanima partnera su vaše vrline i mane. Na prvom mestu ga zanima ostvarenje sopstvene važnosti koju dobija iz komunikacije s vama.

Ako to dobije, zatvoriće oči pred vašim očiglednim manama i oprostiće vam slabosti. I tada, kao što često biva, može se roditi savez koji će izazvati čuđenje.

„Šta je ona našla u njemu?” – „Ono što je on našao u njoj”.

I obrnuto.

„Šta je on našao u njoj?” – „Ono što je ona našla u njemu”.

I na kraju, poslednje pitanje: da li možete da se zaljubite u nekoga ko nije vaša srodna duša? Odgovor – možete. Svet je čudno uređen. Kako je poznato, ljubav je okrutna. Ali ako se dogodi, ne očajavajte i ne ubijajte se, ne hranite klatno, ne rasipajte svoju ljubav i život uzalud – tražite svoju srodnu dušu. Jer, i ona vas takođe traži.

Rezime

- Kada se nalazite u situaciji u kojoj nije sasvim jasno kako je ispraviti i šta raditi, primenite sledeći princip: postavite sebi dostojan cilj i krećite se ka njemu.
- Nije važno šta je bilo u prošlosti i šta je sada – važno je samo ono što želite da postignete u budućnosti. Vaša pažnja i namera treba da budu potpuno usmerene samo ka budućnosti.
- Razmišljajući o dugovima, nećete ih vratiti. Treba da prestanete da razmišljate o njima – usmerite se ka cilju i bavite se svojim aktivnostima.
- Niste samo vi zavisni od stvarnosti, već i ona od vas. Pitanje je samo ko preuzima inicijativu.
- Hvataljka društva vas tera da budete najbolji. Morate da promenite stereotipnu taktiku i dozvolite sebi da budete ne samo najbolji, već jedinstveni.
- Pravi uspeh, kako pokazuje iskustvo, dostižu oni koji ne slede ustaljene standarde, već ih hrabro slamaju.
- Uklanjanje nemira i straha: izađite iz stanja očekivanja – posmatrajte sebe i krenite napred.
- Ako se strah preoblikuje u drugu emociju, on će nestati.
- Ne puštajte u svoj unutrašnji svet informaciju koja izaziva strah i uznemirenost.

- Pobednik nije samo onaj ko pobeđuje u trci, već i onaj ko odoleva pritiscima i ne odustaje od sopstvene individualnosti.
- Potraga za Svojim ciljem: prestanite da tragate – postanite posmatrač – cilj će se sam pronaći.
- Proširite svoje vidike, idite tamo gde još dosad niste bili, vidite ono što još do sada niste videli. Uvedite više novih informacija i novih iskustava u svoj život.
- Razum treba da bude u ulozi deteta koje radoznalo posmatra svet, umesto da bude suvoparan analitičar.
- Nakon što duša uzvikne: „Da, to je moje!”, postavite sebi pitanje: da li će to moj život pretvoriti u praznik? Odluka treba da bude doneta u jedinstvu duše i razuma.
- Ukoliko još uvek niste pronašli svoj cilj, dobra ideja je da se najpre posvetite onome što će podići vaše samopouzdanje i doneti vam zadovoljstvo sobom i svojim životom.
- Nemojte se plašiti da postavite hrabre ciljeve.
- Vaša stvarnost se najpre oblikuje u mislima, a tek potom u stvarnosti.
- Putevi i sredstva će se sami otkriti ukoliko se vaša pažnja i namera usredsrede na cilj, bez obzira na prošlost, sadašnjost i tuđe iskustvo.
- Princip „dozvoliti nedopustivo” sastoji se u tome da se ne opterećujete pitanjem kako je to moguće, već da se potpuno usredsredite na konačni cilj.
- Razumu je neophodno da zna da je dopušteno dozvoliti ono što se čini nedopustivim.
- Kada vam kažu: „Kreni tamo, ne znam gde, pronađi to, ne znam šta, ali nešto fantastično mora da bude na kraju” – krenite za tim klupkom i pronaći ćete.
- Kretanje treba započeti s mislima usmerenim na konačni rezultat.
- Formula za rešavanje „nerešivih” problema: dopustiti nedopustivo, usmeriti pažnju i nameru ka cilju, započeti kretanje.
- Ukoliko do sada niste bili genije, možete to da postanete.
- Ljubav se ne može osvojiti – ona se pojavljuje sama, spontano i neobjašnjivo.
- Ako je potrebno da se promenite da biste pronašli ljubav, nešto tu nije kako treba.
- Ljubav je poput cveta. Ako uvene, više ne može ponovo da procveta.
- Ljubav treba negovati, brinuti o njoj kao o plamenu ognjišta. Ne toliko koristiti i uzimati, koliko prvenstveno davati.

- Čoveka koji je otišao možete da vratite. Ali ako je ljubav nestala, ona se ne može vratiti.
- Kada dvoje ljudi stupi u odnos, oni time stvaraju klatno.
- Kada jedan čovek ode, klatno počinje da muči onog koji je ostao, kako bi dobilo svoju porciju energije.
- Ako vam ne ide s nekim – nemojte se potresati – tražite svoju srodnu dušu. Ako vas napuste – radujte se, oslobodili ste se nepotrebnog tereta u svom životu.
- Niste obavezni da se menjate i poboljšavate sebe kako biste „odgovarali kriterijumima ljubavi”.
- Od vas se traži samo jedno – da u svoj sloj sveta privučete svoju srodnu dušu.
- Redovno vrtite slajd u kome zamišljate svoj život s nekom apstraktnom ličnošću – svojim idealom.
- Zamislite sebe kao biće koje svetli, iz kojeg zrači unutrašnja svetlost šarma i ljubavi. Koračajte s tom namerom i blistajte.
- Da biste postali šarmantna ličnost, nije potrebno da menjate i poboljšavate sebe. Koristite tehniku Frejlinga.



Beleške na marginama

„Kad bi mladost znala, kad bi starost mogla...” Sada i može i zna.

TRKA INVALIDA

U ovom poglavlju ćemo razgovarati o nekim specifičnim stvarima – fiziologiji i psihosomatici. Predstoji vam da se uverite da ova tema ima najdirektniji odnos sa Transurfingom kao tehnikom upravljanja stvarnošću, a da termin „hvataljka” koji sam uveo, nije apstraktan epitet, već potpuno adekvatan izraz.

Ako sumiramo načine uticaja sistema na čovekovo telo i svest, dobijamo sledeći spisak.

- *Sintetička i mrtva hrana (direktan uticaj na fiziologiju i svest).*
- *Elektromagnetno zagađenje (uticaj na mozak, krv, biopolje).*
- *Pasivan način života (mišići, krvni sudovi, lokomotorni sistem).*
- *Zagađenje životne sredine (opšta intoksikacija, zamućenje svesti).*
- *Indukovana pažnja, nametnuta distanca i krajnji rezultat (stres).*
- *Tehnogene zabave (mozak, nervni sistem).*
- *Informacioni pritisak (kompletna psihosomatika).*

Dijagnoza koja je posledica ovakvog uticaja može se postaviti čak i bez oslanjanja na statistiku bolesti i smrtnosti, već na osnovu obične reklame. Uzmimo za primer televizijsku reklamu, onu najskuplju. U njoj se pre svega nudi ono za čim je najveća potražnja. Iz relativno uskog spektra proizvoda, usluga i informacija, može se zaključiti od čega ljudi boljuju i šta ih muči.

- *Nadutost stomaka, poremećaji varenja.*
- *Gorušica, težina u želucu.*
- *Višak kilograma.*
- *Disbakterioza.*
- *Imunodeficijencija.*
- *Glavobolje.*
- *Depresija.*
- *Nizak nivo energije.*
- *Epidemije gripa.*
- *Zubobolja.*

- *Paraziti.*
- *Vid, pamćenje.*
- *Prostatitis, vaginalna infekcija, impotencija.*
- *Razne hronične bolesti.*
- *Rak, dijabetes, artritis, srce, jetra, bubrezi.*
- *Bolovi u leđima i vratu.*

Od svega navedenog, poslednja bolest je najkarakterističnija i zaslužuje posebnu pažnju. Knjige i video snimci koji su posvećeni problemima bola u leđima nalaze se na spisku bestselera. Raširenost oboljenja lokomotornog sistema je fenomen našeg vremena (ili tačnije rečeno, tehnogene civilizacije, jer Aboridžini ne pate od takvih problema).

Može se pretpostaviti da je razlog tome jedan – pasivan način života, iako to nije sasvim tačno. Ispostavlja se da po ovom pitanju postoji bukvalno koliko lekara, toliko i mišljenja. I još zanimljivije je to da je savremena medicina gotovo nemoćna pred ovom bolešću veka. Bolovi u leđima se ne leče, već u najboljem slučaju prelaze u sporotekuću hroničnu fazu. Kada se sve te informacije sklope, dobija se zanimljiva slika.

Uzroci bolova u leđima i vratu, prema procenama različitih stručnjaka, su sledeći:

- Strukturni poremećaji (promene u organima).
- Funkcionalni poremećaji (narušavanje funkcija, na primer, mišića).
- Problemi sa organima za varenje (na primer, sa crevima – bole leđa).
- Spazme pojedinih mišića.
- Poremećaj mikrocirkulacije (krvi i limfe).
- Povrede lobanje tokom porođaja.
- Promene povezane sa starenjem.

Mišljenja se razlikuju i u vezi s tim šta tačno izaziva bol:

- Kičma (kosti, hrskavice).
- Mišići.
- Priklešteni nervi.
- Kičmena moždina.

Takođe, šta izaziva bol:

- Hernija intervertebralnih diskova.
- Spazmirani mišići.

I šta je zapravo hernija:

- Izbočenje jezgra intervertebralnog diska van njegovog prstena.
- Ostaci (raspadnutog) oštećenog diska.

Zamislite, i dalje ne postoji jedinstveno mišljenje o prirodi supstance međupršljenjskog diska:

- Hladnjikava.
- Kiselkasta.
- Gumenasta.

Verujte mi, pročitao sam prilično veliki broj knjiga na ovu temu i bio sam veoma iznenađen: zar je moguće da oni koji se bave lečenjem kičme (i još pišu knjige) zaista nikada nisu videli ili opipali ono što se nalazi tamo unutra, između pršljenova?

Predloženi načini lečenja su toliko različiti da se stiče utisak (skoro zastrašujući), kao da metod treba da bira sam neupućeni pacijent:

- Samo operacija.
- Operacija? Ni u kom slučaju!
- Fizioterapija.
- Manuelna terapija.
- Osteopatija.
- Mirovanje.
- Kretanje.
- Ograničeno opterećenje.
- Naprotiv – opterećenje.

- ...I tako dalje.

I na kraju, kada je reč o ograničenjima (takođe, verovatno prepušteno izboru pacijenta):

- Obavezno je korišćenje tvrdog korseta.
- Tvrd korset? Nipošto!
- Podizati ne više od 2, 3, 5, 10 kilograma.
- Apsolutno je zabranjeno podizanje teških predmeta.
- Naprotiv, opterećenja i vežbe su neophodni.
- Ne saginjati se.
- Saginjite se kako god želite.
- Tvrd krevet.
- Mek krevet.
- Nipošto ne rashlađivati leđa.
- Naprotiv, oblozi hladnom vodom su korisni.

Na primer, pogledajmo šta se kaže o skoliozi (iskrivljenju kičme). Postoji ugledno mišljenje da je uzrok skolioze u tome što su neki mišići razvijeniji od drugih. (Zanimljivo, da li bi onda hokejaši i teniseri trebalo da hodaju iskrivljeno?) Kako to ispraviti? Treniranjem slabijih mišića, na primer samo levih ili samo desnih, zanemarujući razvijene mišiće (jer bi oni inače nastavili da se razvijaju, a time bi se zadržala asimetrija). To je mišljenje autoriteta ali ovde ipak nešto ovde ne štima, zar ne?

Još jedan primer. Osnovni problem kičme, kako je poznato, je hernija diska koja, prema široko prihvaćenom mišljenju izaziva uklještenje nerva. Međutim, nedavno su neki doktori nauka, proučavajući pažljivije anatomiju kičme i nervnog sistema (primetite, pažljivije proučavajući!), došli do otkrića (!) da se hernija diska ne može smatrati uzrokom pritiska na nerv, jer je to anatomski nemoguće! I sami nervi, ispostavlja se, uopšte ne mogu da osećaju bol. Bol signaliziraju nervni završeci – receptori.

Opšte uzev, o ovoj temi se može dugo raspravljati. Zaključak koji treba izvući je sledeći: činjenica da postoji toliko protivrečnih mišljenja i metoda lečenja ukazuje na to da zvanična medicina nema predstavu u čemu je suština problema i kako se s njim

izboriti.

Bilo bi zabavno da istovremeno nije i pomalo zastrašujuće, zar ne? Razlozi ovakve situacije (ne s bolešću, već s medicinom) o čemu govore i sami lekari, su sledeći:

Uske medicinske specijalizacije

Čovek je celina, a ne samo skup pojedinačnih mehanizama na osnovu kojih su lekari podelili svoje specijalizacije. Zato se telo mora posmatrati i lečiti kao jedinstvena celina. Međutim, takav pristup medicini ne odgovara jer ona, kao sistem, nije zainteresovana za čovekovo izlečenje. Medicinu kao nauku interesuje sam proces lečenja, kao laboratorijsko istraživanje koje se može beskrajno produžavati. Medicinu kao praksu pre svega interesuje biznis.

Simptomatski pristup lečenju

Ni za koga nije tajna da većina metoda lečenja ima za cilj uklanjanje simptoma, umesto da se bavi uzrocima bolesti. Hronične bolesti često nastaju zbog pogrešnih dijagnoza. Ako dijagnoza nije tačna, lečenje neće dati rezultate. Zanimljivo je da je bol zapravo najosnovniji simptom. Međutim, on je dobio status patologije i počeo je da se leči. Možemo reći da je pristup vojnički po svojoj neposrednosti: ako postoji bol – lečićemo bol.

Fizičko–hemijski, gotovo mehanički pristup

Većina lekara se drži konzervativnih pogleda i metoda koje su naučili na medicinskim fakultetima. Nauka o zdravlju se bavi „mehanizmima i strukturama”. Tvrdi, između ostalog, da bol u leđima, ramenima, vratu, bedrima i gluteusu nastaje zbog funkcionalnih ili strukturalnih poremećaja. Međutim, ova nauka ne razmatra odnos uma i tela. Ono što ne može da se prouči u laboratoriji smatra se „nenaučnim”. Emocije su na samom vrhu liste „nenaučnih” stvari, jer ih nije moguće izmeriti.

Što se tiče poslednjeg: čini se da je svima jasno da izreka „sve bolesti dolaze od nerava” ima osnova, ali malo ko tome pridaje potrebnu pažnju.

Već smo naveli uzroke bola u leđima i vratu. Ali šta je zapravo *osnovni uzrok* koji dovodi do pojave ovih simptoma?

Američki lekar Džon Sarno je, nakon dugogodišnjih istraživanja, zaključio da osnovni uzrok bola nisu funkcionalni i strukturalni poremećaji, već potisnute emocije.

Savremeni čovek je u stanju stalnog stresa. Ovo stanje je postalo gotovo uobičajeno, „normalno”. Evo nekoliko osnovnih faktora koji izazivaju stres:

- Odgovornost na poslu, školi.
- Put na posao i sa posla.
- Finansijski problemi.
- Promena zanimanja i mesta boravka.
- Problemi u odnosima s kolegama i bližnjima.
- Neuspesi na poslu i u privatnom životu.
- Pojačana odgovornost
- Velika unutrašnja motivacija, potreba da budemo najbolji, prvi.

Najvažnije pozicije na ovom spisku zauzimaju *odgovornost i motivacija*. To su upravo te osnovne hvataljke koje sistem stavlja na čoveka kako bi ga s jedne strane podstakao, a s druge ograničio njegovu energiju, svest i slobodu ili, drugim rečima, stišao njegovu strast. Kada se dostigne kritična masa takvih emocionalnih stanja, razvija se ono što Džon Sarno definiše kao *sindrom mišićne napetosti*.

Emocionalni stres postepeno prelazi u fizičku napetost. Energija emocija, a naročito potisnutih, nigde ne nestaje niti se gubi, već prelazi u funkcionalni poremećaj – mišićne grčeve. A oni, zauzvrat, dovode do strukturnih poremećaja, kao što su deformacija kičme ili hernija diskova.

Sindrom mišićne napetosti, prema rečima doktora Sarno, ne izaziva interesovanje akademske nauke, jer ne ostavlja vidljive uzročne tragove. Emocije ne možemo da stavimo u epruvetu, izmerimo ili izvagamo. Medicinske metode, uglavnom laboratorijske, ne mogu da evidentiraju dejstvo sindroma mišićne napetosti.

Sindrom mišićne napetosti se ne javlja samo kao fenomen, već ima funkciju *zamenjivanja duševnog bola sa fizičkim bolom*, što je osnovni razlog nastanka sindroma mišićne napetosti..

Fizički bol čovek lakše podnosi od drugih oblika duševne patnje. Tim pre što je mozak najvažniji organ u našem telu. Mozak radije trpi fizički bol u telu, nego negativna iskustva u svojoj svesti. Kada je pažnja usmerena na bol, potisnute emocije ne mogu da isplivaju na površinu svesti.

Karakteristično za sindrom mišićne napetosti je i odložena reakcija. Bol se može javiti iznenada, na primer, tokom odmora. Na radnom mestu emocionalna napetost obično sagoreva, ali tokom odmora više ne može da se zauzda.

Drugi uzrok sindroma mišićne napetosti je sličan prvom: *čovekova svest nastoji da odgurne sve brige što dalje i dublje, u podsvest.*

Briga, bes, osećaj krivice, odgovornost, nisko samopoštovanje – sve se to potiskuje duboko u podsvest, jer svest ne želi da to oseća ili pokazuje drugima. Međutim, dolazi trenutak kada podsvest više ne može sve to da zadrži. Tada se javlja sindrom mišićne napetosti..

U prirodi se problemi rešavaju jednostavno i prirodno: ako osetiš strah – skače adrenalin u krvi – pobegao si – strah je nestao; razbesneo si se – ponovo je tu adrenalin – izgredao si nekoga – postalo ti je lakše. Međutim, to ne funkcioniše u tehnogenom sistemu. Mozak i nervni sistem nisu prilagođeni takvom okruženju. Evolucija nije stigla do tog nivoa. Fizička i fiziološka aktivnost su prihvatljive. Ali mozak ne zna šta da radi sa emocijama koje nemaju izlaza, pa dolazi do primitivne reakcije – zamenjuje ih bolom ili bolešću.

Mišići koji pate od sindroma mišićne napetosti su smešteni u zadnjem delu vrata, leđima i gluteusu. Upravo su oni odgovorni za pravilan položaj glave, trupa i omogućavaju efikasan rad ruku. Sistem zna gde treba da okači hvataljke. Da bi marioneta mogla da se kreće kako je potrebno, mora da se precizno *uhvati i okači.*

Na taj način, mentalne hvataljke stvaraju još jedne – *somatske*. To su potpuno konkretne hvataljke i okovi. Bolni osećaji primoravaju čoveka da vodi pasivan način života. Ako boli – miruj! Čoveku nestaje volja za onim što može da mu pomogne. Somatske hvataljke onesposobljavaju, smeštaju u automobil, stolicu, kauč – ispred televizora, telefona, računara (budi na mreži, budi u sistemu!). Krug se zatvara...

Ne želim da donosim sumorne prognoze (iako se mi ovde ne bavimo proricanjem, već svesnim posmatranjem), ali očigledno je da sistem sve jače steže svoj prsten. Osim agresivnog tehnogenog okruženja, čoveka neprestano pritiskaju rastuće društvene tenzije, konkurencija i rivalstvo. Generalno, slika je ekscentrična. Čoveka su napunili sintetičkom hranom, zavrnuili ventil, priklještili stegama sa svih strana, okovali, a zatim mu pokazali cilj koji sija blistavim svetlom i organizovali trku invalida. Po zatvorenom krugu?

Rezime

- Široka rasprostranjenost oboljenja lokomotornog aparata je fenomen tehnogene civilizacije.
- Zvanična medicina nema predstavu u čemu je suština problema niti kako da se s njim izbori.
- Čovek je jedinstvena celina, a ne skup pojedinačnih mehanizama po kojima su se lekari specijalizovali.
- Nauka o zdravlju se bavi „mehanizmima i strukturama” i leči simptome, dok ne pridaje pažnju vezi između uma i tela.
- U osnovi pojave bola nisu funkcionalni i strukturalni poremećaji, već potisnute emocije.
- Kada se nakupi kritična masa stresnih iskustava, razvija se sindrom mišićne napetosti.
- Emocionalni stres prerasta u fizičku napetost.
- To, pak, dovodi do strukturalnih poremećaja – iskrivljenja kičme, hernije diskova i dr.
- Za sindrom mišićne napetosti je takođe karakteristična odložena reakcija.
- Čovekova svest teži da sve svoje brige gurne što dalje i dublje, u podsvest.
- Bol primorava čoveka na pasivan način života. On gubi interesovanje za sve ono što može da mu pomogne.
- Mentalne hvataljke rađaju druge – somatske.
- Mozak i nervni sistem nisu prilagođeni za život u tehnogenom okruženju.



Beleške na marginama

Iz nekog razloga, malo se ko zamislio nad tako čudnim položajem stvari: bolesti čovečanstva napreduju, dok „vrtoglavi uspesi“ medicine stoje nekako izvan svega toga. Navodno, evo vam supermodernih tehnologija, a evo i hroničnih i degenerativnih bolesti koje, po svojoj prirodi, ne podležu lečenju, pa se ništa ne može uraditi po tom pitanju.

INFORMACIONA INTOKSIKACIJA

Još jedno pitanje ostaje otvoreno. Prema posmatranjima Džona Sarnoa, masovna epidemija bolesti kičme počela je pre 30 godina a i danas nastavlja svoj stalni rast. Biće da izvor te pojave leži negde u osamdesetim godinama prošlog veka. Ranije nije primećeno ništa slično u *takvom obimu*. Šta se desilo? Razvoj tehnološkog sistema, sa svojim pogubnim uticajem, započeo je mnogo ranije. Nedovoljno aktivan način života, stalni stresovi i mehanizam potiskivanja emocija u podsvest su postojali i ranije. Zašto je sindrom mišićne napetosti počeo da se ispoljava baš pre 30 godina?

Doktor Sarno ne daje odgovor na ovo pitanje. Ali po mom mišljenju, rešenje je očigledno, jer se nalazi pred nama. Upravo je 80-ih godina započeo intenzivan razvoj informacionih tehnologija, nosača informacija, medija, komunikacija i veza.

S pojavom personalnih računara, CD, DVD, satelitske televizije, interneta, mobilnih telefona, a u poslednje vreme i društvenih mreža, preplavljeni smo ogromnom količinom informacija. Bukvalno je počela *informaciona intoksikacija*.

Ako su ranije mentalni problemi mogli nekako da se potisnu u podsvest, sada, kada je preopterećenje informacijama dostiglo kritičnu tačku, naša podsvest više *nema kapaciteta da ih primi*, što se manifestuje kroz fizičke probleme. Savremeni čovek je toliko preplavljen informacijama da njegovo telo, um i podsvest ne mogu da izdrže pritisak tehnogenih faktora.

Zašto se o ovim stvarima nigde jasno i otvoreno ne govori? Većina živi u „srećnom neznanju” (ili zaboravu?). Oni ništa ne vide, ne razumeju, ne pridaju značaj i misle da se *ništa* ne dešava. Ali već sam rekao i ponavljam: *dešava se nešto*.

Vidljivo je u kom pravcu funkcioniše televizija. Na primer, „Discovery” kanal je nekad bio zanimljiv i edukativan! A šta se danas tamo prikazuje? Prikazuju neke „snagatore” koji uživaju u uništavanju i razaranju. „Animal Planet” je uglavnom fokusiran na opasne životinje. „National Geographic” – isključivo na katastrofe. Vesti su takođe posvećene najvećim delom opasnostima i grozotama. Kada sve to gledate, stičete utisak da je prošla epoha intelektualaca, a nastupila epoha debila i degenerika.

Danas je ovih poslednjih, naravno, mnogo više nego pre nekoliko decenija. Postoji mnogo razloga za to. Ali to nije najvažnije. Problem je u tome što su ljudi već prezasićeni informacijama i veoma ih je teško nečim iznenaditi i zainteresovati. Zato mediji cede poslednje adute samo da bi privukli pažnju. Umesto zastrašujućih priča

kojima su nas plašili pre spavanja dok smo bili deca, prešli su na globalno zastrašujuće priče.

Nažalost, sve to samo doprinosi nagomilavanju agresije i stvarnog potencijala za stvarne katastrofe, jer kolektivna svest oblikuje odgovarajuću stvarnost.

Dakle, tehnosfera je stvorila novi fenomen našeg vremena – informacionu intoksikaciju. Ali to, naravno, nije sve. Da ne bismo previše forsirali i tako već „guste oblake u našoj knjizi”, ukratko ću nabrojati još tri osnovna faktora uticaja tehnogenog sistema na našu psihu.

1. Promene na mozgu

Mozak se u tehnogenom i informacionom okruženju ne razvija, već trpi promene. I naravno, te promene nisu na bolje. To je već naučno dokazana činjenica.

Direktorka britanskog Kraljevskog instituta, baronica Grinfield, kaže: „Ako čovek previše vremena provodi ispred ekrana, to izaziva promene na njegovom mozgu na fiziološkom nivou, što neizbežno dovodi do problema u ponašanju i pažnji. Igre mogu da deaktiviraju određene nervne veze u mozgu, jer se on prilagođava promenama u okolini. Kompjuterske igrice su primer nove sredine.” Baronica ne zna kako se s tim može nositi i preostaje joj samo da žali zbog toga i apeluje da deca treba da se odvoje od ekrana i, konačno, izađu napolje, osete travu pod nogama. Ali kako im objasniti, šta im reći, kako ih nagovoriti?

Kada u knjizi govorimo o kiborzima i „sveopštoj kiborgizaciji”, to nije naučna fantastika, već su veoma realne stvari. Modifikacija ljudskog mozga se ne kreće u pravcu razvoja kreativnih sposobnosti ili sposobnosti da stvaramo svoju stvarnost, već u pravcu *razvoja primitivnih veština*: klikanje, lajkovanje, štikliranje, pritiskanje džojstika i dugmadi. Za element sistema je to sasvim dovoljno. Mnoge druge stvari se već sada tehnički realizuju pomoću računara i mašina. I verovatno će uskoro računari i mašine biti sposobni da sami sebe stvaraju.

2. Suženje svesti

Kada se govori o intelektualnom i duhovnom razvoju, često se podrazumeva proširenje svesti, uvida i razumevanje stvarnosti. U tehnosferi, međutim, sve se odvija upravo suprotno.

Kada civilizacija zakorači na put tehnološkog napretka, ljudski um tone sve dublje u lavirinte tehničkih rešenja, gubi sposobnost da vidi i shvati suštinu stvari. Svi aparati i mehanizmi su izgrađeni po složenoj tehničkoj šemi, sastavljenoj od miliona delova i komponenti.

Na primer, prvi mikroprocesor korporacije Intel, Intel 4004, koji je pušten u prodaju 1971. godine, imao je 2300 tranzistora. Godine 1989., procesor Intel 486 ih je imao čak 1.200.000, a 2000. godine, procesor Intel Pentium-4 je premašio brojku od 42 miliona. Novi procesor Intel Core 2 Extreme sa četiri jezgra, napravljen po 45-nanotehnologiji, već sadrži čak 320 miliona tranzistora.

Dakle, tehnička šema postaje sve složenija. Neko to može da nazove progresom, ali je to u stvari slepa ulica. Tehnologiju možemo da beskonačno komplikujemo, ali se njome posle toga sve teže upravlja i ona postaje sve manje pouzdana. Avioni, podmornice, svemirske letelice su veoma komplikovani i zbog toga nepouzdana.

Ko bi želeo da leti u supermodernom, odnosno superkomplikovanom avionu, kojim upravlja pilot čija je svest potpuno sužena, jer njegov mozak više ne može da se nosi sa svim tim kompleksnostima? A šta ako se u jednom od milion tranzistora pojavi neka greška? A šta ako pilot tokom leta pritisne „pogrešno dugme“?

U isto vreme, naša „razvijena“ civilizacija razbija glavu kako su obrađeni i podignuti drevni megaliti, kako su vanzemaljski objekti sposobni da se tako kreću, kako su u prošlosti mogle da postoje „letaće kočije vimane“ kod kojih je kompletna energetska konstrukcija sadržavala samo par lončića.

To znači da postoje i druga, jednostavnija tehnološka rešenja koja se nalaze izvan sfere tehničkih rešenja. Na primer, kretanje vanzemaljske letelice verovatno nije mehaničko kretanje u vazduhu ili vodi, već prenos projekcije u prostranstvu varijanti. Zato su brzine ogromne, a nema otpora sredine ili inercije.

Međutim, tehnokratski razum je potpuno uronjen u mehaniku materijalne komponente našeg sveta. Kako može da vidi i razume metafiziku ako mu je svest zamagljena i sužena? Možemo da se beskonačno udubljujemo u diferencijaciju i rešavamo složene probleme, ali *ne vidimo šumu od drveća*.

Nedavno sam imao priliku da zavirim u udžbenik matematike za starije razrede. Ispostavilo se da decu teraju da rešavaju nezamislivo komplikovane konstrukcije od korena i logaritama, koji izgledaju kao trospratne, četvorospratne i petospratne zgrade. Rešavajući takve zadatke, potpuno zaboravimo šta je logaritam i čemu služi.

Očigledno, cilj obrazovanja nije da učeniku otkrije suštinu i lepotu matematike, već

da ga zbuni, uvuče u mračni lavirint i ograniči mu svest uskim okvirima. Isti taj cilj – suženje svesti, imaju i prijemni ispiti. Pri takvom „obrazovanju”, ne može biti reči ni o kakvom razvoju kreativnog mišljenja.

Problem je u tome što ljudi već odavno ne upravljaju ovim procesima. Sistem vlada i upravlja. Birokrate u obrazovnom procesu koje, iz „najboljih namera”, smišljaju takve primitivne metode obrazovanja, ni same ne shvataju šta rade, jer im je svest takođe zamagljena i sužena. Sistem jasno i nedvosmisleno pokazuje da su mu potrebni šrafovi, ili, u najboljem slučaju, kiborzi, ali ne kreativni pojedinci.

2. *Informaciona zavisnost*

Svaka intoksikacija rađa zavisnost. Savremen čovek je konkretno navučen na informacionu iglu. Ako ne dobije svoju dozu, počinje mu kriza, nelagodnost, tuga, anksioznost, pa čak i panika. A doze postaju sve jače i veće. Spektakularni filmovi više ne impresioniraju, potrebno ih je pustiti glasnije da bi izazvali eksploziju u mozgu, slika mora biti 3D, a još bolje 4D, a idealno bi bilo da se osete i mirisi, ili neka druga „droga” koja bi u potpunosti dovela do ludila.

Čovek koji sedi s daljinskim upravljačem, iscrpljuje se zbog toga što mora da prelazi s jednog na stotine satelitskih kanala, a ni na jednom od njih ne želi dugo da se zadrži. Bez spektakla, čovek ne može da opstane, ali istovremeno ništa ga više ne raduje, ne dotiče, ne ostavlja utisak. Ovde malo preterujem, ali samo malo. Sve vodi ka tome.

U vreme mog detinjstva, nije svaka kuća imala televizor. Ali postojalo je nešto bolje – *filmoskop*. Mlađe generacije, verovatno, ne znaju šta je to. To je vrsta projekcionog svetla umesto plejera, u koji se umetne dijafilm (filmska traka) umesto DVD-a. Na traci su kadrovi – slike, a u dnu nekoliko redova teksta. To nije film, već baš kadrovi koje treba pojedinačno gledati, okrećući točkić filmskopa.

Tada se proizvodilo mnogo dijafilmova: različite priče, istorije, bajke, obrazovni filmovi, zanimljivi, raznovrsni. Bili su smešteni u malim cilindričnim kutijicama. Veoma očaravajuće, prijatne stvarčice. Uveče, kada bi se cela porodica okupila, na prozore bi se navukle zavese, na zid bi se postavio čaršav i započinjala bi čarolija.

To nije isto što i televizor! Takvo prikazivanje je toliko uzbudljivo, prijatno i, što je najvažnije, umirujuće, da isti dijafilm nikada nije mogao da dosadi čak ni nakon mnogobrojnog gledanja. Stvarao se osećaj nekakvog sveopšteg mira i ravnoteže, kao da je sve s vama i ovim svetom – U REDU. SVE JE JEDNOSTAVNO DOBRO I KAKO TREBA

DA BUDE.

Nijedna, pa ni najuzbudljivija medijska produkcija nije u stanju da pruži toliko zadovoljstva, mira i radosti kao što je to pružao taj mali šarmantni dijafilm.

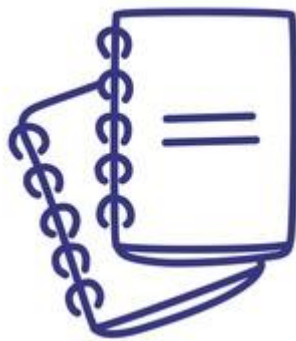
Danas je situacija potpuno drugačija. Uključiš televizor – i dobiješ po glavi udarac bejzbol palicom – svoju dozu. I svoju predstavu o svetu – evo kako treba da bude! Izađeš napolje – a tamo na reklamnom bilbordu vidiš dete koje još ne ume da priča – a već u rukama drži mobilni telefon. Bez obzira na to što je dobro poznato: telefon u rukama deteta dovodi do zaostalosti i poremećaja u njegovom razvoju. I zašto „bez obzira na to što”? Upravo zato što je to dobro poznato. Verovatno tako treba?

Kada svuda u reklamama vidiš dvogodišnje dete s mobilnim telefonom, u tvom mentalitetu se formira šablon da je to ispravno, dobro i da tako treba. To više nije samo telefon, već neodvojivi deo tebe. Razgovaraj, igray se, slušaj, prati vesti, klikni, kupi, plati, lajkuj – to je sve što možeš i što ti je potrebno. A ti, najvažnije je da budeš konektovan, na mreži, u sistemu, daj svoj doprinos.

Ali ipak, ne. Ne verujem. Već sada nešto NIJE DOBRO sa ovim svetom, nešto NIJE U REDU i NE TREBA da bude tako. TAKO NE MOŽE.

Rezime

- S pojavom sredstava komunikacije i veza, na čoveka se sručila moćna bujica informacija. Doslovno je započela informaciona intoksikacija.
- Sada, kada je preopterećenje informacijama dostiglo kritičnu tačku, kapacitet podsvesti više nije dovoljan, a to se odražava na fizičke probleme.
- Modifikacija ljudskog mozga ide u pravcu razvoja primitivnih veština.
- Savremeni čovek se duboko zakopava u lavirinte tehničkih rešenja, gubeći sposobnost da vidi i shvati najosnovniju suštinu stvari.
- Tehnokratski um je potpuno uronjen u mehaniku materijalne komponente našeg sveta.
- U tehnosferi dolazi do sužavanja svesti.
- Savremeni čovek je konkretno navučen na informacionu iglu.



Beleške na marginama

Da li će indigo deca spasiti našu civilizaciju? Veoma sumnjam. Dovoljna će biti samo veštačka hrana da poništi sve njihove sposobnosti. Sintetički obrok je i osmišljen od strane sistema da bi se uzgajali poslušni kiborzi, a ne „samohakeri”. A što se tiče informacione hrane, šanse su potpuno obeshrabrujuće.

SOMATSKE HVATALJKE

Dakle, utvrdili smo da tehnogeni faktori doslovno kače štipaljke, hvataljke na ljude. Čovek je praktično potpuno vezan i okovane su mu ruke i noge. Mentalne hvataljke direktno blokiraju pažnju, volju, svest i razum. Somatske takođe direktno blokiraju mišiće i energiju. I sve indirektno utiču jedne na druge: telesne blokade mogu da izazovu mentalne, i obrnuto. Mentalne hvataljke smo već uopšteno razmotrili. Sada ćemo govoriti o tome šta učiniti sa somatskim.

Dogovor s podsvešću

Podsetimo se za početak da potisnute emocije i neprijatna iskustva imaju osobinu da sadržaje iz svesti potiskuju u podsvest. Ako podsvest nema dovoljno kapaciteta (a kod savremenog čoveka je taj kapacitet preopterećen), tada emocije i iskustva isplivavaju kao sindrom mišićne napetosti. Kao što ste već verovatno razumeli, bole mišići, a ne na kosti, nervi ili kičmena moždina. Ako su mišići stegnuti, nastaje lanac patologija: narušava se mikrocirkulacija – blokira se protok energije – pojavljuju se druge bolesti, čije je etiologija skrivena.

Dr Sarno je nakon dugogodišnje prakse, ipak pronašao način za izbavljenje od sindroma mišićne napetosti. Metod je iznenađujuće jednostavan. *Ako čovek shvati da izvor bolnih simptoma leži u potisnutim emocijama i iskustvima, bol nestaje.* Kada se otkrije uzrok sindroma mišićne napetosti, podsvest shvata da više ne može da vas na takav način prevvari.

Bol ne nestaje odmah, to može da potraje nekoliko dana, a ponekad i mesecima. Čini se kao da se podsvest trudi da ne pokaže da je uhvaćena u "skrivenom zločinu". Jer ovo zaista predstavlja neku vrstu zločina prema organizmu, budući da podsvest na taj način prebacuje problem na telo, time pokazujući svoju nemoć. Ali sada, kada je „tajna” otkrivena, takva prevara više ne prolazi.

Sam problem koji je izazvao sindrom mišićne napetosti naravno može da ostane nerešen nakon same spoznaje. Ali sindrom bola kao i bolesti povezanih s mišićnom napetošću se povlače. Ljudi se oslobađaju bola samo kada shvate šta im se tačno događa. Možda sve to zvuči neverovatno, ali činjenice su tvrdoglave: desetine hiljada

pacijenta doktora Sarno se oslobodilo sindroma mišićne napetosti, bolova u leđima, vratu i drugih tegoba. Ispostavilo se da *čir na želucu, astma, prostatitis, glavobolja, ekcem, psorijaza i neke druge bolesti mogu da imaju za uzrok isti mehanizam potiskivanja emocija u podsvest.*

S metodologijom Džona Sarno možete da se upoznate u njegovoj knjizi „Kako izlečiti bol u leđima. Ljudi moraju da znaju istinu.” Američko izdanje: John E. Sarno. Healing back pain, New York.

Još jednom ću pojasniti suštinu metodologije, dopunjujući je svojim razmišljanjima.

Preporučljivo je da se prvo *oslobodite mentalnih hvataljki*, jer su one osnovni uzrok sindroma mišićne napetosti. Treba da shvatite šta vas opterećuje. Osvestite to, umanjite važnost i kreirate tok, kao što je prikazano u prethodnim poglavljima.

Zatim treba da postignete *dogovor sa svojom podsvešću*. Šta podsvest uopšte predstavlja? Podsvest je odgovorna za reflekse i funkcije koje ne zahtevaju razmišljanje. Na primer, disanje, varenje. Isto tako, nevoljne mišićne kontrakcije su takođe u domenu podsvesti. Najveći broj emocionalnih, mentalnih i fizioloških aktivnosti se odvija ispod svesnog nivoa. Svest je samo mali deo ledene sante. Ali i kapacitet podsvesti nije neograničen. Zbog pretrpanosti informacijama, kao i novim mentalnim društvenim hvataljkama, kapacitet podsvesti je kod savremenog čoveka iscrpljen.

Podsvest je slična životinji. Ona sve razume, ali ne do kraja i ne u potpunosti. Za razliku od svesti, ona kao da je u snu. Ne može joj se sve objasniti, ali u nečemu se može postići dogovor. Suština dogovora sa podsvešću je da joj saopštavate *da sada sami preuzimate odgovornost za probleme*. Više nema potrebe da sakrivate probleme – sama svest, tj. Ja će ih otkrivati i otklanjati.

U isto vreme, treba se s poštovanjem obraćati podsvesti jer ona to jednostavno zaslužuje. Možete da sastavite mentalni obrazac takvog sadržaja i povremeno ga ponavljate, na primer dok se nalazite u kupatilu ili ponekad, pre spavanja.

Moja podsvesti, ti si kraljica mog tela. Sve u mom telu je pod tvojom komandom. Moja podsvesti, moja kraljice, ti uspostavljaš harmoniju u celom mom telu. Pod tvojim vođstvom, sve funkcije se obnavljaju, uspostavlja se idealno zdravlje i snažna energija. Moja podsvesti, moja kraljice, ti harmonizuješ celo moje telo. A ja ti pomažem u svemu, činim sve što je moguće. Hranim se svežom, prirodnom hranom koja me čisti i snabdeva sa svim što mi je potrebno. Hranim se raznovrsno i kvalitetno. Redovno se opuštam u blagotvornim kupkama i polivam hladnom vodom.

Bavim se fizičkim vežbama i razvijam svoje telo. Radim sa namerom. Moja namera je usmerena ka savršenstvu. Ja sam čisto savršenstvo. Moja podsvesti, moja kraljice, pod tvojim vođstvom se moje telo čisti, regeneriše, obnavlja i razvija. Moja podsvesti, ti si kraljica mog tela.

Vrlo je moguće da će nakon nekoliko dana, ili nekoliko nedelja i meseci od kada pročitate ove redove, neki bol nestati ili će proći hronična bolest. Osetićete veću slobodu u svojim pokretima i to ćete osvestiti. Telo će se vratiti dodatna sloboda, biće voljnije da vas sluša. Osećaćete se znatno bolje. Napokon, vaše telo će se ponovo setiti dugo zaboravljenog osećaja šta znači *živeti bez hvataljki*.

Kretanje pokretnim stepenicama

Ne treba se oslanjati samo na dogovor s podsvešću i zanemariti fizičku aktivnost. Na čoveka koji vodi pasivan način života, hvataljke se lako i snažno pričvršćuju. Da bismo postigli stoprocentne rezultate, neophodan je sveobuhvatan pristup: kako mislimo, kako se hranimo, kako se krećemo. Fizička aktivnost ovde igra izuzetno važnu ulogu.

Već sam uporedio stanje tela s kretanjem niz pokretne stepenice. Negde do dvadesete godine života, pokretne stepenice se penju prema gore, a onda počinju da se spuštaju. *Tamo gde nema razvoja, dolazi do propadanja. Ono što se ne koristi, to atrofira.*

Zato, ako želite da održite dobru kondiciju, morate svakodnevno da radite na svom razvoju. Izaberite neku vrstu fizičke aktivnosti (sport, fitnes, vežbe) i postepeno se „penjite stepenicama koje se spuštaju” dok ne postignete željeni nivo, a zatim postepeno koračajte nagore, uz odgovarajuća opterećenja i vežbe.

Moraju da postoje tri vrste vežbi: somatske (za opuštanje mišića), vežbe snage (dinamičko opterećenje) i istezanja (razgibavanja).

Somatske vežbe opuščaju i istežu mišiće, oslobađaju od napetosti i blokade. Vežbe snage povećavaju mišićnu masu, održavaju mišiće u tonusu, obnavljaju mikrocirkulaciju, razvijaju krvne sudove i pomažu u čišćenju organizma. Vežbe istezanja razvijaju ligamente, oslobađaju motoričke resurse, daju dodatni stepen slobode, čine telo fleksibilnim i pokretljivim.

Važno je da vežbe izvodite u navedenom redosledu: prvo vežbe opuštanja, zatim vežbe snage, a na kraju (ili između vežbi snage, nakon zagrevanja) vežbe istezanja.

Vežbe treba da budu što raznovrsnije. Međutim, budući da sindrom mišićne napetosti uglavnom deluje u predelu kičme, naročitu pažnju treba obratiti na *mišiće leđa, vrata i ramena*. Možete koristiti nekoliko različitih metoda usmerenih na ublažavanje bola u leđima (postoji mnogo takvih metoda dostupnih u knjigama i video-snimcima). Izaberite vežbe koje vam se najviše dopadaju i odgovaraju.

Možete uzeti za osnovu dve metode: Tomasa Hane i Sergeja Bubnovskog. Po mom mišljenju, to su najnapredniji i najefikasniji pristupi kada je reč o oblasti zdrave kičme.

Tomas Hana, kao i Džon Sarno, jedan je od retkih progresivnih lekara koji je prepoznao vezu između uma i tela. Što se tiče sindroma mišićne napetosti, dr Hana ima slično mišljenje kao i Sarno, samo koristi drugi termin – *senzorno-motorna amnezija*, i ima potpuno drugačiji pristup – *otklanjanje blokada putem opuštanja mišića*. Dr Hana je razvio sistem somatskih vežbi koje je nazvao „svakodnevno mačje istezanje”. Ove vežbe ne zahtevaju mnogo vremena. Metoda Tomasa Hane opisana je u njegovoj knjizi "Umetnost nestarenja". Knjiga je retka, ali je možete pronaći, ako ne u knjižarama, onda sigurno na internetu.

Kod Sergeja Bubnovskog, nasuprot tome, glavna pažnja je usmerena na uklanjanje sindroma mišićne napetosti putem *dinamičkih opterećenja*. To je takođe veoma smisljena metoda. Dr Bubnovski smatra da se mišići mogu regenerisati u bilo kom dobu. Knjige Sergeja Bubnovskog su dostupne. Na primer: „Priroda razumnog tela. Sve o kičmi i zglobovima” ili „Osteohondroza – nije presuda!”

Kao što vidimo, postoje tri različite metode za rešavanje sindroma mišićne napetosti: *dogovor sa podsvešću, somatske vežbe za opuštanje i dinamička opterećenja*. Možete da izaberete jednu od njih ili ih kombinujete. Po mom mišljenju, najbolje rezultate ipak postiže holistički pristup, odnosno kombinacija sve tri metode.

Nadalje ću ukratko navesti ključne tačke koje je korisno znati i imati na umu.

Organizam je samoregenerativni sistem, u njemu je ugrađen potencijal za regeneraciju i razvoj. Međutim, to je samo potencijal, mogućnost. Treba imati na umu da organizam ne žudi za razvojem. On teži minimalno prihvatljivom statusu quo i tada se zaustavlja, a zatim postepeno počinje da atrofira. Zato, da bismo *održali dobru kondiciju, organizmu moramo da pružamo opterećenje i podstičemo ga namerom, usmerenom ka razvoju i usavršavanju*. Ali opet ponavljam, potreban je holistički pristup: kako razmišljamo, kako se hranimo, kako se krećemo.

Ako ne budemo vežbali telo, ono će pasti na najniže optimalno stanje koje je dovoljno samo da izdrži nametnuto opterećenje – ni više ni manje. Ako se hranimo samo živom biljnom hranom, mišićna masa može da bude nezadovoljavajuća, mala. Na mrtvoj hrani, telo će početi da skladišti otpad, toksine, masti i druge nepotrebne balaste. Mišići će se razvijati samo koliko je potrebno da izdrže sopstvenu težinu. Masivno telo pasivne osobe je prepuno nepotrebno tereta, a ne radnih mišića.

Kao što smo već pomenuli, *vežbe treba da budu raznovrsne, usmerene na razvoj svih mišićnih grupa*. Kada su sve mišićne grupe (veslači) dobro razvijeni, srce lakše obavlja svoju funkciju, a krvni sudovi (rečna korita) su zdravi i plovni.

Ako vaša fizička kondicija dozvoljava, veoma je korisno da praktikujete standardni set vežbi: *čučnjevi, sklekovi, zgibovi*. Kada se ove vežbe izvode dovoljan broj puta, kako kaže dr Bubnovski, „otvaraju se prozori”, uklanjaju glavne mišićne blokade i grčevi. Sve pokrete treba raditi uz potpuno savijanje i ispravljanje ekstremiteta, a ne kao što se često radi – savijanje ruku do trećine potrebnog raspona.

U svim vežbama, *glavnu pažnju treba posvetiti fazi opuštanja, a ne angažovanju snage*. Uvek je teže naterati mišiće da se pravilno opuste jer su navikli da rade.

Ne treba biti preterano revnosan. Napor koji ulažete treba da bude proporcionalan. Opterećenje treba postepeno povećavati. Vežbe ne treba da se izvode lenjo, ali ni da budu iscrpljujuće – iz ovog principa treba odrediti trajanje svog treninga. Pokreti treba da pricinjavaju zadovoljstvo. Ako nema zadovoljstva, to znači da je organizam preopterećen štetnim materijama i toksinima. U tom slučaju, treba smanjiti opterećenje i očistiti telo.

Poželjno je da se vežbe svakodnevno izvode, ali može i svaki dru-gi ili treći dan, u skladu sa željom i mogućnostima. *Najvažnije je da se redovno praktikuju*. Ne dovodite sebe do stanja iscrpljenosti. Ako imate puno vežbi u setu, možete ih rasporediti po danima: jedna grupa prvog dana, druga grupa drugog dana i tako dalje.

Paralelno s kretanjem, pokušajte da obratite pažnju na *energetske tokove*. Osnovni principi su opisani u knjizi „Apokrifni Transurfing”.

Nakon vežbanja, polijte se kofom hladne vode (što hladnija, to bolje) i tuširajte se hladnom vodom još 20 sekundi. (Polivanje hladnom vodom je dozvoljeno samo na dobro zagrejano telo. Ako se telo ohladilo, prvo se treba zagrejati toplim tušem.) Zatim se obrišite peškirom, usredsredite jedan minut, osetite kako se telo ispunjava moćnim energetskim tokom (nakon polivanja će tako i biti) i izgovorite u sebi ili glasno svoju ciljanu mentalnu formulu. Na takvom energetskom uzletu, ciljana direktiva je naročito

efikasna.

Dok radite vežbe, razmišljajte o tome šta želite da postignete. Povremeno ponavljajte kratke mentalne obrasce: *Svi moji mišići se opuštaju, oslobađam se svih hvataljki. Moje telo se čisti, obnavlja, oporavlja, razvija. Moja podsvest, moja kraljica, harmonizuje ceo moj organizam. Mišićna masa se povećava. Imam zdravo i prelepo telo, snažno zdravlje, snažnu energiju, snažan um, snažnu svest. Ja sam čisto savršenstvo. Upravljam svojom stvarnošću kao svesnim snom. I Sila je uz mene, Sila me vodi, i zbog toga sve što radim – činim genijalno i sjajno.*

Prateći sve ove preporuke u celini, neizbežno ćete dobiti ono što nameravate da imate.

Doziranje informacija

Svest i pažnja savremenog čoveka su već najdublje blokirani. A u uslovima rastuće informacione zatrovanosti, uskoro će biti blokirana i *sposobnost vizualizacije*. Tehnogeni sistem nastoji da svim sredstvima potisne i uništi samu potencijalnu sposobnost stvaranja sopstvene stvarnosti. Šraf ne sme da stvara nešto svoje – može da konzumira samo ono što mu sistem daje. Jednog dana će se čovek probuditi i shvatiti da mu ne uspeva da na unutrašnjem ekranu stvori ni najjednostavniju sliku. Tada će morati da zaboravi na Transurfing.

Po svemu sudeći, drevne civilizacije koje su prethodile našoj, bile su veoma razvijene, ali ne u tehničko-informacionom smislu, već u smislu ljudskih potencijala. Takođe se sumnja da su Atlantiđani, na primer, sami sebe pogubili jer su ovladali Silom, s kojom nisu naučili da upravljaju. Drugim rečima, preuzeli su toliko Sile koliko nisu mogli da izdrže.

Danas je sve obrnuto. Sva sila i vlast pripadaju sistemu. Čovek je već retko na šta sposoban samostalno, bez sistemskih gadžeta. Može da obeleži kvačice, pritisne dugmiće, klikne i lajkuje. Uskoro više neće moći ni da vizualizuje. Mnogi već sigurno ne mogu, niti pokušavaju jer im to nije ni potrebno.

Ovde ne preterujem. Prema procenama psihologa, svako novo pokolenje tokom poslednjih decenija postaje sve lenje, gluplje i zlobnije od prethodnog. Evo malo statistike i činjenica.

- *Karakteristične osobine „pepsi generacije” (dece „perestrojke”): lako podložni sugestiji, proždiru svaku reklamnu udicu, pecaju se na svaku propagandu.*
- *Sledeća je „Z generacija” (termin psihologa Marka Sandomirskog), koja, pored osobina prethodne, pokazuje manjak saosećanja, agresivnost.*
- *Sociolozi i psiholozi veruju da će današnja deca odrastati kao zla, okrutna i infantilna, kao primitivni potrošači kojima se lako manipuliše.*
- *Broj dece s mentalnim poremećajima se svake godine povećava za 10%.*
- *Broj učenika s mentalnim poremećajima već iznosi od 15% do 30%, u zavisnosti od regiona.*
- *10% odraslog stanovništva često pati od paničnih napada (teških napada anksioznosti).*
- *40% evropske populacije već je proglašeno mentalno nezdravom.*
- *Američka nacija je potpuno bolesna i ispoljava sve znake degeneracije.*

Molim vas da obratite pažnju da ovo nisu moji zaključci, već činjenični podaci preuzeti iz različitih zvaničnih izvora. Takođe treba imati na umu da je zvanična statistika obično ublažena. To su posledice uticaja svih tehnogenih čari na ljudsku psihu. Naravno, sve su ovo samo statistike i opšte, prosečne vrednosti. Još uvek možemo da vidimo mnogo razumnih, prijatnih, srdačnih i inteligentnih ljudi oko nas. Ali svejedno, preostala siva masa, takozvana „ogromna većina”, ostavlja jeziv utisak.

Kako biste izbegli da se utopite u tu sivu masu, potrebno je da svesno dozirate i filtrirate informacije, *ne puštate u sebe sve što dolazi i ne upuštate se u sve što vam se nađe na putu.* To ne znači da treba da bacite televizor, isključite telefon i zauvek napustite društvene mreže. Princip se sastoji u tome da budete u *poziciji posmatrača, a ne gutača informacija.*

Informaciona intoksikacija i zavisnost dovode do toga da se *ljudi definitivno pretvaraju u potrošače informacija,* postaju pasivni prijemnici. Oni više ne mogu da budu predajnici. Tamo *gde počinje slepo konzumiranje informacija, tu se završava Transurfing.*

Verovatno neko očekuje da ću ja sad početi da nabrajam šta je dozvoljeno, a šta nije, i u kojoj meri je dozvoljeno. Međutim, princip doziranja informacija je stvar ličnog izbora. Nije pitanje u tome šta i koliko može, već koliko se svesno pravi izbor. Važno je samo zapamtiti tri osnovna principa.

- *Svesnost (svesni smo šta sada radimo, zašto i zbog čega).*

- *Posmatranje (ne uranjamo potpuno, već posmatramo sa distance i trezveno).*
- *Izbor (ne gutamo informacije, već biramo; posmatramo šta se dešava, u šta smo trenutno uvučeni, u šta pokušavaju da nas uvuku i da li nam je to potrebno).*

Nema potrebe da se udubljujemo u detalje. Verujem da će oni kojima je preostalo bar malo svesnosti i trezvenog uma i sami sve razumeti. A onima kojima nije, nemoguće je i objasniti. Bez sumnje, vi, poštovani Čitaoče, odlično razumete sve ono o čemu se govori u ovoj knjizi, jer ona inače ne bi bila u vašim rukama.

Integrisanje

Ovaj princip znači sledeće:

- *Nemojte da potpuno uranjate u sam proces rešavanja zadataka i problema, zaboravljajući pri tome na cilj i smisao, već uvek imajte na umu krajnji cilj.*
- *Ne zaglibljujte se u detalje, u traganje za načinima i sredstvima, već razmišljajte o glavnom – u čemu se sastoji smisao i cilj.*
- *Umesto što tumarate po starom gradu i zapetljavate se po lavirintima uskih uličica, uzletite do ptičjih visina.*

Drugim rečima, onaj ko se muči kao muva kad udara u staklo, bavi se detaljima. Onaj ko odleti daleko i pogledom obuhvati celu sliku, taj se integriše – vidi prozorčić i izleće kroz njega.

Kada ste potpuno zaronjeni u proces rešavanja određenih problema i mučite se da pronađete načine i sredstva, vaša svest se sužava, prestajete da vidite oko sebe i samo gledate ispred nogu. *Ne vidite šumu od drveća, odnosno ono najvažnije.*

Poreklo ove fraze se vezuje za legendu. Naime, putnik iz 16. veka, Sjer Golar, kada je video Pariz, izjavio je da su ga prevarili i rekli kako je to lep grad. Prema njegovim rečima, zbog brojnih visokih zgrada, on nikada nije video sam grad. (Istina, postoji još jedna verzija ove legende: kada je stigao u Pariz, video je mnogo drveća koja su rasla u parkovima, na bulevarima i ulicama, zaklanjajući kuće.)

Ograničenje vidika izaziva stanje oduzetosti, otupelosti i zbunjenosti. Načini i sredstva se ne pronalaze, a hvataljke se još više stežu. Najbolji izlaz iz tog stanja je uzleteti visoko kao ptica.

Kako to postići? Veoma jednostavno: odvojiti pogled s nogu i usmeriti ga napred, ka cilju. *U Transurfingu se ne bavimo traženjem rešenja – ona se sama javljaju tokom puta.* Gordijev čvor se ne raspetljava, već se jednim potezom preseca. Za to je potrebno da postavimo sebi cilj i krenemo prema njemu, usmeravajući svu pažnju i nameru. Nebitno je šta je bilo u prošlosti i šta se dešava u sadašnjosti. Vektor pažnje je usmeren na cilj i ka napred. Vrata (mogućnosti) će se otvoriti tokom puta, načini i sredstva će se pronaći sami. Još jednom navodim formulu za rešavanje „nerešivih“ zadataka.

Dopustiti nedopustivo,

vektor pažnje i namere usmeriti na cilj,
otpočeti kretanje.

Cela tajna je u tome da kada je vaša pažnja usmerena ka cilju, vetar namere pokreće vašu svest i ona, poput vazdušnog zmaja, uzleće u visine ptičjeg leta i omogućava vam da jasnije sagledate svoj put.

Stvaranje toka

Pojava intoksikacije više nije samo fiziološki, već i psihološki fenomen, što svedoči da se svest ne može beskrajno opterećivati informacijama. Postoje granice i *informacioni zamor*. Sigurno vam je poznato da kad dugo učite neki predmet, recimo, pripremajući se za ispit, u nekom trenutku dolazi do prezasićenja i informacija više ne može da se usvoji.

To se događa iz dva razloga. Prvo, „posuda je prepunjena“, kapacitet memorije više nije dovoljan. Jer memorija nema samo svoju metafizičku, već i fiziološku osnovu – mozak mora da formira određene neuronske veze, a to nije brz proces. Drugo, kada se kapacitet iscrpi, podsvest postavlja branu, blokira dolazni kanal kako bi se prestalo sa unošenjem informacija i omogućilo njihovo usvajanje.

Međutim, u uslovima intenzivnog informacionog pritiska, ovaj mehanizam više ne funkcioniše kako treba: „posuda“ postaje pretrpana, a „brana“ ostaje stalno otvorena. Kao rezultat, javlja se patologija – informaciono preopterećenje, stagnacija, „nevarenje“.

Da bi se otklonio zastoj, neophodno je formirati tok, tako da se informacije kreću

umesto što se samo nakupljaju. Kada nešto čitate ili slušate, informacije vas samo pune. Ali kada sami nešto drugima pričate, objašnjavate ili prenosite, informacije slobodno teku kroz vas. Slično tome, kada učite, vaša „posuda” se puni, ali to je moguće samo do određene granice. Ali kada rešavate probleme, nalazite se u toku – nema brana, niti „prelivanja” – postoji samo slobodno kretanje informacija. U tom smislu, *obučavanje je lakše od učenja, a rešavanje problema je lakše od samog učenja.*

U studentskim danima, naročito sam bio fokusiran na teoriju. Tada (kao i danas), fizička nauka je prolazila kroz krizu, i mislio sam da ću otkriti sve tajne Univerzuma ako savladam veoma složen matematički aparat koji razumeju samo matematičari, a kojim fizičari ne barataju (a to je zaista tačno).

U suštini, bio sam marljiv i žedan znanja. Iako ne možemo da budemo mnogo gladni informacija, jer ne možemo „puno da ih pojedemo” - to sam shvatio još tada. Moj prijatelj, godinu dana ispred mene na fakultetu, bio je takođe zaljubljenik u fiziku, ali za razliku od mene, bio je pravi opuštenjak. Trojkaš i veseljak. Često si mogao da ga vidiš kako šeta po studentskom domu, bezbrižan i neopterećen učenjem.

Međutim, na sveopšte iznenađenje, on je uspevao da reši zadatke s kojima nijedan drugi student nije mogao da se izbori. Istina, i meni je uspevalo da rešim zadatke koje niko drugi nije ni pokušavao, ali sam rezultate postizao upornim radom i naporom, dok je njemu sve išlo glatko.

Meni je to bilo čudno i nerazumljivo: kako je moguće ništa ne učiti, a lako rešavati zadatke? Naravno, postoje ljudi koji su prirodno obdareni, ali ipak, bez proučavanja teorije, ne može se daleko stići.

Jednom je došao u moju sobu u studentskom domu, a ja sam sedeo okružen udžbenicima, s verovatno jako glupim izrazom na licu, pošto se moj prijatelj odmah nasmejao, lupio me po ramenu i uzviknuo: „Dosta je! Idemo, danas je četvrtak!” (U našem studentskom domu je četvrtak bio „dan piva”). Počeo sam da zamuckujem i rekao sam da ne mogu... On je uzeo jednu od mojih knjiga: „A kakve su to pametne knjige? Oho, kako su debele!” Počeo sam da mu objašnjavam da sam sebi postavio cilj da savladam ceo višetomni kurs teorijske fizike Landau–Lifšic.

(U studentskom okruženju se verovalo da će onaj ko savlada ovaj zastrašujuć kurs biti najpametniji od najpametnijih! A kurs Landaua je zaista bio izuzetno težak za usvajanje, jer ga je napisao genije koji je, osim toga, smatrao da svi podjednako dobro

razumeju teorijsku fiziku kao i on, pa se nije zamario detaljnim objašnjenjima.)

Šta se desilo mom prijatelju! Počeo je da se krivi i ludira kao da sam izvalio neku tešku glupost. Na kraju je, drhtavim glasom, dodao: „Jako saosećam s tobom!” Kada je završio sa svojim zadirkivanjima, počeo sam da ga ispitujem zašto smatra da je to glupa ideja i kako on uspeva da rešava zadatke. Odgovorio je prosto: „*Rešavam zadatke zato što rešavam zadatke.*”

Ispostavilo se da on, za razliku od svih nas, pristupa učenju sasvim drugačije. Mi učimo teoriju, pa onda pokušavamo da je primenimo u praksi. A on radi suprotno: rešava zadatke i samo ako mu nešto ne bi bilo jasno, brzinski bi pogledao u udžbenik. Najvažniji cilj mu je bio da pronađe rešenje za konkretni problem, teoriju je smatrao nečim sporednim, pomoćnim. Učenje mu je išlo lako, jer nije prepunjavao svoju posudu, već je bio *u toku*.

Nekoliko godina nakon diplomiranja, kada je naš fakultet fizike „perestrojka” razbacala na sve strane, sasvim slučajno sam ga sreo na autobuskoj stanici. I dalje je bio onaj isti, bezbrižan i ležeran, stajao je i jeo jabuku. Pitao sam ga kako je i gde je. „A!” – odgovorio je on, bacajući odgrizak jabuke preko ograde. „Uskoro branim doktorsku disertaciju.” Ostao sam zapanjen. Prošlo je samo nekoliko godina od univerziteta. Ali zašto se čudim. Sada shvatam da je on bio „haker”, radio je sve drugačije od ostalih.

Iz ovoga možemo da izvučemo sledeće zaključke. *Ako želite da naučite neki predmet, da naučite teoriju – ne učite. Rešavajte zadatke, bavite se konkretnom praksom.* Jer, svaka teorija na kraju služi za rešavanje praktičnih problema. Na prvom mestu treba da bude konkretan praktičan rad, a tek na poslednjem – teorija. Sva pažnja ne treba da bude usmerena na usvajanje znanja, već na zadatke koje možete da rešite pomoću tog znanja. Prenos znanja drugima takođe pokreće tok. *Podučavajte druge o teoriji s kojom ste se tek upoznali – to je najbolji način da je usvojite.*

Koristeći ove principe, lako ćete savladati bilo koju, pa i najkompleksniju nauku. Znanje dolazi u procesu praktičnog rada, u toku. I to neće biti tuđe znanje koje odmah izleće iz glave, već će biti vaše – ostaće s vama.

Rezime

- Kada čovek shvati da su potisnute emocije i brige izvor svih bolnih simptoma, bol

nestaje.

- Prvo je poželjno izbaviti se od mentalnih hvataljki, jer su one osnovni uzrok nastanka sindroma mišićne napetosti.
- Smisao dogovora s podsvešču je da joj saopštite da sada sami preuzimate odgovornost za svoje probleme.
- Stopostotne rezultate donosi samo kompleksan pristup: kako razmišljamo, kako se hranimo i kako se krećemo. Kretanje ovde igra veoma važnu ulogu.
- Treba da postoje tri vrste vežbi: somatske (za opuštanje mišića), vežbe snage (dinamičko opterećenje) i istezanja (razgibavanja).
- Vežbe treba da budu maksimalno raznovrsne. Posebnu pažnju treba posvetiti mišićima leđa, vrata i ramena.
- Postoje tri različite metode za otklanjanje sindroma mišićne napetosti: dogovor s podsvešču, somatske vežbe za opuštanje i dinamičko naprezanje.
- Najbolje rezultate daje sveobuhvatan pristup.
- Organizam uopšte ne gori u želji da se razvija. On dostiže minimalno prihvatljivo „status quo” stanje i zaustavlja se, a zatim postepeno počinje da atrofira.
- Da biste održali dobru kondiciju, treba da opterećujete telo i podstičete ga namerom usmerenom ka razvoju i usavršavanju.
- Redovno ponavljanje čučnjeva, sklekova i zgibova „otvara prozorčić” i osnovne mišiće oslobađa napetosti i grčeva.
- U svim vežbama osnovna pažnja mora da se pokloni upravo fazi opuštanja, a ne naprezanja.
- Uloženi naponi treba da budu razumni. Opterećenje treba postepeno povećavati.
- Paralelno s kretanjama, potrudite se da posvetite pažnju energetske tokovima.
- Tokom vežbanja, razmislite o tome šta želite time da postignete. Povremeno ponavljajte kratke mentalne oblike.
- Nakon vežbanja – tuširanje hladnom vodom i trljanje.
- Da biste izbegli da se „utopite” u sivu masu, svesno dozirajte i filtrirajte informacije, ne puštajte u sebe sve što dolazi i ne uplićite se u bilo šta.
- Princip se sastoji u tome da budete u poziciji posmatrača, a ne gutača informacija.
- Kada vam je pažnja usmerena ka cilju, vetar namere zahvata vašu svest i ona, poput papirnog zmaja, uzleće u visine ptičjeg leta i omogućava vam da jasnije

sagledate svoj put.

- Da bismo prevazišli stagnaciju, neophodno je da uspostavimo tok kako bi informacije proticale, a ne samo gomilale.
- Ako želite da naučite neki predmet, da naučite teoriju – ne učite. Rešavajte zadatke, bavite se konkretnom praksom.
- Podučavajte i druge o teoriji s kojom ste se tek upoznati – to je najbolji način da je usvojite.



Beleške na marginama

Kada se oslobodite mentalnih i telesnih ograničenja, nećete imati problema u postizanju cilja. Imajući na raspolaganju takvu tehniku oslobađanja, postaćete sposobni za mnogo toga. Snaga vašeg intelekta i kreativni potencijal će dostići takve nivoe, koje je nekada prosto bilo nemoguće dostići.

PRIJEMNICI I PREDAJNICI

Osnovni instrumenti za postizanje cilja u Transurfingu su *vizualizacija cilja* i *vizualizacija procesa*. Prvo možemo da definišemo kao *deklaraciju*, a drugo kao *konstataciju*. Deklaracija podrazumeva usmeravanje pažnje i nameru ka cilju, vrtenje mentalnih oblika i ciljnih slajdova. Konstatacija je kontinuirano potvrđivanje činjenice da proces napreduje, da se stvari kreću napred, da uspevamo, da se vrata otvaraju – to je vrsta „samopodrške” ili čak „samouveravanja” da sve zaista funkcioniše. Na taj način svesno stvaramo i vrtimo *svoj film*.

Ova šema – <*Deklaracija + Konstatacija*> – je univerzalni oblik upravljanja individualnom stvarnošću, ali i društvom. Poziv se šalje u masu, zacrtana se cilja, uskladi se sa odgovarajućom ideologijom i masa slobodno može da se vodi napred, pod zastavom deklaracija i uz zvuke marša neprestane konstatacije – „koračamo pravim putem”.

Društvo obično prihvata deklaracije i poslušno konstatuje slogane, jer je to osobina čovekove svesti: ona ne može da bude u slobodnom letu, potrebna joj je platforma, oslonac, kao što je ptici potrebna grana. Zašto se ljudi mole svojim bogovima? Uopšte ne zato da bi izmolili oprostaj ili neku dobrobit. Uglavnom je to tačka prizemljavanja za svest – potrebno je verovati u nešto, osloniti se na nešto, težiti nečemu, inače ćemo biti poput lista koji leluja na vetru.

Tako je oduvek bilo – i u prvobitnoj zajednici, i u totalitarnim režimima, i u društvu zasnovanom na demokratiji. Ali, tehnogeni sistem (ako posmatramo društvo u celini) je poseban slučaj, ovde se situacija primetno promenila zahvaljujući stvaranju jedinstvenog informacionog prostranstva. Više nema jasno zacrtanih ciljeva, ideologija kao da se rastvorila, crkva je takođe izgubila nekadašnji uticaj. Na šta se u takvim uslovima oslanja sistem? Jer, novo pokolenje je većinom oslobođeno od ideologije, apolitično je i nereligiozno.

Ispostavlja se da za tehnogeni sistem sve to nema naročit značaj. Ekonomija i finansije odavno formiraju vlast i upravljaju politikom. A uloga ideologije i religije je svedena na *konzumerizam*. U suštini, glavni cilj svih i svakoga je konzumerizam. U tome nema ničeg subverzivnog, na to je usmeren i Transurfing – da unapredimo svoj život i ostvarimo se. Ali da bi se to postiglo, neophodno je razumeti kako je sistem organizovan i kakve su posledice koje nosi.

Sistem se oslanja na univerzalnu informacionu mrežu, a njegov zadatak je da izbriše individualnost, rasprši i razblaži individualne težnje i ciljeve, da ih potopi u bujici javnog mnjenja. Najvažnije je da svi budu deo te mreže, na istom igralištu za pesak. Ideja je jednostavna: napravi igralište da bi se privuklo što više dečice, a zatim im prodaj pesak ili bilo šta drugo. Tu se odmah rešava i zadatak upravljanja društvom. Ako je ranije važio princip „podeli pa vladaj”, sada je sve obrnuto: *ujedini i vladaj nad svima – bez izuzetka*.

I čak nije važno kojoj je tačno grupi ljudi to potrebno i ko ima korist od toga. Pre svega je to potrebno samom sistemu.

Na primer, društvene mreže su genijalan izum sistema, u kojima se idealno ostvaruje šema <Deklaracija + Konstatacija>, uz istovremeno uranjanje u kolektivni san. Ako postoji mreža, neko ko povlači konce može da pošalje signal (komandu), i onda više nije ni potrebno upravljati – mreža će sve obaviti sama, ona prosto ponavlja, deklamuje taj signal poput ogromnog pojačala.

Proces razmene mišljenja, počevši od bezazlenog „sviđa mi se – ne sviđa mi se”, čini jezgro operativnog sistema upravljanja. Iz tog jezgra počinje da se obrće sve ostalo. Iz središta mreže se može izdati naredba koja će se trenutno proširiti prema periferiji, prisiljavajući sve šrafove da reaguju sinhrono, kao što se dešava u jatru mladunaca. *Kolektivni i koherentni nesvesni san*. Ne razmišljaj – jednostavno klikni i lajkuj gde je potrebno. „Sviđa mi se – ne sviđa mi se” je, u suštini, svakodnevni trening, *proba nekog glavnog čina koji čeka svoj trenutak*. Iz toga proizilazi i slogan: budi konektovan, na mreži, daj svoj doprinos, budi u sistemu!

Društvena mreža služi za sinhronizaciju svesti ljudi, za izgradnju Matriksa. *Matriks će se sam oblikovati ako šrafovi u njegovim ćelijama budu sinhrono razmišljali i delovali*. Kada ljudi počnu da misle i deluju u istom smeru, formira se klatno. Klatna upravljaju grupama ljudi. Matriks stoji iznad klatana.

Zamislite zašto ne možete da izbrišete svoj nalog sa mreže? Zato što sve mreže kontroliše sistem. Čak i ako vam neka mreža dozvoljava da „obrišete” informacije o sebi, one tamo i dalje ostaju. Ne možete jednostavno da izađete iz sistema ako ste upali u registar.

Ljudi koji su uronjeni u proces razmene informacija, više nisu sposobni da se zamisle i shvate šta žele i čemu teže u životu. Sistem sam određuje šta bi trebalo da žele, zatvarajući im pri tome ventil šanse.

Uplitanje u paučinu Matriksa se odvija postepeno. Prvo se svest zamagljuje pomoću

prehrambenih tehnologija – to je prva faza. Zatim se na svest obrušavaju talasi informacija, kače se hvataljke – druga faza. Treća faza će biti *kiborgizacija razuma*.

Na primer, životinje egzistiraju nezavisno, potrebna im je visoka svesnost – treba da obezbede hranu i da se zaštite od neprijatelja. Čim se udruže u čopor, svesnost opada – zajedno je bezbednije. Na farmi dolazi do potpunog gubitka svesnosti – tamo jednostavno nije potrebna – jedi i spavaj (klikći i lajkuj).

Reklo bi se da tu nema ništa posebno značajno ili zastrašujuće – ljudi provode vreme, druže se, relaksiraju – pa neka ih. Međutim, mreža samo stvara iluziju komunikacije, samoizražavanja, samorealizacije i učešća u životu i zajednici. Sve je to lažno. Što više imaš „lažnih prijatelja”, to se osećaš usamljeniji. Što se tiče samorealizacije, o tome ne treba ni da se priča. U suštini, takva komunikacija ništa ne pruža – samo je gubljenje vremena i života.

Mnogi čak shvataju i slažu se da je vreme provedeno na internetu zaista uzaludno. Ali nije tako jednostavno iskobeljati se iz tog mulja. Zavisnost izazvana informacionom intoksikacijom ne otpušta. Ništa čudno. Verovatno je mnogo lakše prestati s pušenjem. I tako ljudi sami izmišljaju opravdanja i izgovore za svoje postupke: ne, ipak nije uzalud, ipak mi je to potrebno.

Međutim, beskorisno vreme nije ni bezopasno ni uzaludno. Već smo govorili o tome kako informaciona prezasićenost vodi ka suženju svesti. Sada svedočimo interesantnom fenomenu: *klip-razmišljanje i klip-kultura*. Savremeni čovek je sposoban da usvoji ili prezentuje informaciju samo u malim porcijama – klipovima. Za više mu nedostaje kapacitet. Svest se takođe budi samo u bljeskovima, kao bljesak svetlosti stroboskopa u diskoteci.

Interesna sfera je takođe primitivna. Razgovori se uglavnom vode o nevažnim i nebitnim stvarima – onome što se smatra „kul”. Primetiš nešto neobično, zastaneš na tren, nasmeješ se – i ideš dalje. Stvari koje su zaista važne i značajne postaju nezanimljive. *Radoznalost koja više ne premašuje trajanje jednog video-klipa* je poslednji trzaj svesti pre nego što se konačno pretvori u kiborga. Šta još može zainteresovati ljude kada se bude izgubilo i to interesovanje za klipove?

Sve to jako podseća na ptičji vašar. Veliki skup jedinki iste vrste, svuda je prisutna galama i buka. Ponekad, kada se nešto dogodi, svi istovremeno poskoče s mesta i odjure negde, kao da su dobili neku komandu. Zatim se smire, ponovo se čuje galama i buka. Svi su isti, slični jedni drugima, kako po ponašanju, tako i po izgledu. Samo se povremeno desi da neki galeb zastane, izađe iz opšte mase i krene u potragu za nečim

svojim, posebnim. A zatim pokuša da se obrati masi:

– Znae, jedan čovek je napisao knjigu „Galeb Džonatan Livingston”. Ispostavlja se da galebovi mogu ne samo da galame, već i da rade neverovatne stvari...

Ostali samo na trenutak okrenu glavu, pogledaju ga i glasno uzviknu:

– Džonatan Livingston! Džonatan Livingston! Kul! Kul!

I odmah nastavljaju sa svojom besmislenom drekom.

Na društvenim mrežama *ne upravljate konstatacijom*, već samo birate šta ćete konstatovati iz onoga što vam je ponuđeno, a tim pre *ne određujete ciljeve i deklaracije*. Naravno, dozvoljeno vam je da postavljate neke svoje klipove da ih drugi vide, ali od toga nema nikakve koristi – vaš glas se brzo gubi u višeglasnom horu.

Kao običan član mreže i potrošač informacija, bavite se time da, ležeći na kauču ili sedeći za monitorom, *gledate kako drugi stvaraju svoj život*. To je tuđ film. Stvarnu korist imaju samo oni koji koriste mreže u svoje ciljeve. Na primer, mediji, proizvođači i snabdevači se željno guraju na mreže, jer tamo pronalaze potrošače.

Ali i biznis je u takvim uslovima teško unapređivati, jer ptičji vašar je ptičji vašar, to nije organizovana pijaca. Mreže uopšte nisu namenjene tome, one imaju drugu funkciju – *manipulisanje masovnom svešću*. I nisu ih napravili čak ni konkretni organizatori, već ih je izgradio sistem, u skladu s njegovim potrebama, uslovima i sinergijom.

Može se reći da protiče normalan proces uranjanja celokupne civilizacije u san. A u bliskoj budućnosti – krah u potpunom zaboravu. Zato što se ljudi u globalnoj mreži informacija, iz stvaraoca i predajnika, pretvaraju u obične potrošače, postaju *prijemnici tuđeg emitovanja*. Lako ih je priključiti na određeni program kako bi ga oni slušali danima čime se manipuliše njihovom svešću. Šta iz toga sledi, nije teško shvatiti – potpuni gubitak individualnosti i sposobnosti upravljanja svojom sudbinom.

Za vas, poštovani Čitaoče, mnogo toga što je rečeno možda nije novost. Ali sada je stasala već cela generacija koja ne razume i nije svesna u šta je uvučena i šta se zapravo dešava.

Generacija Z radije provodi vreme u virtuelnoj stvarnosti, pretvarajući tako i svoj život u kompjutersku igru. Tu su komunikacija, ciljevi i mogućnosti - sve lažno, surogatno.

Međutim, pre ili kasnije, moramo se suočiti sa stvarnošću. A u njoj se vodi borba za

svoje mesto pod suncem, gde su pravila preživljavanja mnogo stroža. Tu nastaje tragičan paradoks: postoji mnogo želja i potreba – *želim* automobil, sopstvenu kuću, prestižan posao, želim da putujem.

Ali gde su stvarne mogućnosti? Gde su? Sve je lažno. Ne znam kako da nešto da napravim svojim rukama, da nešto stvorim iz svoje glave, ili bar odem negde i zabacim udicu kako bih upecao pravu ribu – *nisam to naučio, niti sam pokušao*. Zato život *ISTIČE*, troši se na besmisleno vreme provedeno u pesku.

I najvažnije, u čiju korist? U korist sistema i pojedinaca koji su se izdigli iznad sivih masa potrošača, i koji su dovoljno pametni i svesni da prave igrališta za pesak i tamo okupljaju sve ostale.

Pa kako onda izaći iz tog sivog mnoštva? Prvi i ključni korak je, ponavljam:

Hakovati princip društva. Prestati verovati da „ako svi tako misle i rade, onda je to ispravno”. *Izaći iz zajedničkog stroja*. Prestati koračati za tuđim lažnim uspehom i krenuti za sopstvenim. Onaj ko iskorači iz stroja uvek dobija prednost:

- da pogleda sa strane gde koračaju svi ostali.
- da se oslobodi hvataljki i stereotipa društva.
- da nauči da vidi i razume ono što drugi ne vide i ne razumeju.
- da prestane da teži da bude prvi, već jedinstven.

Dozirati informacije. O tome smo već govorili. Postoji jedan detalj. Ako uopšte ne budemo čitali knjige, kao što većina ljudi čini, već samo gledali filmove, TV i video, onda će se sposobnost vizualizacije postepeno izgubiti. Kada čitate ili slušate, na vašem unutrašnjem ekranu se stvara slika, mentalno doživljavate pročitano. Ali ako samo gledate spoljašnji ekran, tada potreba za unutrašnjim nestaje. Ono što se ne koristi, to i atrofira. Zato je preporučljivo ne zanemariti čitanje ili slušanje knjiga. (Knjige poput ove, zapravo, ne treba slušati, već čitati, barem prvi put, jer se prilikom slušanja gubi dosta smisla.)

Iskoristiti internet za svoje ciljeve. On vas koristi? Pa, onda i vi njega iskoristite, ako vam to pomaže da ostvarite svoje ideje, ili bar sa ciljem svesnog posmatranja onoga što se dešava. Prosto tako sedeti nema nikakvu svrhu i smisao. Zadatak je da vodite svoju igru, upravljate svojim životom, a ne da budete pod tuđim uticajem, gde ćete

biti samo pioni u nečijim igrama i zavrzlamama.

Postati posmatrač. Ne biti gutač informacija, već posmatrač. Ako ste na internetu, nemojte da se potpuno utopite u more informacija, već svesno i nepristrasno posmatrajte šta se tamo dešava. Izaći iz stroja uopšte ne znači zauvek se povući sa interneta i prestati gledati televiziju. Ako se potpuno izolujete od spoljašnjih informacija, možda ćete se jednog dana probuditi u tuđem, nepoznatom svetu. Biti izvan stroja pre svega znači prebaciti se u režim trezvenog, svesnog posmatranja sa strane. Ako ste upoznati sa temom Transurfinga, trebalo bi da shvatite šta to znači.

Preći u režim predajnika. Ne biti potrošač, već tvorac informacija. Ako ste na internetu, emitujte na njega svoj film. Dosta je bilo gledanja tuđih. Vaš film nisu snimci s mobilnog telefona, već vaša samorealizacija, vaši talenti, kreativnost, misija. Nije bitno ako vaša dela ne dobiju odmah priznanje na ptičjem vašaru. Možda će priznanje doći kasnije, ili na nekom drugom mestu, ili od druge publike. Glavni princip je *ne biti prijemnik već predajnik, bilo gde, u bilo kojoj delatnosti*. Ako je vaša suština i način postojanja odašiljanje, neizbežno ćete, pre ili kasnije, postići uspeh. Postići ćete uspeh već samo zato što je predajnika malo, a prijemnika ima na milijarde.

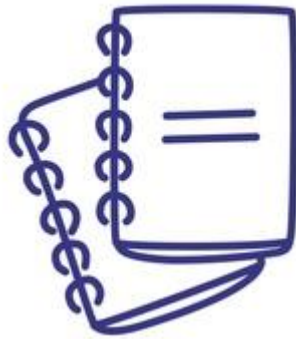
Komunicirati sa istomišljenicima. Sa onima koji su poput vas izašli iz stroja. To neće biti potpuno drugačiji stroj ili ptičji vašar, jer je takvih malo. Međutim, ti retki će imati prednost i Silu. U društvu istomišljenika pronaći ćete podršku i oslonac, ali ne samo tamo.

Pronaći oslonac u sebi. Oslobodite se zavisnosti od sintetičke hrane, oslobodite se od informacione zavisnosti, posvetite se svom telu i energiji. Slobodan i zdrav čovek, pun energije i bistre svesti, lako će pronaći uporište u sebi, jer je stvoren po Božjem obličju – to nisu prazne reči. Proces stvaranja sopstvenog sveta pružiće vam i oslonac i Silu, i odvesti vas na vašu stazu.

Rezime

- Šema – <Deklaracija + Konstatacija> – je univerzalni oblik upravljanja kako individualnom stvarnošću, tako i društvom.
- Ekonomija i finansije već dugo formiraju vlast i upravljaju politikom. A uloga ideologije i religije je svedena na potrošnju.
- Sistem se oslanja na globalnu informacionu mrežu, a njen cilj je da izbriše individualnost, rasprši i razvodni individualne težnje i ciljeve, da ih potopi u bujici javnog mnjenja.
- Ako je ranije postojao princip „zavadi i vladaj”, sada je sve suprotno: ujedini i vladaj nad svima, bez izuzetka.
- Proces razmene mišljenja, počevši od bezazlenog „svida mi se – ne svida mi se”, čini jezgro operativnog sistema upravljanja.
- Društvena mreža služi za sinhronizaciju svesti ljudi, izgradnju Matriksa. Njena druga funkcija je manipulacija masovnom svešću.
- Matriks će se sam izgraditi ako šrafovi u njegovim ćelijama budu mislili i delovali sinhronizovano.
- Savremeni čovek sposoban je da usvoji ili preda informaciju samo u malim dozama – klipovima. Za više nema snage. Svest se takođe budi samo u bljeskovima, kao svetlost stroboskopa u diskoteci.
- U globalnoj informacionoj mreži, ljudi se iz stvaralaca i predajnika pretvaraju u obične potrošače, postaju prijemnici tuđeg emitovanja.
- Život ISTIČE, troši se na besmisleno provođenje vremena u pesku.
- Hakujte princip društva. Prestanite da verujete u to da „ako svi tako misle i rade, onda je to ispravno”. Izadite iz zajedničkog stroja. Prestanite da koračate za tuđim lažnim uspehom i krenite za sopstvenim.
- Ako uopšte ne čitate knjige, kao ni većina potrošača, već samo gledate filmove, televiziju i video, onda će sposobnost vizualizacije postepeno izbledeti.
- Iskoristite mrežu u svoje svrhe, ukoliko vam to pomaže da ostvarite svoje ideje, ili da bar svesno posmatrate ono što se dešava.
- Pređite u režim posmatranja. Ne budite pasivni gutači informacija, već posmatrači.
- Ne budite potrošač, već kreator informacija. Ne samo prijemnik, već predajnik, bez obzira gde, u bilo kojoj oblasti delovanja.

- U društvu istomišljenika pronaći ćete podršku i oslonac. Oslobođanjem od zavisnosti od sintetičke hrane i informacija, posvećivanjem sopstvenom telu i energiji, pronaći ćete oslonac i temelj u sebi.



Beleške na marginama

Kada je reč o učešću u igri razmene mišljenja, zapravo nije neophodno da je napuštate ukoliko vam ona pričinjava zadovoljstvo. Ipak, kao i u svim kreacijama sistema, treba igrati promišljeno, imajući svest o cilju i kakav je u tome smisao. Sada su vam cilj i smisao poznati – sinhronizacija mišljenja, unifikacija vrednosti, stvaranje standarda i stereotipa, pri čemu se svako pojedinačno i jedinstveno Ja postepeno poništava pod pritiskom „javnog mnjenja“.

Iako to zaista nisam želeo, morao sam da kreiram svoje naloge na društvenim mrežama, jer se pojavilo puno mojih „klonova“. Zanimljivo je da „Vadimi Zelandi“ okupljaju svoje grupe, nešto im tamo propovedaju, a ljudi rado veruju i pridružuju im se. Slatki snovi svima!

Adrese mojih naloga su navedene na autorskom sajtu zeland.su.

DVA NOTESA

U svojoj stvarnosti imate film koji se vrti u vašem „projektoru”. *Ono što nacrtate, to ćete i videti*. Problem je samo u tome što ljudi rade suprotno: *ono što vide, to i crtaju*. Shvatate li razliku?

Bogataš, ustajući ujutru, vidi luksuzno okruženje oko sebe, donose mu doručak u postelju, izlazi na balkon s predivnim pogledom i razmišlja: danas bi bilo lepo provozati se jahtom. Ili možda skoknuti na Alpe? Tako on konstatuje svoju stvarnost.

Siromašnom su misli zauzete problemima, sve što ga okružuje mu je dosadilo, ali on stalno o tome razmišlja, jer ne vidi ništa drugo. Gleda u novčanik i razmišlja o tome čega će morati da se odrekne kako bi preživeo do kraja meseca. I on takođe konstatuje svoju stvarnost – vrti svoj film.

I jedan i drugi crtaju u svojim mislima ono što im se nalazi pred očima. I to se iznova i iznova potvrđuje u njihovoj stvarnosti. Ali oni sami nisu stavili te filmove u svoju glavu. Okolnosti su se tako sklopile da se prvom posrećilo, a drugome ne. Međutim, princip postojanja kod obojice je isti: ono što vidim – o tome pevam; o čemu pevam – to i vidim, iznova i iznova.

U međuvremenu, siromašnom i bogatom se sve može promeniti u jednom trenutku. U filmskoj traci koja se vrti u životu događaju se razne stvari – i loše i dobre. Pitanje je koliko blizu srca primamo neki događaj.

Ako se dogodi da bogataš u svojoj slici vidi loše nagoveštaje i to ga dotakne do dubine duše, i on počne da se plaši bankrota – šta se tada dešava? On nesvesno u svoj projektor ubacuje filmsku traku s negativnim scenarijem, negativna traka počinje da se vrti i najgora očekivanja počinju da se ostvaruju.

I obrnuto, ako siromašan čovek primeti da mu poslovi kreću nabolje, to može da ga inspiriše, da se pred njim otvore perspektive, on počinje da vidi svetlo na kraju tunela i veruje da je sposoban da se izvuče iz siromaštva. I zaista, njegova stvarnost se uskoro menja, jer se u projektoru sada vrti pozitivan scenario.

Kakav je zaključak? *Okolnosti upravljaju ljudima*. Jedan neprijatan događaj čoveka može da izbací iz ravnoteže, ubaci mu u glavu negativnu filmsku traku. Isto je i sa srećom – ona dolazi kao nešto spolja, nezavisno od čovekove volje. To se dešava zato što čovek nije vlasnik svog projektorá. Kakva traka se stavi u njega, to će on i da vrti, bezvoljno i nesvesno.

Misli su ono čime ljudi nisu navikli da upravljaju. Naučili su da upravljaju svojim postupcima, ali mislima – ne umeju. Lakše je naterati sebe da nešto uradimo nego da razmišljamo o nečem konkretnom, zar ne? Zamislite da koračate ulicom s nekim ciljem, a onda vam priđe prolaznik, uzme vas za ruku i vodi tamo gde mu se prohte, a vi poslušno i bezvoljno idete za njim. Nerealno? Ali to je upravo ono što se dešava s vašim mislima.

Postanite vlasnik svog projektora. *Vrtite u njemu ono što želite da vidite, a ne ono što vidite.* Upravljajući tokom svojih misli, upravljate stvarnošću. Osvrnite se oko sebe – većina ljudi živi u stanju nesvesnog sna na javi. Oni su kao prijemnici nekih televizijskih emisija koje se emituju odnekud spolja. Oni gledaju tuđe filmove. *Potrebno je da postanete predajnik – da vrtite svoje.*

Realnost se neće odmah promeniti. Na početku će se po inerciji nastaviti ista dosadna serija. Međutim, ukoliko prilično dugo budete uporno odašiljali svoju nameru, u staroj seriji će postepeno početi da se naziru naznake novog programa i na kraju će nova stvarnost u potpunosti da zameni prethodnu.

Na taj način se materijalizuju misli. Jedini uslov koji treba čvrsto da usvojite je sledeći: da bi se mentalni obrazac materijalizovao, neophodno je da redovno i dovoljno dugo na njega usmeravate svoju pažnju.

Problem umetanja potrebne filmske trake u projektor danas dobija na sve većem značaju. Nije uzalud što današnja deca pate od hiperaktivnosti – sposobna su da sednu i usredsrede se samo na jedan kratak klip.

Astronauti na orbiti su došli do čudnog otkrića. Pamćenje u kosmosu postaje iznenađujuće kratkotrajno, veoma je teško setiti se kako svojih nedavnih postupaka, tako i onoga što je planirano da se uradi u bliskoj budućnosti. Naši astronauti imaju izreku: „Najtuplja olovka je bolja od najboljeg pamćenja.“ Oni u svesci beleže doslovno sve svoje radnje.

Teško je tačno reći šta je uzrok ove pojave. Moguće je da na to ima uticaj udaljenost od noosfere Zemlje, sa kojom je direktno povezan mehanizam memorije. Jer, slike prošlih događaja se ne nalaze u našoj glavi, već u prostranstvu varijanti – mozak samo upućuje adresiran zahtev tom skladištu.

Što se tiče opšte zamagljene svesti i informacione intoksikacije, situacija je slična. Čoveku je teško da stabilizuje haotične misli i zabeleži njihov tok u izabranom smeru.

Da biste rešili ovaj problem, mogu da vam ponudim jednu jednostavnu, a istovremeno vrlo efikasnu tehniku. Nabavite dva notesa – za jutro i večer. Ujutru

beležite stranicu deklaracije – postavke onoga što želite da postignete, u pozitivnom, afirmativnom obliku, kao da to već imate ili će se neminovno dogoditi. Uveče beležite stranicu konstatacija – koje korake ste prema cilju preduzeli tog dana.

Na taj način, *ujutro se radi deklaracija (vizualizacija cilja), a uveče konstatacija (vizualizacija procesa).*

U deklaraciji sebi dajete postavke u vidu ciljnih mentalnih obrazaca u bliskoj i daljoj budućnosti. Oblikujte svoje misli u skladu sa onim ka čemu uopšte i generalno težite, šta želite da dobijete. *To nije scenario razvoja događaja, već opis krajnjeg rezultata.* Scenario, kao što već znate, ne određujete vi, već spoljašnja namera i tok varijanti, u skladu s tim kako se otvaraju vrata.

Konstatujući, vodite neku vrstu *sudskog zapisnika*, beležite događaje i postignuća koja vas približavaju cilju. *Sve pozitivne trenutke.* Konstatacija potvrđuje i učvršćuje vaše deklarativne mentalne obrasce.

Rukovodite se sledećim principima:

- Konstatacija mora da bude selektivna – samo ono što je potrebno.
- Deklaracija mora da bude ciljno usmerena – tačno ono što je potrebno.
- Jasan vektor je usmeren ka cilju, bez osvrtnja na prošlost, sadašnjost i tuđe iskustvo.

Na taj način postavljate konfiguraciju svog sveta i pažljivo birate sve ono što mora tamo da se nalazi. Emitujete svoj film. Ne crtate ono što vidite, već baš ono što želite da vidite.

Kada svoje misli i težnje oblikujete u pismenom obliku, u proces uključujete i dušu i razum. Nije obavezno da svaki put izmišljate nešto novo. Možete da ponavljate isto iz dana u dan, uz različite varijacije. *Ponavljajući i potvrđujući sliku svog sveta, vrtite svoj film.*

Ako budete svakog dana ujutru i uveče posvetili nekoliko minuta ovoj tehnici usredsređene pažnje, uskoro ćete se uveriti da se vaše misli harmonizuju, a namera počinje da se ostvaruje u stvarnosti.

Rezime

- U svojoj stvarnosti, ono što nacrtate, to ćete i videti. Ljudi rade obrnuto: ono što

vide, to i crtaju.

- Čovek nije gospodar svog projektora. Kakvu traku tamo ubaci, takva se i vrti, bez njegove volje i svesti.
- Postanite gospodar svog projektora. Vrtite u njemu ono što želite da vidite, a ne samo ono što vidite.
- Da bi se mentalni obrazac materijalizovao, potrebno je redovno i dugo usredsrediti pažnju na njega.
- Ujutro radite deklaracije (vizualizacija cilja), a uveče konstatacije (vizualizacija procesa).
- Deklaracije nisu scenario različitih događaja, već opis konačnog rezultata.
- Scenario ne određujete vi, već spoljašnja namera i tok varijanti, u odnosu na to kako se otvaraju vrata.
- Radeći konstataciju, vodite neku vrstu sudskog zapisnika, beležite događaje i dostignuća koja vas približavaju cilju. Sve pozitivne trenutke.
- Jasan pravac ka cilju, bez osvrtnja na prošlost, sadašnjost i tuđe iskustvo.
- Ponavljajući i potvrđujući sliku svog sveta, vi vrtite svoj film.



Beleške na marginama

Takođe, u toku dana, deklarirate svoje mentalne obrasce u svakoj povoljnoj prilici, posebno kada im pronađete potvrdu. Neka mentalni obrasci uvek budu s vama, u pozadini, da biste ih češće ponavljali kao molitvu. Tako možete danima da hodate kao živa radio-televizijska stanica i emitujete jedan ili više namerno odabranih i fiksnih programa. Na kraju će se sloj vašeg sveta neizbežno uskladiti s tim prenosom.

STVARNOST DVOSTRUKOG OGLEDALA

Kao što shvatate, samo deklaracija i konstatacija nisu dovoljne – takođe je potrebno preduzeti konkretne korake, a ne samo baviti se metafizikom. Vi zaista možete da stvorite bilo koji svoj svet. Ali nisam rekao da to možete da učinite ležeći na kauču.

S jedne strane dvostrukog ogledala nalazi se materijalni univerzum, a s druge strane – prostranstvo varijanti. Sloj vašeg sveta se sastoji iz ova dva elementa. Tipična greška je pasti u krajnosti, smatrati da samo postojanje određuje svest, ili obrnuto, da isključivo svest određuje postojanje. Oba faktora su prisutna.

Možete se zapitati: šta je važnije – jedno ili drugo? Naravno, misli imaju određeni uticaj na stvarnost, ali svakodnevno iskustvo nam govori da odlučujuću snagu ipak imaju konkretna dejstva u materijalnom svetu. Ipak, hajde da se malo pozabavimo matematikom, da biste saznali za jedan čudesni paradoks.

Uzmimo za primer trenutak čovekovog rođenja (ili čak začecja). S obzirom na dualnu prirodu našeg sveta, pretpostavimo da je sloj sveta tog čoveka u tom trenutku izbalansiran: 50% je određeno postojanjem, a 50% svešću. Nećemo razmatrati dušu i objašnjavati odakle potiče tih 50% svesti, već ćemo se osloniti na fundamentalni princip dualizma.

I tako, čovek počinje da živi. On vidi odraz u ogledalu – datu stvarnost, i ispoljava svoj odnos prema tome, usled čega se stvarnost menja. Ova promena čoveka tera da ispolji nov odnos, što ponovo menja stvarnost, i tako dalje, sve do kraja života. Kada stanete ispred velikog ogledala s drugim ogledalom u rukama, primetićete ovaj niz koji seže u beskonačnost: video je – izrazio je odnos, video je – izrazio je odnos, video je – izrazio je odnos...

U skladu sa istim principom, pretpostavljamo da se na svakom isečku života jedan deo sloja sveta oblikuje čovekovim delovanjem, a drugi – njegovim mislima. Ako je na početku sve bilo „polovina na polovinu”, u sledećem odrazu se polovina, koja je određena mislima, ponovo deli na pola. Sledeća polovina – opet, i tako dalje. Kao rezultat, formira se beskonačan niz.

$$50 + 25 + 12,5 + 6,25 + 3,125 + 1,5625 + 0,78125 + \\ 0,390625 + 0,1953125 + \dots$$

Suma ovog niza iznosi 99,999999999999...%, gde se iza decimalne tačke prostire beskonačan niz devetki. Shvatate li šta ispada? Sloj čovekovog sveta, u celini gledano, gotovo je 100% oblikovan njegovim mislima. Eto trijumfa metafizike!

Međutim, sačekajte pre nego donesete zaključke. Jer, jedna polovina odlazi na misli, a druga na delovanje. Napravimo još jedan takav niz: video – uradio, video – uradio, video – uradio... Nakon beskonačnih iteracija dobijamo isti broj 99,999999999999...%, što ukazuje da je gotovo ceo sloj sveta oblikovan delovanjem u materijalnoj sferi. Gde je istina?

Istina nije u sredini, već na raskrsnici dva ogranka – fizičkog i metafizičkog. Neuhvatljivo, ali autentično lice našeg sveta se gubi u toj beskonačnosti, gde vodi niz devetki. Sve ostalo je iluzija – maskarada mnogolikih realnosti. Pravo lice, za kojim fundamentalna nauka teži, nedostižno je upravo zbog beskonačnosti niza. U svetu nema ničeg 100% – sve je skoro.

Kako se nositi sa ovim paradoksom? Pre svega – učiniti ono čemu se protivi nauka: prihvatiti istovremeno i ravnopravno dve strane stvarnosti – fizičku i metafizičku. Šta se dešava s tim malim delom koji ne dostiže do 100%? To je granica suprotstavljenih strana dualnog ogledala – mesto gde materijalna stvarnost postaje plastična, kao u snu.

Čovek koji odabere jednu ili drugu stranu stvarnosti, zapravo je zarobljen u iluziji odraza. Materijalista, rešavajući probleme, ne primećuje da se bori sa odrazom svojih misli, poput mačeta pred ogledalom. Ne shvata da se bori s posledicom, a ne obraća pažnju na uzrok – svoju sliku. Idealista, s druge strane, sve adute stavlja na metafiziku, lebdi u oblacima, ne primećujući ništa oko sebe. I jedan i drugi jure po zatvorenom krugu ogledala.

Taj krug se prekida kad čovek preusmeri svoju pažnju sa odraza na sliku. Slika je njegov odnos prema stvarnosti – odrazu. Svesno oblikovanje odnosa prema odrazu, bez obzira na njegovu prirodu, stvara odgovarajuću stvarnost. Ipak, ne smemo zaboraviti ni materijalnu sferu. Na primer, ako se u rezultatu rada s projekcijom otvore vrata, treba proći kroz njih, odnosno preduzeti konkretne radnje, a ne samo lebdeti u oblacima. Drugim rečima, dok šaljete mentalne obrasce u svet, tle pod nogama mora da bude čvrsto.

U suštini, sve što treba da shvatite su tri jednostavne stvari. Prvo: stvarnost je samo zakasneli odraz vašeg mentalnog obrasca. Drugo: ogledalo odražava ono na šta je

usredsređena vaša pažnja. Treće: koncentrišući svoju pažnju na ono što vam je potrebno, dobijate to u stvarnosti. Samo imajte na umu da ogledalo radi sa određenom zadržkom. Više o svemu tome možete pronaći u knjigama „Transurfing Stvarnosti”.

Dakle, za upravljanje stvarnošću, idealno stanje je kada se potpuno rastvorite u svom svetu i istovremeno osetite svoju „odvojenost” od njega. Kada se nalazite na granici dualnog ogledala, stvarnost se pretvara u „nadrealnost”, i obrnuto. Tražite to stanje, posmatrajte sebe i okolinu, prilagodite se usporenom ritmu ogledala i pokušajte da osetite vezu sa svojim svetom – jer to je vaš svet.

Rezime

- Kada šaljete mentalne obrasce u svet, ne zaboravite da tle pod nogama mora da bude čvrsto.
- Deklaracije i konstatacije same po sebi nisu dovoljne – potrebna su i konkretna dejstva.



Beleške na marginama

Da biste sačuvali zdravlje, energiju i svesnost, nije neophodno da idete na Tibet. Možete biti deo sistema, ali istovremeno izvan njega. Biosfera i tehnosfera mogu harmonično da koegzistiraju pod istim krovom. Drvena kuća i kompjuter. Električni mlin s domaćim hlebom u stanu. Ili kuća napravljena od ekološki čistih materijala s ruskom peći. U tehnogenom svetu možete da stvorite svoju biosfernu oazu.

ODAŠILJANJE NAMERE

Nadam se, poštovani Čitaoče, da shvatate kakva je razlika između *vašeg filma* i vaših klipova s mobilnog telefona. Pitanje je jednostavno, ali daleko od očiglednog, pa bih želeo da do kraja razjasnim ovu temu.

Kada smo govorili o mentalnim hvataljkama, rekli smo da se blokade važnosti uklanjaju kroz delovanje. Ne treba samo sedeti, čekati i plašiti se, već treba preduzeti nešto da bismo pokrenuli tok. Dakle, najradikalniji i najmoćniji oblik delovanja je *odašiljanje vaše namere, vašeg filma, bez osvrtnanja na ono što se dešava oko vas*.

Obično pasivno posmatrate film koji vam se događa i koji se odvija u vašoj stvarnosti. Tačnije, „uključili” su vam ga i „vrte” vam ga. Prihvatate to kao nešto što je normalno. *Gledate u ekran stvarnosti i u mislima ponavljate sve ono što se u njemu dešava*. Da, stvari idu loše. Šta se desilo, desilo se. I šta će dalje biti, nije teško predvideti: to i to. Najcrnja očekivanja.

Većina ljudi reaguje na taj način, jer smo uglavnom prijemnici, a ne predajnici, budući da je to deo naše prirode i nivoa. I uvek smo takvi bili, osim retkih izuzetaka, od samog početka naše civilizacije.

Predajnici – stvaraoci i tvorci – bili su naši „bogovi”, a mi smo uvek bili prijemnici – potrošači i oni koji nešto mole i traže. Naša psiha je potpuno podređena dolaznim informacijama. Ono što je na ekranu, to je i u našoj glavi, a ne obrnuto. Ono što vidimo, to i crtamo.

A sada zamislite sasvim drugačiji način reagovanja. Da li vas nešto muči? Tada se u glavi pali crvena lampica. Treba se probuditi i uključiti režim posmatranja. Zatim se prebaciti iz režima dosadnog sledbeništva okolnostima i uslovima u aktivni režim emitovanja svog filma.

Vidite: desilo se i dešava se „to, to i to”. Ali to vas više ne brine, ne dotiče, ne vodi vas. Sada je sve obrnuto. *Stvarnost je ekran. Tamo se nalazi film. Ali stvarnost je – u vašoj glavi*. Vi svesno stavljate sasvim drugu filmsku traku koja vam je potrebna u svoj projektor i počinjete da je vrtite. Govorite sebi: „Ne, ne dešava se to i to, već ovo i ovo”. Sada, kada se spoljašnje i unutrašnje filmske trake ne podudaraju, vi postajete predajnik. I postepeno film koji se spolja vrti počinje da se usklađuje sa onim što je unutar vas.

Ne bi trebalo da vam je važno šta se dešava oko vas. Vi sa strane posmatrate,

propuštajući kroz sebe, ali se ne upuštajući u scenario. Stvarnost prolazi kroz vas kao da postojite u drugoj dimenziji, slično kao duh. Taj spoljašnji scenario se odvija – sam po sebi, a vaša namera – sama po sebi. Bez obzira na to šta se događa na ekranu stvarnosti, uporno i nepokolebljivo emitujete svoj scenario, svoj film. *Sada ne idete na povocu spoljašnje slike, već oblikujete svoju, nezavisnu.*

Naravno, materijalna stvarnost se neće potčinjavati tako plastično, kao u svesnom snu. Ali vaš uticaj na tok događaja biće značajno veći, jer ćete ući u interakciju sa stvarnošću na njena dva nivoa – fizičkom i metafizičkom.

Jedini uslov je: za takvu tehniku potrebni su visok nivo energije i jasna svest. Biće potrebna i snaga duha da se ne bi obraćala pažnja na teške okolnosti, već dosledno prenosila namera. *To je već sledeći nivo Transurfinga.* Za postizanje tog novog nivoa razvijen je novi pristup – kako razmišljamo, kako se hranimo i kako se krećemo.

Prosečnoj osobi, koja je zaglibljena u sistemu, skoro je nemoguće da se odvoji od ogledala i transformiše iz prijemnika u predajnik. Niska energija, zamagljena svest i njena neobaveštenost o principu emitovanja: *ne snimam film koji vidim, već ono što želim da vidim.*

Ali ako postavite takav cilj – da postanete predajnik, u svemu ćete uspeti. Sada znate kako to učiniti. Kada se vaše telo i svest pročiste, a energija snažno pokulja, moći ćete da savladate ovu prepreku, i tada će za vas sve postati potpuno drugačije: *spolja, u stvarnosti će se vrteti film koji je planski snimljen unutar vas.*

Rezime

- Najradikalniji i najmoćniji način delovanja je da odašiljemo svoju nameru, svoj film, ne obazirući se na ono što se dešava oko nas.
- Da li vas nešto pritiska? Tada se u glavi pali crvena lampica. Treba se probuditi i aktivirati režim posmatranja.
- Zatim se prebacite iz režima dosadnog praćenja okolnosti i uslova u aktivni režim emitovanja svog filma.
- Stvarnost je kao ekran. Film se nalazi tamo. Ali stvarnost je u vašoj glavi.
- Bez obzira na to šta se dešava na ekranu stvarnosti, vi uporno i nepokolebljivo emitujete svoj scenario, svoj film.
- Sada više niste na povocu spoljašnje slike, već stvarate svoju, koja je nezavisna.

OSLOBAĐANJE SILE

Knjiga se bliži kraju. Verovatno su vam se otvorile oči za mnoge stvari koje su ležale na površini ali nisu bile očigledne. Sada vam se stvarnost otkriva u novom svetlu i od sada ćete je posmatrati drugačije nego što to čine drugi ljudi. To vam daje prednost, ali samo ako budete imali nameru da krenete na put oslobađanja od zavisnosti i društvenih stega.

Sada, u završnom poglavlju, možemo da izvučemo kratke zaključke.

Zašto lep fizički izgled nemaju svi koji se hrane živom hranom?

Naš organizam je samoregenerišući sistem, on će sve sam ispraviti, samo treba da stvorimo uslove i proglasimo nameru.

Nije dovoljna samo živa ishrana. Kanali (krvni sudovi) će biti čisti, ali uski. Veslači (mišići) neće biti opterećeni, ali slabi. Potrebno je kretanje.

Nije dovoljno samo kretanje. Ishrana mora da bude kvalitetna i fiziološka, inače će doći do intoksikacije i iscrpljenosti.

Nije dovoljna samo namera. Bez uzimanja u obzir prethodna dva faktora, ona neće imati dovoljno snage.

Hrana, kretanje, namera – ako postoje ove tri komponente, sve će se vratiti u ravnotežu.

Zašto Transurfing ne funkcioniše kod svih i ne uvek kako tre-ba?

Savremeni čovek se nalazi u „isključenom” stanju. Njegova svest je zamagljena. Organizam je zagađen. Energija je slaba. Ventil održavanja u životu zatvoren. Podsvest je preopterećena informacijama. Postoji zavisnost od hrane i informacija. Fizičke i mentalne stega.

Teret + Ventil + Hvataljke + Zavisnosti = Čovek je isključen.

Osim toga, čovek je zarobljen u iluziji ogledala. On je potrošač, a ne stvaralac. Prijemnik, a ne predajnik. Kako Transurfing ponekad ipak funkcioniše u takvim

uslovima, ostaje samo da se divimo. Ali istovremeno se ovde krije i ogroman potencijal. Ako se taj potencijal oslobodi, otkriće se realna Sila. Ključ ove Sile leži u jedinstvu svih komponenti:

Kako razmišljamo + Kako se hranimo + Kako se krećemo

Deklaracija + Konstatacija + Delovanje

Odašiljanje namere

Vaš film

Kada oslobodite svoj ventil, izbavite se od tereta, zavisnosti i hvataljki, vaša Sila će se značajno povećati. A kada se iz prijemnika pretvorite u predajnika, vaše mogućnosti će biti ograničene samo vašom namerom. Moći ćete da stvorite svoj svet kakav god želite.

* * *

I tako, sistem je hakovan, oblaci su se razišli. Sada vas, poštovani Čitaoče, molim da se vratite na predgovor, gde je možda nešto bilo nejasno od samog početka, i da ga ponovo pročitate. U tom trenutku, kaleidoskop svih aspekata stvarnosti osvetljenih u knjizi, složiće se u jednu celinu i pred vama će se pojaviti jasna slika. Ali ako želite da ponovo pročitate knjigu, ona će vam, poput holograma, otkriti nove, dosad neviđene strane.

Na kraju bih želeo da vam popravim raspoloženje zabavnom novelom u stilu ironičnog nadrealizma³. Granica između stvarnosti i mašte je zaista vrlo tanka. Neka u vašem svetu, dragi Čitaoče, sija duga i svetli sunce. Srećno!

³ Prvi put je ova novela objavljena na hrvatskom jeziku u zbirci „20+1 najbolja priča za ljetu 2011” nakon što je prošla konkurs koji je organizovan među piscima iz zemalja bivše Jugoslavije. Imao sam čast da učestvujem u tom konkursu.

NARANDŽASTI PRAZNIK

Konačno sam se vratio na mesto gde sam pre sedam godina napisao svoj „Transurfing“. Moj svet me nije prepoznao i dočekaio me je neprijateljski.

Sedim u kući, a kroz prozor me vrebaju lukava drveća i zlovoljno nebo.

– Pogledaj, kako smo zeleni!

– Pogledaj, kako je nebo plavo!

Izlazim napolje – a oni me čekaju, prikriiveni. A onda se bacaju na mene s kišom i vetrom! Trčim nazad u kuću, i vreme se odmah smiruje. Stabla stoje raskošno, a nebo sija kao da se ništa nije desilo.

Ponovo oprezno izlazim iz kuće, nepoverljivo se osvrćući. Ali kakve su to napasti! Ponovo me zasipaju vetrom i polivaju kišom. U redu, pomislio sam, blizu je more, sigurno ono pokušava da me iznervira. Idem, pogledaću ga u oči i reći mu sve što mislim o njemu.

Zalazim dublje u šumu. Kada vidi da ne nameravam da se predam, nebo počinje da se razvedrava. Ali tada me okružuju drveća sa očigledno neprijateljskim namerama. Stoje tu, mršteći se.

– I šta kažeš?

A šta treba da kažem? Pokušavam da prođem, ali oni me ne puštaju.

– Momci – kažem im, – hajde da to rešimo na lep način, inače...

– Inače ćemo te sad pretvoriti u đubrivo – odgovaraju ona.

Morao sam da im slomim granu, tek tada su me pustili. Eto ti!

Idem dalje, istom onom stazom koju sam pominjao u „Transurfingu“, a u susret mi dolazi mačak sa izrazito banditskom njuškom.

– Imaš li ribe? – upitao me je.

Zamislite? Zapanjeno sam otvorio usta.

– Kakve ribe?

Onda mi je put preprečio još jedan mačor.

– Nemoj da se praviš blesav. Daj ribu! Ili ćemo te izgrebati po licu.

– Dobro-dobro, gospodo – kažem ja – dopustite mi samo da odem do mora i ulovim ribu.

– U redu – nevoljno su se složili – trči ali što brže možeš, i bez ribe se ne vraćaj, iskopaćemo te iz zemlje.

More takođe nije htelo da me prepozna. Ili se jednostavno pretvaralo da ne primećuje moje prisustvo. Ali kako je to moguće? Pa to sam ja! A ono samo bezbrižno ljulja svoje flegmatične talase i ne reaguje. Aha, pomislio sam, – sada ću te uplašiti. Istrčaću iznenada iza stene, zavrištaću i upasti u tebe! Tako sam i uradio. Ali more se nije uplašilo. Naprotiv, odlučilo je da me odguruje talasima, pokušavajući da me otera od sebe.

– Hej – rekoh – pusti me, treba mi riba da bih nahranio mačke!

– Dobićeš ribu – odgovorilo je more.

Ali, u tom trenutku me je zla kambala uhvatila za nogu i povukla na dno. Povikao sam na nju:

– Zašto si tako zla, ostavi me na miru! Ali kambala me je sve vreme vukla i zlobno gledala svojim pakosnim očima. Tada sam zlobnoj kambali zario prst u oko i nekako se izvukao.

– Idite dovraga svi! – uvredio sam se i krenuo da izlazim na obalu. More se zlobno nasmejalo i oborilo me je talasom. A u to su se i galebovi razgalamili, kao da ih je neko pozvao.

– Hej, vi! Šta ste se razvikali! – razljutio sam se.

– A šta ti radiš ovde! – još su se više razljutili galebovi i počeli da kruže oko mene, pokušavajući da me što jače povrede kljunom.

– A da li znate da se moj svet brine o meni?! – očajno sam zavrištao.

– Umukni! Mi smo tvoj svet! – odgovorili su galebovi, nastavljajući da me napadaju. Odbijao sam ih, koristeći mlatilicu za muve koja se iznenada pojavila. (Izgleda da moj svet ipak brine o meni.) A more je pokušavalo da me ščepa i zapljusne vodom.

U međuvremenu mi je pala na pamet jedna ideja. Treba nešto preduzeti kako bi me prepoznali. Brzo sam na pesku napisao: „To sam ja!” I zamislite, more se odmah smirilo

i povuklo. A galebovi su prestali da me napadaju i odleteli su. Ali pre toga su me pogledali s razumevanjem, podigli glave prema nebu, raširili kljunove i rekli:

– A–a–a! – i odleteli.

A zla kambala je izronila iz vode i namignula mi s jednim probodenim okom. Ili ne, ribe ne umeju da namiguju... U svakom slučaju, činilo mi se da jeste.

Krenuo sam kući, ali drugim putem, kako bih izbegao susret s mačkama-gangsterima. Ali nebo ipak nije želelo da me prepozna. Niotkuda, započela je kiša. Ali ne odozgo, već odozdo. Kapljice su se skupljale iz lokvi, klizile s trave, padale s lišća i silazile mi ispod pantalona. Podsmeh neba je bio očigledan.

Pokušao sam da skačem i vičem:

– Nebo! Daj mi sebe!

Ali ono nije reagovalo, samo je nastavilo da po meni sipa svoju izrugivačku, preokrenutu kišu. Pri tom, gotovo da nije bilo oblaka. Mada, odakle bi i bili, ako kapljice padaju nagore? Pomislio sam: ah, škrtica, ne daje mi ni kišu ni oblake. Možda bi trebalo da primenim princip Frejlinga, zamenim nameru da dobijem namerom da dam? Tada sam počeo da vičem:

– Nebo! Tvoj sam!

Ponovo nijedna reakcija.

– Evo me, tvoj sam!

Ali izgleda da me nebo nije primećivalo. Taj svet koji sam ostavio pre sedam godina, postao je drugačiji i nije me prepoznao. S morem, galebovima i mačkama sam se nekako dogovorio. Samo nebo nije želelo da me prepozna. Ono je visoko. Zaboravio sam da ga ponesem sa sobom kada sam odlazio.

Zabrinuto sam se uputio kući. Hodao sam i razmišljao šta bih mogao da učinim da me nebo prepozna? I tada mi je moj svet priredio još jedno iznenađenje. Iz šume je iznenada izronila žuta podmornica i hrabro koračajući u narandžastim čizmama, pevala pesmu grupe Led Zeppelin „Stepenice ka nebu”. Pomislio sam, pa dobro, ovo je kraj. Sve se u mom svetu poremetilo.

– Hej, šta je to? – zagledao sam se u nju.
– Idem na kupanje! Kakva je voda, topla?
– Ne, sa mnom je sve u redu – odgovorio sam bez razmišljanja – sa mnom će sve biti u redu...
– Da! Da! – zašuštala je podmornica. – Danas je vreme tako prefinjeno i suptilno! Izuzetno!

Kako se može govoriti o vremenskim uslovima kao da nisu vremenski uslovi... – zavrtilo mi se u glavi. – Ili misli na kišu koja pada naglavačke? Ne bih ni pomislio da je to zbog mene! Moram da promenim temu.

– A zašto nosiš narandžaste čizme? – postavio sam glupo pitanje.
– Danas je naš Narandžasti praznik! Zar ne znaš? Neprirođeno je da na ovakav dan budeš sav u crnom.

Pogledao sam se i sa iznenađenjem otkrio sam da sam obučen u frak. Eto ti ga sad! Čini se da čuda tek počinju. Da li silazim s pameti?

– Ne možeš da siđeš s pameti, jer na nju ne možeš da se popneš! – propevala je podmornica, kao da naslućuje moje misli. – Iako, šta ja pričam, sve je moguće ako postoji Narandžasti praznik!

– Šta to znači?
– Pa kako ne razumeš! Sam bojiš svoj svet bojama koje si odabrao i sam određuješ šta je moguće, a šta nije.
– Izuzetno! – podrugivao sam joj se. – Misliš li da će ceo svet odmah poći tvojim primerom ako si obula narandžaste čizme?
– Joj–joj! Nevolja–nevolja! Zaboravila sam da ih skinem i obujem peraje! Danas sam tako rasejana! Brzo–brzo! Već jurim!

Žuta podmornica, hitro koračajući u svojim čizmicama, brzo je nestala iz vida, a samo njena pesma, koja je dopirala iz daljine, nije mi dala da poverujem da mi se sve to samo pričinilo: „There’s a lady who’s sure, all that glitters is gold, and she’s buying a stairway to heaven... bam–bam–bam–bam...”

Tada mi je sinulo. Aha! Pojurio sam kući, gde sam u šupi imao dugačke merdevine.

Dakle, uhvatio sam merdevine, sigurno već naslućujete zašto. Ja ih vučem, a one se opiru, ne žele:

– Ostavi nas na miru! Sanjale smo tako divan san, da smo dohvatile mesec! A ti si nas probudio!

– Hajde, hajde! – govorim im. – Bićete moje stepenice ka nebu!

– Ah, onda u redu. Mi smo tako visoke! Dosegnućemo zvezde!

– Sačekajte – kažem – da bih bio važniji, treba da ponesem nešto narandžasto sa sobom i sačinim pesmu za nebo, da bi me prepoznalo.

Nažalost, osim narandžaste šargarepe, kod kuće ništa drugo nisam pronašao. Pa dobro, pomislio sam, to će biti dovoljno. Uspinjem se, dakle, merdevinama, u hodu smišljam pesmu i odmah je glasno i pažljivo pevam, dirigujući sebi šargarepom.

Ja sam vesela i slavna ptica,
letim visoko–visoko–o–o na nebu,
slobodna i srećna!
I pevam tebi, nebo,
svoju predivnu pesmu,
glasno i dugo–o–o!
Čitav svet obojiću
čarobnom narandžastom bojom,
da svima bude toplo i radosno–o–o!
I zajedno ćemo plesati i veseliti se
pod narandžastim nebom!
Neka sunce sija na–a–a–ma,
veselim i srećni–i–i–m!
Ura–a–a–a!

Dok sam tako pevao i mahao šargarepom, iznenada sam čuo nečiju mudru opasku:
– Zašto toliko galamiš? Rasteraćeš mi sve leptire.

Okrenuo sam se i video narandžastu kravu koja je prolazila pored mene s kačketom. Ona je brzo mahala minijaturnim krilima, zastala iznad moje glave, prekorno me posmatrajući. Od iznenađenja, jedino što sam mogao da izustim bilo je:

– Poštovana kravo, zašto si tako narandžasta?

Čovek bi pomislio da me ništa drugo na njoj nije začudilo.

– Žurim na proslavu, zar ne vidiš? Treba da nalovim leptirove.

– A šta ćeš da radiš s njima? – upitao sam.

– Napraviću spektakularni defile na nebu.

Nisam bio siguran da li krava zaista razume šta je defile, ali to i nije bilo bitno.

– A šta ti ovde glumiš? – pitala je krava.

– Eto, vratio sam se u svoj svet, ali nebo neće da me prepozna. Verovatno me ne čuje. Ne znam kako da ga dozovem.

Krava je malo razmislila pa odgovorila:

– U redu, reći ću ti.

– Zaista? Oh, to je divno! Oh, kako sam srećan! – skočio sam i umalo se srušio s merdevina.

– A šta ću ja dobiti za to? – upitala je krava, pogledavši šargarepu.

– Oh, moja zahvalnost će biti veoma ukusna i sočna! – obećao sam.

– Dobro, onda. Idi do mudrog Oslića i pitaj ga. On sve zna.

– A gde mogu da ga pronađem?

– Zaroni u more, do najdubljeg dela. Tamo ćeš ga naći. Samo nemoj zaboraviti da dodaš nešto narandžasto u svoj stajling. Ipak je praznik.

– U redu, hvala ti na tome, – odgovorio sam, pružajući joj šargarepu.

– Hvala ti! – rekla je krava i poletela dalje, slatko grickajući šargarepu.

A ja sam, zahvalivši se merdevinama (koje su bile ponosne i zadovoljne sobom), s nestrpljenjem potrčao u kuću da vidim imam li još nešto narandžasto. Srećom, u pomoć mi je priskočila stara komoda.

– Slušaj, ovde već dugo leži narandžasta kravata, dugačka i prelepa, baš za ovakvu priliku, – rekla je ona.

– Oh, molim te, donesi je odmah ovamo! – obradovao sam se.

Stavio sam kravatu, i iako nije najbolje pristajala uz frak i visila je ispod pojasa, ali moj stajling je odmah dobio poseban šarm i svečanu notu. Preostao je samo jedan problem. Trebalo je nekako stići do mora, a čamca nije bilo. Pa dobro, nije bilo vremena za dugo razmišljanje. Priđoh kadi i rekoh joj:

– Kreni sa mnom, bićeš moj čamac.

- Dobro, – rado se složila kada – gde ćemo ploviti?
- Idemo kod mudrog Oslića. Hoćeš li uspeti?
- Lako.

I tako sam izašao na obalu mora, u fraku, s narandžastom kravatom i vukao za sobom kadu. Galebovi su me naravno gledali iznenađeno, razjapivši kljunove. Jedan je uzviknuo:

- Bože mili, kakva strahota! Da li ste nekada videli nešto slično?
- Nismo, – odgovorili su ostali, vrteći glavom.

Uronio sam kadu u more i počeo da veslam poklopcem od šerpe, jer nisam mogao da pronađem vesla. A tamo je već plovila žuta podmornica, zadovoljno pljeskajući perajama po vodi.

- Nameravaš da praviš kupku u moru? – uskliknula je ona. – Sjajno!
- Ma, ne. Idem do mudrog Oslića, samo ne znam da li ću uspeti da dođem do njega, jer on živi u najvećim dubinama.
- Evo ti, drži moje sidro, – rekla je podmornica.

Uhvatio sam se za sidro i uzviknuo: „Revolucija će pobediti!” i skočio u more. Galebovi su od straha oči prekrili krilima. Šta će biti?!

Spustio sam se na dno i video: mudri Oslić je sedeo za ogromnim stolom i nešto pisao, a iza njega je bila velika biblioteka s raznoraznim debelim knjigama. „Kakav mudrac!” pomislio sam. Sigurno će mi pomoći.

- Poštovani među najmudrijima... počeo sam, ali me je Oslić prekinuo:
- Šta tu bulazniš! Zagrcnućeš se! Znam sve. Odmah moraš da se vratiš kući i pustiš papirnog zmaja, na kojem ćeš napisati detaljno objašnjenje. A da bi ti sve uspelo, poklanjam ti narandžasti bicikl. Idi, on te već čeka kod kuće. I popravi kravatu.

More me je ljubazno podiglo i izbacilo na obalu. A galebovi, videvši da je sve dobro prošlo, radosno su zamahali krilima. Duboko sam im se naklonio. A mačke, koje su se nekako našle na obali, tapšale su mi i ponudile pomoć u povratku kući. I tako je naša svečana povorka trijumfalno krenula ka mojoj kući. Na čelu je koračala žuta podmornica s perajama, pevajući pesmu „Mi smo šampioni”. Mačke su sa

entuzijazmom vukle kadu. Galebovi su takođe iz pristojnosti odlučili da prošetaju. A krava je letela iznad nas na nebu, sa potpuno očaravajućim i bajkovitim defileom leptira. Narandžasti praznik je bio izvanredan!

Vi verovatno mislite da ja sve ovo izmišljam. Ali ne. Zaista-zaista. I prestanite da se smežete. Nije mi do smeha. Sada idem da puštam papirnog zmaja, na kome je velikim slovima napisano: „To sam ja!” Nadam se da će me nebo prepoznati.

Seo sam na narandžasti bicikl (dan je već polako klizio ka zalasku, a nebo je poprimilo nijansu narandžaste boje, tako da mi se činilo da će se nebo ta boja dopasti) i krenuo da puštam papirnog zmaja.

Vozio sam se na narandžastom biciklu, a zmaj je leteo za mnom, visoko-visoko.

– I?! – viknuo sam nebu, podižući glavu.

Napokon mi je nebo odgovorilo. Reklo je:

– Ti si idiot!

A šta još i reći idiotu koji, sedeći na narandžastom biciklu, pušta zmaja od papira na kojem piše 'To sam ja!'

Dobro. Bitno je da me je nebo prepoznalo – prestalo je da lije kišu i nasmešilo mi se preokrenutom dugom. Od sada, gde god da krenem, uvek ću nositi svoje nebo sa sobom.



AUTOR O SEBI...

Diplomirao sam kvantnu fiziku na Državnom univerzitetu u Kaljiningradu, gde ujedno i živim. U dobi sam od pedeset godina, ože-njen sam i otac jedne ćerke. Po nacionalnosti sam Rus, a jednom četvrtinom Estonac. Sve ostalo nema nikakvog značaja, kao što uostalom nema ni ovo. Što se tiče mojih istraživanja, mogu samo da kažem da Transurfing besprekorno funkcioniše. Ne želim da ističem svoj lični život, jer će nakon toga on prestati da bude lični. Velika popularnost se okrene protiv vas kad podlegnete iskušenju i popnete se na pijedestal da bi svi mogli da vas vide. Kod nekih naroda, na primer, kod američkih Indijanaca, postoji

uverenje da ako je neko nacrtao vaš portret (napravio fotografiju), ukrao je deo vaše duše. Naravno, ovo je samo sujeverje, ali ono ni-je nastalo bez nekog osnova. Proizvod ličnog stvaralaštva se može distribuirati, ali praviti tiraž od ličnosti – nikad.

Na pitanje radoznalih čitalaca: „Ko je Vadim Zeland”? obično odgovaram: Niko. Moja biografija ne može i ne treba da bude predmet interesovanja budući da nisam ja autor Transurfinga već samo njegov „prenosnik”. Zaista je potrebno da budem „niko”, samo prazan sud, kako ničim ličnim ne bih izvitoperio ovo drevno znanje koje otvara vrata u svet gde nemoguće postaje moguće. Stvarnost prestaje da postoji kao nešto spoljašnje i nezavisno, a postaje pristupačna ako se slede određena pravila. Tajna, prikrivena samo onim što leži na površini, toliko je veličanstvena, da identitet njenog prenosnika prestaje da bude važan. Možda su pravi interes zaslužili „Čuvari” koji su mi dali ovo znanje, ali i oni više vole da ostanu u senci...”

VADIM ZELAND

TRANSURFING

1. *Prostranstvo varijanti – knjiga 1.*
2. *Šum jutarnjih zvezda – knjiga 2.*
3. *Napred u prošlost – knjiga 3.*
4. *Upravljanje stvarnošću – knjiga 4.*
5. *Jabuke padaju u nebo – knjiga 5.*

6. *Gospodar stvarnosti*
7. *TAFTI sveštenica – Šetnja uživo kroz film*
8. *Hakovanje tehnogenog sistema*

Sledeća izdanja:

TAROT Prostranstva varijanti - Vadim Zeland

Apokrifni Transurfing - Vadim Zeland

Sajt autora:

zeldands.ru

Izdanja Vadima Zelanda na srpskom jeziku:

aruna.rs

Fejsbuk stranica:

transurfing.zeland.vadim

Instagram:

transurfing.vadim.zeland

Youtube:

Transurfing Vadim Zeland

DISTRIBUCIJA I PLASMAN KNJIGA:

ARUNA

aruna.rs

aruna@aruna.rs

Tel./Viber: 064 15 77 045

Prodajno mesto:

Prodavnica zdrave hrane **Maslina**

Beograd, ul. Katanićeva 2 (*kod Hrama Svetog Save*)

011 245 90 90 • 063 245 90 90

Dobro nam došli!

VADIM ZELAND HAKOVANJE TEHNOGENOG SISTEMA

Ako imate neki neostvareni san, ako je vaš cilj teško dostižan, ako mnogi žele isto što i vi, ako morate dugo da čekate u redu za svoj savršen scenario života, a nemate izuzetne sposobnosti i talente... treba da znate da imate posebnu, jedinstvenu šansu. Šansu da steknete prednost koju drugi nemaju. Šansu da *hakujete Matriks* i zakoračite u slobodu. Treba bar da znate da je to moguće.

Bez izuzetnog talenta, nemate drugog izbora sem da se izdvojite iz mase i dopustite sebi da postanete jedinstveni. Koristeći tehnike oslobođenja iz ove knjige, moći ćete da oblikujete svoj svet. Snaga vašeg uma i kreativni potencijal će dostići nivo genija. Ostvarivanje vaših ciljeva poteći će kao rečna bujica. Pred vama će se otvoriti stvarnost u do sada nepoznatom obličju.

Uz malo fantazije, ceo naš život možemo da predstavimo kao tehnogeni sistem. Čovek je samo običan šraf u njemu. Tehnogeni sistem može biti okrutan i destruktivan, ali nemojte gajiti nadu da možete da ga uništite. To je pretežak ali i nepotreban zadatak za jednu osobu. Zato, uvek možete da ga pogledate iz drugog ugla, shvatite gde koračaju drugi, i živite svoj život onako kako ste to oduvek želeli.

Knjiga Vadima Zelanda *Hakovanje tehnogenog sistema* omogućiće vam da se oslobodite lanaca Matriksa i naučite da vidite i razumete ono što drugi ne mogu.

U saradnji sa:



ISBN 978-86-6052-021-2



9 788660 520212