



Andreas Moritz

# Naturalne techniki przywracania zdrowia

Sprawdzone  
sekrety  
uzdrowiania



Andreas Moritz

# Naturalne techniki przywracania zdrowia

Sprawdzone  
sekrety  
uzdrowiania



[Kup książkę](#)

REDAKCJA: Mariusz Warda  
SKŁAD: Anetta Piechowska  
PROJEKT OKŁADKI: Anetta Piechowska  
TŁUMACZENIE: Anna Jurga

Wydanie I  
Białystok 2019  
ISBN 978-83-8168-173-5

Tytuł oryginału: *It's time to come alive*  
Copyright © 2005 by Andreas Moritz. All rights reserved

© Copyright for this edition by Studio Astropsychologii, Białystok 2018  
All rights reserved, including the right of reproduction in whole or in part in any form.

Wszelkie prawa zastrzeżone. Żadna część tej publikacji nie może być powielana ani rozpowszechniana za pomocą urządzeń elektronicznych, mechanicznych, kopiujących, nagrywających i innych bez pisemnej zgody posiadaczy praw autorskich.

Książka ta zawiera porady i informacje odnoszące się do opieki zdrowotnej. Nie powinny one jednak zastępować porady lekarza ani dietetyka. Jeśli podejrzewasz u siebie problemy zdrowotne lub wiesz o nich, powinienes skonsultować się z lekarzem zanim rozpoczniesz jakikolwiek program poprawy zdrowia czy leczenia. Dołożono wszelkich starań, aby informacje zaprezentowane w tej książce były rzetelne i aktualne podczas daty jej publikacji. Wydawca i autor nie ponoszą żadnej odpowiedzialności za jakiegokolwiek skutki dla zdrowia mogące wystąpić w wyniku stosowania zaprezentowanych w książce metod.

**Vital**  
GWARANCJA ZDROWIA

15-762 Białystok  
ul. Antoniuk Fabr. 55/24  
85 662 92 67 – redakcja  
85 654 78 06 – sekretariat  
85 653 13 03 – dział handlowy – hurt  
85 654 78 35 – [www.talizman.pl](http://www.talizman.pl) – detal  
strona wydawnictwa: [www.studioastro.pl](http://www.studioastro.pl)

Więcej informacji znajdziesz na portalu [www.psychotronika.pl](http://www.psychotronika.pl)

PRINTED IN POLAND

Kup ksi k

Inne książki tego autora

*Rozszerzone czyszczenie wątroby i woreczka żółciowego:  
jak uniknąć współczesnych chorób*

*Rak to nie choroba, a mechanizm uzdrawiania*

*Vademecum naturalnego zdrowia: najskuteczniejsze metody  
oczyszczania i uzdrawiania organizmu*

*Słońce – światło, które leczy*

*Koniec chorób serca*



Twoje zdrowie jest w Twoich rękach



# W TROSCE O ZGODNOŚĆ Z PRAWEM

Autor poniższej książki, Andreas Moritz, nie zaleca jakiegokolwiek konkretnej formy leczenia. Niemniej jednak uważa, że przedstawione tu fakty, liczby i wiedza powinny być dostępne każdemu zainteresowanemu poprawą swojego stanu zdrowia. Chociaż autor stara się przedstawić dogłębną analizę omawianych tematów oraz zapewnia o dokładności i kompletności wszelkich informacji pochodzących z innego źródła niż jego własne, on i wydawca nie ponoszą odpowiedzialności za błędy, niedokładności, pominięcia lub jakiegokolwiek niespójności. Wszelkie uchybienia dotyczące osób lub organizacji są niezamierzone. Ta książka nie ma na celu zastąpienia porad i terapii lekarzy, którzy specjalizują się w leczeniu chorób. Wykorzystanie informacji zawartych w niniejszej książce zależy wyłącznie od decyzji czytelnika. Autor i wydawca nie ponoszą odpowiedzialności za żadne negatywne skutki i konsekwencje wynikające z zastosowania któregośkolwiek z preparatów lub procedur opisanych

w tej książce. Zawarte tutaj stwierdzenia mają charakter edukacyjny, są przedstawione jedynie w celach teoretycznych i opierają się głównie na osobistych opiniach i teoriach Andreasa Moritza. Zawsze należy skonsultować się z lekarzem w kwestii przyjmowania jakichkolwiek suplementów diety, odżywczych, ziołowych lub homeopatycznych oraz rozpoczęcia lub zaprzestania jakiegokolwiek terapii. Zamierzeniem autora nie jest udzielenie porad lekarskich, zaoferowanie ich substytutów ani zapewnienie jakichkolwiek gwarancji, wyraźnych ani domniemanych, w odniesieniu do jakiegokolwiek produktu, urządzenia czy terapii. O ile nie zaznaczono inaczej, żadne stwierdzenie zawarte w tej książce nie zostało sprawdzone ani zatwierdzone przez Amerykańską Agencję Żywności i Leków. Czytelnik powinien kierować się własnym zdrowym rozsądkiem lub skonsultować się z holistycznym ekspertem medycznym lub osobistym lekarzem w kwestii indywidualnych problemów.

*Kiedy zostawimy za sobą dobę zmagañ  
i ignorancji, musimy nauczyć się wszystkiego od nowa.*

*Jedynie nowe nasiono da nowe plony.  
Tak zatem, nadszedł czas  
na nową drogę życia.*

*Czas na zdrowie pełne energii, spokój umysłu  
i duchową mądrość.*

Andreas Moritz



# SPIS TREŚCI

Wstęp .....	17
<b>Rozdział 1</b>	
<b>Droga do objawienia .....</b>	<b>23</b>
Maja – świat iluzji .....	25
Lekcje z przeszłości .....	28
Życie zgodnie z prawem .....	30
Zwrot przeznaczenia .....	32
Starożytny przekaz .....	35
Wiara – czy uzdrawia? .....	36
Czy jesteśmy uduchowieni z natury? .....	37
Czymże jest ciało bez umysłu? .....	39
Zmiany osobowości mogą działać „cuda” .....	41
<b>Rozdział 2</b>	
<b>W harmonii z naturą .....</b>	<b>45</b>
Stworzenie nowej kończyny .....	47
Nieprzerwana komunikacja .....	48
Siła intencji .....	50
Niesamowita pamięć cząsteczek wody .....	51
Istoty światła .....	53
Niewidzialni postąncy natury .....	54

Przed Słońcem nic się nie ukryje .....	56
Szacunek do słońca .....	58
Tylko strach jest niebezpieczny .....	59
My jesteśmy światem .....	60
Tajemnicza „sieć zapachów” .....	65
Mądrość roślin .....	68
Czy rośliny mają uczucia? .....	70
Zerwany kontakt z naturą .....	72
Rośliny chcą nam pomóc .....	73
We wszystkich formach życia jest cel .....	76

### Rozdział 3

<b>Dobry początek to połowa sukcesu .....</b>	<b>79</b>
Mózg – uniwersalny komputer .....	81
Nowy mózg na nową erę .....	83
Wspaniałości mózgu .....	84
Co kształtuje przeznaczenie? .....	86
Tajemniczy świat nienarodzonego dziecka .....	88
Rytmy szczęścia .....	90
Niejasny przekaz .....	92
Księga życia .....	93
Porzuć przeszłość .....	95
Magister z ignorancji .....	97
Świadomość – brakujące ogniwo .....	98

### Rozdział 4

<b>To jest w tobie .....</b>	<b>103</b>
Ucieczka z więzienia warunkowania społecznego .....	105
Jesteś tym, w co wierzysz .....	108
Starzenie się – decyzja należy do ciebie .....	111
Kto się starzeje, a kto nie? .....	112
Ograniczenia są tylko w twojej głowie .....	115

Otwórz serce .....	117
Zbrodnia negatywnego myślenia .....	119
Możesz to zmienić .....	122
Nie ma tajnych myśli .....	124
Koniec umysłowej wojny .....	126
Wątpliwość – przyczyna porażki .....	128
Bogactwo materialne a bogactwo duchowe .....	129
Wewnętrzny i zewnętrzny dostatek = życie na 200% ....	132
Błyskawiczne efekty .....	134
Zmęczenie – początek błędnego koła .....	134
Zmęczenie rodzi stres .....	136

## Rozdział 5

<b>Uzdrowianie przyczyny .....</b>	<b>139</b>
Emocje – nasza codzienna „prognoza pogody” .....	141
Tłumienie emocji .....	143
Fizyczny aspekt emocji .....	144
Emocje i typ ciała .....	148
Język ciała .....	154
Metoda przemiany emocjonalnej .....	157
Emocjonalny dobrobyt .....	160
Zniecierpliwienie uczy cierpliwości .....	160
Nie próbuj nikogo zmieniać .....	161
Konflikty – szansa na rozwój .....	163
Depresja – gniew zwrócony do wewnątrz .....	164
Co cię złości? .....	167
„Mógłbym” a „powinienem” .....	168
Umiesz powiedzieć „nie” .....	169
Przygarnij zwierzaka – uszczęśliwi cię i ocali ci życie ....	173
Dobre jedzenie – dobry nastrój	
Co powoduje huśtawkę nastrojów? .....	175
Chemiczny nastrój .....	176

Konstytucyjna skłonność ku konkretnym nastrojom . . . . .	179
Dwie ważne kwestie kontrolujące twoje życie . . . . .	180
1. Pełnowartościowa dieta . . . . .	180
Sattwa, rajas i tamas – trzy podstawowe siły życia . . . . .	181
Dieta sattwiczna . . . . .	183
Dieta rajasowa . . . . .	185
Dieta tamasowa . . . . .	185
2. Siła umysłu . . . . .	186
Zmiana myślenia . . . . .	186
Szczęście – klucz do naturalnej apteki . . . . .	188
Energia podąża za myślą . . . . .	189

## Rozdział 6

<b>Zasady i techniki pierwotnego uzdrawiania . . . . .</b>	<b>193</b>
<b>Część pierwsza. Cud świadomego oddychania . . . . .</b>	<b>197</b>
Oddech. Tylko to i o wiele więcej . . . . .	197
Od czego zacząć? . . . . .	199
Klucz do sukcesu – „odpuść sobie” . . . . .	201
Siła uwagi . . . . .	203
<b>Część druga. Pierwotne dźwięki uzdrawiania . . . . .</b>	<b>205</b>
Jesteś tym, co dostrzegasz . . . . .	205
Świat dźwięków . . . . .	207
Ciało – orkiestra symfoniczna . . . . .	210
Związek nazwy z formą . . . . .	211
Podsumowanie techniki pierwotnego uzdrawiania . . . . .	212
Pierwotne dźwięki uzdrawiania i siedem czakr . . . . .	213
Pierwotne dźwięki siddhi . . . . .	215

## Rozdział 7

<b>Pięć zmysłów – fontanna młodości . . . . .</b>	<b>219</b>
Zdrowe zmysły w zdrowym życiu . . . . .	221
1. Wewnętrzne i zewnętrzne widzenie . . . . .	222

Znaczenie zrównoważonej diety i oczyszczania wątroby .....	223
Ćwiczenia oczu .....	226
A 1-7 .....	226
B 1-8 .....	227
Słoneczna terapia oczu .....	228
C 1-4 .....	230
2. Świat słuchu .....	232
Słyszenie na wszystkich poziomach .....	232
Ćwiczenia dźwiękowe .....	235
Siła samogłosek .....	235
Nucenie .....	235
<i>Dźwięki szczęki</i> .....	236
<i>Dźwięki gardła</i> .....	236
<i>Dźwięki żołądka</i> .....	236
Dźwiękoterapia .....	237
Muzykoterapia .....	239
Zharmonizuj się z uzdrawianiem .....	241
Oczyszczanie uszu .....	245
3. Zdrowy dotyk .....	246
Terapia marma .....	247
Praca z ciałem .....	249
4. Smak – intymne źródło przyjemności .....	251
Proste zasady zdrowego żywienia .....	254
Lepszy smak .....	256
5. Odczuwanie przez zapach .....	257
Techniki polepszające zmysł powonienia .....	258

## Rozdział 8

<b>Mądrość duchowa – ostatnia lekcja natury dla człowieka</b> .....	<b>261</b>
Odkrywanie częstotliwości miłości .....	263
Świadomość jest kluczem .....	266

Zwierzęta wiedzą coś, czego my nie wiemy .....	269
Wiadomość od wielorybów i delfinów .....	271
Może jednak krowy są święte .....	272
Brutalna nauka .....	275
Szacunek do każdej formy życia .....	276
Ziemia wie wszystko .....	278
Siła uzdrawiania Matki Ziemi .....	280
Planeta żyje .....	282
Wszystkie zmiany Ziemi sprzyjają życiu .....	284
Przesunięcie biegunów .....	286
Wejście w nowy świat .....	289
Czas dokonać wyboru .....	293
Mądrość natury w naszym posiadaniu .....	295
Rozmowa z naturą .....	297
Wyobraźnia kształtuje osobistą rzeczywistość .....	300

## Rozdział 9

<b>Dwanaście bram do nieba na ziemi .....</b>	<b>305</b>
1. Brama jedności .....	307
Otwarcie pierwszej bramy .....	310
2. Brama rozwiązania wszystkich problemów .....	311
Otwarcie drugiej bramy .....	315
3. Brama władzy nad czasem .....	316
Otwarcie trzeciej bramy .....	319
4. Brama dostatku .....	320
Otwarcie czwartej bramy .....	323
5. Brama sukcesu .....	324
Otwarcie piątej bramy .....	328
6. Brama braku osądu .....	329
Otwarcie szóstej bramy .....	331
7. Brama „pierwszeństwa najwyższych” .....	332
Otwarcie siódmej bramy .....	337

8. Brama ciszy .....	338
Otwarcie ósmej bramy .....	342
9. Brama świadomości ciała .....	343
Otwarcie dziewiątej bramy .....	346
10. Brama wewnętrznego przewodnictwa .....	347
Otwarcie dziesiątej bramy .....	350
11. Brama mądrości duchowej .....	351
Otwarcie jedenastej bramy .....	355
12. Brama spełnienia pragnień .....	356
Otwarcie dwunastej bramy .....	364
Podsumowanie .....	367
Prosta modlitwa .....	368
○ Autorze .....	369





# WSTĘP

Z dzisiejszym światem i jego mieszkańcami jest wszystko w porządku. Niemniej jednak rasa ludzka, wciąż tkwi uwięziona w „trójwymiarowym śnie” pełnym chorób, problemów i cierpienia, a to już nam nie służy. Ten sen nie pozwala nam się przebudzić na oświecone odkrycie, że nie jesteśmy bezsilnymi ofiarami złego losu, manipulowanymi przez siły większe od nas. Na tym etapie niczego bardziej nam nie trzeba niż przebudzić się na wielowymiarowe rzeczywistości egzystencji i ujrzeć nasz niesamowicie silny potencjał, zidentyfikować się z nim i go wykorzystać.

Życie jest tajemniczo idealne. Wielu z nas jednak nie dysponuje świadomym zrozumieniem, które pozwoliłoby na doznanie i uchwycenie prawdziwego funkcjonowania życia. Większość ludzi na świecie wciąż wierzy, że wydarzenia, okoliczności, wypadki, choroby i relacje są mniej lub więcej przypadkowymi epizodami, które nie mają głębszego znaczenia ani związku z większym celem w życiu. Pomimo to wszystkie chwile i zdarzenia w życiu człowieka są jak elementy układanki: niezliczone i na pierwszy rzut oka bez związku, by potem,

po złożeniu, stworzyć znaczący obraz. Wydawałoby się, że wypadki, choroby lub konfliktowe sytuacje postrzegane jako osobne wydarzenia pojawiają się przypadkowo i nie mają większego sensu. Jednak na mniej wymownym poziomie rzeczywistości, tam, gdzie życie jest postrzegane z szerszej perspektywy, mają one nadzwyczajny sens. Każdy pojedynczy element układanki ma ogromne znaczenie, kiedy już wpasuje się w przeznaczone mu miejsce. Każdy jeden wnosi ważne treści do całego obrazu. Bez możliwości dostrzeżenia większego obrazu życia pojedyncze incydenty pojawiają się jako pozbawione swojego wyjątkowego celu, są losowo rozproszone i odpowiedzialne za całą dezorientację i cierpienie człowieka. To jest ten stan, kiedy czujemy, że nasze życie nie ma żadnego sensu.

Wszyscy nieustannie dążymy do całości i jedności oraz spełnienia za pomocą wszelkich sposobów, które wydają nam się właściwe. Pragniemy szczęścia wewnętrznego a pomimo to skłaniamy się do poszukiwań na zewnątrz. Ja szukam duchowej mądrości od dziecka, chociaż nie jestem całkowicie świadomy tego, co mną kieruje. Zawsze wierzyłem, że wyjaśnienia mojego stanu niezadowolenia należy upatrywać jedynie na zewnątrz. Po niemal dwudziestu latach „prób i błędów” okoliczności zmusiły mnie do poszukiwania odpowiedzi na zagadnienia w kwestii życia, wszechświata i całej reszty w moim wnętrzu.

Moja droga prowadząca do odkrycia siebie była niekiedy bardzo wyboista. Dziś moja świadomość jest obszerniejsza i kiedy patrzę w przeszłość, wyraźnie widzę, że trudności i zmagania, które dane mi było zwalczać, okazały się moimi największymi atutami i bezcennym błogosławieństwem. Zmusiły mnie do stworzenia łatwego stylu życia, który prze-

rodził się w stan żywej łaski. Wszystko, co *naprawdę* mi się przytrafiło, było zmianą świadomego rozumienia i przekształciło mój sposób myślenia oraz los w najbardziej satysfakcjonujący sposób. Dokonałem empirycznego odkrycia, że ludzie – w tym ciało, umysł, dusza, zachowanie i rozszerzone self, które tworzy nasze otoczenie – są jedynie produktami własnej świadomości i jej projekcji.

Wyrażamy swoją świadomość za pomocą myśli, uczuć, emocji, pragnień, upodobań, niechęci i intencji, które są mentalnymi narzędziami kształtującymi naszą osobistą rzeczywistość. Wszelkie zmiany w świadomości skutkują zmianami w ciele, umyśle i duszy a nawet w otoczeniu. Za pomocą nieuchwytniej, wszechobecnej siły tworzymy lub współtworzymy wszystko, co nam się przydarza. Nasza świadomość jest jak autor sztuki: wszystko, co stworzy, ukaże się następnie w teatrze życia. Nasze rozumienie tego, jak postrzegamy otaczający nas świat oraz jak w nim funkcjonujemy, jest bardzo podstawowe. Z tego też względu rozwój tej świadomości zasługuje na najwyższą uwagę. Jesteśmy tu, by napisać nowy scenariusz, który pomoże nam utożsamić się z naszą duchową naturą i docenić życie takim, jakie jest naprawdę. W powietrzu wisi nagłące poczucie pośpiechu, które mówi, że nadszedł czas na indywidualną i globalną transformację.

Wszystko, co jest zawarte w tej książce, zwraca się w kierunku przebudzenia twojego świadomego rozumienia dzięki głębokim spostrzeżeniom, które mogą przekształcić je w dowolny sposób i jednocześnie zmienić w silne narzędzia do spełnienia twoich pragnień i ulepszenia każdego aspektu twojego życia. Książka oferuje również potężne techniki przywracające jedność ciała, umysłu i duszy. Rozpoznasz

i przekształć ograniczające, a nawet szkodliwe wpływy wielu twoich obecnych przekonań, niezależnie od tego, czy odnoszą się do starzenia, emocji, związków, kwestii środowiskowych czy śmierci.

Moja praca jest zarówno darem wdzięczności za większą świadomość w moim własnym życiu, jak i zaproszeniem do otwarcia twoich drzwi do świata dostatku, miłości i mądrości duchowej. Ty jedynie bądź otwarty, czujny i zaakceptuj możliwość, że być może trzeba będzie zostawić za sobą stare schematy życia i warunkowania, które przysporzyły ci tyle bólu i niepowodzeń. Ta podróż odkrywania własnego ja zabierze cię w miejsce, gdzie rządzi natura oraz gdzie ciąg twoich starych wierzeń i przekonań, które mogły wytworzyć silne ograniczenia w twoim ciele i umyśle, rozerwie się na kawałki. W ten sposób otrzymasz wolność niezbędną do podejmowania własnych, bezwarunkowych życiowych wyborów.

Na nowo zrozumiesz samego siebie i dzięki temu zaczniesz doskonalić swoją zdolność odróżniania fałszywych założeń i szkodliwych systemów wierzeń od tych, które wzmacniają szczęście, radość i dobrobyt. Kiedy złączysz się z *prawdziwym sobą* – przestrzenią wszystkich możliwości, stare paradygmaty, takie jak „życie jest cierpieniem”, „nie można mieć wszystkiego” lub „starzenie jest naturalnym procesem” staną się przeżytkiem.

Zmagania i konflikty pojawiają się jedynie wówczas, gdy dajemy się złapać w dwu- i trzywymiarowe poziomy rzeczywistości oraz materialny aspekt świata. Ludzie zwykle ograniczają się do doświadczania tylko małej frakcji rzeczywistości, dlatego też czują się poddanymi jej granicom i w ten sposób wytworzyli sobie wysoce ograniczające systemy przekonań

i normy zachowań. Te zasady życia (dziś przestarzałe i rozpadające się) dominują nad naszymi światopoglądami od tysięcy lat i przyczyniły się do wszechobecnego chaosu, destrukcji i dezorientacji. Prawa stworzone przez człowieka zastąpiły, że tak się wyrażę, prawa natury i stały się samospełniającymi się przepowiedniami nowoczesnego życia.

Współczesność kładzie główny nacisk na naukową weryfikację każdego odkrycia czy znaleziska zanim zostaną zaakceptowane jako korzystne i praktyczne, co być może miało jakieś znaczenie na płytszych poziomach życia, lecz nie miało żadnego wpływu na polepszenie jego wewnętrznej jakości. To niepełne podejście do życia doprowadziło do zagubienia ekscytacji, przygody, tajemniczości i radości oraz uczyniło życie żmudnym a nawet nudnym, tak jakby poza trzymaniem się reguł i przepisów nie miało ono żadnego innego sensu. Era zdominowana przez naukę osiągnęła ostatnio punkt krytyczny, gdzie sprzeczne wierzenia, nawet te obecne w środowisku naukowym, zagrażają fundamentom życia. Najlepsi fizycy prawią dziś o świadomości, sile wyższej a nawet o Bogu, gdy odnoszą się do początków życia fizycznego. Niedługo wkroczymy w nowe milenium, które znajdzie się pod wpływem *Wodnika* i stare paradygmaty i prawa życia już nie wystarczą, aby pomóc ludziom prowadzić życie pełne znaczenia\*. Dziś wszyscy mamy wybór, czy dostąpić nowego porządku świata, który będzie charakteryzowało idealne zdrowie, dostatek, miłość i mądrość duchowa. Książka *Naturalne techniki przywracania zdrowia* została stworzona, aby obudzić cię na tę nową rzeczywistość.

---

\* Przepis tłumacza: Książka została pierwotnie wydana w 1998 roku.

Od tysięcy lat człowiek jest przetrzymywany w ciemności odgradzającej go od jego prawdziwej natury i nieograniczonego potencjału. W większości przypadków zbyt silna koncentracja na ciele sprawiała, że człowiek nie był świadomy posiadania umysłu. Za wyjątkiem garstki oświeconych jednostek ludzie mieli mocno ograniczoną a nawet zerową świadomość doświadczenia silnego wpływu, jaki może mieć umysł na ciało, przeznaczenie i cały świat. Cała ludzkość przechodzi dziś przez obowiązkową przemianę, która przesunie naszą świadomość ze zorientowanej na materię na skoncentrowaną na naszej duchowej naturze. Człowiek ujrzy siebie jako duchową istotę w ludzkim ciele, której najsilniejszym narzędziem jest umysł. Nauczy się, jak za pomocą jedynie umysłu poradzić sobie z problemami życia, w tym ze zdrowiem fizycznym i potrzebami materialnymi. Spostrzeżenia i procedury przedstawione w poniższej książce pomogą uczynić tę przemianę najwspanialszym doznaniem życiowym. Są zaprojektowane tak, aby obudzić Cię na nową rzeczywistość świecąca nad horyzontem ludzkości. Tobie jest pisane odkrycie tej rzeczywistości.

Ludzki potencjał nie jest ograniczony, chociaż właśnie w to nauczyliśmy się wierzyć; jest nieskończony. Jak więźniowi zamkniętemu na długie lata w celi i wypuszczonemu na wolność, nam również zajmie dużo czasu, aby przywyknąć do konceptu, że jesteśmy wolni i nieograniczeni w zdolności kształtowania własnego przeznaczenia i spełniania naszych najskrytszych pragnień. Zostaliśmy uwolnieni w przestrzeń wszystkich możliwości, lecz aby z nich skorzystać, musimy najpierw przebudzić się na rzeczywistość i nauczyć się sobie ufać. To wszystko, czego potrzeba do życia, na które zasługujemy.



## ROZDZIAŁ 1

# DROGA DO OBJAWIENIA









## Maja – świat iluzji

Własne ciało postrzegamy na ogół jako organizm odmienny od wszystkiego, co nas otacza. Nasza planeta, miliardy galaktyk i gwiazd unoszących się dookoła w ciągle poszerzającym się wszechświecie wydają się niczym niezwiązane z ciałem człowieka i większość z nas traktuje je jak martwą materię bez związku z naszym życiem prywatnym. Czy rzeczywiście taka jest prawda? Czy to możliwe, że nasze oczy i inne zmysły tworzą obraz rzeczywistości, która przysłania głębsze połączenie ze wszechświatem?

Einstein, pionier fizyki kwantowej, uznawał ten koncept za ostateczną prawdę. Wiedział, że cała materia i energia są podwójnymi wyrażeniami jednego uniwersalnego substratu, który tworzy wszystko, w tym nas. Dzisiaj fizyka kwantowa potwierdza to, co Einstein wiedział dawno temu – konkretny świat *wydaje się* być rzeczywisty, lecz taki nie jest. Iluzja maja skrywa przed nami to, co prawdziwe poprzez angażowanie naszych zmysłów w magiczne zaklęcie. Chmury na niebie sprawiają, że Słońce tylko pozornie „znika”. Pomimo że Słońce się nie porusza, używamy zwrotów takich jak „słońce znikło” lub „dziś słońce nie wyszło”.

Ze względów praktycznych takie określenia mogą być poprawne, lecz w rzeczywistości kryją o wiele bardziej znaczący aspekt prawdy, czyli idealne połączenie człowieka z każdym elementem stworzenia. Poleganie wyłącznie na pięciu zmysłach w poznaniu świata i działanie w oparciu o tę wiedzę można porównać do budowy domu na piasku – upadek jest mu pisany. Dziecko widzi, jak Słońce pojawia się na wschodzie a następnie jak chowa się za horyzontem na zachodzie. Później, kiedy dorasta, uczy się podstaw o układzie słonecznym i może poczuć dezorientację, zaskoczenie lub wcale nie zrozumieć tej logiki. Musi przyjąć do wiadomości, że nie wszystko zawsze jest takie, na jakie wygląda. Jedynie jasne intelektualne zrozumienie sytuacji i pewna doza ograniczonego zaufania wobec zmysłu wzroku może pogodzić dwie sprzeczne rzeczywistości jednego zdarzenia, jakie ma miejsce przed oczami dziecka. Dziecięce zagubienie zmaleje wyłącznie wtedy, gdy dziecko zaakceptuje i zrozumie fakt, iż Słońce nigdy nie wschodzi ani nie zachodzi oraz że Ziemia krąży wokół Słońca, a nie na odwrót.

Kolejne wyzwanie może pojawić się, kiedy dziecko dowie się, że Ziemia nie jest taka płaska, jak się wydaje, lecz kulista oraz że nie da się dojść na koniec świata, niezależnie od tego, jak długo i jak daleko będziemy wędrować. Zaledwie kilka wieków temu ludzkość wciąż wierzyła, że jeżeli dotrze się do horyzontu, można spaść z krawędzi Ziemi jak z urwiska. Dziś możemy jedynie uśmiechnąć się na takie postrzeganie rzeczywistości. W podobny sposób ktoś żyjący trzydzieści, pięćdziesiąt lat po nas uśmiechnie się, słysząc, jak my postrzegaliśmy rzeczywistość, gdyż to nie będzie już właściwe.

Prawie wszystkie konflikty i zmagania zapisane w historii człowieka opierały się na wierzeniach i przekonaniach zrodzonych z błędnej percepcji sensorycznej. Nawet dziś toczy się wojny o „prawa terytorialne” i „granice narodowe”, które istnieją wyłącznie w umysłach ludzi. Te prawa i granice są jedynie przedmiotami iluzji. Ziemia jest jednością i nie da się jej podzielić na segmenty. Dla większości ludzi prawo własności ziemi i jej uprawy w celu zapewnienia sobie bytu wydaje się czymś naturalnym. Budowa domu, który posłuży za schronienie, przyczynia się do uznania tego terenu za swoje prawo pierworództwa. Jednak w rzeczywistości ten skrawek ziemi został jedynie pożyczony od natury na względnie krótki czas równy istnieniu na Ziemi. Wszystkie tereny należą do planety od milionów lat i żaden dokument nie ma takiej mocy prawnej, aby je odebrać. Konflikty rodzą się nie z wykorzystania terenów, lecz z fałszywej interpretacji, że są naszą własnością.

W związku z tym wierzymy, że wolno nam uprawiać rośliny, lecz zapominamy, że bez naturalnych dostaw ciepła, energii, powietrza, wody i składników odżywczych od ziemi i słońca nie byłibyśmy w stanie wyhodować ani jednego źdźbła trawy. Żadna forma życia nie może istnieć w izolacji, ponieważ wszystko, w tym ludzkie życie, jest ściśle splecione z każdym elementem Ziemi i otaczającego ją wszechświata.

Iluzja sensoryczna, że Ziemia oraz mieszkający na niej ludzie są odrębnymi jednostkami, każe nam pozyskiwać coraz więcej dóbr materialnych, takich jak pieniądze i własności – więcej niż rzeczywiście potrzebujemy. Nagromadzenie bogactwa tworzy iluzję bezpieczeństwa. Mimo to poczucie bez-

pieczeństwa, które opiera się na bogactwie materialnym, nie jest stabilne. Rodzi ciągły strach przed utratą własności, co może wydarzyć się w każdej chwili. Niekiedy nawet ryzykujemy życiem, aby zdobyć więcej lub bronić naszej własności. Kiedy ogień, woda lub niszczące trzęsienie ziemi zrujnuje to, co postrzegaliśmy za naszą własność, być może dopiero wtedy zaczniemy rozumieć, że tak naprawdę nic nigdy nie będzie nasze. Prawdziwe i trwałe prawo własności czegokolwiek istnieje jedynie w świadomym stanie „jedności” z żyjącą Ziemią, co jest jednocześnie stanem ciągłej obfitości i wolności od strachu. W przeszłości konkretne cywilizacje charakteryzowały się taką świadomością jedności. Ich najcenniejszym skarbem była „sztuka harmonii z naturą”, a nie przeciwstawianie się jej. Mędrcy przeszłości pozostawili po sobie ślady świetności, które mogą pomóc nam w ponownym odkryciu esencji naszego istnienia.

## Lekcje z przeszłości

Przez wiele lat ludzie białej rasy traktowali rdzennych Amerykanów Ameryki Północnej, Aborygenów z Australii oraz inne plemiona rozproszone na całym świecie jako rasy niższe z „niekulturalnymi” wierzeniami lub żyjącymi w „niecywilizowany” sposób. W wielu pismach znajdujemy określenia „dzikusy” czy „barbarzyńcy”. Niemniej jednak coraz więcej ludzi skłaniających się ku duchowości oraz naukowców zaczyna rozumieć, że możemy się wiele nauczyć od ich naturalnych sposobów życia. Starożytne kultury Inków, Majów czy też cywilizacja wedyjska dysponowały

o wiele wyższym zrozumieniem natury i stworzenia niż przedstawiono we wszystkich spisanych woluminach o nauce i zaawansowanej technice.

Wydaje się, że nasze zrozumienie fizyki kwantowej ewoluowało na tyle, by dać rozsądne wyjaśnienia tego, w jaki sposób materia współistnieje z energią oraz o ich wspólnym źródle na „jednolitym obszarze” prawa natury, co było początkowo zaproponowane przez Alberta Einsteina. Dzisiejsi czołowi naukowcy opracowali bardzo złożone matematyczne wzory, za pomocą których starają się udowodnić te teorie. Z całą pewnością zasługują na aplauz za swoją nadzwyczajną pracę. Przyczynili się do przełomowego odkrycia, że zarówno my, jak i cały wszechświat, jesteśmy zbudowani z tych samych „rzeczy” i zasadniczo tworzymy jeden ogromny żyjący organizm z różnymi indywidualnymi ekspresjami i aspektami. Mimo to te wyłącznie teoretyczne spostrzeżenia na rzeczywistość życia i wszechświata poległy w próbie uczynienia takiego stanu jedności człowieka i całego namacalnego istnienia, trwałym doświadczeniem. Dla zwykłego człowieka wiedza, że fizyka kwantowa odkryła wspólne pochodzenie całego istnienia nie jest taka ważna. Byłby bardziej zainteresowany praktycznym zastosowaniem mądrości zawartej w takim oświadczeniu.

Wiedza podręcznikowa nie obejmuje mądrości. Rdzenni Amerykanie tymczasem mówili o Wielkim Duchu, który przewodził ich działaniom i pomagał w zrozumieniu i dostrzeżeniu tego, czego oczy i umysł nie potrafiły odkryć. Uważali Wielkiego Ducha za Ojca swoich dusz, do którego powrócą w momencie śmierci fizycznej. Ziemia była ich prawdziwą Matką, gdyż od niej pochodził cały ich pokarm.

Naturalnie przestrzegali praw Ojca i Matki i nie potrzebowali innych zasad nakreślonych przez człowieka. Nie wymagali książek, które nauczyłyby ich fizyki, biologii, chemii czy medycyny. Te starożytne cywilizacje otrzymały pierwszorzędne wykształcenie bezpośrednio od swojego Ojca i swojej Matki.

## Życie zgodnie z prawem

Rdzenni Amerykanie czuli się nierozzerwalnie złączeni z rzekami i strumieniami, które żywiły ziemię i nazywali je strumieniami ze swojej krwi. Wiedzieli, że ich własna krew składała się z „krwi” (wody) Matki Ziemi (96% krwi człowieka stanowi woda, która pierwotnie pochodzi ze źródeł, rzek i jezior; woda w naszej krwi transportuje tysiące odżywczych związków chemicznych i surowców do trylionów komórek organizmu). Jej krew niekiedy „spadała” z chmur, innym razem „wybuchała” z jej łona, „drzemała” w jeziorach lub „szalała” w morzach. Zanieczyszczanie wody uważali za istne szaleństwo, gdyż takie działanie zanieczyściłoby ich własną krew i wywołałoby choroby.

Wszystko, co miało miejsce poza ich ciałem, odczuwali również w swoim wnętrzu. Potrafili przewidzieć nadchodzącą burzę na długo, zanim się pojawiła. Wierzyli, że burza błogosławi glebę ich Ziemi (na skutek wyładowania atmosferycznego azot łączy się z tlenem, a kiedy te związki dotrą do powierzchni ziemi z deszczem, rośliny wykorzystują je jako nawóz). Dla nich gleba nie była martwą materią, lecz pełną energii i podtrzymującą życie zarówno ludzi, jak i zwierząt. Traktowali glebę jak świętość. Nigdy nie przyszło

im do głowy, aby ją zmarnotrawić lub zniszczyć (w zaledwie jednej łyżeczce gleby można znaleźć miliony małych organizmów, które przekształcają pierwiastki chemiczne w składniki odżywcze asymilowane przez organizm człowieka). W późniejszym czasie, kiedy biali odkryli ich ziemię i chcieli ją od nich odkupić, Indianie byli zdumieni, gdyż nie rozumieli, jak można spodziewać się, że sprzedadzą coś, co było ich integralną częścią.

Pożywienie, które dostarczała im Matka Ziemia, było ich ciałem. Fakt, iż stawali się tym, co jedli, był dla nich oczywisty. Kiedy pytam swoich pacjentów chorych na serce, reumatoidalne zapalenie stawów, stwardnienie rozsiane lub raka, czy szukali jakiejś specjalnej porady w kwestii swojej diety, okazuje się, że wielu z nich nigdy nie brało pod uwagę, że pożywienie może mieć coś wspólnego z ich chorobą. Rdzenni Amerykanie natomiast rozumieli, że owoce z drzew i plony z pól sprawiały, że ich ciała były delikatne i zarazem silne. Ich siła fizyczna i witalność – bezpośredni rezultat zrównoważonej i umiarkowanej diety składającej się wyłącznie z naturalnych i świeżych pokarmów – były wyjątkowe.

Oddech Matki Ziemi był *ich* oddechem. Utrzymywał ich ciała w zdrowiu i dawał siłę, lecz musiał być czysty (w powietrzu znajduje się 21% życiodajnego tlenu, azot i inne gazy, w tym mniej niż 1% dwutlenku węgla, który jest „oddechem” roślin; niezrównoważona kompozycja tych ilości wywołana zanieczyszczeniem powietrza niszczy życie komórkowe). Drzewa i rośliny były ich płucami (tylko drzewa i rośliny dają nam tlen). Spędzanie większości czasu na zewnątrz było nie tylko naturalne, lecz również bardzo ważne.

Dla porównania: współczesny przeciętny człowiek spędza większość czasu w budynku.

Słońce, Księżyc i wszystkie gwiazdy na niebie miały głębokie znaczenie. Znajdowali się praktycznie w intymnym związku z gwiazdowym światem. Wiedzieli, że cykle Słońca i Księżyca wpływały na ich plony, wytrzymałość fizyczną i siłę a także ich myśli i uczucia. Starożytni rdzenni Amerykanie nie pragnęli okiełznać natury, ponieważ była ona ich niepokonanym przyjacielem i obrońcą. Nigdy nie traktowali śmierci jak kresu życia. Śmierć była dla nich nowym początkiem.

Indianie nie mieli powodów, by się bać. Nie przywiązywali się do przedmiotów ani nawet do własnych ciał, ponieważ rozumieli, kim są: nieśmiertelnymi istotami w śmiertelnym ciele. Tym, co uderza najbardziej w kwestii ich sposobu wyrażania wiecznych prawd życia, jest ich stabilny spokój i prostota. Kiedy na ich drodze pojawiał się nierozwiązany problem, porzucali hałas życia obozowego, udawali się na szczyt góry i pozostawali tam w ciszy do czasu, aż odkryli rozwiązanie. Ich głęboka cierpliwość dawała im pewność w wiedzy, że na wszystko jest zawsze odpowiedni czas i odpowiednie miejsce. Byli cichymi ludźmi, którzy używali słów mądrze i oszczędnie. Komunikacja zachodziła między umysłami i sercami, bez potrzeby wypowiedzania słów. Każdy był sobie bratem lub siostrą „jednej krwi” i pochodził z jednego źródła.

## Zwrot przeznaczenia

Wraz z kolejnymi pokoleniami głębszy wewnętrzny związek z ich jednoczącym źródłem stawał się coraz mniej wyraźny



i wrażenie jedności z ich Ojcem i Matką stopniowo malało. Coraz silniej gwałcili odwieczne prawa natury, które niegdyś, przez całe wieki, zapewniały im wsparcie dzięki swoim żywiołom: ziemi, wody, ognia, powietrza i eteru. Wkrótce ich wolny duch i spokojna natura poddały się strachowi, złości, pożądaniu i łakomstwu.

Pojawiły się chciwość i konflikty, które przyniosły ludziom nieszczęście i cierpienie. Ziemia nie miała już wyłączności na zaspokajanie ich potrzeb i musieli zacząć szukać nowych środków na podtrzymanie życia. Klimat nie znajdował się już pod ich świadomą kontrolą, dlatego też konieczne stało się zabijanie zwierząt ze względu na ostre warunki pogodowe i słabe plony zbierane w ich następstwie. Wszystko to, co wcześniej tak szczerze darowała im Matka Ziemia, stało się niewystarczające.

Coraz częściej chorowali, gdyż odcięli się od praw natury. Ich opisy chorób były proste i bezpośrednie, mimo to bardzo dokładne i pasujące do opisów dzisiejszych chorób przewlekłych: „Oddech człowieka staje się krótki i zdławiony, pełen bólu i złego zapachu, jak oddech nieczystych bestii (dzisiejsza astma i zapalenie płuc). Jego krew staje się gęsta i pełna złego zapachu, jak woda bagienna; krzepnie i czernieje, jak noc śmierci (dzisiejsze choroby krwi i serca). Jego kości stają się twarde i pojawiają się na nich guzy; rozpływają się w środku i rozpadają na kawałki, jak kamień ciśnięty o skałę (dzisiejsze reumatoidalne zapalenie stawów i osteoporoza). Jego ciało woskowe od tłuszczu i wodniste; gnije i rozkłada się, w odrażających strupach i wrzodach (dzisiejsza otyłość, obrzęki, rak, trądzik i inne choroby skóry). Jego brzuch staje się pełen odrażających brudów, wydziela strumienie zgni-

lizny; a liczne robactwo ma tam swój dom (dzisiejsze zartwardzenie, nagromadzenie toksycznych odpadów, infekcje pasożytnicze). Jego oczy ciemnieją, aż mroczna noc je otacza (jaskra i zaćma prowadzące do ślepoty), a jego uszy blokują się, jak cisza grobowca (głuchota)”. Oddech, krew, kości, mięśnie, jelita, oczy i uszy – wszystkie są darami Matki Ziemi i wszystkie zostały im stopniowo odebrane.

Jednym z największych mędrców Czerwonych Indian był Wódz Seattle. W jego słowach zawiera się ponadczasowy przekaz – wiadomość, która jest być może bardziej odpowiednia dziś niż za jego czasów.

Nauczaj swoje dzieci tego,  
czego my nauczyliśmy własne –  
że Ziemia jest naszą matką.  
To, co spotka ziemię,  
spotka synów i córki Ziemi.  
Gdy człowiek pluje na Ziemię,  
pluje na siebie.

To wiemy.  
Ziemia nie należy do nas;  
my należymy do Ziemi.  
To wiemy.  
Wszystko jest połączone,  
jak krew, która łączy jedną rodzinę.  
Wszystko jest połączone.

To, co spotka Ziemię,  
spotka synów i córki Ziemi.

Nie my utkaliśmy sieć życia;  
jesteśmy ledwie jej pasmem.  
To, co czynimy sieci,  
czynimy sobie.

Wrogowie rasy białej i czerwonej mnożyli się i wykonali ostateczny wyrok śmierci na cywilizacji, która uprzednio sama się wyniszczyła przez utratę jedności z naturalnymi prawami danymi im przez Wielkiego Ducha i Matkę Ziemię.

## Starożytny przekaz

Wszystkie wielkie cywilizacje, które zamieszkiwały niegdyś naszą planetę, należą do przeszłości, nie tylko w kwestii czasu, ale też pamięci. Pozostawiły po sobie rozrzucone po świecie fizyczne dowody na swoje istnienie. Budowle, rzeźby i starożytne zapiski, takie jak wedyjskie księgi sprzed 6000 lat, przypominają nam o ich ogromnej wiedzy i duchowym zaawansowaniu. Pomimo to wyśmiewamy niektóre z ich „dziwaczných” kultów lub to, co dziś uważamy za obrzędy religijne, ponieważ nie rozumiemy ich prawdziwego znaczenia.

Czasy się zmieniły. Żyjemy dziś, a nie w przeszłości naszych przodków, chociaż równie dobrze sami mogliśmy być tymi przodkami w poprzednim życiu. Dziś stają na naszej drodze inne wyzwania i musimy się z nimi uporać z pomocą innych środków. Mimo to jedna ważna wiadomość wydaje się płynąć ku nam z przeszłości, mianowicie: „Podążaj za naturalnymi prawami życia, gdyż w innym razie upadniesz, tak jak my upadliśmy”.

Rdzenni Amerykanie i inne „upadłe” wielkie cywilizacje zapłaciły wysoką cenę za zboczenie z kursu naturalnego prawa. My również płacimy. Stres, choroby i brak prawdziwego dostatku w życiu mogą wskazywać na to, że zapomnieliśmy lub też nigdy nie nauczyliśmy się *jak* żyć. Negatywne zdarzenia coraz częściej dominują w naszym życiu a *błogość* i *prosta radość* są wrażeniami przypisanymi jedynie rzadkim chwilom pojawiającym się raz na jakiś czas. Co jest nie tak w naszym życiu i na świecie? Lub inaczej: Co robimy nie tak? W głębi duszy znamy odpowiedź na to pytanie, gdyż wszystkim nam od samego początku istnienia pisana jest mądrość, zdrowie i dostatek. Potrzebujemy jedynie kogoś, kto potwierdzi to, co już wiemy i komu zaufamy, że to, co mówi, jest prawdziwe.

## Wiara – czy uzdrowia?

Dzisiejsza konwencjonalna medycyna stara się udowodnić to, co jeszcze kilka lat temu wydawało się niemożliwe: wiara, modlitwa i uduchowienie mogą polepszyć zdrowie fizyczne. Od prawie stu lat lekarze i naukowcy próbują usunąć z nauk medycznych wszelkie pozostałości mistycyzmu. Niektórzy naukowcy zaczynają przyglądać się temu, co pomaga pacjentom, gdy uciekają się do duchowości. Ponad dwieście badań wskazuje na związek poprawy zdrowia fizycznego z wiarą, duchowością czy religią. Wyniki te zwróciły uwagę zarówno ogółu populacji, jak i kręgów medycznych.

Badanie przeprowadzone w 1995 roku w Centrum Medycznym Dartmouth-Hitchcock w Stanach Zjednoczonych

wykazało, że spośród 232 pacjentów po operacji serca ci, którzy twierdzili, że czerpią komfort i siłę z wiary religijnej, charakteryzowali się najwyższym wskaźnikiem przeżywalności. Inni znaleźli się w grupie o trzy razy wyższym wskaźniku umieralności. Kiedy członkowie grupy z przekonaniem religijnym otrzymywali wsparcie społeczne podczas wizyt w kościele, ich przewaga wzrosła aż czternastokrotnie w porównaniu z ludźmi odizolowanymi i niewierzącymi.

Inne długoterminowe badania ukazały, że ludzie biorący czynny udział w zgromadzeniach kościelnych charakteryzowali się niższym ciśnieniem krwi, mniejszym przygnębieniem i podenerwowaniem, czterokrotnie niższym wskaźnikiem samobójstw, krótszym czasem rekonwalescencji po operacji bioder i lepszym zdrowiem ogólnym niż osoby, które nie chodziły do kościoła. W badaniach wzięto pod uwagę palenie papierosów i inne społeczno-ekonomiczne czynniki, które mogły mieć wpływ na zdrowie. W jednym badaniu porównano palaczy, dla których religia była bardzo ważnym aspektem życia, z palaczami, którzy nie przywiązywali żadnej wagi do religii. Ryzyko wystąpienia nieprawidłowości w ciśnieniu krwi u osób z pierwszej grupy wynosiło 14 procent, a w drugiej aż 25.

## Czy jesteśmy uduchowieni z natury?

Nowy trend pojawił się, gdy najnowsze badania konsumencie ukazały, że 82 procent Amerykanów wierzy w uzdrawiające moce indywidualnej modlitwy. Niedługo naukowcy porównają te moce uzdrawiania z efektem placebo – uzdra-

wiającą reakcją organizmu wywołaną wiarą w konkretny lek lub terapię. Wiara w kogoś, kto potrafi osiągnąć wszystko, nawet wyleczyć raka, jest intuicyjną wiedzą, że ON lub ONA będą obecni, gdy będziemy ich potrzebować. Jest to tak zwana wiara nieomylna. Modlitwa oznacza zwrócenie na siebie uwagi i skierowanie tej nieskończonej mocy, miłości lub boskiej energii w odpowiednim kierunku. *Układ limbiczny*, charakteryzujący wszystkie naczelnę, odgrywa główną rolę w powstawaniu emocji, przyjemności seksualnej, zakorzenionych wspomnieniach oraz, jak ukazały badania, nawet w doświadczeniach duchowych. Według Rhawna Josepha, neurologa z Centrum Medycznego Palo Alto VA w Kalifornii, umiejętność przeżywania takich doznań ma swoje podłoże w neuroanatomii. Czy w związku z tym jesteśmy uduchowieni z natury?

Poprzez utożsamianie się z czymś więcej niż tylko ciałem i fizyczną rzeczywistością wkraczamy w nieograniczony świat wewnętrznej świadomości. Każdy, kto pozostanie na planecie przez następne 10-15 lat, dozna tej głębokiej zmiany. Wielu z nas już jest w trakcie tego transformacyjnego procesu. Braku nie da się podzielić ani zobrazować w czasie i przestrzeni, gdyż jest wszędzie, również w nas. Stając się świadomym siebie i ducha natury, automatycznie stajemy się uduchowieni. Ciało człowieka nie może funkcjonować bez połączenia z tą najwyższą inteligencją, która kontroluje je w każdym momencie. Niektórzy podchodzą do tego bardzo osobiście i nadają tej sile nazwę Bóg i w ten sposób staje się to ich religijnym doświadczeniem. Inni natomiast czują głębokie połączenie z naturą; tak jakby „wracali do domu”. Głęboko wewnątrz wszyscy jesteśmy uduchowieni z natury,