

A hand is shown holding a smooth, light-colored stone. The stone has the word "DUŠA" written on it in a bold, black, sans-serif font. Below this stone, two more similar stones are stacked. The middle stone has the word "UM" written on it, and the bottom stone has the word "TELO" written on it. The background is a soft, out-of-focus scene with warm, golden light and pinkish-red flowers, possibly bougainvillea. The overall mood is serene and contemplative.

DUŠA

UM

TELO

I.

**ODKLENI
POTENCIALE
TELESA, UMA IN DUŠE
IN ZAŽIVI,
KOT SI ŽELIŠ**

RESNIČNO MERILO
BOGASTVA IN USPEHA
V NAŠEM ŽIVLJENJU JE
KOLIČINA LJUBEZNI, RADOSTI,
NOTRANJEGA MIRU IN ZDRAVJA.

Česa si ta trenutek želiš več v Življenju? Ljubezni, zdravja, obilja, veselja, notranjega miru ...? Neglede na to, kakšno barvo las imamo, kakšno postavo imamo, kje živimo, si vse (in vsi) želimo zelo podobno. Da bi bili zdravi in srečni. Razlikujemo se le po niansah, kaj zame pomenita sreča in zdravje, ter kako si ti predstavljaš svoje zdravje in svojo srečo.

Celo če si že srečna in zdrava, si zagotovo želiš še boljšega počutja. Več! Več ljubezni, več sreče, več zdravja, več obilja. »Več izkušenj, več radosti! Še več Življenja!« To je mantra naše Duše, ki skozi naše doživljanje ekspandira, raste. Neal Donald Walsh, ameriški avtor in duhovni učitelj, najbolj znan po seriji knjig Pogovori z Bogom, pravi, da smo lahko tako srečni in zadovoljni, da smo celo srečnejši od Boga. In kadar smo srečnejši od njega, je on še srečnejši.

EKSPANZIJA SREČE, ZADOVOLJSTVA, LJUBEZNI ... JE NEOMEJENA.

Da, življenje je ustvarjeno za srečo. Mi smo bili ustvarjeni iz sreče in za srečo. In kaj sreča je? Sreča je najvišje stanje ujemanja, je v knjigi Srečnejši od Boga zapisal Neale Donald Walsch, sama pa ta stavek nadgrajujem. **Sreča je najvišje stanje ujemanja s svojo Dušo oz. z božanskim izvorom.** Glagol ujemati se pomeni, da se moramo z nečim oz. z nekom uskladiti. Torej imam zate odlično novico – sreča ni nekaj zunanjega, kar nam pade ali ne pade z neba, kar nam je bilo namenjeno ali nenamenjeno, sreča je nekaj, kar lahko ustvarimo sami, ko se uskladimo z božanskim v sebi. Tako pregovor, da smo sami kovači svoje sreče oziroma smo za svojo srečo odgovorni sami, postane resnica.

SREČA JE NEKAJ, KAR LAHKO USTVARIMO SAMI, KO SE USKLADIMO Z BOŽANSKIM V SEBI.

Veliko let sem iskala čarobno palico ali vsaj čarobnega učitelja, ki me bo rešil. Rešil občutka, da nisem vredna ljubezni, da v svojem telesu in na Zemlji nisem varna oz. da mi bo pokazal pot do sreče. Prav zato sem se pred več kot tridesetimi leti podala na pot raziskovanja Življenja. V tem času sem se udeležila številnih izobraževanj, seminarjev, tečajev in se naj-

prej naučila, da nihče od zunaj nima niti čarobne palice niti čarobne moči zame. Vse imam v sebi. Moč je v tebi, zato je ne predajaj v roke nikogar. Prav ta sposobnost, da ustvarimo vse, kar si želimo, in nam hkrati daje odgovornost za svoje življenje, je odraz božanskosti, katere seme smo. **Vsak od nas, tudi ti, si del Boga, božanske energije, energije vsega, kar je.** Pravzaprav je tvoja Duša njen podaljšek. In tako kot Energija vsega, kar je, nosi v sebi potencial neskončnih možnosti, ima vsemogočno in brezmejno moč, si brezmejna in vsemogočna tudi ti.

Vprašanje je samo, kako ta izjemni potencial prebuditi in uporabiti. Če odklenemo in uporabljamo potencial svojega telesa, smo zdrave in vitalne, če odklenemo in uporabljamo potencial svojega uma, smo zadovoljne, srečne in uspešne. In če odklenemo in uporabljamo potencial svoje Duše, postanemo zavestne kreatorke Življenja. Takrat za nas ni mej, ne obstaja nič, kar ne bi mogle biti, delati ali imeti. Verjamem, da si prebrala že metre knjig na temo sreče in zdravja, kreiranja oz. manifestiranja, se verjetno udeležila tudi mnogih predavanj, seminarjev, morda si že marsikateri nasvet, modrost za lepše, bolj zdravo in polnejše življenje celo preizkusila. Nekateri so delovali, nekateri morda samo delno ali pa sploh ne. In veš, zakaj niso delovali? Ne zato, ker bi številni po svetu, ki učijo univerzalne resnice in zakone, bili v zmoti. Temveč ker samo vedeti in poznati oz. celo razumeti (to, kar vem, poznam, tudi dejansko razumem) ne prinaša sprememb. Če nekaj veš in znaš, še ne pomeni, da si to občutila in doživela. Vedenje je za um, čutenje za telo, doživetje je za Dušo. Spremembe se zgodijo, ko nekaj novega najprej razumemo, nato začutimo in to začnemo dejansko uporabljati. **Naše življenje se v resnici spremeni, ko spremembe doživijo naš um, naše telo in naša Duša.**

Hčerko že od malega učim, da sta za Življenje pomembna samo dva stavka, dva aksioma, dve resnici: **Verjemi vase in zaupaj Življenju.** To polagam na srce tudi tebi. Če verjameš vase, zaupaš svojemu telesu, zaupaš svojim sposobnostim, močem, zaupaš svojemu notranjemu vodstvu, Duši in če verjameš v Življenje, da vedno deluje v tvoje najvišje dobro, zate ni mej, zate je mogoče vse in vse sprejmeš ...

VERJEMI VASE IN ZAUPAJ ŽIVLJENJU.

Da zadostim našemu umu, ki si želi definicij, razlag, primerov in analiz, bom aksioma verjemi vase in verjemi v svoje življenje poskušala razložiti na naslednjih straneh. Razložila ju bom z osnovnimi postulati, temeljnimi resnicami oz. načeli Življenja, v katere ne samo verjamem, ampak vem, da so in da učinkujejo, ker po njih živim in delujem sama. Mnogi po svetu pišemo, učimo, osveščamo o istih univerzalnih zakonih in resnicah, vendar jih vsak predaja na svoj način. Srčno upam, da se bo moj način dotaknil tebe oz. da boš s pomočjo tega vodnika ustvarila nove sinapse oz. možganske povezave, zavestno ustvarila več pozitivnih čustev in lepih občutij v svojem telesu in tako ustvarila zdravo, vitalno telo ter dosegla in izkusila izjemne stvari v svojem življenju. Vse to, kar si želiš in kar si zaslužiš.

Vse potenciale telesa, uma in duše že imaš v sebi, želim te samo spomniti nanje, da jih ponovno odkriješ.

VEDENJE JE ZA UM,
ČUTENJE ZA TELO,
DOŽIVETJE JE ZA DUŠO.
ZA SPREMEMBO POTREBUJEMO VSE TROJE.



NISMO TELO,
KI IMA DUŠO.
SMO DUŠA,
KI IMA TELO
S POTREBAMI IN OBČUTKI.
TELO IMAMO,
DA BI DOŽIVLJALI IN
NABIRALI IZKUŠNJE
ZA DUŠO.

Shirley Maclaine

1 VSE JE ENERGIJA IN ENERGIJA JE VSE

Si več, kot misliš, da si. Si več, kot čutiš, da si. Si bistveno več kot tvoje fizično telo, več kot tvoje misli in tvoj um ... Si brezmejna energija in zavest onkraj časa in prostora. Si del, podaljšek izvorne energije, ki jo ljudje različno imenujemo, čeprav gre za eno in isto energijo, ki je najustvarjalnejša, najinteligentnejša, najbolj kreativna energija. Bog, Kreator, Univerzum, Univerzalna, vseobsegajoča energija, Božanska inteligenca, Energija vsega, kar je, Vir, Vse, kar je, Enost, Duh, Tao, Absolut, Božanska Ljubezen ...² V knjigi na različnih mestih za to brezmejno zavest in energijo, ki je temelj vsega, uporabljam skoraj vse te naštete izraze, mogoče še katerega več. Ker razumem in čutim to njeno brezmejnost in vsemogočnost, ji sama najraje rečem **Potencial neskončnih možnosti**.

² **Bog** – izraz se uporablja v različnih religijah in kulturah kot ime za najvišjo stvarnost, vseprisotno in vsemogoče bitje ali silo. V monoteističnih religijah, kot so krščanstvo, islam in judovstvo, Bog velja za stvarnika vesolja.

Univerzum – vseobsegajoča sila, ki ureja življenje, energijo in kozmične procese. Inteligentna energija, ki deluje s pomočjo naravnih zakonov.

Vir/Izvor – temeljna energija, iz katere vse izvira. Vir simbolizira brezmejno zavest in energijo, ki je temelj vsega obstoja.

Božanskost – božanska sila ali energija, ki prežema vesolje in se izraža v vsem, kar obstaja.

Vse, kar je – vse izhaja iz ene same energije ali zavesti in vse je povezano.

Potencial neskončnih možnosti – najinteligentnejša, vsemogočna sila, ki je v svojem bistvu Potencial neskončnih možnosti.

Enost (Oneness) – vse v vesolju je med seboj povezano in izhaja iz enega vira.

Duh (Spirit) – ta izraz se uporablja v mnogih religijah in duhovnih tradicijah za opis neotipljive energije ali esence, ki prežema vse stvari. Pojem duha pogosto vključuje ideje o večnosti, svetosti in transcendentnosti.

Tao (Dao) – vseobsegajoča sila, pot ali naravni red vesolja. Tao ni mogoče popolnoma definirati, saj presega besede in misli, vendar uravnava tok energije in naravni ritem življenja.

Kozmična zavest – izraz opisuje idejo univerzalne, vseobsegajoče zavesti, ki obstaja onkraj individualnega jaza. Povezana je s konceptom vesoljne inteligence, ki usmerja in povezuje vse stvari.

Absolut – v filozofskih krogih ta izraz označuje najvišjo resničnost, ki je popolna, večna in neomejena. Absolut se uporablja za opis neosebne, vseprisotne energije ali zavesti.

Velika skrivnost (Great Mystery) ali **Velika mati (Great Mother)** – nekatere avtohtone kulture (npr. severnoameriški Indijanci) opisujejo nedefinirano, vseprisotno moč, ki prežema vesolje. V številnih starodavnih kulturah se za opis energij narave, plodnosti in ustvarjalnosti, uporablja izraz Velika mati, ki simbolizira univerzalno maternico, iz katere vse izvira.

Božanska Ljubezen (Divine Love) – univerzalna energija kot čista Ljubezen, ki prežema vse in je temeljna sila vesolja.