

NASLOV ORIGINALA:

Gordana Biernat

Know the Truth: *Why Knowing Who You Are Changes Everything*

Copyright © 2017 by Gordana Biernat

Originally published in 2017 by Hay House UK Ltd

Za izdanje na srpskom jeziku © Publik praktikum 2019

ZA IZDAVAČA:

Marko Sabovljević

GLAVNI I ODGOVORNI UREDNIK:

Marina Sabovljević

UREDNIK IZDANJA:

Milica Simić

PREVOD:

Milica Simić

LEKTURA I KOREKTURA:

Jevrem Živanović

DIZAJN KORICE:

Siniša Subotić

ŠTAMPA:

Alpha print, Zemun

TIRAŽ:

1000

IZDAVAČ:

Publik praktikum

Dobrovoljačka 10/I, Zemun

office@publikpraktikum.rs

011/4202 544; 011/4202 545

Sva prava su zadržana. Nijedan deo ove knjige ne sme se kopirati ni prenositi u bilo kom obliku ili bilo kojim sredstvima, elektronskim ili mehaničkim, uključujući fotokopiranje, snimanje ili bilo koji sistem za skladištenje i pretraživanje informacija, bez pismenog odobrenja izdavača.

GORDANA BIERNAT

Istina
je u
vama

HARMON**IA**

SADRŽAJ

<i>Izjave zahvalnosti</i>	9
<i>Uvod</i>	11
<i>Kako koristiti ovu knjigu</i>	15
<i>Moje istine koje delim s vama</i>	16
<i>Sinhronicitet</i>	20

Deo 1: Zašto znanje o tome ko ste menja sve

Ko sam ja? Zašto sam ovde?	27
Vaša tačka moći	30
„Tajno” znanje	32
Misliti i znati	34
Sve je svest	36
Frekvencija i VI	39
Želja i VI	44
Realnost, manifestacija i VI	49
Vi ste savršeni onakvi kakvi ste	53

Deo 2: Zašto razumevanje vašeg mesta u vremenu i prostoru menja sve

Jednost	57
Postojite samo VI	59
Veo zaborava	60
„Ovde unutra” i „tamo spolja”	63
Vi ste važni!	66
Dilema kako opisati JEDNO	67
Proticanje večnog vremena	69

Deo 3: Zašto razumevanje prirode vaših misli menja sve

Misli su važne	73
Uverenja	74
„Savitljiva” priroda vaših uverenja	76
Ego	80
Ostanite kreativni i otvoreni	83
Negativnost i životna borba	85
Briga i sanjarenje	89

Deo 4: Zašto pronalaženje vašeg toka menja sve

Promena je jedina konstanta	95
Promena je vaše prirodno stanje postojanja	99
Radite ono što VI volite	102
„Pravo” znanje	104
Urođena prava, slobode i potrebe	105

Deo 5: Zašto razumevanje prirode straha menja sve?

Šta je strah?	109
Vi ste stvarni. Strah nije	111
Pretvorite strah od odbacivanja u moć	114
Strah je lažov	117
Negativnost i <i>izvor</i>	118
Dodite bliže	122

Deo 6: Zašto je mašta vaše oruđe za kreiranje?

Izvor kreativnosti	125
VI ste kreativni	128
Kreativnost je jednaka hrabrosti	130

Deo 7: Zašto je SADAŠNJI trenutak vaša tačka moći

SADAŠNJI trenutak i iluzija vremena	135
Sećanja	139

Promenite svoju prošlost	141
Odredite svoju nameru	145
Ja sam	148

Deo 8: Zašto je Bog = VI

Šta je BOG?	151
Ko ste VI?	152
Umirući bogovi i boginje	153
Zašto je važno da znate ko ste VI	154
VI u odnosu prema drugima	155

Deo 9: Zašto je VI = Ljubav

VI ste LJUBAV	159
VI ste JEDNO koje sija	162
Savršene nesavršenosti	166
VI ste svoje najveće preimućstvo	168

Deo 10: Zašto ste VI tačka kreativne manifestacije

VI ste onaj koji zamišlja	173
Prepreke	180
Seme misli	182

Deo 11: Zašto ste VI odgovorni za svoju realnost?

Raj ili pakao? Izbor je vaš	187
VI i vaši „demoni”	190
Vaš svet i „realni” svet	193
Radnik ili kreator? Vi birate	197
Vaš „prerušeni Buda”	201
Kreativna strana odgovornosti	208
<i>O autorki</i>	215

Izjave zahvalnosti

1

*Deca vide magiju tamo
gde odrasli traže logiku.*

Mom sinu Hubertu:

Tvoja sposobnost da deliš bezuslovnu ljubav sa svim svesnim bićima podstiče me da imam „više” misli i dovodi u direktnu komunikaciju s čistotom moje duše. I samo tvoje prisustvo kraj mene povezuje me s onim *ko* sam zaista. Time što sam tebi majka, otkrivam svoje istinsko sopstvo. Hvala ti što si me pustio u svoj divni svet.

2

*Kad pogledam u tvoje oči,
pronazlim svoje najlepše sopstvo
TI i JA smo JEDNO.*

Mom suprugu Gregoru:

Tvoj opušteni stav prema životu i tvoja usredsređenost na radosne aspekte postojanja podsećaju me zašto je moja duša pustila koren u ovoj fizičkoj realnosti. Ti me podstičeš da dopustim da osećaj zadovoljstva zbog toga što živim u ovom prostoru i vremenu izbija iz mene. Kad se moj „kompas” poremeti, tražim tebe. TI si moja Severnjača. Pored tebe je sve moguće. Hvala ti što si zajedno sa mnom kokreator ove realnosti.

3

*Svako od nas je priča
koja se razvija.*

Šeri Salata:

Dugujem ti večnu zahvalnost zbog toga što si verovala u mene – i zbog toga što si me inspirisala da sanjam još veće snove i razvijam se izvan svoje zone udobnosti. Ti si izvor mešavine radosti i moći.

4

*Znanje o tome ko ste
menja svet.*

Opri Vinfri:

Hvala ti što si u meni prepoznala *Super Soul* učitelja i što si me uvrstila u svoj neverovatni tim *Supersoul 100*. Zajedno, podižemo svesnost u svetu.

5

*Kad izaberemo da vidimo
ono najbolje u drugima,
podsećamo ih na to
ko su oni zaista.*

Mom „plemenu” iz izdavačke kuće *Hej haus*:

Hvala Mišel Pajli, Ejmi Kiberd, Tomu Kolu, Džuli Oton, Dajen Hil, Džou Besrdžisu i Debri Volter što su videli ono najbolje u meni i kokreirali mesto u vremenu na kojem se moja knjiga manifestovala. Pokazali ste mi da se uvek isplati sanjati velike snove.

6

*Vi ste odvažni
i kod vas je ključ
kojim otvarate svoje srce
i oslobađate sebe.*

Hvala vam, dragi čitaoci i tragaoči za istinom, što ste pustili moje misli u vašu realnost. Ako se zahvaljujući sinhronicitetu i sreći dogodi da vas ugledam dok sedite i čitate moju knjigu, dopustite mi da sednem pored vas. Volela bih da čujem šta mislite.

Uvod

Ova knjiga nastala je na donekle neobičan način. Bez obzira na to što sam je „držala” u svom srcu otkako znam za sebe, reči i rečenice nisu mi uvek bile jasne. Kad bih sklopila oči, mogla sam da prelistavam stranice knjige u svom umu i gotovo da pročitam naslove poglavlja. Ponekad sam čak mogla da osetim dodir korica i težinu knjige u ruci.

Ipak, ma koliko da sam pokušavala, nisam mogla da vidim tačno reči u njoj. Pisanje knjige delovalo mi je kao otvaranje kapije koja vodi ka mom unutrašnjem sopstvu, dopuštajući spoljašnjem svetu da uđe kroz nju. Ranjivost izazvana tom mišlju i strah od toga da ću se osećati kao da sam „širom otvorena”, činili su reči i rečenice mutnim, uskraćujući mi radost toga da podelim svoje misli s drugima u kompletnoj formi knjige.

Jednog dana moj muž pokazao mi je komad papira na kojem se nalazio pasus teksta. Prepoznala sam ga kao sopstvene reči, ali nisam mogla da se setim kad sam ih napisala. Razlog zašto su mi te reči bile nepoznate bio je taj što je on uzeo osam mojih tvitova i spojio ih, stavljajući ih jedan za drugim, stvorivši na taj način pola stranice teksta. (Tvitovi su kratke poruke koje se šalju na „tviteru”, društvenoj mreži – *Twitter.com*. Moje korisničko ime na „tviteru” je @Mypowertalk.)

Ono što je bilo čudno jeste to što sam te tvitove napisala i poslala nezavisno jedan od drugog, u razmaku od više dana pa čak i nedelja, ali oni su se savršeno uklapali i imali smisla. Izgledalo je kao da sam napisala ceo taj pasus u jednom dahu.

Tada mi je sinulo da je razlog zašto nisam mogla da „vidim” u svom umu reči u knjizi bio taj što sam ih tražila na „pogrešnom” mestu. One su bile upravo tu... ispred mene. Shvatila sam da je moja knjiga

Istina je u vama već napisana i da sam ja to učinila – samo u „komadima” od 140 slovnih znakova na „tviteru”.

Kad je strah od toga da ću se osećati ranjivo postao jači od radosti da ću podeliti s drugima moje važne poruke, univerzum je uskočio i, kao i obično u mom životu, uradio svoju „stvar”. Gledajući reči na tom parčetu papira koje mi je dao muž, shvatila sam lepotu te sinhronicističke sile u onom što univerzum radi. Ponekad, kad ne učinimo ono što smo došli ovde da uradimo, on to obavi za nas u tišini radeći kroz nas.

O čemu je ova knjiga

Istina je u vama je inspirativna knjiga zasnovana na mojim jasnim i osnažujućim tvitovima o tome ko smo i zašto smo ovde.

Kad sam počela da delim svoje uvide na „tviteru”, bila sam zapanjena time koliko su bili u rezonanci s ljudima iz različitih kultura, religija, godišta i pola. Danas, kad imam više od 300 000 pratilaca na „tviteru”, volim što me je on povezao s ljudima koji su na istom putu kao ja – mi podižemo svest tražeći svoju istinu.

Pišu mi čitaoci iz celog sveta, deleći sa mnom svoje priče o tome kako im moje vođstvo pomaže svakog dana i kako koriste moje poruke na „tviteru” da bi lakše doneli neku važnu odluku, smirili se pre nekog govora, pripremili za neki sastanak ili samo da bi se uskladili sa svojim istinskim sopstvom. Pitajući: „Na šta sada treba da se fokusiram?” ili „Šta je moja poruka za danas?” ili „Šta Gordana ima da kaže?” oni puštaju da ih sinhronicitet mojih poruka s „tvitera” vodi i pomaže im.

Ova knjiga predstavlja produžetak toga i osmišljena je tako da to isto radi za vas. U okviru njenih kratkih poglavlja pronaći ćete „istinite misli” označene brojevima, koje su zasnovane na mojim originalnim tvitovima. Svaka numerisana istinita misao predstavlja iskaz koji vas ponovo povezuje s univerzalnim istinama o tome ko smo, zašto smo ovde i važnosti toga da se setimo svog istinskog sopstva. Istinite misli prati tekst koji ih objašnjava i ide dublje – pojačavajući, objašnjavajući i proširujući njihovo značenje.

Informacije sadržane u istinitim mislima – i između njih – daće vam osećaj spokoja zato što one „imaju smisla” u donekle besmi-slenom i duhovno odvojenom svetu. U ovom dobu beskrajnog pro-toka informacija, koje pristižu sa svih strana, većina nas traži mo-mentalnu vezu s nečim što nam intuitivno deluje kao da je istina.

Jedan pogled – to je sve što smo spremni da mu damo. Kao da intu-itivno znamo da je zapravo potrebno nekoliko kratkih sekundi da bismo se ponovo povezali sa svojom unutrašnjom istinom. Zašto je to tako? Zato što istina nikada nije komplikovana niti iracionalna. Istina uvek deluje lako i ispravno.

7

*Stavite ruku
na SRCE.
Osetite kako kuca.*

*Ono je DAR od Boga.
Slušajte ga.*

*Ono će vam uvek
reći ISTINU.*

Istina ima sposobnost da promeni našu unutrašnju emocionalnu frekvenciju i kao rezultat toga da izmeni našu spoljašnju realnost. Za to nije potrebno da uložimo bilo kakav napor. Sve što treba da učinimo jeste da je pustimo u svoju realnost kao misao, uverenje ili postupak.

Knjiga *Istina je u vama* pomoći će vam da se ponovo povežete s onim ko ste zaista – sa samom suštinom vašeg bića, s vašom naj-dubljom istinom. Ona se neće obraćati vašim uslovljavanjem na-učenim uverenjima, već ljudskom biću u vama. To će činiti na brz i jasno definisan način, pomažući vam da se setite svoje urođene veličine i istog trenu poboljšavajući kvalitet vašeg svakodnevnog života.

Želim da prenesem svoju poruku na najotvoreniji, najsažetiji i najdirektniji način, ali ne čineći je pritom previše prostom i jednostavnom. Jasnost i preciznost svake istinite misli pomoći će vam da „ne sumnjate”, a to često ubrzava proces ponovnog povezivanja s moćnim *izvorom* koji smo svi mi.

Kako koristiti ovu knjigu

Istina je u vama može da se pročita od korica do korica ili može da se koristi kao oruđe – odnosno kao vaše sredstvo za proricanje – da biste prizvali sinhronicitet na svoj *zahtev*. Ako imate neko nerazrešeno pitanje ili vam je potrebno da dobijete vođstvo od svog višeg sopstva, samo upitajte: „Šta je to što treba da znam ovog trenutka? Koja je poruka za mene?”

Pomislite na neki broj između 1 i 231 i pogledajte koja je istinita misao povezana s tim brojem koji ste izabrali. S obzirom na to da je broj koji ste izabrali nasumičan, ta istinita misao predstavlja „značajnu koincidenciju” koja je sinhronicistički povezana s vama i koja odražava vaše trenutno stanje srca.

Sve istinite misli u ovoj knjizi imaju jedan jedini CILJ – da vam pomognu da izoštrite svoju percepciju sebe podsećajući vas ko ste zaista, šta je potrebno da znate u ovom trenutku i šta treba da radite u određenoj situaciji ili u vezi s nekom preprekom s kojom se suočavate.

Vaše misli određuju vaša buduća iskustva. Da biste promenili svoju budućnost, morate najpre da promenite svoje trenutno raspoloženje, misli i emocije. Svet koji se nalazi „izvan” vas predstavlja ogledalo vašeg uma. Koristite to ogledalo da biste promenili svoju buduću „sliku”.

Moje istine koje delim s vama

8

*Najveći uticaj na to kako se vaš život odvija
nema ono što kažete naglas,
već ono što MISLITE kad ste sami.*

Bez obzira na to što smatram sebe društveno interaktivnom osobom, kao dete sam bila veoma usamljena. Na neki način, moje misli o *mom* svetu dovodile su do toga da budem odvojena od tog „realnog” sveta „spolja”. Što sam više pokušavala da se prilagodim tom „realnom” svetu, činilo se da sam tim dalje bila od stvarne *sebe*.

Moji pokušaji da prilagodim to ko sam da bih se uklopila i pripadala delovali su čudno i neobično i često sam birala da pobegnem od „realnog” sveta tako što bih uronila u „bezbedni” svet u sebi. Uvek je moj pogled na život bio duhovne prirode, ali tokom detinjstva sve misli i pitanja postojali su samo u potpunoj tišini u mojoj glavi. Osećala sam da tu mogu da budem ono što jesam. Bez nesporazuma. Bez kritike. Bez straha.

Razlog zašto sam uvek najviše volela sopstveno društvo – i stalno birala svoj usamljeni i tihi unutrašnji svet – ne može se objasniti psihološkim terminima i uobičajenim frazama koje su koristili odrasli u mom detinjstvu pokušavajući da objasne moje ponašanje, kao što su: „Ona je introvertna” ili „Ona je samo stidljivo dete”. Ako želimo da zaista shvatimo svoju prošlost, moramo da je pogledamo iz više i šire perspektive.

Moje duhovno sopstvo je – imajući za to dobar razlog – izabralo da se rodi kao devojčica u intelektualno i emocionalno gruboj sredini u kojoj su deca i žene imali malo ili čak nimalo prava da govore. S emocionalno nedostupnim a istovremeno veoma dominantnim

ocem i izuzetno pokornom majkom, u mom detinjstvu su ludilo i strah išli ruku pod ruku, stvarajući realnost ispunjenu brigama i emocionalnim bolom.

Umesto da tražim sreću i radost u svom životu, izbegavanje straha postalo je moj način ulaženja u interakciju s mojom spoljašnjom realnošću. Postoji velika razlika između ova dva puta kojima se ide kroz život: tražiti sreću znači verovati sebi i uvek slediti ono što u nama izaziva uzbuđenje, bez obzira na sve. Izbegavanje straha je potpuno suprotno tome: to znači zatvoriti se i ignorisati svoje istine i uverenja zbog nekog drugog, a sve to samo da biste bili voljeni i prihvaćeni.

Kao dete nisam bila u stanju da osetim razliku između ova dva puta. Sem toga – i što je još važnije – nisam shvatala da postoji mogućnost izbora. Jednostavno sam samo reagovala na moju mučnu spoljašnju realnost izbegavajući je i tražeći svoju istinu, radost i mir unutar sebe.

Kasnije u životu shvatila sam da je to predstavljalo dobar razlog zašto je moje više sopstvo izabralo „ružno” okruženje u mom detinjstvu. To što sam rođena u disfunkcionalnoj porodici ne samo što mi je dalo priliku već me je bukvalno nateralo da u tišini istražujem svoju unutrašnju istinu. Dakle, već kao veoma mala znala sam da sam ja sama jedina osoba s kojom mogu da razgovaram o svojim mislima o realnosti i „tkanju” univerzuma. To je u suštini značilo da je u svakom „razgovoru” postojalo troje „učesnika”: moje fizičko sopstvo (fizički um), moj duh/duša i moje JA koje je *sve što jeste*.

Sve što jeste može da se zameni s bilo čim što je u skladu s vašim uverenjima. Za mene su *sve što jeste* i Bog isti koncepti, ali više volim da koristim termin '*sve što jeste*' zato što smatram da je on manje višeznačan i da nije toliko nabijen inherentnim značenjem kao reč 'bog'. To o čemu govorim je beskrajna svest koja prožima i sadrži sve što je *bilo*, što *jeste* i što će ikada *biti*. Vernik bi to nazvao Bogom. Duhovna osoba bi o tome govorila kao o *izvoru*. Naučnik bi to definisao kao kvantno polje koje sadrži sve u stanju stalne mogućnosti. Neki bi to označili kao univerzum.

Što se mene tiče, ja volim da to nazivam *sve što jeste*. Po meni, sve ove „etikete” predstavljaju samo različite nazive za jednu istu

stvar – beskrajnu svest koja bezuslovno prihvata i podržava naše postojanje.

Neverovatno je koliko usamljenost može da vas podstakne da postavljate pitanja, a onda natera da strpljivo u tišini čekate da dobijete odgovore iznutra. Pred odlazak na spavanje provodila bih sate zamišljajući stvari i istražujući svoju unutrašnju realnost.

Jedne noći, dok sam ležala u krevetu, sklopila sam oči i zaista se trudila da pokušam da zamislim poslednju zvezdu na „kraju” univerzuma. Ipak, ma koliko da sam u svom umu lutala tamo-amo po univerzumu, nisam nikako mogla da pronađem krajnju ivicu. Sve što sam mogla da vidim bile su sjajne zvezde.

Svaki put kad bih pomislila da sam stigla do „ivice”, u potiljku bih osetila neobičnu senzaciju i univerzum u mom umu bi se proširio, rađajući milione novih zvezda i galaksija. Moja mašta je beskrajna, pomislila sam, tako da bi možda „stvarno” noćno nebo moglo da mi pruži bolji odgovor. Trebalo bi da je „stvarni” svet precizniji, zar ne?

Ustala sam i pogledala kroz prozor spavaće sobe u mračno nebo ispunjeno sjajnim zvezdama. Tada mi je sinulo. Sklopila sam oči – zvezde. Ponovo sam ih otvorila – zvezde. Shvatila sam da ne postoji razlika između misli „u” mojoj glavi i stvarnosti „izvan” nje. Bez obzira na to šta bih učinila, nebo je ostajalo mračno, a zvezde su i dalje sijale. I koliko god daleko da sam gledala, nisam mogla da pronađem „kraj”.

Kada mi je bilo 11 godina, postala sam svesna da su u suštini „unutra” i „spolja” jedno isto. Mogla sam da „vidim” zvezde i univerzum čak i sa sklopljenim očima zato što su moje misli i tkanje univerzuma načinjeni od iste „stvari”.

Ono što sam iskusila bila je univerzalna eterična istina koja je promenila i mene samu i način na koji sam doživljavala sebe. To je za mene bio značajan trenutak koji mi je u telu izazvao osećaj bockanja i „spoznajе” istine.

Načinila sam svoj prvi *svesni* korak ka unutra i započela, iz te perspektive, životnu pustolovinu istraživanja granica onoga što deluje

Moje istine koje delim s vama

kao da se nalazi „spolja”. U to vreme bio je to moj skriveni pogled na stvarnost zato što to nisam mogla da podelim ni sa kim. Sada biram da proširim svoje istine i granice svog univerzuma time što to delim s vama.