

NASLOV ORIGINALA:

Joe Dispenza

Becoming Supernatural: *How Common People Are
Doing the Uncommon*

Copyright © 2017 Joe Dispenza

Published in 2017 by Hay House Inc. USA

Za izdanje na srpskom jeziku © Publik praktikum 2024

ZA IZDAVAČA:

Marko Sabovljević

UREDNIK:

Marina Sabovljević

PREVOD:

Milica Simić

LEKTURA I KOREKTURA:

Lidija Cenić

ŠTAMPA:

Alpha print, Zemun

TIRAŽ:

1.000

IZDAVAČ:

Publik praktikum, imprint Harmonija

Dobrovoljačka 10/I, Zemun

office@publikpraktikum.rs

011/4202 544; 011/4202 545

GODINA IZDANJA:

2024

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, uk-
ljučujući foto-kopiranje, snimanje ili bilo koji sistem
za skladištenje i pretraživanje informacija, bez pi-
smenog odobrenja izdavača.

OSTVARI SVOJE NEOGRANIČENE SPOSOBNOSTI



DR DŽO DISPENCA

HARMONNIJA

*Za mog brata Džona,
koji je uvek bio istinski mistik*

SADRŽAJ

Predgovor	9
Uvod	13
1. Otvaranje vrata natprirodnom.	29
2. Sadašnji trenutak	56
3. Usklađivanje s novim potencijalima u kvantnom polju . . .	91
4. Blagosiljanje energetskih centara.	115
5. Preuslovljavanje tela u novi um	143
6. Prikaz slučajeva: živi primeri istine	173
7. Inteligencija srca	184
8. Filmovi uma/kaleidoskop.	208
9. Meditacija u hodu.	235
10. Prikaz slučajeva: učinite to realnim	244
11. Prostor-vreme i vreme-prostor	250
12. Epifiza	286
13. Projekat koherencije: stvaranje boljeg sveta	318
14. Prikaz slučajeva: ovo bi se moglo i vama desiti	337
Pogovor	347
Zahvalnice	353
Napomene	357
O autoru.	365

PREDGOVOR

Tokom ljudske istorije bilo je izveštaja o običnim ljudima koji su doživljavali iskustva koja ih katapultiraju preko granica onoga što se smatra mogućim. Počevši od nekoliko stotina dugog životnog veka Li Čing-Juena, majstora borilačkih veština, čiji je 256 godina dug život počeo 1677. i uključivao 14 žena i više od 200 dece pre nego što je umro 1933. godine, pa do bezbroj spontanih isceljenja koje je dokumentovao „Institut no-etičkih nauka” (IONS) i 3.500 referenci iz više od 800 časopisa na 20 jezika, dokazi nam jasno pokazuju da nismo ono što nam je govoreno u prošlosti već smo i više nego što smo sebi dopustili da pomislimo.

Kako danas prihvatanje proširenog ljudskog potencijala uzima sve više maha, pitanje se pomerilo sa: „Šta je moguće u našem životu?” na: „Kako da to učinimo? Kako da probudimo naš izuzetni potencijal u svakodnevnom životu?” Odgovori na ova pitanja čine osnovu knjige *Ostvari svoje neograničene sposobnosti: Kako obični ljudi rade čudesne stvari*.

Dr Džo Dispenca je doktor, naučnik i savremeni mistik. On je čovek koji sintetiše informacije i poseduje viziju koja se proteže izvan granica jedne naučne discipline. Prikupljajući informacije iz različitih oblasti nauke, kao što su epigenetika, molekularna biologija, neuro-kardiologija i kvantna fizika, Džo prelazi tradicionalne granice koje su u prošlosti razdvajale naučno mišljenje i ljudsko iskustvo. Čineći to, on otvara vrata odvažnoj novoj paradigmi samoosnaživanja – načinu razmišljanja i življenja zasnovanog na onome što osećamo da je moguće u našem životu, kao i na onome što prihvatamo kao naučnu činjenicu. Ova nova granica ostvarenog potencijala redefiniše šta znači biti potpuno realizovan čovek,

a to je onaj koji je razvio sve svoje sposobnosti. Ovo je granica koja svima nama daje nadu, počevši od domaćica, studenata i kvalifikovanih radnika, pa do naučnika, inženjera i zdravstvenih radnika.

Razlog za toliko široku prihvaćenost Džooovog rada danas jeste što je on ravan dokazanom modelu koji su vekovima uspešno koristili drevni učitelji radeći sa svojim učenicima. Koncept ovog modela je jednostavan – kada direktno iskusimo postojanje većeg potencijala, to nas oslobađa i omogućava nam da prihvatimo taj potencijal u svom svakodnevnom životu. Knjiga koju držite u rukama prvi je priručnik ove vrste koji radi upravo to: vodi nas korak po korak do ostvarivanja našeg najvećeg potencijala kada su u pitanju naše telo, zdravlje, odnosi sa drugima i ostvarivanje životne svrhe, i pruža nam mogućnost da se na tom putovanju krećemo sopstvenim tempom.

Lično sam na zidovima pećine na tibetanskoj visoravni video kako je ovaj model koristio jedan od velikih jogi učitelja iz prošlosti da bi se njegovi učenici oslobodili svojih ograničavajućih uverenja. Zaostavština njegovog učenja traje i danas, sačuvana na zidu pećine koja je ovom učitelju, koji je živio pre osam stotina godina, bila i dom i učionica.



U proleće 1998. vodio sam ljude na grupno hodočašće na zapadni Tibet. Naša maršruta nas je vodila direktno do udaljene pećine pesnika, mistika i jogija iz 11. veka Ujetsuna Milarepe, u njegovo vreme poznatog kao Milarepa.

Prvi put sam čuo za ovog legendarnog jogija kao učenik mistika Sika, koji je postao moj učitelj joge osamdesetih godina prošlog veka. Godinama sam proučavao misteriju koja okružuje Milarepin život – kako je poticao iz privilegovane porodice, a ipak odlučio da se odrekne svih svojih ovozemaljskih poseda; brutalne i tragične okolnosti koje su dovele do toga da u okruženju masovnog nasilja izgubi porodicu i voljene osobe i kako su njegova osveta, kao i patnja dovele do toga da se povuče na visoke obronke Himalaja, gde je otkrio svoj izuzetni potencijal kao posvećeni jogi. Želeo sam da lično vidim mesto na kojem je Milarepa prevladao zakone fizike da bih sebi i svojim učenicima pokazao da smo u svom životu ograničeni samo granicama sopstvenih uverenja. Devetnaest dana nakon početka putovanja dobio sam priliku za to.

Nakon što sam se prilagodio jednocifrenoj vrednosti vlage u vazduhu i nadmorskoj visini višoj od 4.500 metara, našao sam se na mestu na kojem je stajao Milarepa pred svojim učenicima pre 800 godina. S licem udaljenim samo nekoliko centimetara od zida pećine, zurio sam pravo u nerešenu misteriju koju savremeni naučnici nikada nisu uspjeli da objasne ili ponove. Upravo na tom mestu Milarepa je najpre stavio svoj dlan na stenu u visini ramena, a zatim nastavio da gura dalje u zid ispred sebe, kao da stena ne postoji! Kada je to učinio, kamen pod njegovim dlanom postao je mek i fleksibilan, i popustio pod pritiskom. Rezultat je bio savršeni otisak jogijeve ruke načinjen u steni da bi njegovi učenici, kako tada tako i tokom narednih vekova, mogli da ga vide. Kad smo usmerili lampe prema zidovima i tavanici pećine, ugledali smo još otisaka šake koji jasno pokazuju da je Milarepa ovu demonstraciju uradio više nego jednom.

Dok sam širio prste i stavljao svoj dlan u otisak, osetio sam kako zauzimaju isto mesto kao i jogijevi, u istom položaju koji je njegova šaka zauzela pre osam vekova. Otisak je toliko savršeno odgovarao mom dlanu da je svaka sumnja u njegovu autentičnost odmah nestala. Taj osećaj je u meni izazvao poniznost i istovremeno me nadahnuo. Odmah su mi se misli okrenule ka samom čoveku. Želeo sam da znam šta mu se dešavalo kada je dodirnuo stenu. Šta je mislio? I možda još važnije, šta je osećao? Kako je to učinio prkoseći „zakonima“ fizike koji nam govore da šaka i stena ne mogu zauzimati isto mesto u isto vreme?

Kao da mi čita misli, naš tibetanski vodič je odgovorio na moja pitanja pre nego što sam ih i postavio. „Gešeova [veliki učitelj] meditacija uči nas da je on deo stene i da nije odvojen od nje. Stena ga ne može zadržati. Za gešea, ova pećina predstavlja mesto iskustva, a ne barijeru koja ga ograničava. Na ovom mestu je slobodan i može da se pomera kao da stena ne postoji.“ Ove reči vodiča su imale savršenog smisla. Kada su Milarepini učenici videli da njihov učitelj postiže nešto za šta su uobičajena uverenja govorila da nije moguće, suočili su se u svoje vreme sa istom dilemom s kojom se svako od nas suočava danas kada odlučimo da se oslobodimo sopstvenih ograničavajućih uverenja.

Dilema je sledeća: shvatanje sveta koje su prihvatili porodica, prijatelji i društvo u vreme Milarepe i njegovih učenika govorilo im je da postoje granice i ograničenja. Ovo je uključivalo uverenje da je zid pećine barijera ljudskom telu. Ipak, kad je Milarepa gurnuo

svoju šaku u stenu, pokazao je svojim učenicima da postoje izuzeci od tih „zakona”. Ironija je u tome što su oba načina gledanja na svet potpuno ispravna. Svaki od njih zavisi od načina na koji odlučimo da razmišljamo o sebi u datom trenutku.

Dok sam pritiskao dlanom otisak koji je jogi pre toliko mnogo vremena načinio za svoje učenike, zapitao sam se: „Jesmo li i mi danas u svom životu limitirani istim ograničavajućim uverenjima kao i Milarepini učenici u njegovo vreme? I ako je tako, kako da probudimo moć da prevaziđemo sopstvena ograničavajuća uverenja?”

Otkrio sam da kada je nešto istina u životu, ta se istina pokazuje na mnogo načina. Zbog toga ne čudi što naučna otkrića do kojih je Džozo došao u svojim istraživanjima vode do istog zaključka do kojeg su Milarepa i mistici došli u prošlosti tokom vekova – da univerzum „jeste” onakav kakav jeste, naša tela „jesu” takva kakva jesu, a okolnosti našeg života postoje takve kakve su zbog naše svesti i načina na koji mislimo o sebi u svom svetu. Podelio sam s vama priču o Milarepi da bih ilustrovao ovaj naizgled univerzalni princip.

Ključ njegovog učenja je sledeći: kad sami iskusimo ili svedočimo dok se to nešto dešava nekom drugom za šta smo do tada verovali da je nemoguće, oslobađamo se svojih uverenja i prevazilazimo ograničenja u sopstvenom životu. Upravo iz tog razloga, knjiga koju sada držite u rukama ima potencijal da promeni vaš život. Time što vam pokazuje kako da prihvatite svoj budući san kao svoju trenutnu stvarnost i da to učinite tako da vaše telo veruje da se to dešava „sada”, ona vam pomaže da otkrijete kako možete pokrenuti kaskadu emocionalnih i fizioloških procesa koji reflektuju vašu novu stvarnost. Neuronu u vašem mozgu, senzorni neuriti u vašem srcu i hemija vašeg tela harmonizuju se tako da odražavaju taj novi način razmišljanja, a kvantne mogućnosti života se preuređuju tako da dolazi do zamene neželjenih okolnosti iz vaše prošlosti novim okolnostima koje ste prihvatili kao svoju sadašnjost.

U tome je moć ove knjige. Jednostavnim, direktnim i lako razumljivim stilom Džozo Dispenca je u jednoj jedinoj knjizi istkao tkanje sastavljeno od otkrića kvantne fizike koja menjaju našu paradigmu i dubokih učenja kojima su se iskusni prethodnici posvetili čitavog života kako bi ih savladali, i time nam pokazuje kako možemo razviti svoje izuzetne sposobnosti.

Greg Brejden,
autor bestselera „Njujork tajmsa”
Božanski matriks

UVOD

Spremite se da razvijete svoje natprirodne sposobnosti

Jasno mi je da je pisanje ove knjige rizik za mene i moju reputaciju. Postoje ljudi u svetu – uključujući i neke u naučnoj zajednici – koji bi moj rad mogli nazvati pseudonaukom, i to pogotovu kad se *Ostvari svoje neograničene sposobnosti* pojavi. Nekada sam previše brinuo zbog mišljenja tih kritičara. U prvim danima svoje karijere uvek sam pisao imajući skeptike na umu i pokušavao da budem siguran da će odobriti moj rad. Smatrao sam na nekom nivou da je važno da me ta zajednica prihvati. Međutim, jednog dana dok sam stajao pred publikom u Londonu i žena koja je u tom trenutku držala mikrofonski pričuvala kako je pobedila svoju bolest – kako se izlečila zahvaljujući praksama o kojima sam pisao u svojim drugim knjigama – doživeo sam otkrovenje.

Postalo mi je potpuno jasno da se skepticima i rigidnim naučnicima koji imaju sopstvena uverenja o tome šta je moguće nećemo dopasti ni ja ni moj rad, bez obzira na to šta da uradim. Kad sam to shvatio, znao sam da sam na to trošio mnogo svoje vitalne energije. Više mi nije bilo stalo da tu određenu kulturu – i to pogotovo one koji se bave proučavanjem onoga što je normalno i prirodno – ubeđujem u to koliki je zaista ljudski potencijal. Bio sam strastveno zainteresovan za sve *osim* za normalno i želeo sam da proučavam natprirodno. Bilo mi je jasno da treba da odustanem od uzaludnih napora da tu zajednicu uverim u bilo šta i da umesto toga svoju energiju usmerim na potpuno drugačiji deo populacije – onaj koji *veruje* u ljudske mogućnosti i *želi* da sasluša ono što imam da podelim s njima.

Kakvo je olakšanje bilo potpuno prihvatiti tu ideju i odustati od bilo kakvog pokušaja da se nešto promeni u tom drugom svetu. Dok sam slušao tu dragu gospođu u Londonu, koja nije bila ni monahinja, ni časna sestra, ni pripadnica akademske zajednice, ni naučnica, znao sam da iznoseći svoju priču publici ona pomaže drugima da u njoj vide deo sebe. Oni koji slušaju o njenom putovanju mogli bi poverovati da je i njima moguće da postignu isto. Nalazim se na onoj tački u životu kada mi je svejedno šta ljudi govore o meni – i ja sasvim sigurno imam svoje mane – ali sada znam, više nego ikad pre, da utičem na ljude i pomažem im da promene život. Kažem to sa osećajem krajnje skromnosti. Godinama sam se trudio da uzmem složene naučne informacije i učinim ih dovoljno jednostavnim da bi ih ljudi primenili u svom životu.

U stvari, tokom poslednje četiri godine moj tim istraživača, moje osoblje i ja načinili smo velike korake u pravcu toga da naučno izmerimo, zabeležimo i analiziramo ove transformacije u ljudskoj biologiji da bismo dokazali da obični ljudi mogu da rade neobične stvari. Ova knjiga ne govori samo o isceljivanju mada uključuje priče o ljudima koji su načinili značajne promene kad je njihovo zdravlje u pitanju i zapravo se oslobodili svojih tegoba – zajedno sa alatima koji su vam potrebni da i vi uradite isto. Ova dostignuća postala su prilično uobičajena u našoj zajednici. Materijal koji ćete pročitati nije konvencionalan i većina ljudi ga obično ne vidi ili ne razume. Sadržaj ove knjige zasniva se na evoluciji učenja i praksi čiji je krajnji rezultat sposobnost naših učenika da dublje uđu u mističnija znanja. I naravno, nadam se da će ova knjiga povezati svet nauke i svet misticisma.

Napisao sam ovu knjigu da bih ono za šta sam uvek mislio da je moguće podigao na viši nivo razumevanja. Želeo sam da pokažem da možemo da kreiramo bolji život za sebe i da nismo linearna bića koja žive linearnim životima već dimenzionalna bića koja žive dimenzionalnim životima. Nadam se da će vam ova knjiga pomoći da shvatite da već imate svu anatomiju, hemiju i fiziologiju koji su vam potrebni da biste razvili svoje natprirodne sposobnosti, koje već postoje u vama i samo čekaju da budu probuđene i aktivirane.

U prošlosti sam oklevao da govorim o ovoj oblasti stvarnosti jer sam se plašio da bi to moglo podeliti publiku na osnovu njihovih ličnih uverenja. Međutim, već duže vreme želim da napišem ovu knjigu. Tokom godina doživljavao sam brojna duboka mistična iskustva koja su me zauvek promenila. Ti unutrašnji događaji su

uticali na to ko sam danas. Želim da vas upoznam s tim svetom dimenzija i pokažem vam neka merenja koja smo uradili i istraživanja koja smo obavili tokom naprednih radionica koje smo držali po celom svetu. Počeo sam da prikupljam podatke o našim učenicima na ovim radionicama zbog toga što smo bili svedoci značajnih promena u njihovom zdravlju, a znao sam da oni menjaju svoju biologiju tokom meditacija – i to u stvarnom vremenu.

Imamo hiljade i hiljade snimaka mozga koji dokazuju da te promene nisu imaginarne i ne postoje samo u njihovom umu već su se zaista odigrale u njihovom mozgu. Nekoliko učenika kod kojih smo radili merenja ostvarili su te promene u roku od četiri dana (koliko traju naše napredne radionice). Naučni timovi koje sam okupio radili su skeniranje mozga koristeći merenja kvantitativnim elektroencefalogramom (EEG) pre i posle radionice, kao i merenja u stvarnom vremenu tokom meditacija i vežbi. Ne samo da sam bio impresioniran promenama već i šokiran – bile su toliko drastične.

Ono što se dešava jeste da mozak kod naših učenika počinje da funkcioniše na sinhronizovaniji i koherentniji način nakon učešća u naprednim ritritovima širom sveta. Ovaj povećani red u njihovom nervnom sistemu pomaže im da steknu jasnoću u vezi sa budućnošću koju mogu da kreiraju i oni su u stanju da drže tu nameru nezavisno od okolnosti u svom spoljašnjem okruženju. A kada im mozak radi kako treba, i *oni* rade kako treba. Izneću ovde naučne podatke koji pokazuju koliko su se njihovi mozgovi poboljšali za samo nekoliko dana – a to znači da i vi možete učiniti isto kad je u pitanju vaš mozak.

Krajem 2013. počelo je da se dešava nešto misteriozno. Počeli smo da vidamo snimke mozga koji su zbunjivali istraživače i neuronaučnike koji su dolazili na naša dešavanja da bi proučili moj rad. Velika količina energije u mozgu koju bismo snimili dok je učenik bio u određenoj meditaciji nikada dosad nije zabeležena, a ipak smo stalno iznova viđali ova do tada nezabeležena očitavanja.

Kad smo razgovarali sa učesnicima, oni su izjavljivali da je njihovo subjektivno iskustvo tokom meditacije bilo veoma stvarno i mistično, i da je to ili duboko promenilo njihov pogled na svet ili drastično poboljšalo njihovo zdravlje. Znao sam u tim trenucima da ovi učesnici doživljavaju transcendentalna iskustva u svom unutrašnjem svetu meditacije koja su bila stvarnija od svega što su ikada iskusili u spoljašnjem svetu, a mi smo uspevali da na objektivnan način registrujemo ta subjektivna iskustva.

To je za nas sada postala nova normala i čak, zapravo, često možemo predvideti kada će se pojaviti ove velike amplitude energije u mozgu na osnovu određenih indikatora i znakova koje već godinama vidamo. Na ovim stranicama želim da demistifikujem šta znači doživeti interdimenzionalno iskustvo, kao i da objasnim nauku, biologiju i hemiju organa, sistema i neurotransmitera koji dovode do toga. Nadam se da će vam ove informacije dati mapu puta koja će vam pomoći da sami stvorite takva iskustva.

Takođe smo zabeležili neverovatne promene u varijabilnosti srčane frekvencije. U tom trenutku znamo da učenik otvara svoje srce i održava uzvišene emocije kao što su zahvalnost, inspiracija, radost, dobronamernost, uvažavanje i saosećanje, koje dovode do toga da srce kuca na koherentan način – odnosno u ritmu, redu i balansu. Znamo da su potrebni jasna namera (koherentan mozak) i uzvišena emocija (koherentno srce) da bismo počeli da menjamo biologiju osobe iz življenja u prošlosti u življenje u budućnosti. Po svemu sudeći, ova kombinacija uma i tela – misli i osećanja – utiče na materiju i na ovaj način kreirate stvarnost.

Dakle, da biste zaista verovali u budućnost koju zamišljate svim svojim srcem, morate se pobrinuti za to da ono bude otvoreno i potpuno aktivirano. Zašto ne biste, zahvaljujući praksi i kvantitativnim povratnim informacijama, postali dobri u tome i pretvorili to u veštinu?

Zbog ovoga smo se udružili sa Institutom „Hartmat“, revolucionarnom grupom istraživača sa sedištem u Bolderu u Kaliforniji, koji su nam pomogli da izmerimo odgovore hiljada naših učenika. Želja nam je da naši učenici razviju sposobnost regulisanja unutrašnjeg stanja nezavisno od okolnosti u svom spoljašnjem okruženju i da znaju kada kreiraju srčanu koherenciju, a kada ne. Drugim rečima, kad merimo te unutrašnje promene, možemo reći toj osobi da je stvorila uravnoteženiji obrazac koji se registruje u našim merenjima rada njenog srca i da radi odličan posao i treba da nastavi da čini upravo ono što čini. Nasuprot tome, možemo joj staviti do znanja da ne stvara nikakve biološke promene i onda joj dati odgovarajuća uputstva i pružiti nekoliko prilika da vežba da bude bolja u ovom procesu. To je ono što povratna informacija čini – pomaže nam da znamo kad nešto radimo ispravno, a kad ne.

Kad možemo da promenimo neko osećanje ili misao u sebi, možemo da vidimo promene izvan sebe, a kad znamo da smo to uradili ispravno, obratićemo pažnju na ono što smo uradili i

ponovićemo to. Taj postupak stvara konstruktivnu naviku. Pokazujući vam kako drugi ljudi to rade, želim da vam pokažem koliko moćni možete biti.

Naši učenici znaju kako da utiču na svoj autonomni nervni sistem – sistem koji radi na održanju našeg zdravlja i ravnoteže tako što automatski brine o svim telesnim funkcijama, dok mi imamo slobodnu volju da živimo svoj život. Taj podsvesni sistem daje nam zdravlje i daje život našem telu. Kada naučimo kako da pristupimo ovom sistemu, možemo ne samo poboljšati svoje zdravlje već i neželjene samoograničavajuće načine ponašanja, uverenja i navike transformisati u produktivnije. Predstaviću vam neke od podataka koje godinama prikupljamo.

Takođe smo naše učenike naučili da kada stvore srčanu koherenciju, njihovo srce stvara merljivo magnetno polje koje se širi izvan njihovog tela. To magnetno polje je energija, a ta energija je frekvencija, a svaka frekvencija sa sobom nosi informacije. Informacije koje se prenose na toj frekvenciji mogu biti namera ili misao koja može uticati na srce druge osobe na drugoj lokaciji tako što će je pomeriti ka koherentnosti i ravnoteži. Predstaviću vam dokaze da grupa ljudi koji zajedno sede u nekoj prostoriji može uticati na druge koji sede na određenoj udaljenosti u *istoj prostoriji* tako da oni u isto vreme uđu u stanje srčane koherencije. Dokazi jasno pokazuju da smo povezani nevidljivim poljem svetlosti i informacije, koje utiče na nas i na druge.

Imajući ovo u vidu, zamislite šta bi se moglo desiti kad bismo svi ovo istovremeno uradili da bismo promenili svet. To je upravo ono čemu težimo mi kao zajednica ljudi koji su posvećeni tome da načinimo promene u budućnosti planete Zemlje i ljudi i drugih oblika života koji je nastanjuju. Pokrenuli smo „Projekat koherencija”, u okviru kojeg se hiljade ljudi okuplja u isto vreme istog dana da bi povećali frekvenciju planete i svih koji na njoj žive. Zvuči nemoguće? Uopšte nije. Više od 23 članaka u naučnim časopisima i više od 50 projekata okupljanja radi mira pokazuju da takvi događaji mogu dovesti do smanjenja broja slučajeva nasilja, rata, zločina i saobraćajnih nesreća, i da istovremeno povećaju ekonomski rast.¹ Želim da vam pokažem naučne podatke o tome kako možete doprineti promeni sveta.

Takođe smo merili energiju u prostoriji tokom naših radionica i gledali kako se menja kada imate grupu od 550 do 1.500 ljudi koji zajedno podižu svoju energiju i stvaraju koherenciju srca i mozga.

Uvek smo viđali velike promene. Bez obzira na to što instrument koji koristimo za ovo merenje nije odobren od naučne zajednice u Sjedinjenim Američkim Državama, priznat je u drugim zemljama, uključujući Rusiju. U svakom slučaju, iznenađeni smo količinom energije koju su određene grupe uspele da stvore.

Procenili smo i nevidljivo polje vitalne energije koje okružuje naše telo radeći s hiljadama učenika da bismo utvrdili mogu li povećati sopstveno svetlosno polje. Uostalom, sve u našem materijalnom univerzumu uvek emituje svetlost i informacije – uključujući i vas. Kada živite u režimu preživljavanja pod teretom hormona stresa (kao što je adrenalin), crpate energiju iz ovog nevidljivog polja i pretvarate je u hemiju, i dok to radite, polje oko vašeg tela se smanjuje. Imamo veoma naprednu opremu koja može da meri emisiju fotona (čestica svetlosti) i odredi da li osoba oko sebe gradi svetlosno polje ili umanjuje sopstveno.

Kada se emituje više svetlosti, to znači da ima i više energije, a samim tim i više života. Kada neka osoba ima manje svetlosti i informacija oko svog tela, više je materijalna i samim tim emituju manje vitalne energije. Opsežna istraživanja pokazuju da ćelije tela i različiti sistemi komuniciraju ne samo zahvaljujući hemijskim interakcijama koje su nam poznate već i putem polja koherentne energije (svetlosti) koje nosi poruku (informaciju) koja stvara okruženje unutar i svuda oko ćelije i šalje uputstva drugim ćelijama i biološkim sistemima.² Izmerili smo količinu vitalne energije koju tela naših učenika emituju zahvaljujući unutrašnjim promenama koje su načinili tokom meditacija i želim da vam pokažem koje promene uspevaju da stvore za samo četiri dana ili manje.

Sem srca, i drugi centri u telu se nalaze pod kontrolom autonomnog nervnog sistema – ja ih nazivam *energetskim centrima*. Svaki od njih ima svoju frekvenciju, svoju nameru ili svest, svoje žlezde, hormone, svoju hemiju, sopstveni mozak i samim tim svoj jedinstveni um. Možete uticati na ove centre tako da funkcionišu na uravnoteženiji i integrisaniji način, ali da biste to uradili, najpre morate naučiti kako da promenite svoje moždane talase i uđete u ovaj podsvesni operativni sistem. Zapravo, ključno je prelaziti sa beta moždanih talasa (gde razmišljajući mozak stalno analizira i obraća pažnju na spoljni svet) na alfa moždane talase (koji ukazuju da smireno obraćate više pažnje na unutrašnji svet). Svesno usporavajući moždane talase možete lakše programirati autonomni nervni sistem. Učenici koji su godinama radili moje vežbe i

meditacije naučili su kako da promene svoje moždane talase, kao i kako da dovoljno dugo budu skoncentrisani da bi se proizveli merljivi efekti. Osmislili smo instrument koji može da izmeri ove promene i pokazaću vam neka istraživanja u vezi s tim.

Takođe smo izmerili nekoliko različitih bioloških markera koji se odnose na promenu ekspresije gena (proces poznat kao *stvaranje epigenetskih promena*). Naučićete čitajući ovu knjigu da niste zarobljenik svojih gena i da se ekspresija gena menja kada počnete da razmišljate, delujete i osećate se drugačije. Tokom naših dešavanja učenici napuštaju svoj uobičajeni život na četiri do pet dana da bi proveli vreme u okruženju koje ih ne podseća na to ko misle da jesu. Čineći to, oni se odvajaju od ljudi koje poznaju, stvari koje poseduju, automatskih načina ponašanja koje ispoljavaju u svom svakodnevnom životu i mesta na koja rutinski odlaze, i počinju da menjaju svoja unutrašnja stanja uz pomoć četiri vrste meditacije – dok hodaju, sede, stoje i leže. Radeći svaku od njih, oni uče da postanu neko drugi.

Znamo da je to istina jer naše studije su pokazale velike promene u ekspresiji gena naših učenika, a oni su prijavili velike promene kad je njihovo zdravlje u pitanju. Kad smo u stanju da nekome pokažemo merljive rezultate koji dokazuju da je došlo do promena u njegovim neurotransmiterima, hormonima, genima, proteinima i enzimima samo zahvaljujući njegovim mislima, on može da vidi rezultate uložениh napora i dokaže sebi da zaista dolazi do transformacije.

Dok budem delio ove ideje s vama u ovoj knjizi, vodeći vas kroz proces i objašnjavajući nauku koja stoji iza posla koji radimo i objašnjavajući zašto to činimo, dobićete mnoštvo prilično detaljnih informacija. Ipak, nemojte brinuti – dajem sažetak ključnih konceptata u različitim poglavljima. Ovo radim namerno da bih vas podsetio na ono što ste već naučili kako bismo mogli da izgradimo veći model razumevanja u tom trenutku. Ponekad materijal koji iznosim može biti izazovan za čitaoca. Budući da sam godinama predavao ovaj materijal publici, znam da može biti težak za usvajanje. Davaću kratke preglede i podsećaću vas na ono što ste naučili kad god je to potrebno da ne biste morali da se vraćate unazad da biste potražili određene informacije mada uvek možete da pogledate ranija poglavlja ako smatrate da vam je to potrebno. Naravno, sve ove informacije će vas pripremiti za vašu ličnu transformaciju. Dakle, što bolje uspete da razumete ove koncepte, lakše ćete se

prepustiti meditacijama datim na kraju većine poglavlja, koristeći ih kao alate za stvaranje ličnog iskustva.

Šta možete naći u ovoj knjizi?

U **prvom poglavlju** ispričaću tri priče koje će vam dati osnovno razumevanje toga šta znači *razviti natprirodne sposobnosti*. U prvoj priči upознаćete ženu po imenu Ana, koja je imala nekoliko ozbiljnih zdravstvenih problema zbog traume koja ju je držala zarobljenom u prošlosti. Emocije stresa pokrenule su njene gene, a odgovarajući hormoni su doveli do velikih zdravstvenih problema. To je veoma teška priča. Namerno sam je izabrao i uključio sve detalje zato što sam želeo da vam pokažem kako, bez obzira na to koliko loše stvari stoje, vi imate moć da ih promenite, baš kao što je to učinila ova neverovatna žena. Primenjivala je meditacije date u ovoj knjizi da bi modifikovala svoju ličnost i iscelila se. Za mene je ona živi primer istine. Ipak, ona nije jedina koja je svakodnevno prevladavala sebe sve dok nije postala neko drugi. Ona se pridružila našoj zajednici učenika koji su učinili isto, a ako su oni uspeli, možete i vi.

Ovde dajem i dve svoje lične priče – iskustva koja su me promenila na veoma dubokom nivou. Ova knjiga govori koliko o mističnom toliko i o isceljenju i stvaranju novih mogućnosti u našem životu. Delim s vama ove priče zato što želim da vas pripremim za ono što je moguće kad izađemo izvan ovog sveta prostora-vremena (Njutnov svet o kojem smo učili na času prirodnih nauka u srednjoj školi) i aktiviramo svoju epifizu kako bismo prešli u područje vreme–prostor (kvantni svet). Mnogi naši učenici su doživeli slična mistična i međudimenzionalna iskustva koja su im se činila podjednako stvarnim koliko i ova materijalna stvarnost.

Pošto se druga polovina knjige bavi fizikom, neuronaukom, neuroendokrinologijom, pa čak i genetikom objašnjavajući kako se sve to dešava, nadam se da će ove priče probuditi vašu radoznalost i delovati kao podstrek koji će vaš um učiniti otvorenim za ono što je moguće. Postoji vaše „buduće ja” – ono koje već postoji u večnom sadašnjem trenutku – koje vas zapravo priziva dok čitate ovu knjigu. To vaše buduće ja je voljenije, razvijenije, svesnije, prisutnije, dobronamernije, raskošnije, usredsređenije, veće snage volje, povezanije sa drugima, s većim natprirodnim sposobnostima i

celovitije. To je ono vaše *ja* koje čeka da promenite svoju energiju tako da odgovara njegovoj kako biste mogli da ga pronađete u budućnosti, koja zapravo već postoji u večnom sadašnjem trenutku.

U **drugom poglavlju** bavim se jednom od svojih omiljenih tema. Napisao sam ga da biste mogli da u potpunosti shvatite šta znači biti u sadašnjem trenutku. Pošto svi potencijali u petoj dimenziji poznatoj kao kvantna (ili jedinstveno polje) postoje u večnom sadašnjem trenutku, jedini način na koji možete stvoriti novi život, isceliti svoje telo ili promeniti svoju predvidljivu budućnost jeste da prevaziđete sebe.

Ovaj uzvišeni trenutak – kojem smo bili svedoci u hiljadama skeniranja mozga – dolazi kada osoba konačno odbaci sećanje na sebe zbog nečeg većeg. Toliko mnogo ljudi provodi većinu svog života nesvesno birajući da redovno žive po istoj rutini ili automatski prihvatajući svoju prošlost, i osećaju se isto svakog dana. Kao rezultat toga, oni programiraju svoj mozak i telo da budu u predvidljivoj budućnosti ili poznatoj prošlosti, a da nikada ne žive u sadašnjem trenutku. Potrebna je praksa da biste stigli do toga, ali u to вреди uložiti napor. Konačno pronalaženje velikodušnog sadašnjeg trenutka od vas će zahtevati da upotrebite snagu volje tako da bude jača od vaših automatskih programa, ali ja ću vas ohrabrivati na svakom koraku tog puta.

Ovo poglavlje počinje osnovnim pregledom nekih naučnih principa kako bismo mogli da uspostavimo zajedničku terminologiju za razvoj modela razumevanja koji će vam biti potreban dok čitate ovu knjigu. Učiniću sve to prilično jednostavnim. Objašnjavanje funkcionisanja mozga (odnosno uma) i bavljenje temama kao što su nervne ćelije i mreže, različiti delovi nervnog sistema, hemikalije, emocije i stres, moždani talasi, pažnja i energija, kao i još nekoliko drugih, neophodno je da biste stigli tamo gde želim da vas povedem. Moramo najpre da ustanovimo jezičke termine i da vam razjasnim zašto radimo to što radimo pre nego što vas naučim kako da to uradite u meditacijama koje su date u ovoj knjizi. Ako želite eksplicitnije i detaljnije informacije, predlažem vam da pročitate bilo koju od mojih prethodnih knjiga (uključujući *Stvorite svoje novo ja* i *Placebo ste vi*).

Treće poglavlje predstavlja uvod u kvantni svet – petu dimenziju. Želim da shvatite da postoji nevidljivo polje energije i informacija koje je izvan ovog trodimenzionalnog sveta prostora i vremena i da možemo da mu pristupimo. U stvari, kada ste u sadašnjem

trenutku i kada uđete u ovo polje, koje postoji izvan vaših čula, spremni ste da kreirate svoju željenu stvarnost. Kada ste u stanju da potpuno prestanete da obraćate pažnju na svoje telo, ljude u svom životu, stvari koje posedujete, mesta na koja idete, pa čak i na samo vreme, bukvalno ćete zaboraviti na svoj identitet koji je formiran tako što ste živeli kao telo u ovom prostoru i vremenu.

U tom trenutku vi, kao čista svest, ulazite u oblast koja se naziva *kvantno polje* i ono postoji *izvan* ovog prostora i vremena. Ne možete ući u ovo nematerijalno područje sa svojim problemima, svojim imenom, svojim rasporedom vremena i rutinama, svojim bolom i svojim emocijama. Ne možete ući kao *neko*, morate ući kao *niko*. U stvari, kada naučite kako da pomerite svoju svest iz poznatog (materijalni fizički svet) u nepoznato (nematerijalni svet mogućnosti) i kada se na to naviknete, možete promeniti svoju energiju tako da odgovara frekvenciji bilo kog potencijala u kvantnom polju koji tamo već postoji. (Upozorenje na spojler: U stvari, sve potencijalne budućnosti postoje tamo, tako da možete da kreirate šta god da želite.) Kada dođe do vibracionog poklapanja između vaše energije i energije tog potencijala koji ste izabrali u jedinstvenom polju, privući ćete to iskustvo. Pokazaću vam kako sve to funkcioniše.

Treće poglavlje završava se kratkim opisom meditacije koju sam osmislio da bih vam pomogao da doživite stvarno iskustvo kvantnog sveta. Svako poglavlje nakon ovoga u kojem vas podučavam nečemu takođe će se završiti kratkim opisom odgovarajuće meditacije. Ako želite da radite praćenu meditaciju koju ja vodim, možete kupiti CD ili preuzeti audio-snimak bilo koje od ovih meditacija na mojoj internet stranici **drjoedispenza.com**. Naravno, možete odlučiti i da sami radite bilo koju od meditacija datih u ovoj knjizi, bez slušanja snimka, i zato sam na svojoj stranici na **drjoedispenza.com/bsnmeditations** dao besplatne detaljne opise s koracima svake od njih.

Ako sami radite meditacije, preporučujem vam da slušate muziku dok to činite. Za to je najbolja muzika bez vokala, a ja najviše volim sporu muziku i onu koja izaziva stanje transa. Najbolje je da koristite onu koja vas sprečava da razmišljate i koja u vama ne budi uspomene iz prošlosti. Naći ćete predloženi spisak muzike na mojoj internet stranici.

U **četvrtom poglavlju** upoznajem vas s jednom od najpopularnijih meditacija u našoj zajednici. Zove se *Blagosiljanje energetskih*

centara. Svi centri se nalaze pod kontrolom autonomnog nervnog sistema. Objasniću vam iz ugla nauke kako tokom meditacije možete programirati ove centre za zdravlje i najveće dobro. Ako ste radili moje meditacije na uvodnom nivou u kojima ste usmeravali pažnju na različite delove tela i prostor oko njega, želim da znate da je to vežbanje bilo potrebno da biste radili ovu meditaciju. Ono vam je pomoglo da usavršite veštinu usredsređivanja pažnje i menjanja moždanih talasa kako biste mogli da uđete u operativni sistem autonomnog nervnog sistema. Kada ste tu, možete ga programirati dajući mu odgovarajuće naredbe da vas isceli, uravnoteži vaše zdravlje i poboljša vašu energiju i život.

U **petom poglavlju** vas upoznajem sa disanjem koje koristimo na početku velikog broja meditacija. Ono vam omogućava da promenite svoju energiju, pokrenete protok električne struje kroz telo i stvorite snažnije elektromagnetno polje oko sebe. Kao što ću objasniti, energija je kod većine uskladištena u telu jer su ljudi uslovlili svoje telo da postane um zahvaljujući godinama koje su proveli razmišljajući, delujući i osećajući se na isti način. Upravo ovaj proces – koji je povezan sa životom u režimu preživljavanja – dovodi do toga da većina kreativne energije ostane blokirana u telu i zbog toga moramo pronaći način da izvučemo tu energiju iz tela i vratimo je u mozak, gde će nam biti dostupna za višu svrhu nego što je puko preživljavanje.

Objasniću vam fiziologiju disanja da biste mogli da u njega unesete više namere kad počnete da se oslobađate prošlosti. Kad počnete da oslobađate svu tu energiju i vraćate je u mozak, naučićete kako da ponovo uslovite svoje telo tako da se uskladi s novim umom. Pokazaću vam kako da naučite svoje telo da na emocionalnom nivou živi u stvarnosti budućnost–sadašnjost umesto u stvarnosti prošlost–sadašnjost u kojoj provodimo najveći deo svog vremena. Nauka nam kaže da naše okruženje šalje signale našim genima. Budući da su emocije zapravo hemijski produkti naših iskustava u našem okruženju, kada tokom meditacija u potpunosti osetite uzvišene emocije ne samo da ćete podići energiju svog tela već ćete i početi da šaljete signale novim genima na nove načine – i to *pre nego što to učini vaše okruženje*.

Ne postoji ništa kao dobra priča i zbog toga ću vam u šestom poglavlju dati nekoliko primera naših učenika koji su se posvetili meditacijama datim u prethodnim poglavljima. Ovi prikazi slučajeva služe kao nastavno sredstvo koje će vam pomoći da u

potpunosti shvatite materijal koji sam vam dosad predstavio. Većina ljudi o kojima ćete čitati uopšte se ne razlikuje od vas – to su obični ljudi koji su uradili nešto neuobičajeno. Još jedan razlog zbog kojeg delim ove priče s vama jeste što na ličnom nivou možete da osetite povezanost sa ovim ljudima. Kad pomislite: *Ako oni to mogu, mogu i ja*, više ćete verovati u sebe. Uvek kažem članovima naše zajednice: „Kada odlučite da dokažete sebi koliko ste zaista moćni, nemate pojma kome ćete pomoći u budućnosti.” Ovi ljudi su dokaz da je to moguće i za vas.

U **sedmom poglavlju** objašnjavam šta znači stvoriti srčanu koherenciju. Poput koherencije mozga, i srce funkcioniše na isti organizovan način onda kada smo zaista prisutni, kada duže vreme možemo da održimo uzvišena emocionalna stanja i kada se osećamo dovoljno bezbedno da se potpuno otvorimo mogućnostima. Mozak *misli*, ali srce *zna*. Ono je centar Jednosti, celovitosti i jedinstvene svesti. To je mesto na kojem se susreću suprotnosti i ono predstavlja jedinstvo polariteta. Razmišljajte o ovom centru kao o svojoj vezi s jedinstvenim poljem. Kada se on aktivira, iz sebičnih stanja prelazite u nesebična. Kada možete duže vreme da održavate svoja unutrašnja stanja nezavisno od okolnosti u vašem spoljašnjem okruženju, vi ovladavate tim okruženjem. Potrebna je vežba da biste postali dobri u tome da držite svoje srce otvorenim, a ako to učinite, ono će duže kucati.

U **osmom poglavlju** data je još jedna od naših omiljenih aktivnosti koje radimo na naprednim radionicama: kombinovanje kaleidoskopa s video-snimcima pod nazivom „Filmovi uma”, koje naši učenici prave o svojoj budućnosti. Koristimo kaleidoskop da bismo izazvali stanje transa jer kada ste u transu, prijemčiviji ste za informacije. Sugestibilnost je vaša sposobnost da prihvatite, verujete i predate se informacijama bez ikakve analize. Ako ovo uradite kako treba, zaista možete programirati svoj podsvesni um i zbog toga ima smisla da kada koristite kaleidoskop kako biste promenili svoje moždane talase – sa otvorenim očima umesto zatvorenim kao u meditaciji – možete smanjiti jačinu analitičkog uma da biste otvorili vrata između svesnog i podsvesnog uma.

A kada to pratite „Filmom uma” – s prikazima sebe ili slikama budućnosti kakvu želite – vi sebe programirate za tu novu budućnost. Mnogo naših učenika je stvorilo neverovatne nove živote i prilike kada su odvojili vreme da naprave svoj „Film uma”, a zatim

ga gledali uz pomoć kaleidoskopa. Neki učenici su već na svom trećem „Filmu uma” jer su se prva dva već dogodila!

U **devetom poglavlju** predstavljam meditaciju u hodu. Ova meditacija uključuje i stajanje i hodaње. Smatram da je ova praksa dragoceno sredstvo koje nam pomaže da bukvalno ušetamo u svoju budućnost. Mnogo puta možemo imati neverovatnu meditaciju dok sedimo i povezati se s nečim većim od nas, ali kada otvorimo oči i vratimo se svojim čulima, ponovo gubimo tu svesnost i vraćamo se nizu nesvesnih programa, emocionalnih reakcija i automatskih načina ponašanja. Osmislio sam ovu meditaciju zato što želim da naša zajednica bude u stanju da otelotvori energiju svoje budućnosti – i da to čini kako otvorenih tako i zatvorenih očiju. S vremenom dok ovo budete praktikovali, možda ćete početi prirodno da razmišljate kao bogata osoba, da se ponašate kao neograničeno biće i da osećate veliku radost zbog toga što ste živi zahvaljujući tome što ste instalirali nove neuronske mreže i uslovili svoje telo da postane ta osoba.

U **desetom poglavlju** dat je još jedan niz prikaza slučajeva kako bi se u vaš nivo razumevanja uključila i alegorija. Ove fascinantne priče će vam pomoći da povežete tačkice tako da možete sagledati informacije iz drugog ugla i čitati o ljudima koji su to iskusili iz prve ruke. Nadam se da će vas nadahnuti da radite odgovarajuće vežbe s više ubeđenja, sigurnosti i poverenja kako biste sami iskusili ovu istinu.

Jedanaesto poglavlje otvara vaš um za ono što je moguće u međudimenzionalnom svetu izvan čula. U mirnim trenucima često uhvatim sebe kako mi se um vraća temi mističizma, koja je jedna od mojih omiljenih. Volim ta transcendentalna iskustva koja su toliko lucidna i realna da se nikada ne mogu vratiti na staro jer previše znam. Tokom tih unutrašnjih događaja nivo svesti i energije je toliko dubok da kada se vratim sebi i svojoj ličnosti, često pomislim: „Ovo sam potpuno pogrešno shvatio.” Ovo o čemu govorim je kakva stvarnost zaista jeste, a ne kakvom sam bio uslovljen da je percipiram.

U ovom poglavlju vodim vas na putovanje iz ovog sveta prostor-vreme – u kojem je prostor večan, a mi doživljavamo vreme dok se krećemo kroz prostor – u svet vreme-prostor – u kojem je vreme večno, a mi doživljavamo prostor (odnosno prostore, odnosno različite dimenzije) dok se krećemo kroz vreme. Ovo će predstavljati izazov za vaše poimanje prirode stvarnosti. Sve što mogu

da kažem jeste da ako nastavite dalje da čitate, shvatićete. Možda će vam biti potrebno nekoliko čitanja da biste sve u potpunosti razumeli, ali dok budete proučavali ovaj materijal i razmišljali o njemu, to će dovesti do stvaranja neuronskih kola u vašem mozgu koja će vas pripremiti za ovo iskustvo.

Onda kad prevaziđete svoju povezanost sa ovim materijalnim svetom i nađete se u jedinstvenom polju – koje je ispunjeno beskonačnim mogućnostima – postoje biološki sistemi za uzimanje te energije koja je izvan vibracije materije i njeno pretvaranje u slike u mozgu. Tu se sad pojavljuje epifiza kao tema dvanaestog poglavlja. Zamislite svoju epifizu – sićušnu žlezdu smeštenu u centralnom zadnjem delu mozga – kao antenu koja može da konvertuje frekvencije i informacije i pretvara ih u živopisne slike. Kada budete aktivirali svoju epifizu, doživete potpuno senzorno iskustvo *bez čula*. Taj unutrašnji događaj za vas će biti stvarniji u vašem umu dok su vam oči zatvorene nego bilo koje spoljašnje iskustvo koje ste ikada doživeli u prošlosti. Drugim rečima, da biste se potpuno izgubili u unutrašnjem iskustvu, ono mora biti toliko stvarno da ste *vi zaista tamo*. Kada se to dogodi, ova mala žlezda pretvara melatonin u neke veoma moćne metabolite koji izazivaju takvu vrstu iskustva. Najpre ćemo proučiti svojstva ove žlezde, a onda ćete naučiti kako da je aktivirate.

Trinaesto poglavlje vas upoznaje sa jednim od naših najnovijih poduhvata – „Projektom koherencija”. Dok smo svedočili rezultatima merenja tolikog broja naših učenika koji su ušli u srčanu koherenciju u isto vreme, istog dana, tokom potpuno iste meditacije, znali smo da oni utiču jedni na druge ne-lokalno (energetski, a ne fizički). Energija koju su emitovali u vidu uzvišenih emocija sadržala je njihovu nameru da se svakom od okupljenih u prostoru dogodi najveće moguće dobro. Zamislite veliki broj ljudi koji svi podižu svoju energiju, a zatim unose nameru u tu energiju da se životi obogate, tela iscele, snovi realizuju, budućnost ostvari, a mistično postane uobičajeno u našem životu.

Kada smo videli kako su naši učenici uspeli da otvore srca drugih, znali smo da je vreme da počnemo da radimo globalne meditacije kako bismo pomogli u menjanju sveta. Na hiljade i hiljade ljudi iz celog sveta pridružilo se i učestvovalo u tom menjanju i isceljivanju naše planete i ljudi koji žive na njoj. Uostalom, zar ne radimo sve ovo da bismo svet učinili boljim? Objasniću vam naučnu pozadinu svega ovoga i kako to funkcioniše – i zaista mislim

na „pravu” nauku. Objavljeno je dovoljno studija o moći projekata okupljanja za mir kako bi se dokazalo da to funkcionije, pa umesto da samo proučavate istoriju, zašto je ne biste *stvarali*?

Knjiga se završava **četrnaestim poglavljem**, koje sadrži prikaze slučajeva nekih neverovatnih mističnih iskustava koja su ljudi doživeli radeći ove prakse. Da ponovim – delim ih s vama da biste videli da čak i najneverovatnije mistične avanture mogu biti vaše ako radite na tome.

Dakle, jeste li spremni da razvijete svoje natprirodne sposobnosti?