

Spoštovani,

po vrnitvi iz Sibirije konec avgusta sem imela radijski intervju, ki je vzbudil izjemno zanimanj poslušalcev. Na njihovo željo sem vsebino intervjuja zapisala v pričujočo reprizo. Posredujem vam jo v želji, da vam pomaga aktivirati vašo lastno življenjsko energijo in tako kot so mi ob slovesu zaželeli v Sibiriji, vam tudi jaz želim:
»dolgo življenje in dobro sibirsko zdravje!«

Maria Ana Kolman

V Preddvoru, 7. oktober 2007

REPROGRAMIRANJE

Družbene norme in seveda mi sami si nalagamo neke življenjske programe, ki mnogokrat rušijo koncept harmonije telesa in duha in posledice so različna bolezenska stanja. Običajno ljudje ne razmišljamo o svojem zdravstvenem stanju vse dokler se ne pojavijo bolj ali manj resne težave. In ko bolezensko stanje opozori človeka na to, da je potrebno ukrepati, človek običajno prične z bitko proti bolezni. Uradna medicina in farmacija imata za to bitko vrsto »orožij« in pričakovati bi bilo, da bo vsaka bitka dobljena. V resnici pa ni tako. Resnica je pravzaprav še bolj črna kot se zdi na prvi pogled: čeprav dnevno poročajo o novih in novih zdravilih in tehnoloških pridobitvah, je vedno več ljudi bolnih. Medtem, ko človek v visokorazviti družbi boleha za vrsto bolezni, živijo ljudje t.i. »primitivnih« kultur zdravo, harmonično in mirno. Seveda vse dokler jih ne doleti t.i. »civilizacija«. Kakšna sila nas je torej poneumila do te mere, da smo s svojim načinom življenja izpostavili grožnji katastrofe sebe in našo čudovito Zemljo? Vedno bolj jasno postaja, da je izvor vseh bolezni pretrgana vez med človekom in naravo.

Človekovo telo je del narave in je zato bolj dojemljivo za sprejemanje naravnih snovi kot pa za zastrupljanje s kemikalijami. Zaradi današnjega načina življenja smo izpostavljeni mnogim škodljivim vplivom. Naš razvoj je na milijone let potekal izključno v stiku z rastlinam in ostalim živim svetom. Naša prebavila in vsa telesna presnova so prilagojena naravni prehrani. Čimbolj se je človek oddaljeval od sozvočja z naravo, temveč bolezni se je pojavljalo. V današnjem času se v svetu znanosti vse bolj izraža želja po raziskavi in razvoju zdravil na naravni osnovi. Mnogi uporabljajo naravne zdravile rastline za preventivo, nemalo pa je primerov, ko so se ljudje pozdravili izključno s čaji, olji in drugimi naravnimi pripravki iz rastlin, ki jih danes človek kot na novo odkriva, v resnici pa so od nekdaj del našega okolja in na razpolago vsem. Raziskovalci se tako danes povezujejo z različnimi plemeni in proučujejo njihove izkušnje in spoznavajo »skrivnosti« narave, ki jih je sodoben človek v svojem civilizacijskem razvoju pozabil.

Telo ima naravno obrambno sposobnost – delovanje obrambnega sistema pa je tesno povezano z načinom razmišljanja. Telo se lahko pozdravi samo. Čudimo se spontani remisiji raka, celjenje ran, ki je najbolj evidentna sposobnost samozdravljenja organizma, pa sem nam zdi samo po sebi umevno.

Samozdravljenje je popolnoma drugačen pristop do bolezenskih stanj kot ga narekujejo norme današnje družbe. Aktivirati telo, da prične proces samozdravljanja, zahteva pravilen pristop, ki narekuje štiri ključne poteze:

1. čiščenje oz. razstrupljanje telesa
2. čiščenje bivalnega okolja
3. čiščenje človekovega bio-polja
4. krepitev telesa

ČIŠČENJE oz. RAZSTRUPLJANJE TELESA

Obstaja vrsta tretmajev, očiščevalnih diet, postov, klistiranje,... Fitoterapija je med vsemi najbolj naravna in nima nobenih stranskih učinkov. V Sibiriji je fitoterapija, torej zdravljenje s pomočjo zdravilnih rastlin, povzeta po ljudski zdravilski tradiciji in se uporablja tudi v uradni medicini. Dr. Markov iz Novosibirsk je svetovno priznan fitoterapevt, ki ga obiskujejo bolni iz vsega sveta. Zdravi izključno z rastlinskimi pripravki. Prva faza njegovega zdravljenja je razstrupljanje telesa. V ta namen priporoča prastari sibirski čaj, ki je mešanica petnajstih rastlin: breza, lipa, jerebika, bezeg, kopriva, čaga, krhlika, višnja, lapuh, rman, ognjič, šentjanževka, meta, iglice sibirske cedre, črna detelja. Ker lahko izjemno razstrupljanje organizma dosežemo tudi z zelišči, ki rastejo pri nas, priporočam, da si, če se le da, sami nabereite zelišča in dnevno popijete eno skodelico čaja iz žajblja, eno skodelico čaja črne detelje in skodelico čaja navadnega repinca.

ČRNA DETELJA – *Trifolium pratense*

Je eno najstarejših zdravilnih zelišč. Ima rdeče-vijolične kepaste cvetove in na troje razcepljene liste. Trojnasti listi so krščanski simbol trojstva (sveti oče – sin – duh) in irski nacionalni simbol, posvečen Sv. Patricku. Aktivne sestavine: tanini, fenoli, flavonoidi, selen, kofeinske kisline, kalcij, krom, magnezij, kositer, tiamin ali vit. B1, niancin ali vit. B3, vitamin C, fosfor, baker.

Delovanje:

adaptogen – splošno krepi zdravje, preprečuje nastajanje novih žil v tumorjih, čisti kri, razstruplja, krepi jetra in žolčnik, preprečuje nenadzorovano rast tumorjev, preprečuje zaprtje, lajša izkašljevanje, pospešuje izločanje žolča in urina, mogoč estrogen učinek (povečuje plodnost).

Črna detelja je v različnih kulturah znana kot sredstvo proti raku. Ameriški znanstvenik Jonathan Hartwell je v reviji *The Journal of Natural Products* objavil podatek, da 33 različnih kultur po svetu uporablja črno deteljo za boj proti raku. National cancer institut je v svojih raziskavah potrdil učinkovitost črne detelje proti raku zaradi prisotnosti daidzeina in genisteina. Poleg tega vsebuje črna detelja antioksidant tokoferol in mešanico vitaminov skupine E. Organizmu pomaga prevladati stanje, imenovano »prevlada estrogena«, ki ga povezujejo z mnogimi oblikami raka (jajčniki, prsi, maternica,...).

NAVADNI REPINEC – *Arctium lappa*

Aktivne sestavine:

inulin (24-25%), B2, B1, koencim Q10, železo, magnezij, krom, silicij, cink, natrij, kalij, tanin,...

Delovanje:

Proti sladkorni bolezni, povišanemu holesterolu, izapdanju las, glavobolu, protinu in artritisu, boleznim ledvic,...

Že pred stoletji so repinčevo vino uporabljali za prečiščevanje, proti zaprtju in pri pomanjkanju energije. Lepljiva vlakna v korenini pospešujejo prebavo, vsrkajo strupe v črevesju in obnavljajo črevesno floro. Inulin, ki je glavna sestavina repinca, je frukto-oligosaharid. Organizmu daje moč in uravnava krvni sladkor. Poleg tega inulin deluje uravnavno na bela krvna telesca, ki igrajo pomembno vlogo v imunskem sistemu. Že v srednjem veku je

nemška zdravilka Hildegard von Bingen uporabljala repinec za zdravljenje malignih tumorjev. Danes številne študije dokazujejo, da repinec preprečuje mutacije v celicah, ki so bile izpostavljene mutagenim snovem

Uporablja se korenina navadnega repinca. Najvišjo vsebnost zdravilnih sestavin ima pred zmrzaljo.

ŽAJBELJ – *Salvia officinalis*

Aktivne sestavine: eteričan olja (do 50% α - in β -tujona), 15% cineola, kafa, kamfen, α - in β -pinen, cimen, limonen, česlovine, smole, flavonoidi, beljakovine, škrob, asparagin, rožmarinska, oksalna, fosforna in dušikova kislina, estrogeni hormoni, kalijeve in kalcijeve soli.

Žajbelj je eno najbolj cenjenih zdravilnih rastlin, kar dokazuje tudi latinsko ime (*salvere* – zdraviti, *officinalis* – uradno priznan kot zdravilo). V Evropo ga je iz Vzhoda prinesel Karl Veliki. Včasih so verjeli, da že samo v vrtu posejan žajbelj, prinaša zdravje. Rimljani so žajbelj častili kot sveto rastlino in za nabiranje je bil potreben poseben obred, da je rastlina dala vse »božanske« učinkovine in moči.

Zaradi prisotnosti tujona, je žajbelj nujno potrebno kuhati 3 min, da se le-ta razgradi.

Delovanje: antimikrobno, antioksidativno in antiseptično: znižuje krvni tlak, oddaja vodo, odpravlja depresijo, tesnobo in utrujenost, čisti in krepi tkivo, odpravlja menstrualne težave,...

HLADNOSTISKANA SIBIRSKA OLJA

Za razstrupljanje telesa oz. celice je idealna kombinacija štirih hladnostiskanih sibirskih olj: **olje iz oreščkov sibirske cedre, olje gobe rejši, olje iz šipkovih semen in olje iz pšeničnih kalčkov.**

OLJE IZ OREŠČKOV SIBIRSKE CEDRE – *Pinus sibirica*

Sestavine:

vitamini - B-kompleksa: B1, B2, B3, pantotenska kislina, B6, B12

antioksidanti – vitamina C in E ter beta karoten

minerali – baker, magnezij, mangan, silicij, vanadij, fosfor, jod, cink, kobalt, nikelj, molibden, kalij, kalcij, svinec, bor, železo, barij, titan, srebro, aluminij, natrij, kositer in fluor.

Delovanje: stimulira biosintezo elementov pri metabolizmu maščob in ogljikovih hidratov, uravnava krvni tlak, stimulira jetrno krvno cirkulacijo in zmanjšuje koagulacijo krvi, vrača vitalnost, lajša simptome kronične utrujenosti in povečuje mentalne in telesne sposobnosti, vzpostavlja hormonsko ravnovesje, uravnava prebavo, deluje proti alergijam in izjemno dviga odpornost organizma.

OLJE IZ GOBE REJŠI – *Ganoderma lucidum*

Sestava: beljakovine z vsemi esencialnimi in neesencialnimi aminokislinami in amini, polisaharidi, β -glukan, antioksidanti, vit. A, C, B2, B3, pantotenska kislina, ergosteroli, minerali, triterpenoidi (ganodemska kislina), naravni antibiotiki, encimi in njihovi inhibitorji ter lanostanoidi.

Delovanje: zavira zlepljanje trombocitov, lajša bolečine, deluje kardiotonično, protivnetno, pospešuje rast kostnega mozga, povečuje raven interleukina 1 in 2, povečuje število belih krvnih teles in hemoglobina, razstruplja jetra, deluje protitumorsko in citotoksično, spodbuja naravno imunsko delovanje, znižuje serumski holesterol in trigliceride, uravnava krvni tlak in nivo sladkorja, pomaga pri paralizi, kronični utrujenosti, preprečuje zastajanje tekočine v organizmu,...

OLJE IZ ŠIPKOVII SEMEN – *Rosa canina*

Sestava: karoten, vitamin C, vitamin E, magnezijeve soli,...

Delovanje: za zdravljenje prehladov in gripe, preprečevanje in odvajanje ledvičnih kamnov in vode iz telesa, znižuje holesterol v krvi, pri vnetju sluznice in dlesni, proti utrujenosti in zgagi,...

OLJE IZ PŠENIČNIH KALČKOV

Sestava: bogat naravni vir E vitamina oz. tokoferola. (600 mg/100g), s tem, da prevladuje njegova najaktivnejša oblika - α -tokoferol; maščobne kisline (palmitinska, oleinska, linolenska – ki znižuje tveganje za srčni anpad), karotenoidi, vitamini skupine B in D.

Delovanje: preprečevanje srčne ishemije in infarkta, motenj spolnosti pri moških, prežgodnjega staranja, zaščita pred rakom, znižuje sladkor in holesterol,...

Tretma teh štirih olj v količini 3x1 žlička dnevno deluje obenem kot čiščenje in krepitev celice.

ČIŠČENJE BIVALNEGA OKOLJA

Pred zimo in spomladi navadno generalno pospravimo svoje bivalno okolje. O pomenu čistega bivalnega okolja je mnogo napisanega, pa vendar kljub temu vsakič znova odkrivamo, da si v svojem bivalnem okolju kopičimo neuporabne in mnogokrat tudi nezdrave stvari.

Odstraniti jih! Izjemno pomembno je, da iz svojih bivalnih prostorov odstranite vse razpršilce, naftalin (proti moljem uporabljajte eterično olje smilja), osvežilce, skratka vso kemijo!

Konstantno nam zastruplja telo in nesmiselno je uživati zdravo hrano in nasploh graditi svoje zdravje, če vsakodnevno uporabljamo strupe v omenjenih preparatih.

V preteklosti so ljudje izjemno pozornost namenili tudi energijskemu čiščenju prostora. V ta namen so zažigali različna zelišča in kadili svoje prostore. Ne gre za vraževernost: rastlinska kadila so energijsko izjemno močna in informirajo prostor, kjer so se morda nakopičile negativne energijske vibracije, z univerzalno energijsko frekvenco. V ta namen so primerna tudi čista eterična olja. Že Paracelzus, švicarski alkimist, zdravnik in filozof (1493-1541) je izhajal iz stališča, da ima rastlina svojo kvintesenco oz. za aktiven princip delovanja, ki človeka harmonizira z naravo. Brin npr. je že pri Ilirih veljal za sveto rastlino. Z dimom iz brinovih vejic so odganjali zlo in uroke. Za energijsko čiščenje prostora so različne kulture v zgodovini uporabljale predvsem žajbelj, bor, cedro in lovor, pa tudi sol.

ČIŠČENJE ČLOVEKOVEGA BIO-POLJA

Človek je specifična oblika univerzalne življenjske energije. Medtem, ko uradna medicina človeka obravnava kot bolj ali manj definirano fizikalno in kemijsko strukturo, holistična medicina povdarja, da je človek potencial številnih energijskih tokov in transformacij. Po l. 1979, ko je bila akupunktura tudi uradno potrjena in priznana kot enakovredna vsem ostalim metodam zdravljenja, je prišlo do popolnoma drugačnega pristopa k fiziologiji in patofiziologiji, obenem pa se je pričel tudi razvoj energetske koncepcije medicine, ki je usmerjena v odkrivanje sprememb v organizmu preden so se razvile organske spremembe tkiva ali organa.

Naše fizično in mentalno telo je v nenehni energijski interakciji z energijo Zemlje in energijo Kozmosa. Energija Zemlje (7,8 Hz) spiralno vstopa v naše telo skozi korenski energijski

center (ali čakro) na dnu hrbtenice . Energija iz Kozmosa vstopa v človeka skozi kronski energijski cente na vrhu glave. Obe energiji se v telesu prepletata v obliki dvojne vijačnice (kot DNK) . Ta večni pretok energije imenujemo življenje. Neoviran pretok energije skozi energijske centre je pogoj zdravja.

ENERGIJSKI CENTRI:

1. **kronski energijski center:** nahaja se na vrhu glave, malo nad temenom in je na fizičnem nivoju povezan s češariko, ki uravnava spanje in budnost. Pripada mu element misel kot nematerializirana oblika vsega, število 32 (972) m vijolična barva (tudi bela), frekvenca 493,9 Hz, ton H, nebeško telo Mesec, kamni diamant, obsidian, ametist in hrana, pridobljena z dihanjem (prana). Kanalizira energijo iz Kozmosa. Preko tega energijskega centra komuniciramo z višjim jazom. Predstavlja povezavo z vsem, kar je onstran omejene zavesti. Omogoča, da se zavedamo višjih duhovnih nivojev. Zmanjšano delovanje vpliva na spanec in sanje.
2. **tretje oko:** nahaja se na sredini čela, malo nad obrvmi in je na fizični ravni povezan s hipofizo, ki ureja delovanje vseh žlez z notranjim izločanjem. Pripada mu element svetloba oz. izvor, število 2 (96), modra barva, frekvenca 440 Hz, ton A, planet Merkur, kamni ametist, modri flourit, smaragd, od jedi pa zelenjava, sadje in čaji iz preslice, vijolice, dobre misli in divje mačehe. Vpliva na spomin in percepcijo, na način mišljenja, intuicijo in prepoznavanje vzorcev. Zmanjšano delovanje vpliva na sinuse, kronične nahode, glavobole in migrene, težave z očmi. Na njeno delovanje vplivajo vse omamne snovi.
3. **grleni energijski center:** nahaja se v spodnjem delu vratu in je na fizični ravni povezan s ščitnico. Pripada mu element zvok, število 16, svetlomodra barva, frekvenca 425,3 Hz, ton G, planet Venera, kamni turkiz, lapis lazuli, sodalit, modri kremen, azurit, jedi modre barve (slive, črno gozdje, ribez, borovnice). Uravnava presnovo. Je sedež izražanja in komunikacije. Vpliva na voljo, odločnost, izbiro, ustvarjalnost in aktivnost. Pri zmanjšanem delovanju se lahko pojavi trema, vznemirjenost, vročina, vnetje, ponavljajoče se angine, težave s ščitnico in golša.
4. **srčni energijski center:** nahaja se za grodnico in je na fizični ravni povezan s timusom, ki uravnava imunski sistem. Pripada mu element zrak, število 12, zelena barva, frekvenca 349,2 Hz, ton F, zvezdno telo Sonce, kamni roževec, akvamarin, peridot, smaragd in turmelin, jedi zelene barve. Vpliva na celice, kri in življenjsko moč. Zaradi svoje sredinske lege deluje kot posrednik med spodnjimi zemeljskimi in zgornjimi zračnimi energijskimi centri. Vpliva na čustva, dajanje in sprejemanje ljubezni, na ranljivost in potrebo po harmoniji. Zmanjšano delovanje vpliva na spremembe v razpoloženju, na občutljivost, na srčne težave in krvni obtok.
5. **trebušni energijski center:** nahaja se v predelu solarnega plexusa in je na fizični ravni povezan s trebušno slinavko in jetri. Pripada mu element ogenj, število 10, rumena barva, frekvenca 329,6 Hz, ton E, planet Mars, kamni citrin, tigrovo oko, rumeni kalcit, jantar, topaz, jedi rumene barve in različna semena. Je center energije. Če se v njegovem centru skoncentriramo na žarečo kroglo, začne oddajati energijo, ki zdravilno vpliva na celotno telo. Ta energijski center zbira energijo, ki se pretaka skozi telo. Vpliva na naš odnos do moči. Zmanjšano delovanje je povezano s težavami z jetri, s prebavo in presnovo. Če ne deluje pravilno, se na umskem nivoju povdarja občutek krivde in manjvrednosti, povzroča nagnjenost k alkoholizmu, težave s samokontrolo, nastopi egoizem, tesnoba in strah.
6. **spolni energijski center:** nahaja se dva prsta pod popkom in je na fizični ravni povezan z vranico. Pripada mu element voda, število 6, oranžna barva, frekvenca 277,2 Hz, ton D, planet Jupiter, kamni granat, roza turmelin, zlati topaz, roževec, jedi

oranžne barve. Povezan je s čustvi kot so jeza, strah, žalost in veselje. Vpliva na kreativnost in učenje, na odnos do zemeljskih energij, do našega telesa, doživljanje spolnosti, na čutne zaznave in življenjske užitke. Zmanjšano delovanje vpliva na plodnost, spolnost, na prostato, menstruacijske težave, težave s kolki, križem, alergije, razdražljivost, pomanjkanje ustvarjalnosti, raztresenost, brezvoljnost in malodušje.

7. **korenski energijski center:** nahaja se na koncu hrbtenice ob trtici v presredku in je na fizičnem nivoju povezan z nadledvičnima žlezama. Pripada mu element zemlja, število 4, rdeča barva, frekvenca 261,6 Hz, ton C, planet Saturn, kamni rubin, granat, jaspis, jedi rdeče barve. Njegova energija je povezana s preživetjem in ozemljitvijo, voljo in samozavestjo. Zmanjšano delovanje povzroča anemijo, artritis, hemeroide, slabo cirkulacijo, pomanjkanje samozavesti, utrujenost, vpliva na pretirano skromnost, plahost in brezvoljnost. V spiritualnem kontekstu je sedež izvorne energije – kundalini šakti. Kundalini je kača, ki spi. Je izvor vseh energij v človeku in vesolju. Naloga človeka je, da to kačo prebudi in jo popelje v kronski energijski center, kjer se izvorna energija združi s čisto zavestjo.

Da bi energija lahko krožila, morajo biti naši energijski centri pretočni. Eden najmočnejših načinov za zagotavljanje pretočnosti je **barvno dihanje** skozi energijske centre. Pričnemo s kronskim energijskim centrom in skozenj vdihnemo **vijolično**, zadržimo dih in skozi tretje oko izdihnemo modro. Po tem skozi tretje oko vdihnemo **modro**, zadržimo dih in skozi grleni energijski center izdihnemo svetlo modro – nadaljujemo vdih **svetlo modro** in izdih zeleno skozi srčni energijski center, vdih **zeleno**, izdih rumeno skozi trebušni energijski center, vdih **rumeno** in izdih oranžno skozi spolni energijski center, vdih **oranžno** in izdih **rdeče** skoz korenski energijski center. Ta vaja zahteva nekoliko koncentracije in vizualizacije barv, vendar se je vredno potruditi, ker deluje izjemno močno. Zagotavlja absolutno pretočnost življenjske energije.

Bolj enostaven način energijskega čiščenja je s pomočjo breze. Breza v Sibiriji in pri mnogih drugih avtohtonih kulturah velja za enega najmočnejših energijskih katalizatorjev. Sibirci na brezove veje obešajo trakove, v katere prenesejo svoje skrbi, žalost, bolezen, strahove, ... Breza je drevo, ki človeku ponuja zaščito. V Rusiji na vrh brezinih vej zavezujejo rdeč trak in verujejo, da jih bo to obvarovalo pred uroki. Po starem slovenskem ljudskem izročilu nas brezina veja varuje pred strelami. Nekatera stara ljudstva verujejo, da tepežkanje z brezovimi vejami, iz človeka izžene zle duhove. Čarovniške metle so bile narejene iz brezinih vej, razne čarovniške knjige pa navajajo, da če želimo privabiti v svoje življenje ljubezen, na kos brezinega lubja, ki ga naberemo ob mlaju, z rdečo barvo napišemo ljubezensko željo in to potem kot kadilo zažgemo. V Sibiriji otroke položijo v zibko iz brezinega lesa, ki otroka varuje in ščiti pred boleznimi. Ko ljudje umrejo, pa jih pokopljejo v cedrovinasti krsti. Breza in cedra, ki v tajgi živita v popolni harmoniji, spremljata tako človeka skozi življenje. Breza izniči negativne energije, cedra transformira pozitivno energijo in večni krog življenja je sklenjen. Način komunikacije z brezo je popolnoma individualen: stik z njenim deblom ter notranji dialog med brezo in človekom narekuje notranji glas, ki mu je potrebno prisluhniti.

Po tem, ko človek svoje energijske centre očisti, je svoje energijsko telo potrebno tudi zaščititi. Najenostavnejši način je, da se zaprete v rdečo kroglo. Okrog sebe vizualizirajte rdečo neprebojno lupino, ki onemogoča vdor negativnih energij v vaše energijsko polje. Na ta način lahko zaščitite sebe, svoje bližnje, svojo hišo, avto, ...

Človekova čutila (vid, sluh, vonj, okus in tip) ne zadoščajo za razlago dogajanj, ki jih sprožimo z aktivacijo biopolja, ki se samo generira. Ljudje smo pač navajeni, da smo

pripravljeni sprejeti stvari, v katere lahko verjamemo in ki jih lahko empirično dokažemo. Obstoj biopolja je senzibilnim ljudem sicer verjeten, vendar le redko kdo pomisli, da s tem poljem pravzaprav operiramo sami. Ustvarjamo ga z močjo naših misli, z vizualizacijo in predvsem s priznanjem njegovega obstoja. Izrek v Svetem pismu »Najprej je bila beseda...« kaže na dejstvo, da stvari pričnejo obstajati takrat, ko jim damo ime. Naš kognitivni način razmišljanja deluje pač tako, da vse, kar zaznamo s čutili, prevedemo v besedo, ki se skozi misli transformira v informacijo. Dvig zavesti dopušča seveda možnost percepcije t.i. »paranormalnih« stanj oz. tistih energijskih frekvenc, ki jih naša čutila ne prepoznavajo, vendar je to sposobnost potrebno prebuditi in jo razvijati. Enostavno je potrebno aktivirati naše »antene«, ki bodo prestregle te frekvence in slej ko prej jih bomo prepoznali tudi tako, da bomo njihova sporočila lahko ozavestili.

Kakšne posledice bo imela urbanizacija Zemlje? Onesnaževanje okolja povzroča naraščanje patogenih dejavnikov. Pomanjkanje kisika v krvi povzroča zmanjšanje obrambnih sposobnosti organizma proti infekcijam. Nenehno narašča število kroničnih bolezni, kardiovaskularnih, psihičnih in alergijskih obolenj, obolenj dihalnih poti, trebušne votline, opornega in gibalnega sistema in presnove. V času po uvedbi antibiotikov je prišlo do evolucije bolezni. Zdravniki imajo opraviti z vedno večjim številom rezidentih mikroorganizmov. V boju proti bolezni se je sodobna družba usmerila predvsem na iskanje zdravil proti njim - torej v posel, namesto, da bi se bili posvetili profilaksi in zdravilnim ukrepom, ki krepijo varovalne mehanizme človeškega telesa, še zlasti imunološki sistem. Ruski znanstvenik Salmanov je v svoji knjigi *Skrita modrost človeškega organizma* prišel do spoznanja, da množična sredstva za zmanjšanje temperature vodijo do distrofičnih pojavov in do poslabšanja bolezenskega stanja. Visoka temperatura preprečuje oz. onemogoča vdor virusov v celico. Način zdravljenja znane gruzijske zdraviteljice Džune Dagigašvili z t.i. ogrevanjem krvi povzroči povečanje fagocitarne dejavnosti levkocitov in celic retikulo-endotelijskega sistema, vzpodbuja človekov imunološki sistem in dejavnost encimov. Sposobnost zdravljenja s to metodo si lahko pridobi ali obudi vsakdo, kot se lahko nauči vsakdo igrati klavir. Ko so nekoč ljudje čutili, da se jim bliža smrt, so dejali: «Kri se mi ohlaja!» Vroča kri nam obljublja dolgo življenje.

Večina načinov zdravljenja, ki ga prakticira uradna medicina, ne prodre do jedra bolezenskih procesov, ampak te procese le zatira in preprosto nevtralizira vidne simptome. Tudi večina zdravil, ki se uporabljajo se začne z izrazom anti – torej proti: antipsihotiki in antidepresivi, antihipertenzivi, antikovulzivi, antihistamini. Ta medicina je v resnici anti-medicina, saj zatira simptome. Zlasti nevarni so steroidi in kortikosteroidi, ker imajo zaradi izjemne zaviralne moči tudi izjemno toksičnost. Temeljna zdravnikova naloga je ljudi učiti, ne zdraviti. Lat. izraz doktor pomeni učitelj! Učenje ljudi, kako preprečevati bolezen bi morala biti pglavilna, zdravljenje že obstoječe bolezni pa drugotna naloga zdravnikov. Pri tem se postavlja vprašanje, kako doseči, da se bodo zdravniki bolj zavedali moči, ki jim jo pripisujejo bolniki, pa seveda tudi možnosti, da to moč reflektirajo nazaj na način, ki na zdravje vpliva v pozitivnem, ne v negativnem smislu, in vzpodbuja, ne pa zavira spontano zdravljenje. Zdravnikom smo vsilili vloge, ki v tradicionalnih kulturah pripadajo šamanom in svečenikom. Naši zdravniki pa se jih nikoli niso naučili primerno igrati. Izvrstni šamani so mojstri psihoterapije, ki vedo, kako lahko v človeka projecirana prepričanja bolniku pomagajo ozdraveti.

Dr. Andrew Weil v svoji knjigi *Spontano zdravljenje* pravi:

«Če je sposobnost samozdravljenja nevidna iz zornega kota klinične medicine, je obstoj te sposobnosti jasen z drugih vidikov. Je evolucijska nuja, saj organizmi morajo imeti

mehanizme samozdravljenja, da nevtralizirajo sile, povzročiteljice poškodb in bolezni. Človeška vrsta skoraj ves čas svojega obstoja ni poznala zdravnikov, ne konvencionalnih, ne alternativnih. Že na podlagi preživetja vrste lahko sklepamo o obstoju sposobnosti samozdravljenja.«

KREPITEV TELESA

Naše življenje seveda ne vodi usoda ali neka imaginarna »sila od zgoraj« - naše življenje vodi silovita energija, ki jo v sebi nosi samo človeška misel. Živeti srečno, zdravo in polno življenje je naša pravica in samo od nas je odvisno, ali si bomo takšno življenje resnično ustvarili. Zdravje je pri tem ključnega pomena. Če smo ga že izgubili, bo potrebno nekoliko več truda, če pa ga želimo ohraniti, bo delo nekoliko lažje, kljub vsemu pa je krepitev telesa eden od pogojev za doseg tega cilja. Vsakodnevno gibanje, zdrava makrobiotična hrana, dihanje na svežem zraku, hoja po jutranji rosi, knajpanje, delo, ljubezen, mir in harmonija – vse to je nujno potrebno, da človek realizira svoje polno življenje.

Vsako živo bitje na zemlji ima programirano življenjsko dobo. Večina ljudi ne umre zato, ker so izživel svoje življenje, temveč zato, ker je prišlo do okvare v mehanizmu regulacije življenjskih funkcij. Verovanje, da se človek obrabi kot stroj ali obleka, je povzeto iz fizike. Skoraj nihče noče dojeti, da je človek odprt sistem, ki razpolaga z velikimi, bolj ali manj neraziskanimi možnostmi. Naše prepričanje, da nam je odmerjeno kakšnih 70 ali 80 let življenja, je popolnoma napačno. Človeku je narava namenila življenjsko dobo 100-120 let. Danes obstajajo že eksperimentalni podatki, da lahko informacijsko-energetsko vplivamo na živa bitja tako, da aktiviramo in stabiliziramo vse življenjske funkcije organizma. Ne vemo še, ali se ta učinek dogaja na ravni celice, molekul, atomov ali subatomov, vsekakor pa je pričakovati, da bodo fiziki in biologi tudi to kmalu raziskali in pojasnili. Prihodnost je v naših rokah. Te pa so sposobne ustvarjati dobro ali slabo. Izbira je naša.

Sibirci imajo navado, da ob slovesu človeku zaželijo: Dolgo življenje in dobro sibirsko zdravje!« Eden izmed njihovih starodavnih receptov za dolgo življenje in dobro zdravje je **SIBIRSKI ELIKSIR ŽIVLJENJA**, s katerim pričnejo vsak dan. Naredijo ga iz olja iz oreščkov sirske cedre, medu in cvetnega prahu. Eno malo žličko vsake od teh sestavin zmešajo v skodelici in na tešče pojedjo. Pri tem povdarjajo, da je izjemno pomembno, da ob tem, ko si pripravljáš eliksir življenja, misliš izključno na **svoj** eliksir življenja. Sibirski eliksir življenja deluje na povečanje psihofizične kondicije, krepitev imunskega sistema, zagotavlja dobro počutje in s tem, kot pravijo Sibirci, dolgo življenje in dobro sibirsko zdravje.

ŽIVA KNJIGA

IZVOR UNIVERZALNE LJUBEZNI

Ženske kot so Valio Ramira, Ljudmila Konjušuhina in Džuna Davitašvili bi nekdaj imenovali »čarovnice«. Še danes se najde kdo, ki neglede na vrsto znanstveno potrjenih študij o njihovem delu, ne more mimo prepričanja, da gre za čarovništvo. Sodobna znanost, ki raziskuje fenomen diagnosticiranja in zdravljenja, ki ga te ženske prakticirajo že od zgodnjega otroštva, jih imenuje »absolutni mediji«. Izvor življenja in delo teh treh žensk, ima skupni imenovalec: potomke prastarih kultur Sibirije, Kazahstana in Gruzije, doktorice, znanstvenice, ki so svoje življenje posvetile zdravljenju in učenju ljudi. Pri tem izhajajo iz dejstva, da je temeljna naloga zdravnika ljudi učiti, ne zdraviti. Latinski izraz doktor pomeni učitelj, torej je njihovo primarno poslanstvo učiti kako doseči homeostazo, torej notranje in zunanje

ravnovesje organizma. Dejstvo je, da je človek odprt sistem, ki razpolaga z velikimi, bolj ali manj neraziskanimi sposobnostmi. Danes obstaja vrsta eksperimentalnih podatkov, da lahko informacijsko-energetsko vplivamo na živa bitja tako, da aktiviramo in stabiliziramo vse življenske funkcije organizma. Ne vemo še, ali se ta učinek dogaja na ravni celice, molekul, atomov ali subatomov, vsekakor pa je pričakovati, da bodo fiziki in biologi tudi to kmalu raziskali in pojasnili.

Valio Ramira, Ljudmila Konjušuhina in Džuna Davitašvili so se pri svojem delu soočile s problemom, da je glede na nenehno rast števila bolnih ljudi, nemogoče pomagati vsem. Svoje znanje in tehnike zato predajajo svojim učencem v okviru svojih šol, pa tudi predavanj v različnih mednarodnih centrih, akademijah in simpozijih. Obenem so vse tri tudi glasbenice, pesnice, pisateljice in slikarke in tako skozi umetnost transformirajo svoje poslanstvo z namenom, da bi se dotaknilo čimveč src.

Ko mi je letos avgusta Valio Ramira podarila svojo knjigo, ki je pravkar izšla v Novosibirsku, sem se zelo razveselila: že dotik s knjigo je sprožil izjemno močne energijske tokove in vedela sem, da v rokah držim nekaj živega. Ko sem odvila darilo, sem ostrmela nad naslovnico in naslovom: veliko rožnato srce v obliki prstana okrog Zemlje in naslov **ŽIVA KNJIGA – IZVOR UNIVERZALNE LJUBEZNI**.

Valio Ramira je v posvetilu izrazila željo, da to knjigo posredujem vsem ljudem, da se bo energija Univerzalne Ljubezni širila na vse, kar obstaja, in sprožila pretok Univerzalne energije.

Namen knjige v predgovoru osvetli VELIKI POZIV

Iz središča svetlobe, ki je v umu
 Boga
 naj svetloba teče v um ljudi,
 naj se svetloba preliva na Zemljo.
 Iz središča ljubezni, ki je v srcu
 Boga,
 naj ljubezen teče v srca ljudi,
 naj se Kristus vrne na Zemljo,
 iz središča Božanske volje
 naj cilj usmeri voljo ljudi,
 tisti cilj, ki mu zvesto sledijo
 Učitelji,
 naj ustvarijo svetlobo, ljubezen in
 moč –
 to je bodočnost na Zemlji.

V nadaljevanju avtorica izpostavi povezavo med reprogramiranjem človekovega bio-energijskega polja in reprogramiranjem zemeljskega elektromagnetnega polja, ki se je zgodilo 11. avgusta 1999. O tem mag.teh.zn. Jurij Bogdanov z Inštituta za bionuklearno fiziko v Novosibirsku pravi:

»Zgodilo se je 11. avgusta 1999 – sončni mrk: v trenutku, ko je Luna prekrivala s soncem obsijane predele Zemlje, je Zemlja doživela močno vzbujenje, parametri njenega elektro-

magnetnega polja pa so se znatno spremenili. Naš planet je oddal v kozmos vso akumulirano energijo. Pri tem se je njen potencial začel zmanjševati in je v nekem trenutku postal enak ničli. Nato je Zemlja počasi pričela prehajati iz stanja klinične smrti: elektromagnetno srce je znova pričelo biti, toda njegovi parametri so bili popolnoma drugačni, vektor polja je spremenil svojo smer – naš planet se je prerodil in dobil novo kvaliteto.»

Datum 11.8.1999 je tako postal začetni datum, »ničelna točka« na novi časovni skali procesa evolucije na Zemlji. Ker smo vsi del Univerzuma, je ta preobrazba posegla tudi v človekovo bio-polje, ki v procesu prehajanja v druga frekvenčna polja, doživlja mutacijo, ki jo Univerzum izvaja po vsej Zemlji.

ŽIVA KNJIGA deluje kot posrednik z energijskimi frekvencami, ki skozi proces transmutacije (spremembe kemijskih elementov na nivoju molekul) in transplantacije (obnavljanja telesnih organov z delno zamenjavo ali odstranitvijo nekaterih organov ali organskih sistemov) sprožajo spremembo kodnega zapisa v celici.

Avtorica VALIO RAMIRA pravi:

«Mnogo ljudi me sprašuje, kaj me je napeljalo k zdravilstvu. Rodila sem se v majhni vasi globoko v sibirski tajgi. Spominjam se, da sva z mamo pogosto obiskovali gozdno jaso, ki so jo obkrožale veličastne cedre. Sredi te jase sem nekoč videla snop svetlobe, ki se je vzpenjal v nebo. Nad menoj so krožile bele ptice. Mamo sem vprašala, kaj je to, toda ona ni ničesar videla. Že kot otrok sem imela sposobnost zdravljenja: k meni so prihajali ljudje z različnimi boleznimi, ranami, bolečinami ... Niti sama nisem razumela, kaj se je dogajalo, toda rane so se ob mojem dotiku, mojem božanju ali moji pesmi preprosto zaprle, bolečine so izginile. Skozi študij sem kasneje marsikaj lahko empirično opredelila, toda samega procesa zdravljenja, ki se je aktiviral ob mojem dotiku, še danes ne znam razložiti. Dejstvo je, da sem skozi dolgoletne izkušnje prišla do spoznanja, da ima vsakdo vprogramiran program samozdravljenja, čeprav ga klinična medicina vztrajno negira. Ali se ta pozabljeni princip, ki je bil pravzaprav evolucijska nuja, da se je človeška vrsta ohranila, ob mojem posredovanju aktivira, je pravzaprav nepomembno – pomembno je, da energija, ki jo transformiram, pozitivno deluje in osrečuje ljudi. ŽIVO KNJIGO sem napisala z namenom, da opravlja svoje poslanstvo: da vzpostavi stanje ljubezni, sreče, zdravja in harmonije.»

VALIO RAMIRA je predavateljica na Mednarodni akademiji za kozmične energije, Akademiji tradicionalne ljudske medicine »Šola Lhasa«, v Mednarodnem medicinskem centru »Kandib«, na Znanstveno raziskovalnem centru »Džuna Davitašvili« in na Mednarodni akademiji Su Džok.

Želja avtorice Valio Ramire, da knjiga spremeni življenje na Zemlji na boljše, da pride v vsako družino, da gre iz rok v roke, iz generacije v generacijo, je morda iluzija. Toda vse velike stvari v zgodovine človeštva so se rodile iz iluzije ljudi, ki so želeli le dobro. Tudi če so bili zato pribiti na križ, sežgani na grmadi, izločeni iz družbe, iluzije, ki so jih vodile, se slejkoprej materializirajo. Pa vendar sem se spraševala, kako naj vendar Živa knjiga pride v vsako družino? Saj le redki kupujejo knjige. In ta knjiga pravzaprav ni knjiga – je živa knjiga. Teksti so na kognitivni ravni nerazumljivi, saj so pisani v starih vedskih pismenkah, ki so videti kot hieroglifi. Kdo bo pa verjel, da so to »antene« za neke »čudežne« energijske frekvence, ki nas bodo reprogramirale? Polna dilem, sem poklicala Valio in jo vprašala: »Valio, saj Živa knjiga ni Biblija, da bi jo kupila vsaka družina – kako naj pride do ljudi?« Pričakovala sem obrazložitev, Valio pa je rekla le: »Poglej naslovnico!« Postal mi je jasno: skozi srce vendar! Ljubezen vstopa vendar skozi srce! Toda kako priti do src ljudi, ko so vendar zaprli vsa vrata do sebe? Odprla sem knjigo in našla odgovor:

*»Ko kličeš ljubezen Boga
in uresničuješ čisti namen,
so čudeži mogoči.«*

Čez nekaj dni sem bila med povabljenimi na otvoritvi razstave ikon Borisa Grkovića na Šenturški gori. Župnik Pavle Juhant, ki je organiziral razstavo, je ob otvoritvi poskrbel za izvrsten glasbeni večer. Mladi pianist Jure Goručan me je impresioniral s svojim talentom in izjemno karizmo. Po brezplodnem iskanju ključa do src ljudi, mi je ta mladi pianist, pokazal pot: glasba. Opazovala sem ljudi, ki so kot začarani poslušali in strmeli v njegove čudežne roke. Ko mi je kasneje župnik pripovedoval o Juretu, sem vedela, da je bilo naključje, da smo se spoznali, v resnici čisti namen, da se izvrši poslanstvo. Jure je stopil na pot, ki ga bo, če bo imel možnosti glede na njegov talent in trdo delo, pravgotovo nekoč pripeljala do svetovno priznanega pianista. Jure koncertira po svetu in prebuja srca ljudi. Ta srca bodo lahko razumela sporočilo Žive knjige in širila Univerzalno ljubezen. Da bo Juretovo poslanstvo lahko živelo, da se bo lahko šolal in koncertiral po vsem svetu, bo Živa knjiga sledila prizadevanjem župnika Pavla Juhanta, da Juretu s finančnimi sredstvi omogočimo njegovo glasbeno kariero: 10 EURov od vsake prodane knjige, bo namenjeno v sklad za podporo mladega glasbenika.

Jure Goručan je prvič sedel za klavir pred desetimi leti. Po spletu okoliščin je klavir Juretu podaril gospod župnik Pavle Juhant iz Tunjic pri Kamniku. Kot da bi vedel, da bodo takrat majhni Juretovi prstki kar takoj odbrzeli po črno-belih tipkah. Nastajale so melodije, v ponos staršem in prijateljem, Juretu pa v veliko veselje. Že isto leto je igral pri polnočni maši v Tunjicah. Na male hišne orgle je zaigral Sveto mašo in takoj nato zaspal v materinem naročju. Glasbeno šolanje je Jure začel v Trziču, kjer se je poleg klavirja učil tudi tolkala. Sledilo je šolanje na Glasbeni šoli na Jesenicah in v Kopru. Njegovo življenje je bilo eno samo potovanje: od doma do šole, na koncerte, ... V avtu je pisal domače naloge in se učil. Sledila so tekmovanja, kjer je Jure kot rezultat trdega dela, dosegal vrhunske rezultate: štiri leta zapored je bil zmagovalec državnega tekmovanja TEMSIG, dvakrat na solfeggiu, predlani na tolkalih in letos na klavirju. Jure se redno udeležuje poletnih šol v Dubrovniku in Estoniji, kjer je večkrat nastopil z orkestrom, prvič pri trinajstih letih. Nastopal je že v Avstriji, Lichtensteinu, Švici in na Hrvaškem. Še ne petnajstleten je opravil sprejemne izpite na Visoki šoli za glasbo v Kölnu, kjer je vpisan v razred prof.dr.h.c. Arba Valdme. Jure se pravkar pripravlja za nastop v Kölnski Filharmoniji in na turnejo devetih koncertov po Sloveniji, Hrvaški, Avstriji in Švici, kjer bo igral Chopinov koncert št. 1 v e-molu z Zagrebškimi solisti.

Te zgodbe pa ne bi bilo, če Juretu ne bi finančno in moralno pomagali dobri ljudje, največ pa gospod župnik Pavle Juhant, kakor, da mu Bog šepeta v uho: »S tega fanta še nekaj bo ...« Naj ta zgodba teče naprej in naj se s pomočjo ŽIVE KNJIGE vrši Juretovo poslanstvo.

PREDSTAVITEV ŽIVE KNJIGE bo 23. novembra 2007 ob 18.00 v Hotelu Grad v Preddvoru. Na predstavitvi bo igral Jure Goručan. Vstop bo prost. Prijave posredujte v recepcijo hotela na tel. št. 04 2559200, na moj tel. 041 704 014 ali na elektronski naslov: info@sequoia.si