

*Alma Daniel, Timothy Wylie i Andrew Ramer*



*Zamolite  
svoje anđele*



# Zamolite svoje anđele

Alma Daniel  
Timothy Wyllie  
Andrew Ramer

Ilustrirao  
Yanni Posnakoff



ARTLOGOS  
Zagreb 2003.



# Sadržaj



Vježbe .....	ix
Zahvale .....	xiii
Predgovor .....	17

## • I dio •

<b><i>Anđeli, anđeli, anđeli</i></b> .....	25
Poglavlje 1. – Anđeli nas čuvaju .....	27
Poglavlje 2. – Anđeli kroz povijest .....	48
Poglavlje 3. – Kako smo mi susreli svoje anđele .....	61

## • II dio •

<b><i>Kako zamoliti anđele – Proces Milost</i></b> .....	97
Poglavlje 4. – Uzemljavanje .....	101
Poglavlje 5. – Otpuštanje .....	118
Poglavlje 6. – Povezivanje .....	121



Poglavlje 7. – Druženje .....	150
Poglavlje 8. – Užitek i zabava uz <i>Riječi anđela</i> .....	163

• III dio •

<b><i>U zajedništvu s anđelima</i></b> .....	185
Poglavlje 9. – Fino usklađivanje s anđelima .....	188
Poglavlje 10. – Pisanje pisama i sanjanje s anđelima .....	203
Poglavlje 11. – S anđelima do cilja .....	217
Poglavlje 12. – Rad s anđelima na oporavljanju i iscjeljivanju .....	235
Poglavlje 13. – Rad s anđelima na svim vašim odnosima .....	260
Poglavlje 14. – Grupni rad s anđelima .....	274
Pogovor .....	294
Literatura .....	299
O autorima .....	303

# Vježbe

<i>Poglavlje 4.</i>	
1. Uvod u uzemljavanje vašeg fizičkog tijela .....	104
2. Istraživanje čakri .....	109
3. Osnovna meditacija uzemljavanja .....	111
<i>Poglavlje 5.</i>	
4. Lista prljavog duhovnog rublja	
1. dio - Prikupljanje .....	121
5. Lista prljavog duhovnog rublja	
2. dio - Raspoređivanje .....	123
6. Osnovna vježba otpuštanja .....	127
<i>Poglavlje 6.</i>	
7. Razvijanje slušanja .....	137
8. Centrirajuća meditacija .....	139
9. Otvaranje grlene čakre vokaliziranjem .....	140
10. Pozivanje anđela .....	141
11. Vizualiziranje energetskog usklađivanja .....	143

### *Poglavlje 7.*

13. Otvaranje svojem anđelu .....	152
14. Pitajte svoje anđele .....	159

### *Poglavlje 8.*

15. Brzi pristup <i>Riječima anđela</i> .....	164
16. Kako upotrebljavati karte <i>Riječi anđela</i> .....	168

### *Poglavlje 9.*

17. Napredno uzemljavanje .....	189
18. Unutarnji telefon .....	192
19. Oslobođanje zemljom .....	197
20. Oslobođanje vodom .....	199
21. Oslobođanje vatrom .....	200

### *Poglavlje 10.*

22. Pisma vašem anđelu .....	205
23. Afirmacije za san .....	211
24. Anđeosko dizalo .....	215
25. Da bi snovi postali stvarnost .....	223
26. Brzo čišćenje i otpuštanje .....	226
27. Oslobođanje zrakom .....	229
28. Anđeoski kišobran .....	231
29. Anđeoski usisavač .....	233

### *Poglavlje 12.*

30. Usklađivanje Trećeg oka .....	244
31. Anđeoski staklenik .....	246
32. Iscijelite srce radeći sa svojim anđelom .....	253

### *Poglavlje 13.*

33. Uskladjivanje s anđelima povezivanja . . . . .	261
34. Vizualizacija za iscjeljenje odnosa . . . . .	264
35. Uzemljavanje s drugom osobom . . . . .	266
36. Povezivanje s drugom osobom . . . . .	267

### *Poglavlje 14.*

37. Postavljanje pitanja za drugu osobu . . . . .	270
38. Grupna vizualizacija za iscjeljivanje planeta Zemlje . . . . .	281
39. Rad s višim anđeoskim bićima . . . . .	289
40. Vizija budućnosti . . . . .	291



# Zahvale

**Z**a nastanak knjige nikad nije zaslužan samo autor, u ovom slučaju njih troje. Dugujemo mnogima čija imena možda neće biti spomenuta, osobito ljudima koji su pohađali naše radionice i pomogli nam da doradimo tehnike koje vam nudimo u knjizi *Zamolite svoje anđele*. Želimo izraziti iskrenu zahvalnost svakome od vas, kao i svim drugim anđelima, imenovanima i neimenovanima, koji su doprinijeli stvaranju ove knjige.

Dva anđela zasigurno zaslužuju najveće priznanje – Barbara Bowen, koja nam je pružala neprocjenjive savjete i Barbara Shor, koja nam je pomogla da uskladimo osjećaje, razmišljanja i tijek nastajanja ove knjige.

Veliko hvala Jeffu Doctoroffu, koji je “plesao” između izdavača, autora, izvedbe i anđela i međusobno ih umješno povezivao.

Duboku zahvalnost zaslužuje Yanni Posnakoff, za neobične, radošću ispunjene ilustracije koje krase ove stranice. Zahvalnost zaslužuje i Malachi McCormick, za dopuštenje da njegovim crtežom anđela najavimo svaku vježbu.

Osobito veliko hvala Moni Brookes iz škole Monart. Svoje je studente umjetnosti nadahnula na stvaranje zadivljujućih izvedbi anđela, koje, na žalost, nismo mogli iskoristiti. Zadivili su nas crteži anđela Christophera Castlea, Williama Giesea, June Atkin Sanders i

i svih ostalih umjetnik.

## ZAHVALE

Mnogi su nam velikodušno dopustili da u knjizi objavimo njihove doživljaje. U nekim smo slučajevima promijenili imena i prepoznavajuće pojedinosti.

Posebno priznanje zaslužuju Hilda Brown, Mimi DeMirijan, Lee Ellis, Caroline Ely, Anne Entus, Deborah Hicks, Dorothy Maclean, Mercury, Sara Michaels-Smith, Monte Morris, Patricia Powell, Joe Rodriguez, Gail San Filippo, Michael Schwager, Paul Selig, Carolyn Short, Solara, David Spangler, Betsy Stang, Elsita Sterling, Felicia Telsey, LiLi Townsend, Martha Wakefield i Paul Waterman.

Zahvaljujemo Jackie Sideli i Johnu Sideliu što su nam ljubazno omogućili tihi kutak u kojem se njedrio i odnjegovao vrlo važan dio ove knjige.

Pravi je blagoslov prijateljstvo i vjera mnogih pojedinaca koji su nam pomagali u organiziranju anđeoskih radionica u Sjedinjenim Američkim Državama, Kanadi i Europi: Mary Bohaychuk, Carmel Bouzane, Andy Cox, Cathy Deutsch, Mary Donker, Elana Freeman, Glenn of Trees, Liane Haynes, Carol Horne, Karen Malcolm, Cynthia O'Neal, Ralph Pittman, Ann Seamster, Ellen Sokolow, Emerald Star, Jill Steiner, John Stowe, David Tenerowicz, Ruth Terry, Laura Watts i Mindy Yanish.

Za veliku pomoć u istraživanju zahvaljujemo Abi'l-Khayru, rabinu Steveu Blumbergu, časnom Eldonu Cooleyu, Davidu Gitomeru, Menachemu Kallushu, Hermanu Millsu, dr. Abdel-Rahmanu Osmanu i knjižničarima religijskog odjela Javne knjižnice u Brooklynu.

Još je mnogo onih koji su pomagali i ohrabivali nas: Elli Bamberidge, Jean Barrett, Teza Bates, Nelson Bloncourt, Judith Borg, Gail Brudny, Ivan Chelnick, Jyori Crystal, Connie Costa, Valerie de Montvallon, Anjani DiBello, časni D'Or, Ruth Drayer, Annette i Ed Eckart, Robert Faust, Marilyn Ferguson, John Fletcher Harris, Kamala Hope-Campbell, Cher Jung, Samuel Kirschner, Linda i Rob Leahy, Frederic Lehrman, Susan Lorette, Susan Meadowcroft, Steve Milkis, Rita Maloney, Michael Morrison, Rosie Murray, Tom Patrick, Maryanne Quinones, Richard Ramer, Gerard Rizza, Lilith Rochas, Prudence See, Joan Sexton, Don Shewey, Peter Sonnenberg, Marty Spiegel, Anya Sprinkle, Starheart, Ruth Strassberg, Linda Tellington-Jones, Simon Vinkenoog,

Teddy Vitchel, Jeff Walding, Ingrid Wagner, Anne Walsh, Bill Walsh,

## ZAHVALE

Robert Windslow, Ora Yemini i "Moćne žene" – one znaju tko su.

Za dar života i podršku punu ljubavi i povjerenja u nas, zahvaljujemo svojim majkama, Riti Sachs, Gerry Shields i Diani Wyllie.

I konačno, knjiga *Zamolite svoje anđele* ne bi bila u vašim rukama da jedna žena nije imala viziju knjige koja bi poučila ljude kako da razgovaraju sa svojim anđelima. Za nepokolebljivu odlučnost u stvaranju ove knjige, a nadalje za vjeru da je troje ljudi i četiri anđela mogu napisati, zahvaljujemo našoj odanoj urednici, Cheryl Woodruff.

# Predgovor



Vozite se autocestom preko velike jugozapadne pustinje. Noć je. Odjednom, petnaestak metara ispred vas, s prikolice kamiona pada auto-dizalica. Jednom je odskočila s asfalta i poletjela ravno prema vašem vjetrobranu. Tek metar od vašeg stakla odjednom je nestala.

To je doživjela Carolina.

Putujete s prijateljem u karavanu. Kasno je, umorni ste, vozite već satima. Snijeg je prestao padati, a na cesti je sklizak led. Obojica s užasom ugledate kako se pred vama stvorio ogroman kamion na osamnaest kotača. Zatim se sve događa kao na usporenom filmu. Vi, vaš zanijemjeli prijatelj i teško natovaren karavan klizite preko dviju prometnih traka suprotnog smjera. Zaustavljate se na drugoj strani autoceste, tako pažljivo da nitko i ništa nije oštećeno, okrenuti u smjeru

smjeru iz kojeg su došli.



To se desilo Sari i njenom prijatelju.

Joe nikad nije mogao shvatiti što se dogodilo, bez obzira koliko je puta u svojoj glavi prolazio kroz ono što se zbilo. Zbog cijelog se događaja osjećao prilično nelagodno, kao da je nezasluženo bio pošteđen. Spašen iz nepoznatog razloga.

Desilo se to u Vijetnamu. Joe je radio u skladištu otpada oružja kad ih je izravno pogodila neprijateljska bomba. Skladište je bilo srušeno sa zemljom. Stotinu osamdeset i četiri muškarca su poginula, ali Joe je prošao bez ogrebotine.

Tri istinita primjera misterioznih događaja, incidenata za koje nema razumnog, logičnog objašnjenja. Naša kultura očekuje od nas da ne vjerujemo u postojanje anđela. No Carolina, Sara i Joe znaju da anđeli postoje. Anđeli su im spasili život.

Anđeli se ne pojavljuju samo u životno opasnim situacijama. Oni su stalno uz nas. Polly je anđela vidjela u svojoj kuhinji, jednog ljetnog poslijepodneva, dok je pekla kolače za svoju djecu. Ben razgovara s anđelima od 1957., kad mu je baka prvi put pričala o njima.

Možda ste kao djeca bili u dodiru sa svojim nevidljivim prijateljima, no nitko vam nije vjerovao pa ste naučili da o tome treba šutjeti i s vremenom ste na njih - zaboravili. Mnogo je onih koji su u svojem životu doživjeli nešto neobično, neobjašnjivo. Vaša priča možda nije toliko dramatična kao primjeri koje smo naveli. Možda čak niste ni pomislili da imate priču. No, anđeli se pojavljuju na različite načine. Ako vam je u rukama ova knjiga, tada su vas anđeli već dotakli. A to je početak vaše priče.

### • ŠTO ĆETE NAĆI U OVOJ KNJIZI •

Mnogo je knjiga koje govore o ljudskim susretima s anđelima. Postoji i niz knjiga o povijesti anđela u umjetnosti i književnosti. Ova je knjiga drugačija. Iz nje ćete naučiti kako da sa svojim anđelima razgovarate. Jednostavnu metodu u pet koraka kojom ćete se koristiti nazvali smo procesom Milosti.

*Zamolite svoje anđele* je vodič koji će vam pomoći da ostvarite novi način druženja sa svojim nebeskim prijateljima, da postanete najboljim

prijateljima. Tada će taj zanemareni donos zaživjeti kao dio našeg

velikog povratka anđelima. Bez obzira što ste do sada o njima mislili i vjerovali, primjena onoga što ćete naučiti otvorit će vas novom odnosu s tim blagoslovljenim glasnicima.

U prvom dijelu saznat ćete nešto o povijesti anđeoskih susreta s ljudskom vrstom. Zatim ćemo krenuti tragom primjećivanja anđela i nebeskog utjecaja na općeljudsko razmišljanje. Ispričat ćemo vam i naše osobne priče kako smo se susreli s anđelima. Nadamo se da će naše priče i vas potaknuti i otvoriti vam put u novo duhovno druženje.

Svatko može razgovarati s nebeskim bićima – nas troje to činimo godinama. Izravnim savjetima i utjecajem naših voljenih suputnika tome smo naučili i mnoge, mnoge druge ljude. Iz svih tih iskustava iznjedrio se proces *Milost*, kojim ćemo vas voditi u drugom dijelu knjige. Ako iskreno i otvorenog srca pristupite vježbama i meditacijama koje vam nudimo, ostvarit ćete potpuno, radosno druženje sa svojim anđelom čuvarom.

Brojna su pomagala za otkrivanje onoga što će se događati u budućnosti – tarot, rune, I Ching.

U ovoj ćemo knjizi s vama podijeliti nešto drugo – *Riječi anđela*. Korištenje njima ugodan je način da se otvorite mudrosti anđela, a pomoći će vam i da postanete svjesni vlastitog intuitivnog znanja.

Kad jednom ostvarite odnos sa svojim nebeskim pomagačima, pred vama će se otvoriti sasvim nov obzor. U trećem dijelu ulazite u radno partnerstvo s anđelima, za osobnu i globalnu promjenu. Naučit ćete kako da još finije ugodite vaš zajednički odnos i kako da zajednički s anđelima djelujete da biste postigli svoje ciljeve. Pokazat ćemo vam kako da svoje krilate prijatelje uvedete u sve svoje odnose, snove, iscjeljenja i oporavljanja. Naši anđeli završavaju ovu knjigu svojim nadahnjujućim vizijama kako s njima možemo plesati kroz dvadeset i prvo stoljeće.

### • TKO SU – ILI ŠTO SU – ANĐELI •

Anđeli su inteligentna osjećajna bića, iako drugačije vrste od nas. Bića čije je postojanje na nešto finijim vibracijskim frekvencijama od onih na koja su ugođena naša, ljudska fizička osjetila. To znači da ih ne možemo zamijetiti na uobičajen način, našim očima ili ušima, ali oni mogu vidjeti nas. Naše stvarnosti prožimaju jedna drugu. Njihova

u potpunost prekriva i obmanjuje našu.

Riječ *anđeo* je zajedničko ime za skupinu bića – prebivatelja “unutarnjeg svemira”, čija odgovornost je i skladno organiziranje nastanjenog univerzuma. Neki ljudi vjeruju da su anđeli Božje misli, dok ih drugi smatraju kreacijom Duha Božanske Majke.

Relativno mali dio tog mnoštva vodi izravnu brigu o ljudima i našem planetu. Među njima su i naši najbliži pratitelji, naši suputnici anđeli čuvari, ali i milijuni anđela koji vode brigu o našoj planetarnoj stvarnosti. Naše nas je istraživanje dovelo do spoznaje da postoje anđeli koji prate svaki vid ljudske aktivnosti.

Nama je, na primjer, na pomoći bio anđeo koji nam je pomagao u stvaranju i pisanju ove knjige. Teško je zamisliti kako bismo sve ovo uspjeli bez sjajne meditacije anđela po imenu Abigrael. Abigrael je uistinu njegovo ime, što nas izravno vodi do prve neobičnosti s kojom smo se suočili kod anđela. Anđeli su bespolni. Dvoje od nas, na primjer, doživljava Abigraela kao žensko biće, dok ga je naš treći partner doživljavao kao muško. Ipak, anđeli su androgini. Uz individualnu osobnost obilježavaju ih i muške i ženske osobine

Ovo naglašava najvažniju činjenicu koju treba prihvatiti dok čitate ovu knjigu: ne postoji samo jedan ispravan način da postanete svjesni anđela. Svaki od njih dolazi nam na sasvim sebi svojstven način, svako njihovo pojavljivanje vrlo je osobito za svakog pojedinačno. Ovdje su da bi nam pomogli podići naše nježno razumijevanje i povezuju se s nama na najvišoj razini na kojoj možemo djelovati.

Susreti i razgovori s našim anđelom ispunjeni su nježnošću, ljubavlju i udivljenjem koje prati osjećaj da smo se susreli s najboljim prijateljem kojeg oduvijek znamo, a godinama ga nismo vidjeli. Razgovor s njima je potpuno prirodan odnos, iako je kroz stoljeća pao u sjenu zahvaljujući vjerovanju da ono što ne možete vidjeti ili dodirnuti – niti ne postoji.

Ipak, danas kad nam je pomoć potrebna više nego ikad prije, anđeli još jednom čine korak prema nama. Zanimljivo, kažu nam da je to stoga što zbog reorganizacije unutar njihove vlastite domene primaju naputak da stupe s nama u bliskiji kontakt. Kao što se i mi duhovno pripremamo na velike promjene koje slijede, tako se i anđeli, kako nam govore, mijenjaju i rastu. Kako gore, tako i dolje.

Njihovo blisko prisustvo izuzetno ohrabruje – oni su ruka pomoći za kojom su mnogi od nas vapili.

*Anđeli jesu ovdje.* S nama su bez obzira vjerujemo li u njih ili ne.

Svemir radi na načelu želim-znati; kada zapitamo, odgovoreno nam je.

## PREDGOVOR

Kroz razgovore s našim anđelima jačamo i širimo svoje mogućnosti za razvoj i preobrazbu – i približavamo se svojoj sudbini.

### • KAKO ANĐELI DJELUJU •

Odgovor leži u samoj riječi *anđeo*, izvedenoj iz grčke riječi *ángelos*, koja u prijevodu znači glasnik. Anđeli su glasnici našeg Stvoritelja. U samima sebi nose osnovni uzorak stvaralaštva koje se očituje u našem trodimenzionalnom svijetu. Oni su doslovno glasnici koji su poruka sama po sebi.

Anđeli djeluju s našim dušama, u skladu s univerzalnim umom, pomažu nam podići naše vidike i duh podsjećajući nas na istinu, ljepotu i dobrotu koje su u svemu što postoji. Pozivajući naše anđele da nam pomognu u ispunjavanju dosadnih kao i poticajnih zadataka, možemo biti sigurni da će sve teći upravo onako kako treba, u skladu s Višom voljom, a ne samo našom vlastitom. Kroz ovu zajedničku suradnju, više se nećemo osjećati osamljenima. Istinski ćemo shvatiti da nismo sami, niti bespomoćni. Da su pomoć i vodstvo uvijek uz nas. I tada ćemo se otvoriti stanju zahvalnosti u kojem se mogu događati čuda.

### • KAKO SE KORISTITI OVOM KNJIGOM •

Kao što ste kao malo dijete od dječjeg tepanja krenuli upotrebljavati riječi i rečenice, tako i razgovaranje s vašim anđelom teče korak po korak. Kako se šire granice komunikacije, tako se i sam razgovor razvija i produbljuje, a vaše povjerenje raste.

Da biste imali što veću korist od ove knjige, predlažemo vam da na magnetofonsku traku snimate vježbe i meditacije. Slušanje uputa govorenih vašim glasom stvara osjećaj sigurnosti, koji će povećati mogućnosti za anđeoski kontakt.

Bilježnica ili dnevnik također su važno društvo u ovoj pustolovini. Svo smo se troje složili da je zapisivanje svega što čujemo ili kažemo izuzetno značajan alat – osobito za buduća razmišljanja. Biti sposoban čuti i govoriti istinu predstavlja veliku potporu vašem odnosu s vašim anđelom. To je ponekad vrlo teško, no uvijek je, bez izuzetka, brižno i prijateljski, a često i vrlo zabavno.

Također, važan je entuzijazam. A važna je i zahvalnost.



Kad prepoznate i otpustite svako prosuđivanje koje se može pojaviti, bit će vam lakše otvoriti se anđelima. Iako je izuzetno zabavno, razgovaranje s vašim anđelom nije društvena igra niti je drugo ime za proricanje sudbine. Ono je mnogo, mnogo dublje od toga. Razvijanje prijateljstva s anđelima pretpostavlja da ste učenik života, a da ciljevi koje ste si postavili nisu samo za vaše najveće dobro, već za najbolje od svega.

### • U NOVIM VREMENIMA – NOVI PRISTUP •

Svo troje svoje smo nebesko društvo susreli u svakodnevnom životu i razvili prijateljstvo s njima na drugačije načine. Sa svojim smo anđelima već bili dobri prijatelji kad su nas povezali da bismo napisali ovu knjigu.

Sasvim su nam jasno dali do znanja da na tako osjetljivom poslu kao što je pisanje *Zamolite svoje anđele* žele suradnju triju različitih osoba, tri različita glasa. Bilo je to stoga da bi pokazali vještinu rada uz njihovu pomoć, ali i da bi bili sigurni da niti jedan pogled ili stav neće prevladati. Mnogo je načina za razgovor s anđelima, a traženje njihovog prijateljstva nije ograničeno ni jednom vjerom. Povezivanje s njima je slijedeći korak u razvoju naše vrste kao svjesnih bića. U stvari, po riječima Abigraela, to je sljedeća stepenica i u anđeoskoj evoluciji. Promjene, dakle, idu u oba smjera, kao i u svakom dobrom odnosu.

### • VRIJEDNOST INTUICIJE •

Intuicija se zasniva na vrlo finim osjećajima. Ako dozvolimo da prevlada naš logički um, a materijalnom pridajemo preveliku pažnju, ona će atrofirati. Koliko ste puta osjetili neki poriv, a zatim ga odbacili, samo da biste kasnije shvatili da ste trebali slijediti svoju intuiciju, a ne slušati što vam govori razum?

Svi mi imamo urođenu intuitivnu sposobnost, a *Zamolite svoje anđele* nudi vam moćan alat da se uskladite s Izvorom unutarnjeg spoznanja. Kad zamolimo svoje anđele, otvaramo se razini mudrosti i razumijevanja koja nam je u običnom stanju rijetko dostupna. Ego nas ograničava na *ja* znam ili *ja* mislim ili *ja* činim. Otvaranje anđeoskom glasu pokazuje nam da ne moramo biti sami – i tada možemo ući na

područje većeg znanja i razumijevanja. Ako otpustimo uvjerenje da mi,

i samo mi sami moramo znati, misliti, činiti, i ako odbacimo ograničenja koja nam takva uvjerenja uvjetuju, možemo ući u neprocjenjivo bogato spremište podataka i vodstva koje dobivamo kroz Univerzalni Um.

### • ZAMOLITI ZNAČI... •

Zamoliti nešto je uvijek posezanje, naše otvaranje prema nečemu. Kad se otvorimo, tada smo spremni i za primanje. To nam omogućuje odbaciti zabrane i ograničenja koje smo tijekom života nakupili, mijenja ih, a pred nama se otkriva čudesnost života koji nas okružuje.

Zamoliti ne znači zahtijevati. Niti iskorištavati. Zamoliti znači biti otvoren, bez prosuđivanja i kritiziranja, dok svi djelići informacije ne dođu na svoje mjesto. Zamoliti jednostavno znači prihvatiti što god da se pojavi i vjerovati da će se u pravom trenutku pojaviti ispravno i bitno razumijevanje onoga što je najbolje.

Istinska zamolba ne proizlazi od straha ili nasilnosti; ona se rađa iz duboke želje za spoznanjem i volje za slušanjem i primanjem. Biti sa svojim anđelima ne znači sjediti u zamračenoj sobi uz neobičnu glazbu, kristalnu kuglu i plamen svijeća. To je jednostavno razgovor. Svi mi možemo hodati ulicom i razgovarati sa svojim anđelima, što ne bi trebalo tumačiti kao simptom šizofrenije, već da smo upravo mentalno cjeloviti i zdravi. Razgovaranje s anđelima je najprirodnija stvar na svijetu. To svatko može. A i čini vam dobro. Čini dobro vašim žilcima. Čini dobro vašoj duši. Čini dobro vašem tijelu. Čini dobro svakome koga sretnete.

Kad *zamolite svoje anđele*, budite sigurni da ćete dobiti odgovor.





**I dio**

*Andēli, andēli,  
andēli*

**S**premni ste krenuti u pustolovinu s anđelima. Vaša putovnica je otvoreno srce, a mi vam predlažemo da putujete polako.

Neće vam biti potrebna mapa, ali kao svakom dobrom istraživaču, bit će korisno ako znate kuda su se kretali oni prije vas, do kamo su stigli i što su otkrili. Svako od njihovih svjedočanstava osvjetljava dodatno područje. Ta će vam saznanja omogućiti bolje uvjete za vaš rendezvous.

U prvom poglavlju dobit ćete uvid kako su anđeli doživljavani tijekom vremena, kao i informaciju o podjeli anđela po funkciji i hijerarhiji. Saznat ćete zašto tehnike za komuniciranje s njima više nisu tajne kao što su bile. Kako anđeli izgledaju? Kakvi su? Koja je razlika između anđela i prirodnih duhova? Odgovorit ćemo vam na ta pitanja i dati kratke opise nekih od najpoznatijih krilatih zvijezda zapadnog svijeta, našu top-listu nebeskih glasnika.

U drugom poglavlju pratimo razotkrivanje priče o pojavljivanjima anđela i njihovom utjecaju kroz povijest, od Biblije do Drugog svjetskog rata.

I, da bismo sve to povezali s našim svakodnevnim životom, u trećem ćemo vam poglavlju ispričati kako smo nas troje upoznali svoje anđele. Mi nismo likovi iz povijesti, mi smo isti kao vi. Ako se sve to moglo dogoditi nama, nema razloga da se ne može dogoditi vama.

Sretan put!



## Anđeli nas čuvaju



**A**nđeli su oduvijek bili s nama, kroz sva vremena i u svim kulturama. Otkad smo se i sami pojavili iz tame, davna prošlost je oduvijek bilježila i prisustvo drugačijih bića, koja zajedno s nama dijele ovaj svijet. Kroz piktograme i slike, pjesništvo i dječje priče, naši su preci od postojanja svijeta nastojali prenijeti ono što su znali o tim bićima.

Posljednjih nekoliko stoljeća uvriježilo se vjerovanje da je stvarno samo ono što možemo vidjeti mikroskopom ili teleskopom. Nikada neće biti stvoren toliko snažan teleskop da bismo njime prodrijeli u svijet anđela, pa ipak, to nimalo ne utječe na anđele. Činjenica da naše doba općenito ne priznaje njihovo prisustvo ne znači da ne postoje!

Ipak, kao što ćete vidjeti u kratkom pregledu anđela kroz stoljeća, svi su ti stavovi podložni promjenama. Sazrijevanjem naše vrste, dok se svatko od nas osobno budi i spoznaje iznenađujuće dimenzije tko mi uistinu jesmo, i anđeli nam postaju sve dostupniji. Svima nama, u

svakom trenutku. Ne samo osobitim ljudima u osobitim vremenima.

## • TRADICIONALNA UVJERENJA •

Što vam prvo padne na pamet kad razmišljate o anđelima? Jakov i njegove ljestve; anđeo koji je zaustavio Abrahama da ne ubije svojeg sina Izaka; anđeli s Danijelom u lavljoj jami; Gabriel koji je Blaženoj Djevici Mariji navijestio bezgriješno začeće ili kad je šest stotina godina kasnije posjetio proroka Muhameda i poveo ga na noćno putovanje u Raj. Ovo je samo nekoliko događaja u svjetlu anđela.

Sve tri velike religije zapadnog svijeta, kršćanstvo, židovstvo i islam, kao i gotovo svi drugi religijski sustavi, u svojoj kozmologiji imaju anđele. Svi njihovi zapisi ukazuju na anđeosko pojavljivanje.

Anđeli, kao i ljudi, pripadaju određenim porodicama. Pridavana su im mnoga imena, no po mišljenju brojnih angelologa, mogu se podijeliti u tri skupine ili sfere, počevši od onih koji su najbliže Bogu, prema dolje, prema onima koji su povezani s fizičkim svijetom.

## • SFERE ANĐELA •

Svi koji su pisali ili pišu o anđelima složili bi se da je mnogo različitih vrsta nebeskih bića koji povezuju duhovni i fizički svijet. Brojna su mišljenja o tome koliko skupina postoji, kako im je ime ili koji je zadatak svake od njih.

Najprihvaćeniji sustav organizacije u zapadnom svijetu zapisan je u šestom stoljeću, u knjizi koju je vjerojatno napisao Dionizije Areopagit, učenik sv. Pavla. U toj su knjizi navedene tri skupine ili sfere anđela, sa po tri reda ili kora u svakoj.

Riječ *anđeo* koristi se u dva smisla – kao opći pojam za sva nebeska bića i kao određeni pojam koji se odnosi na članove treće sfere, one koji su najbliži fizičkom svijetu.

I riječ *arkandjel* često se koristi kao opći pojam za sva nebeska bića višega reda, iako su arkandjeli samo jedan od viših redova.

## • PODJELA ANĐEOSKIH BIĆA •

Prva sfera – anđeli koji služe kao nebeski savjetnici:

- 1 Serafini
- 2 Kerubini

Druga sfera – anđeli koji djeluju kao nebeski upravitelji:

- 4 Vladari
- 5 Kreposti
- 6 Moći

Treća sfera – anđeli koji djeluju kao nebeski glasnici

- 7 Kneževi
- 8 Arkandeli
- 9 Anđeli

Ovih devet redova ili korova ilustrirano je na 30. i 31. stranici.

S obzirom da je ovo jedna od najprihvatljivijih klasifikacija u dugoj povijesti anđela, zamolili smo našeg anđeoskog koordinatora, Abigraela, da nam je objasni i pojednostavi.

#### • ANĐELI •

ABIGRAEL: Anđeli s kojima ste vi ljudi najbliži, anđeli su iz treće sfere, iz posljednjeg reda. Oni su najbliži ljudskom rodu, oni su ti koji vode brigu o ljudskim stvarima. Unutar skupina anđela mnogo je različitih vrsta s različitim zadacima. O njima ćete kasnije dobiti više podataka. Anđeli koje najbolje poznajete, o kojima govori i ova knjiga, su anđeli čuvari. Zbog povezanosti njihove zadaće i vaše svjesnosti, zgodno ih je smatrati svojim anđeoskim suputnicima. Kad jednom uđete u doba svjetlosti i ljubavi na ovom planetu, oni vas više neće trebati čuvati, već će biti vaši vodiči prema sve većoj i većoj svjesnosti.

#### • ARKANĐELI •

Iznad anđela su bića koje vi zovete arkanđeli. No, predlažemo vam da ih zovete presvijetlim anđelima, s obzirom da pokrivaju veća područja od tek ljudskih potreba. Ova bića ne pripadaju istoj porodici kao anđeli. U njihovoj široj porodici mnogo je različitih vrsta ovih presvijetlih anđela. Četiri vama najpoznatija su Gabriel,

Mihael, Rafael i Uriel.



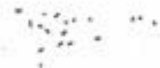
3



6



9





### • KNEŽEVI •

Iznad arkandela su kneževi ili principali. Oni su anđeli čuvari velikih skupina, od gradova i naroda do današnjih ljudskih tvorevina kao što su multinacionalne korporacije. Danas bi točnije bilo nazivati ih anđelima poveziivačima. Mnogo je ovih bića povezano s vašim planetom, a kasnije ćete u knjizi upoznati jednog osobitog anđela poveziivača koji u svojem srcu nosi uzorak jedinstvenog globalnog reda.

### • MOĆI •

U prvom redu druge sfere su bića koja poznajemo kao moći ili potestate. Oni su nositelji svijesti čitavog čovječanstva, čuvari naše kolektivne povijesti. Anđeli rođenja i smrti su u ovoj skupini. Oni mogu upijati i zadržavati energiju božanskog plana na isti način kao što drveće upija energiju Sunca. Na taj vam način moći mogu svakome od vas poslati viziju svjetske duhovne mreže. Kao što vi u svojem tijelu imate srce, jetra, bubrege i druge organe, sve svjetske religije su različiti organi koji tvore duhovno tijelo ovog planeta.

### • KREPOSTI •

Iznad moći nalazi se druga skupina bića – virtuali ili kreposti. Oni su osobito važni za vas jer mogu izazvati izuzetno snažne razine božanske energije. Što više ljudi poput vas nauči raditi s virtualima, to će vašem planetu biti dostupniji veći dotok duhovne energije.

### • VLADARI •

Vladari ili dominioni su nebeska bića koja upravljaju aktivnostima svih anđeoskih skupina koje su ispod njih. Ti božanski birokrati također služe da bi povezivali duhovni i materijalni svijet. Iako zadatke dobivaju od Boga i rijetko se javljaju ljudima, njihov je posao još uvijek povezan vašom stvarnošću.

### • PRIJESTOLJA •

U prvom redu treće sfere su tronovi ili prijestolja. Oni su anđeli čuvari planeta. Za ovo doba vašeg postojanja vrlo je važno da postanete svjesni jednog određenog trona, Anđela Zemlje, koji je

čuvar našeg svijeta, a kojeg ćete upoznati.

• **KERUBINI** •

Iznad tronova su kerubini. Oni su čuvari svjetla i čuvari zvijezda. Iako daleko od vaše razine stvarnosti, njihova svjetlost, božanska svjetlost koju oni propuštaju iz Raja, ipak dodiruje vaše živote.

• **SERAFINI** •

Najviši red najviše hijerarhije su serafini, nebeska bića koja sjede oko Božjeg prijestolja, pjevaju glazbu sfera i upravljaju nebeskim kretanjem prema Božjem ukazanju.

Prema Abigraelu, četiri su reda unutar nebeskog doma koji su sada za nas osobito zanimljivi: anđeli, arkandeli, principalni i tronovi. Više pojedinosti pročitati ćete u četrnaestom poglavlju.

Iako se dobiva utisak da postoje viši i niži na ljestvici, bilo bi uputnije zamisliti sve redove u velikom krugu, u kojem se "viši" i "niži" drže za ruke. Serafin, na primjer, koji je najbliže Stvoritelju, također služi Bogu u nama.

• **TAJNA ZNANJA KROZ POVIJEST** •

Anđeli se pojavljuju u našim životima na različite načine. Neki ih ljudi susreću izravno, ili osobno ili kroz vizije i snove. Drugi su osjetili njihovo zanimljivo prisustvo ili su ih čuli kako govore ili pjevaju. Mnogi su ih doživjeli kao muze koje ih nadahnjuju. A neki su im, kroz povijest, posvetili svoje živote da bi ih proučavali iz sasvim filozofske ili teološke perspektive.

Uz niz zapisa o anđelima u Starom i Novom zavjetu, te u Kur'anu, svaka od religija ima i ogromnu "tajnu" literaturu o nebeskim bićima i kako da se uspostavi kontakt s njima.

Pristup u ovoj knjizi ima uporište u zajedničkom stajalištu zapadnog svijeta glede iskustava s anđelima, ali s jednom velikom razlikom – nema tajni. U prošlosti su metode za povezivanje s anđelima bile stroga tajna. Samo su određeni članovi duhovnih zajednica, obično stariji i u svakodnevnom životu dobro stojeći muškarci, bili poučeni meditaciji i tehnikama podizanja svijesti kako bi se otvorili svojim nebeskim prati-

ma. Veći se dio ovog znanja smio prenositi samo usmeno, s mučitelja.

na učenika. U doba praznovjerja bilo je sasvim razumljivo da se takvi podaci pažljivo čuvaju i usmeno prenose, jer se ono što je bilo zapisano često tumačilo i namjerno proglašavalo neprihvatljivim.

### • KRAJ DOBA TAJNI •

No, vrijeme u kojem mi živimo je drugačije. Nekad tajni običaji danas se otvoreno šire cijelim planetom. Stojimo na rubu velikih promjena. S jedne smo strane suočeni s očitom globalnom propašću, a s druge strane postoje mogućnosti za najveličanstveniju duhovnu promjenu koju je naša vrsta ikada vidjela. Izgleda da nikad nismo bili jače izbačeni iz ravnoteže. Pa ipak, globalno smo povezaniji, otvoreniji, brižniji i razvijeniji nego ikad prije. U ovo doba osobnog i planetarnog ubrzanja, nekadašnja pravila i zastarjeli oblici jednostavno ne vrijede. Nekad su bile potrebne godine meditiranja i predanosti da bi se ostvario susret s anđelima. Danas je moguće svakome tko želi, i to stoga što su i anđeli otvoreniji za zajednički rad na svjesnoj razini i bliži nama nego što su to bili tisućama godina.

Kroz zanimanje koje se pokazalo na radionicama i seminarima koje smo nas troje održavali, postalo je sasvim očito da se danas anđeli pojavljuju u sve više i više ljudskih života, pronoseći istu poruku – vrijeme je za promjene, vrijeme je za rast i iscjeljenje naših života i našeg voljenog planeta. I treba naglasiti da anđeli ne dolaze samo posebnim ljudima ili na neki tajni način. Oni stižu otvoreno, radosno, donoseći smijeh i dobre vijesti.

### • ANĐELI I DUHOVI PRIRODE •

Kad se jedinom otvorite svojim anđelima, a u nekim slučajevima i prije, mogli biste naići na njihove rođake, na *duhove prirode*. Duhovi prirode su i sami anđeoski red, no oni su doslovno na drugačijoj valnoj duljini od naših duhovnih suputnika.

Spomenut ćemo samo neka od imena koje su duhovima prirode nadjenule različite kulture – deve, vilenjaci, vile, undine, silfovi, salamanderi, fauni, trolovi, gnomovi. Oni nadgledaju i vode računa o svemu živom i rastućem, o usjevima, vrtovima, šumama i jezerima, ribama, pticama i svim životinjama. Njihov umješan rad prepoznamo u oblicima poput jata ptica ili riba, u jedinstvenom i delikatno oblikova-

Duhovi prirode pomažu u stvaranju i njegovanju fizičkog okruženja – čine to neovisno o ljudskom trudu. Ipak, nevjerojatnu dobrobit od svjesno razvijenog zajedničkog rada između ljudi i duhova prirode, prava čuda hortikulture, možete sami vidjeti i procijeniti u Findhornu u Škotskoj ili u Perelandri u državi Virginia. Ljudi koji rade na zemlji oduvijek su imali osjećaj postojanja nevidljive stvarnosti. Bez obzira jeste li toga svjesni ili ne, povezani ste s duhovima prirode kad god nježete svoje bilje, kad slijedite poriv da zagrlite stablo, da prošetate vrtom ili da pojedete nešto što je prirodno stvoreno.

Naša ljudska tijela također imaju svoje duhove prirode ili deve. Deve našeg tijela poštuju izvanredno organizirana pravila po kojima koordiniraju nevjerojatnim brojem podataka koji bez prestanka prolaze našim fizičkim tijelom. Oni su duhovni ekvivalent neizmjernom broju stanica, organizama i mikroorganizama, koji svojim međusobnim odnosima tvore složene organe kakvi su naši bubrezi, jetra, pluća, srce ili pankreas.

Od svih anđeoskih bića, duhovi prirode su ti koji su najbliži ljudskoj svakodnevnici. Treba im odati duboko poštovanje jer su podnijeli većinu naših loših prosudbi i glupog ponašanja prema prirodi, a ipak i dalje nastavljaju odano služiti. Danas je naše otvaranje prema njima vrlo važno, jer posjeduju znanje od vitalnog značaja za ovo vrijeme planetarnih promjena.

### • ANĐEOSKA PRIRODA •

Anđeli nemaju ljudsku narav, iako smo im mi ljudi skloni pridavati ljudska obilježja. Oni vide i razumiju stvari na puno drugačiji način od nas. Iako imamo mnogo toga zajedničkog, osobito kad se radi o našim višim ciljevima, upravo nas velika različitost može dovesti do izuzetno zanimljivih dijaloga.

O anđelima postoje najrazličitija, ponekad sasvim suprotna vjerovanja. Neki vjeruju da su anđeli besmrtni, dok su drugi uvjereni da su stvoreni samo na određeno vrijeme i za određeni zadatak. Ljudi mogu dane i noći provesti raspravljajući o pitanjima kao što su: Kad su anđeli stvoreni? Imaju li slobodnu volju? Jesu li u potpunosti bića uma i duha

ili imaju neku vrstu fizičkog tijela? Jesu li nekada bili ljudi ili su sasvim



drugačija vrsta? Preuzimaju li ikad ljudsko obličje? Jesu li na višoj razini od ljudi u velikom lancu postojećih bića, pa stoga i naši mogući učitelji ili su prije nešto nalik našim duhovnim slugama?

I, dobro staro pitanje, postoje li uopće? Možda su anđeli aspekti naše vlastite duše? Ili su možda refleksija nas samih u budućnosti prema kojoj se razvijamo?

O ovim su i sličnim pitanjima razmišljali mnogi učenjaci i duhovni tragači tijekom proteklih tri tisuće godina. No, ne postoje dva istovjetna susreta s anđelima i, kao što smo već istaknuli, ne postoji jedini ispravan način da ih sretnete.

Iako nam dolaze uvijek na nov i drugačiji način i susreću se s nama lakše no ikada prije, korisno je i uputno znati nešto o tome kako su naši prethodnici gledali na anđele. Kad čitate o nekim susretima, sjetite se da nam gotovo sve što je zapisano o anđelima pokazuje još jedno viđenje njihove prozračne stvarnosti i još jednim djelićem doprinosi poimanju velike istine. Tako se slika slaže poput djelića mozaika. Pokazujući vam koliko je svaki susret drugačiji, nadamo se da ćete se lakše upustiti u svoju jedinstvenu i radosnu pustolovinu.

### • KAKO ANĐELI IZGLEDAJU? •

Kao što ne postoji samo jedan ispravan način da doživite anđele, tako nema ni samo jednog pravog načina da ih vidite. Pojavljuju se na nebrojene načine. Nakon što ćemo opisati neka njihova pojavljivanja tijekom minulih vremena i vidjeti kako su odabrali biti s nekim od naših predaka, postat ćete svjesni njihove predivne, zadivljujuće fluidnosti.

S obzirom da smo toliko ovisni o podacima koje nam dojavljuje naših pet čula, zamolili smo Sargolaisa (izgovara se *sar-go-lé-is*), suputnika našeg prijatelja Andrewa, da nam ispriča kako bi anđeo izgledao kad bismo ga mogli vidjeti.

**SARGOLAIS:** Teško je odgovoriti na to pitanje. Fizičari su se s istim problemom susreli u određivanju kako izgleda elektron. Je li čestica ili val? Je li u isto vrijeme samo na jednom mjestu ili na nekoliko? E, pa tako je i s anđelima.

Naša rtiela su na nekoliko miesta odjednom ili na svima. Pa

kako onda nacrtati anđela ili ga fotografirati? To jednostavno nije



moguće. Ipak, radi vas se možemo dovoljno usporiti da bismo se pojavili na jednom mjestu.

Da su vaša fina čula potpuno razvijena, kao što će u budućnosti biti, mogli biste nas vidjeti kao zračeća pulsirajuća bića svjetlosti. Ta svjetlost nije ista kao svjetlo koje dolazi od sunca, od vatre ili žarulje. Ona je mnogo finija i prozračnija.

Vidjeli biste nas takvima, ali istovremeno i na mnogo različitih mjesta. Bilo bi to kao da gledate mnogo odraza neke osobe pred izvorom svjetla, pa ih sve zajedno vidite u isto vrijeme. U središtu tih tijela vidjeli biste mozaičnu strukturu finih vlakana, poput filigranskog rada, ili točnije, poput meridijana – niti žive energije – akupunktornog sustava našeg tijela. Slična bi se vlakna vidjela unutar našeg tijela, no mnoga bi izlazila iz našeg središta, na bezvremen i prostorom neograničen način, u svaki dio svemira. Upravo te niti neki od vas doživljavaju kao krila, a zbog naše svjetlosti mnogi nas vide kao da smo okruženi aureolom.

Mnogobrojna su obličja anđela. Neki se od nas mogu pojaviti pred vama kao višedimenzionalne sfere, dok se drugi mogu pojaviti poput svjetlosnih stupova, spirala ili svjetlosnih stožaca, od veličine točkice do veličine galaksije. Dok našu veličinu filtrirate svojim prihvaćanjem, to ima neke veze s našom funkcijom i našom prirodom.

Vaše doživljavanje naše veličine ima veze i s odnosom našeg zadatka i naše prirode: što smo veći, to nam je i zadaća zahtjevnija, kolektivnija. Stoga će se oni među nama koje nazivate "višim bićima", pred vama pojaviti u većem obliku.

### • PROMJENE •

Ljudima koji promatraju anđele posljednjih je nekoliko godina postalo očito da su se u svijetu naših nebeskih rođaka dogodile neke promjene. Zamolili smo Abigraela, pratitelja našeg rada, za pojašnjenje.

ABIGRAEL: Ono što se promijenilo je odnos određenih anđela koji su radili s vašim svijetom. Razlog tome su promjene u vašoj grupnoj svijesti, koje nam sada omogućuju da vam se približimo više nego ikad prije.

Zadužen sam da vam zbog ove knjige objavim kakvo je stanje

danas. Ono što je bilo nekad je ili krivo zabilježeno, krivo

zapamćeno ili namjerno promijenjeno da bi se u različita vremena udovoljilo različitim vjerovanjima.

Na primjer, četiri velika presvijetla arkandela uključena su u ljudski život na Zemlji. Dok ste vjerovali da je Zemlja središte svemira, za ovu ste četvoricu smatrali da u Raju imaju vrlo posebno mjesto. Ipak nemaju. Postoje milijuni arkandela. Ova četvorica su, ipak, vrlo važni za Zemlju. Trebalo ih je više da bi kroz vas pronijeli saznanja, jer ste bili zatvoreniji, nespremni za prihvaćanje. Ali s obzirom da ste se razvili, potrebno vam je i manje arkandela!

Za Zemlju su danas bitni arkandeli Gabriel, Mihael, Rafael i Uriel. Kasnije ću vam kroz knjigu dati kratki pregled kako oni danas rade za vas. Ti podaci neće biti isti kakve znate od prije, oni više ne djeluju na sasvim isti način. Mihael je, na primjer, uvijek prikazivan s mačem kojim sječe zlo. No vi sada vladate dvojnošću i Mihael to više ne treba raditi za vas. Njegovi su se zadaci prebacili i Mihael je sada Čuvar mira.

Drugi je primjer Gabriel, koji je oduvijek smatran Anđelom objave, no danas, kad ste nam bliži, priroda objavljivanja se izmijenila. Više vam nisu potrebne objave nečega čemu ste već otvoreni na druge načine. Tako je Gabriel u zadatak dobio druge poslove, promijenio se opis njegova posla i postao je jednostavno Anđeo odnosa.

Iako se to na prvi pogled ne bi reklo, danas živite u većem skladu sa Svime. To je razlog što *Zamolite svoje anđele* nastaje danas, dok je za uspostavljanje veze s nama nekada trebalo i dvadesetak godina vježbe.

Čestitamo vam na vašem razvoju kao bića koja vide svojim osjećajima, čak i ako je dokaz za to još uvijek slabo vidljiv.

### • LUCIFER: UČENJE O SVIJETLU I TAMI •

Razumijevanje naših nebeskih prijatelja ne bi bilo potpuno bez spominjanja "palih" anđela. Mišljenja o tome što se točno dogodilo u prošlosti, a što je dovelo do pada anđela su različita, no nesumnjiva je činjenica da se ta misao pojavila kod većine vjerskih sustava. U kršćanstvu i židovstvu spominju se Sotona i Lucifer, ali i čitav niz palih anđela. Islam spominje Eblisa ili Šejtana, koji je bez sumnje isto što i Sotona u

Čak i danas filmovi poput *Omena*, *Rosemaryne bebe* ili *Sedmog znaka* pobuđuju užas, jer su dotakli mogućnost da na nas, na neki način, utječu univerzalni glasnici zla.

Ipak, prema riječima naših anđeoskih 'doušnika', situacija – hvala Bogu! – nije ni blizu takva.

Prema jednom od tradicionalnih vjerovanja, Lucifer je bio jedan od sedam velikih arkandela našeg sunčevog sistema, koji je služio kao čuvar planeta Venere. Bog je među svojim najbližim anđelima tražio dobrovoljca koji bi sišao na Zemlju i pomogao jačanju ljudske duhovne odlučnosti, postavljajući pred njih stalnu kušnju i izazove. Zadatak se prihvatio Lucifer. Usprkos svojim dobrim namjerama, naš ga je um polako, tijekom vremena, poistovjetio s vragom, umjesto s aspektom Boga koji je posvećen našem rastu kroz jačanje naših 'duhovnih mišića'. Izgovor "Vrag me natjerao na to" postao je lako prihvatljiv za sve, pa smo sami sebe zaslijepili, optužujući Lucifera kao izvor svega "lošeg" na ovom svijetu.

Jedan od nebeskih zadataka za Lucifera, čije ime znači "davatelj svjetla" ili "lučonoša", bio je i da nas pouči o neizbježnoj tamnoj strani života. Lucifer je sjena koja svojim kontrastom razotkriva svjetlo. U mnogim prilikama nismo u stanju vidjeti istinsku svjetlost ako prije toga nismo doživjeli tamu. Često ne prepoznamo vrijednost onoga što imamo dok to ne izgubimo, a zatim iznova povratimo vlastitim naporima. Parabola o rasipnom sinu dodiruje ovu stranu ljudske prirode.

Ova međuovisnost svjetla i tame, radosti i tuge, dobra i zla i sve druge suprotnosti u našem dvojnem sustavu stvarnosti, vodi do razumijevanja da su Krist i Lucifer, unutar šireg konteksta i iako ne uistinu komplementarni jedan drugome, u najmanju ruku na istoj strani, integralni dijelovi jedne cjeline.

Mnogi su današnji kršćani počeli napuštati vjerovanje da postoji pravi vrag, prepoznajući još jednom da u svemiru postoji samo jedna svemoguća sila. Pjesnik filozof William Blake zapisao je: "Zlo je samo pomanjkanje dobra, a kad se duša odvoji od iluzije zla, Lucifer ponovo zadobiva svoj izvorni položaj jednog od Božjih velikih arkandela."

### • KRAJ ILUZIJE •

Polako se, naravno, kolektivno udaljavamo od iluzije zla. Da bi nam to u potpunosti uspjelo, potrebno je da čvrsto vjerujemo u Boga kao jedinu moć, kao jedini i neoporecivi životni princip iz kojeg sve proizlazi. Prirodno, iluzija straha i mržnje još uvijek vreba po našim gradovima i ponekad nas uvjeri da postoji, a ako previše pažnje posvetimo medijima, tada dobiva i određenu razinu objektivne stvarnosti.

Ali nije li to upravo izazov postavljen pred nas, da bismo potpunije shvatili što je tamnija strana naše vlastite prirode? Ako naučimo kako osloboditi i konačno odbaciti negativno i samouništavajuće ponašanje, tada ćemo prestati projicirati i svoju vlastitu negativnost na zamišljene vragove, pale anđele ili na druge ljude. Kad dosegne ovu točku, tada više nema potrebe ovisiti o iluziji zla.

Kad sa zadovoljstvom prihvatimo naoko suprotne osobine, tada istodobno pokazujemo one vrijednosti koje naši anđeli kod nas izuzetno cijene. Svojim ponašanjem oslobodit ćemo i takozvane pale anđele negativnog predznaka, koji smo im tisućljećima nametali. Time ćemo im omogućiti da ponovo obavljaju zadatke zbog kojih su i stvoreni.

### • POZNATI ANĐELI •

Nas troje imalo je sreću da su im anđeli "upali" u život. S obzirom da prije istraživanja za potrebe knjige ovoj temi nismo prilazili na povijesni ili akademski način, nismo ni slutili koliko je nevjerojatno obimna količina materijala o anđelima i kakvu časnu tradiciju slijedimo. Otkrili smo široko i čvrsto ukorijenjeno vjerovanje u anđele ili duhove pratitelje ne samo u zapadnim židovskim, kršćanskim i islamskim kulturama, već u gotovo svakom društvu koje smo istraživali.

Anđeli su prisutni u zapadnim monoteističkim religijama da bi pomogli razlikovati dobre momke od onih loših, dobronamjerne duhove od zlonamjernih demoni. U mnogoboškim kulturama vjeruju da zadacima koje izvode anđeli vladaju sami bogovi. Njihova funkcija postala je zamagljena. Unutar velikih istočnjačkih religija i u mnogim šamanističkim kulturama, na primjer, postoje velike skupine bića koje su zazivane da bi prisustvovala i pomagale u svakodnevnom životu – za

plodne usjeve, vrijeme, plodnost i mnoge druge važne prilike. Ipak, u



tim se kulturama rijetko vjeruje u osobne pratitelje. Ova bića radije se bave svakodnevnom problematikom nego pojedincima. U Indiji, na primjer, postoje *pitari*, kućni bogovi ili božice, nešto poput duhova čuvara koji kuću čuvaju od bolesti, gladi, suše i drugih nevolja. Na jugozapadu Amerike, kod Pueblo naroda, naišli smo na *kachine*, ljubazne duhovne vodiče, dok su *wajime* australskih Aboridžina bliže duhovnim precima.

Sva su ova bića, na jedan ili drugi način, anđeoska. Sama činjenica da se anđeli mogu pojaviti na najrazličitije načine, u različita vremena na različitim mjestima, pojavljujući se u kulturama ponekad sasvim suprotnim jedna drugoj, navodi nas na pomisao da su ta bića prepuna strpljenja, upornosti i do u najsitnije detalje razrađenog osjećaja za nevjerovatno.

#### • TOP-LISTA NEBESKIH •

Kad se radi o bolje poznatim anđelima, Gabrielu, Mihaelu, Rafaelu i Urielu, te o nekim drugima s naše top-liste, njihov utjecaj i prisustvo možemo pratiti duboko u prošlost, kad su utjecali na ljudsku vrstu na načine koji su nas zauvijek promijenili. Nevjerovatno, ali ponekad je isti anđeo, Samael na primjer, u jedno doba smatran dobrim, a u drugo doba palim anđelom. Ipak, anđeoski su se odnosi uglavnom zasnivali na dobrom humoru, mističnim otkrivanjima, uzbudljivim pustolovinama i na predivnoj, moglo bi se reći zapanjujućoj razini bezuvjetne ljubavi.

Stoga dozvolite da vam predstavimo naš izbor najpoznatijih anđela zapadnog svijeta. Prije svakog susreta polako ponovite ime anđela, zatvorenih očiju. Zatim, tijekom čitanja, duboko udahnite nekoliko puta i svjesno usporite svoje disanje. Dajte si vremena da jednostavno promatrate kako se osjećate dok saznajete ponešto o svakom od ovih bića i otvorite se za mogući kontakt s njima.

**MIHAEL**, čije je ime u stvari pitanje – “Tko je kao Bog?”, zasigurno je najpoznatiji od svih presvijetlih arkandžela. Mihaela priznaju sve tri zapadne sakralne tradicije. Vjeruje se da se pojavio pred Mojsijem kao plamteći grm i da je izbavio Danijela i njegove prijatelje iz lavlje spilje. Za kršćane, on je anđeo koji je Mariji najavio skorbu smrt. Islamska

predaja govori da su njegova krila boje "zelenog smargda, prekrivena



percima boje šafrana, a na svakoj od njih milijun lica i ustiju i jednako toliko jezika, koji na milijun narječja preklinjući mole oprost Alahov". Kur'an oslikava i dirljivu sliku kerubina oblikovanog od Mihaelovih suza.

U *Svicima s Mrtvog mora*, Mihael se pojavljuje kao Kraljević svjetla u borbi protiv Sinova tame, u kojoj predvodi anđele u bitku protiv legija palog anđela Beliala. Iz nedavne povijesti, 1950. godine Papa Pio XII proglasio je anđela Mihaela zaštitnikom policajaca.



**GABRIEL**, čije ime znači "Bog je moja snaga", najčešći je nebeski posjetitelj Zemlje. Iznenadio je Djevicu Mariju i njenu rođaku Elizabetu, majku Ivana Krstitelja, objavama koje su se ticale rođenja njihovih cijenjenih sinova. Islamskim vjernicima Gabriel je Duh istine, koji je Muhamedu objavljivao Kur'an. Prema židovskoj legendi, Gabriel je razdvojio Crveno more da bi Hebreji umakli pred faraonovim vojnicima.

Prema sudskom zapisu svjedočenja, upravo je Gabriel posjetio Ivanu Orleansku i nadahnuo je da pomogne francuskom prijestolonasljedniku. Gabrielovo očito zanimanje za ovaj planet vjerojatno možemo zahvaliti

njegovoj zadaći nebeskog pobuđavača, anđela vibrirajućih promjena.

**METATRON** je prema mišljenju židovskih mistika najviši od svih anđela, bez obzira što nije spomenut u Bibliji. Značenje njegova imena nikada nije bilo zadovoljavajuće objašnjeno, iako je jedna od interpretacija njegova imena "onaj čije je prijestolje uz prijestolje samoga Boga". Osim toga, moguće je da je izvedeno iz latinske riječi *metator*, što znači upravitelj ili prosuđivač.

Brojni tradicionalni izvori navode da je Metatron bio prorok Henoh uzet u Raj i pretvoren u anđela vatre s trideset i šest pari krila, koji je svoje postojanje nastavio kao nebeski zapisivač. Metatron je prepoznat i kao Anđeo osloboditelj i onaj koji se hrvao s Jakovom; anđeo koji je zaustavio Abrahamovu ruku pri žrtvovanju sina Izaka; onaj koji je poveo Hebreje kroz četrdeset godina u divljini. Neke škole misticizma Metatrona smatraju najvišim od sviju nebeskih bića, poznatog kao Manji YHWH. U hebrejskom slova YHWH smatraju se najsvetijim i neizgovorivim imenom Boga.

Kao što Bog ima mnoga imena, tako su mnoga pridana i Metatronu. Imena su se koristila ovisno o tome kakva je pomoć ili zaštita molitelju bila potrebna, jer je svako ime označavalo posebne anđeoske moći. Yahoel, Yofiel, Surya i Lad samo su neka od njegovih imena.

**URIEL** nosi ime koje znači "Božja vatra", a smatra ga se i serafom i kerubom, namjesnikom sunca, plamenom Boga, nadglednikom Hada, a njegova najpoznatija uloga je arkandžel spasitelj. Uriel je, kao i Metatron, anđeo za kojeg se smatra da je u najvećoj blizini Boga.

Za Uriela se vjerovalo da je "duh koji stoji uz vrata izgubljenog Raja s plamtećim mačem". Knjiga Henoha, jednog od biblijskih patrijarha, kojeg je zapala dužnost da ljudima objavi božji pravorijek, govori nam da je upravo Uriel bio taj kojeg je Bog poslao da upozori Nou na predstojeći potop. Na drugom je mjestu zapisano da je Ezri razotkrio nebeske misterije, a Abrahama izveo iz Ura.

Neki tvrde da je Uriel iz Raja na Zemlju donio božansku umjetnost alkemije, te da je upravo on anđeo koji je ljudskom rodu predao Kabbalu, hebrejsku mističnu tradiciju. John Milton opisao je Uriela kao "duha najoštrijeg pogleda od svih u Raju". To je bio anđeo koji je ukorio Mojsija što je propustio obrezati vlastitog sina Geršoma.

**MORONI** je anđeo Mormona. Iako se čini da je malo anđela koji su zaduženi upravo za Ameriku, Moroni se 1823. godine pojavio pred Josephom Smithom u sjevernom dijelu New Yorka i ponukao ga da otkrije zakopane zlatne ploče ispisane nerazumljivim pismom. Nakon što je Smith dešifrirao pismo, opet uz Moronijevu pomoć, tekst je postao Knjiga Mormona. Knjiga govori da je oko 600 godina prije Krista, neposredno prije razaranja Jeruzalema, židovska obitelj u hitnji napustila grad i brodom krenula prema području koje danas poznajemo kao Sjevernu Ameriku. Od njihovih potomaka nastala su dva naroda – jedni su preci izvornih Amerikanaca, a drugi je narod nestao bez traga. Kako bilo, zapisi jednog od posljednjih staraca nestalog naroda govorili su da se pred njima pojavio Isus nakon svoje smrti na križu. Starcu je ime bilo Mormon, a njegov sin Moroni je oko 400. godine zakopao ploče koje je dotad čuvao otac. Prema predaji, Moroni je time zadobio isti položaj kao i Henoh i Elijah, koji su bili pretvoreni u anđele i nastavili tradiciju anđela Gabriela, postavši onim anđelima koji predaju knjige objave.

Na vrhu brda Palmyra u New Yorku danas stoji trinaest metara visoka statua anđela Moronija, na mjestu na kojem je Smith otkrio zakopane ploče. Anđeo je prikazan onakvim kakav se pojavio pred Smithom, u dugoj halji i bez krila. Smith, koji je utemeljio Crkvu Isusa Krista od Mormona, opisao je Moronija kao "svjetlosno biće s licem poput munja".

**MELCHIZEDEK**, mudrac iz Šalema, jedan je od nekoliko poznatih slučajeva kad su visoki anđeli preuzeli ljudsko, u ovom slučaju muško tijelo. Prema *Knjizi Urantia*, pojavio se otprilike dvije tisuće godina prije Krista, objavljujući da je sluga El Elyona, 'Onoga koji je najviši'. Zatim je ustanovio školu koju je osobno vodio devedeset četiri godine.

Melchizedek je anđeo koji je Abrahamu donio Božji zavjet, kojim se pronio revolucionarni koncept spasenja kroz čistu vjeru. Ustanovio je nevjerojatno razvijen misionarski program, sa središtem u Šalemu, danas Jeruzalemu, odaslavši u svijet tisuće misionara koji su doslovno obišli zemaljsku kuglu.

U feničkoj mitologiji nazivan Sydik, za Melchizedeka se vjerovalo da

je otac sedmorice Elohima - anđela Božanskog Prisustva. Njegovo pri-

vremeno prebivalište na ovom svijetu je bilo tijelo mudraca iz Šalema, čiji je zadatak bio da u ime nebeskih bića unese toliko potrebno svjetlo u ondašnje mračno i kaotično vrijeme, da bi pripremio svijet za dolazak Spasitelja, Isusa Krista.

**ARIEL** znači "Božji lav". Ipak, postoje neke nedoumice na čijoj je Ariel strani. Rangiran je kao jedan od sedam kraljevića koji vlada vodom, a poznat je i kao Veliki vladar Zemlje. Za pjesnika Johna Milтона, Ariel je anđeo pobunjenik kojeg je seraf Abdiel nadvladao prvoga dana velike nebeske bitke.

Židovskim misticima Ariel je poetsko ime za Jeruzalem. Prema gnostičkom predanju, u burnom stapanju najrazličitijih ljudskih otkrića prvog i drugog stoljeća, Ariel je anđeo koji je nadzirao demone. Također ga se povezuje s redom anđela zvanih tronovi, a zna se da je pomagao arkandelu Rafaelu pri liječenju.

John Dee, čarobnjak, okultist i dvorski astrolog kraljice Elizabete I, smatrao je Ariela spojem Anaela i Uriela, čime ga je postavio među presvijetle arkandele.

Ariel se pojavljuje i u Shakespeareovoj *Oluji*, što je vjerojatno bilo razlogom što se pjesnik devetnaestog stoljeća, Percy Bysshe Shelley, predavao vodstvu anđela Ariela.

**ISRAFEL**, čije ime u arapskom folkloru znači "Plamteći", je i anđeo uskrsnuća i anđeo pjesama. Tri je godine služio kao družbenik Muhamedu, kojeg je pripremao za proroka, utabavši time put Gabrielu.

Prema islamskoj inačici stvaranja prvog čovjeka, Alah je u misiju poslao Israfela, Gabriela, Mihaela i Azraela, anđela smrti, nalažući im da donesu sedam šaka prašine, da bi od njih stvorio začetnika ljudske vrste. Prema legendi, samo je Azrael obavio zadatak.

Edgar Allan Poe, pisac mističnih novela i stihova, jednu je pjesmu zagonetnim riječima posvetio "anđelu Israfelu, čije je srce lutnja, i koji ima glas slađi od svih Božjih stvorenja". Drugdje je Israfel opisivan kao anđeo s četiri krila, koji "dok su mu stopala još ispod sedam nebesa, glavom doseže do stupova Božanskoga prijestolja".

**RAZIEL**, "Božja tajna", anđeo je kojeg se smatra "anđelom tajnih

područja i gospodarom vrhovnih tajni". Postoji legenda da je Raziel



autor velike knjige “u kojoj je zapisano svo nebesko i zemaljsko znanje”. Kad je svoju obimnu knjigu darovao Adamu, neki ju je zavidni anđeo ukrao i bacio je duboko u ocean. Nakon što ju je spasio Rahab, praiskonski anđeo/demon dubina, knjiga je prvo došla u ruke Henohu, koji ju je proglasio svojom, zatim Noi, koji je iz nje naučio kako da sagradi arku. Navodno je i Solomon došao u posjed te knjige, te je iz nje crpio svoje izvanredno znanje magije i kontrole nad demonima.

Prema Zoharu, vrhunskom djelu židovskog misticizma, u sredini Razielove knjige nalazi se tajni zapis koji “opisuje petnaest stotina ključeva [za tajne svijeta], koji nisu otkriveni čak ni anđelima”. Drugi židovski mistici izvještavaju da je “svakoga dana anđeo Raziel, stojeći na brdu Horeb, objavljuvao tajne čovjeka svekolikom čovječanstvu”.

Postoji nešto što nismo znali kad smo počeli s pisanjem ove knjige, a što nam je kasnije otkrio naš anđeo Abigrael. Raziel je njegov “šef”.

**RAFAEL** je vjerojatno najomiljeniji od svih anđela, jedan od najčešće prikazivanih u umjetnosti Zapada. Njegov lik nalazimo na platnima majstora kao što su Botticelli, Tizian ili Rembrandt. Njegovo ime znači “Bog iscjeljuje”. Ne samo da je visoki arkandžel zadužen za liječenje Zemlje, već će, prema Zoharu, “Rafael i čovjeka, kojem je Zemlja pružila dom, izliječiti od bolesti njegovih”.

I uistinu, izgleda da je Rafaelova karijera obilježena liječničkim djelovanjem. Uklonio je Abrahamu bolove od obrezivanja, jer starac nije bio obrezan u djetinjstvu. Rafaela je Bog poslao da liječi Jakovljevo bedro nakon što ga je Samael ranio. Također se smatra da je Rafael dao Noi cijenjenu “medicinsku knjigu” nakon potopa.

Postoji legenda da je Solomon molio Boga za pomoć u građenju hrama u Jeruzalemu, a Rafael mu je tada osobno na dar donio čarobni prsten s moćima da pokori sve demone. Upravo je pomoću njihovog “ropskog rada” taj židovski kralj završio gradnju.

Rafaela još zovu “pomoć u paklu”, gdje je, na kraju krajeva, liječenje najpotrebnije.



• VAŠI OSOBNI FAVORITI •

Upoznali smo vas s naših deset "naj", no vi možete odabrati svoje, koje mi nismo spomenuli. Možda će to biti anđeo kraljević sonornog imena Sandalfon, a možda Belzebub, ako vam se sviđa tamna strana. Možda vam se sviđa Zofiel. Ili Zadkiel. Kako nam je rekao Abigrael, postoji mnogo, mnogo anđela. No, kad ih sami bolje upoznate, kad se produbi vaše prijateljstvo i povjerenje, možda ćete poželjeti da vas povežu s ovim visokim anđeoskim kraljevićima.

Prema našem iskustvu, iskrena molba za kontakt s bilo kojim članom nebeske obitelji više nije teško ostvariva. Zamolite i bit će vam odgovoreno.

# Anđeli kroz povijest



Poput valova koji sijeku povijest, prisustvo anđela u našim životima postaje sve bliže i dublje zahvaljujući svjedočanstvima hrabrih muškaraca i žena o susretima s nebeskim bićima, a polako se i strpljivo slaže mozaik razumijevanja da su uvijek bili pri ruci onima koji su ih prepoznali.

Abigrael nam priča da danas svjedočimo trećem velikom valu anđela. Prvi se odvijao u biblijska vremena, kad su se povremeno pojavljivali samo pred ponekim prorocima ili vrhovnim svećenicima. Drugi je val trajao kroz period srednjeg vijeka i kad su dolazili uglavnom svecima i mudracima. Treći je val započeo tijekom osamnaestog i devetnaestog

stoljeća, a traje i danas. Sada, u ovom trećem valu, anđeli nastoje prići

svakome od nas. Posjećuju pjesnike i slikare, a sve se češće i češće susreću s ljudima najrazličitijih zanimanja. Pojavljuju se u popularnim romanima, u filmovima, junaci su najgledanijih TV emisija. Svi ljudi svijeta dobivaju poruku: anđeli su spremni ući u svačiji život, a sve je to moguće zahvaljujući našem teško stečenom razvoju svijesti.

Anđeli nas čuvaju – to je sasvim sigurno jedan od njihovih zadataka. No oni nam se i otkrivaju, postepeno šire naše zemaljske vidike da bismo mogli spoznati daleko širi univerzum, i na unutarnjem i na vanjskom planu. Pomažu nam da shvatimo da nismo sami ni prepušteni sami sebi u ogromnom i praznom svemiru, da nismo tek slučajna zbirka molekula bez smisla, razloga ili svrhe.

Svi smo mi važan dio ovog širećeg vala spoznaje, a priča tog vala je dio naše globalne duhovne povijesti. Ne pripada članovima neke određene vjere, rase ili spola, već svima nama, cijelom čovječanstvu.

## • ANĐELI STAROGA SVIJETA:

### PRVI VAL •

Temelje vjerovanja zapadnog svijeta u anđele nalazimo još u Starom zavjetu, u kojem je obilje zapisa o anđelima. Pred hebrejskim starješinom Abrahamom i njegovom obitelji anđeli su se mnogo puta pojavljivali. Pojavili su se pred Hagarom, majkom Abrahamova prvog sina Išmaela. Tri neimenovana anđela pohodila su Abrahama i njegovu ženu Sarah da bi im navijestili da će im se roditi dijete. Par je u to vrijeme već bio u svojim devedesetima, no devet mjeseci kasnije rodio im se sin Izak. Kasnije, kad je Bog zatražio od Abrahama da Mu žrtvuje svojeg sina Izaka kako bi Mu potvrdio snagu svoje vjere, jedan drugi anđeo u posljednji je trenutak zaustavio njegovu ruku. Kroz cijelu povijest, anđeli su dolazili u naše živote i donosili čuda.

### • PRIČE IZ STAROG ZAVJETA •

Jakov, unuk Sare i Abrahama, imao je nekoliko anđeoskih posjeta. Jakovu su se anđeli često pojavljivali u snu. U jednom od snova vidio je ljestve koje se uzdižu do Raja, s anđelima koji se njima uspinju i spuštaju. Na mjestu na kojem je sanjao taj san, sagradio je oltar. Jedne mu

dok je bio sam i budan, došao anđeo Božji i hrvao se s njim.

Borili su se cijele noći, a u borbi mu je ranjeno bedro. U zoru ga je anđeo blagoslovio. Nismo li se svi ponekad borili sa svojom duhovnom prirodom, da bismo se potom osjetili blagoslovljenima zbog onoga što nam se činilo toliko teškim dok smo kroz to prolazili?

Anđeli su bili uz Hebreje dok su lutali divljinama nakon izгона iz Egipta. A pojavljivali su se i pred mnogim starim prorocima. Dva su se izuzetna susreta dogodila proroku Ezekijelu i Danijelu, koji su živjeli gotovo dvije tisuće godina poslije Jakova.

Kad je babilonski kralj osvojio Judeju, Ezekijel je prognan. Proživljavajući jedno od najcrnijih vremena svojeg naroda, njegove su riječi bile ispunjene ljutnjom i nadom. U svojoj je propovijedi pozvao narod da žrtvuju i svoje živote. Njegove vizije Božjeg prijestolja i anđela postale su uzor mnogim generacijama proučavatelja anđela. U jednoj od svojih najpoznatijih vizija, Ezekijel je vidio Božje prijestolje okruženo kerubinima sa po četiri lica i mnogobrojnim krilima. Lepetanje njihovih krila moglo se čuti s jednog na drugi kraj Raja.

Danijel je bio prvi prorok koji je anđele znao poimence. (Jakov je anđela s kojim se hrvao zapitao kako se zove, ali nije dobio odgovor). U Knjizi Danijela prvi se put susrećemo s imenima Mihaela i Gabriela, a prvi put čujemo i za anđele čuvare naroda. Gabriel dolazi Danijelu da bi mu pomogao protumačiti snove. Kad je kralj Danijela bacio u jamu s lavovima, anđeo je lavu zatvorio raluje. U zoru, kad su otvorili jamu, Danijel je izašao neozlijeđen. U toj se knjizi upoznajemo i s trojicom Danijelovih prijatelja, Šadrakom, Mešahom i Abednegom, koje je iz plamteće pećnice u koju su bili bačeni spasio anđeo, pojavivši se usred vatre. Kroz čitavu povijest možemo pratiti spasenja bezbrojnih muškaraca i žena, koje su anđeli spasili iz nevjerojatnih i nemogućih situacija. U vremenima beznađa, oni nam pružaju nadu.

U apokrifima, u Knjizi o Tobiji, jednoj od kasnijih knjiga koje nisu uključene u Stari zavjet, otkrivamo prelijepu priču kako se Rafael, anđeo iscjeljenja, pojavio pred Tobijinim sinom Tobijasom, prerušen u putnika. Prema ovoj priči, Rafael je iscijelio Tobijino sljepilo, izbavio Tobijasa od demona i obitelji ponovo omogućio sretan život. Ova je priča prvi puta ispričana prije više od dvije tisuće godina, a od tada anđeli i nama prilaze kako bi nas iscjeljivali. Što mislite, s koliko ste se

prerušenih anđela susreli u svojem životu?



## • PRIČE IZ NOVOG ZAVJETA •

Zasigurno najpoznatije pojavljivanje anđela bilo je ono pred židovskom ženom, Marijom. Kako je opisano u Novom zavjetu, u Evanđelju po Luki, arkandjel Gabriel pojavio se pred njom da bi joj navijestio rođenje djeteta. Rođenje tog djeteta, Isusa, promijenilo je povijest ovoga svijeta. Od rođenja do smrti bio je okružen anđelima. Prema jednom drugom izvoru, upravo su anđeli otkotrljali kamen koji je prekrivao njegovu praznu grobnicu.

Posljednja novozavjetna knjiga je Evanđelje po Ivanu. Poput Eze-kijela i Danijela pet stotina godina prije, Ivan je također živio u izgnan-stvu. Anđeo se pojavio pred njim i uputio ga da piše gvardijanima nekoliko ranokršćanskih crkvi. U Ivanovoj viziji apokalipse nalazimo opise mnogih različitih anđela, uključenih u rođenje novoga svijeta. Ivan je živio u zahtjevnim vremenima – a takvo je i vrijeme u kojem živimo mi. Na svu sreću, okružuju nas anđeoske primalje, spremne da nam pomognu pri rođenju novoga svijeta koje je Ivan predvidio davno prije.

## • ANĐELI U SREDNJEM VIJEKU:

### DRUGI VAL •

Anđeli se pojavljuju kad ih najmanje očekujemo. Jednako su nepredvi-dljive i njihove riječi i djela. Tijekom tisuća godina, veći dio njihovog djelovanja bio je usmjeren na održanje duhovnog ekvilibrijuma čovje-čanstva i na općenito sprječavanje najgorih ispada za koje smo mi ljudi sposobni.

Tijekom cijelog ranog Srednjeg vijeka prisutno je veliko zanima-nje za anđele i u kršćanskom i u židovskom društvu. Uzdizali su se i padali gradovi i carstva. Možda je upravo opći kaos nagnao ljude da si pokušaju predočiti i osjetiti smisao organiziranosti Raja. U srednjovje-kovnim tekstovima anđeli su povezani s mjestima, danima u tjednu, čak i s dobima dana. Vođene su rasprave o anđelima, o njihovom položaju, o njihovim zadaćama, tko gdje vlada i, najvažnije pitanje tog doba: Koliko anđela može stati na vrh igle?



### • ANĐELI KAO POMOĆNICI •

U davnim se vremenima anđele smatralo slugama Božjim i našim vodičima u Više područje. Ipak, tijekom Srednjeg vijeka ljudi su bili skloni vjerovati da su anđeli sluge svakoga tko zna njihova imena. Pojavile su se prave pisane rasprave kako ih treba pozivati i kako se može njima upravljati. S obzirom da su vjerovali da onome tko ovlada palim anđelima ovi mogu podariti neograničenu moć, nimalo ne začuđuje što su u to doba bili fascinirani njima. Godine gospodnje 613., arkandžel Gabriel još je jednom utjecao na povijest čovječanstva. Ovaj put je imao ulogu u stvaranju islamske vjere. Gabriel je proroku Muhamedu u pero kazivao Kur'an, posao koji je obavljao do Muhamedove smrti, 632. godine. Taj veliki poduhvat, zajedno s prorokovim noćnim letom do Raja u društvu anđela, smjestilo je nebeska bića u samo središte još jedne široko raširene društvene i vjerske populacije.

Sljedećih nekoliko stotina godina, dok se sjeverna Europa trapila kroz takozvano mračno doba koje je slijedilo nakon raspada Rimskog Carstva, u Španjolskoj, Sjevernoj Africi i Egiptu cvjetale su znanost, umjetnost i mistična tradicija, zahvaljujući susretu židovskih i muslimanskih zajednica.

### • BRIŽNI PRIJATELJI •

Sufiji, mistici islamskog svijeta, dali su nov pogled na upoznavanje naših nevidljivih prijatelja. Oni su anđele vidjeli kao pristajući dio naših srca, odraz voljenog Boga. Ovakva iznimna percepcija, zasnovana na izvornim susretima s nebeskim bićima, ukazuje na topao doživljaj anđela kao brižnih, dragih prijatelja.

U Europi se mračno doba postepeno pretvorilo u uzvišenu nebesku percepciju kroz gotičku umjetnost. Skladne katedrale streme prema nebesima, njihove površine ukrašene su svetim prizorima. Anđeli, na primjer, okružuju glavni portal katedrale u Chartresu, izražavajući savršenstvo prelijepih i zaštićujućih osjećaja koje je ljudska vrsta povezala s nebeskim kraljevstvom.

## • PJESNICI I SVECI •

U isto vrijeme, u umu Europljana, počelo se razvijati udivljenje ljepotom i romantičnim ljubavima. To je povelu i prema doživljavanju anđela kao ženskih bića. Tijekom Križarskog rata, kavalirska pravila ponašanja srodila su se sa sufijskom objavom anđela kao naših ljubljenih. Ibn Arabi, veliki pjesnik sufist, objavio je da mu je njegovo veliko prozno djelo, *Mekansko otkriće*, darovao Anđeo nadahnuća. Suhrawardi, autor djela *Primizni arkanđel* i *Treperenje Gabrielovih krila*, ostavio je za sobom najbogatiju zbirku zapisa o anđeoskim susretima u islamskom svijetu. Od židovskih filozofa tih uzbudljivih vremena dolazi i *Zohar*, glavni kabalistički tekst. U njemu su sadržane mnoge metode promjena svijesti s namjerom da se izazovu mistična stanja, u kojima je moguće izravno razgovarati s anđelima. Imajući na umu opasnost da budu proglašeni herezom, ne začuđuje što su podaci slabo poznati i često dobro prikriveni.

Sveti Franjo Asiški, koji je najzapamćeniji po svojim razgovorima s pticama i životinjama, doživio je na samom kraju svojeg života susret sa serafom. Suvremeno kršćansko razmišljanje o nebeskom kraljevstvu u velikoj je mjeri oblikovao Toma Akvinski, katolički teolog iz trinaestog stoljeća. Njegova značajna rasprava, *Summa Theologica*, sadržava sveobuhvatni traktat o anđelima. Doživljavao ih je kao bestjelesna bića, koja nas premašuju brojem i duhovnim savršenstvom, ali koja nisu spremna za ubrzan ljudski duhovni razvoj. U isto vrijeme, njemački kršćanski mistik Eckhart doživio je nekoliko izravnih susreta s anđelima.

Veliki talijanski pjesnik Dante Alighieri ostavio nam je *Božansku komediju*, jedno od najupečatljivijih djela o hodočašću po nebeskim područjima. Dantea je za stvaranje nadahnula njegova ljubljena Beatrice i s rimskim ga pjesnikom Vergilijem povelu kroz razna kraljevstva ispunjena anđelima i demonima, sve do Božjeg prijestolja.

Ne možemo ni zamisliti važnost sufijskog doživljavanja anđela kao ljubljenih prijatelja. Kroz njihov smo rad otkrili pomirenje i kraj sukoba između onih koji anđele doživljavaju kao bića s nekog drugog svijeta i onih koji ih vide kao aspekte naše duše ili Višeg sebstva. Kad shvatimo da je naš anđeo, naše istinsko sebstvo, pratitelj naše duše, onaj koji nas vodi prema Bogu, više neće biti važno je li anđeo iznutra ili izvana, tada ćemo nadržati suprotnosti i dvojbe. U tom trenutku započet će novo

doba odnosa između naših dviju vrsta.

## • RENESANSA •

Pravi procvat za naše prijatelje nastupio je kad su veliki renesansni umjetnici počeli slikati anđele, bez obzira što je razlog tome bilo pokroviteljstvo Rimske Crkve. Umjetnički prikazi Gabrielova naviještenja učinili su arkandelov dolazak Djevici Mariji najpoznatijim anđeoskim pojavljivanjem. Talijanski slikar Rafael – je li ime slučajnost? – na svojim je slikama volio prikazivati nebesko kraljevstvo, često ga pritom prikazujući kao svakodnevno, normalno okruženje. U kasnijem su periodu anđeli bili stalno nadahnuće velikom nizozemskom slikaru Rembrandtu i mnogi su se pojavili na njegovim većim radovima, iako i u njegovim skicama nalazimo dirljivo nježne pojave anđela, od kojih osobitu pažnju izaziva crtež arkandela Rafaela s Tobijom.

## • NADAHNUĆE •

Najsvetiji predmeti umjetničke tradicije svakako su ikone, predivna draguljima i srebrom optočena remek-djela u temperi i na drvu, koje nalazimo uglavnom u ruskim i grčkim ortodoksnim crkvama. Na njima su likovi naslikani kao izravna invocacija svetaca i anđela. Neki od njih predstavljaju prave umjetničke meditacije, koje svojim vizualnim simbolizmom bude neka od teško stečenih razumijevanja koje smo vremenom dobili od ovih bića.





Kako je snažio treći val nebeskog pojavljivanja, anđeli su se približavali sve većem broju umjetnika, znanstvenika i svetaca. U ranijim je vremenima španjolska redovnica Tereza Avilska opisala anđela kako joj kopljem probija srce, što ju je ispunilo ljubavlju prema Bogu. Njezin doživljaj nadahnuo je mnoge umjetničke redova.

### • NADAHNUĆE U KNJIŽEVNOSTI •

Vizije anđela imao je i njemački protestantski mistik Jacob Boehme. Značajna istraživanja na području anđela vodila su dva židovska mudraca, Moses Cordovero i Isaac Luria, obogativši time Kabbalu. Luria je, na primjer, jedan od prvih koji je ukazao na značajnu ulogu koju mi ljudi imamo u održanju ravnoteže dobra.

Engleski se pjesnik John Milton prihvatio iznimno teškog zadatka da razmrsi istinu o palim anđelima i njihovom utjecaju na sudbinu ljudi. Ispunjavajući svoj životni cilj, podario nam je epove *Izgubljeni raj* i *Vraćeni raj*.

Stoljeće kasnije, cijenjeni švedski znanstvenik Emanuel Swedenborg doživio je od 1747. pa do svoje smrti 1772. godine, niz vizija anđela i nebeskog kraljevstva. To je uslijedilo nakon što je u mnogim slučajevima predvidio neka događanja, požare na primjer, kilometrima daleko.

Opširno je pisao o svojim iskustvima s anđelima i utjecao na mnoge velike mislioce svojega vremena. Između ostalih, na engleskog mistika, pjesnika i slikara Williama Blakea, koji nam je u nasljeđe ostavio najsnažnije ikada stvorene prikaze anđela.

### • U LIKOVNOJ UMJETNOSTI •

Najpoznatije slike anđela pojavile su se tijekom posljednjih nekoliko stotina godina, one na koje većina nas pomisli kad se sjetimo slika s anđelima. Među njima su zasigurno crteži francuskog ilustratora Gustavea Doréa. Tko može zaboraviti njegove fantastične, duboko dojmljive ilustracije Dantove *Božanstvene komedije*? Démoni u udubljenjima pakla i nebeski anđeli domaćini koji se kružeći spuštaju u beskonačnost!

Oko 1850. godine pa do smjene stoljeća, u svjetlu razvoja duha industrijskog materijalizma, preraphaelitski su se slikari (opet Rafael!)



usredotočili na to profinjeno područje. S umjetničke strane, u smislu onoga što umjetnike potiče da stvore važna i autentična djela, to je bio posljednji udisaj pred kraj. Anđele je uskoro zasjenio zasljepljujući novi svijet tehnike, moćan simbol modernog doba. Ipak, oni se i dalje posvuda pojavljuju. Njihovi se likovi mogu vidjeti doslovno u svim mjestima i gradovima zapadnog svijeta: na željezničkim stanicama, na ratnim spomenicima, na muralima i frizovima knjižnica, na fasadama muzeja, bolnica, kino-dvorana i dućana. Viđamo ih odlivene u bronci kako krasi fontane, kako lebde na kupolama i freskama gradskih vijećnica, naslikane na zidovima u hodnicima naših parlamenata. Pogledajte oko sebe i vidjet ćete ih kamo god da okrenete glavu.

#### • ANĐELI U MODERNIM VREMENIMA •

Sjedinjene Američke Države nisu bile lišene anđeoskih posjeta. Mormonsku crkvu je osnovao, kako smo već spomenuli, Joseph Smith nakon što ga je posjetio anđeo Moroni. A između 1840. i 1850. godine, u šekerskim je zajednicama (zajednice u kojima su članovi živjeli jednostavnim životom bez partnera ili bračnih veza), koje je osnovala časna majka Ann Lee, bila prava gužva duhovnih aktivnosti. Članovi tih zajednica imali su vizije anđela od kojih su primali vrlo cjelovite poruke i predstavljale su znakovito i važno dijeljenje anđeoske mudrosti. Nešto kasnije, u Europi, njemački je pjesnik Rainer Maria Rilke postao vrlo priznatim umjetnikom i jedan je od nekoliko pisaca toga vremena koji su anđele doživljavali muzama. Bez sumnje, vrlo nadahnjujuće!

#### • PONOVO RAĐANJE ZANIMANJA •

Krajem devetnaestog i početkom dvadesetog stoljeća i u Americi i u Europi pojavilo se ponovno rađanje interesa za transcendentalno, iako je u žiži zanimanja prije bilo nadnaravno nego duhovno. Madame Helena Petrovna Blavatsky, utemeljiteljica teozofije i njemački mistik Rudolf Steiner, opširno su pisali o anđelima i raspravljali o važnosti njihovog mjesta u ljudskim odnosima. Steiner je preuzeo izvornu nebesku podjelu na devet redova, a zatim je pridodao desetu, razvijajući skupinu – čovječanstvo. I u islamskom svijetu ponovo je oživjelo zanimanje za

anđele, a najbolji primjer su luminozne knjige Henryija Corbina.

U Sjedinjenim Američkim Državama, između 1905. i 1935. došlo je do jednog od najizvanrednijih anđeoskih pojavljivanja. Opširno objavljena kroz usta spavajućeg čovjeka nastala je Urantia, obimna zbirka podataka o Bogu, o svemiru, o anđelima i njihovom djelovanju. Predstavila je pogled na život našeg planeta iz perspektive svemira ispunjenog milijunima nastanjenih svjetova i trilijunima anđela.

### • ANĐELI U DRUGOM SVJETSKOM RATU •

Jedan od najsnažnijih i najdirljivijih anđeoskih susreta dogodio se polovicom dvadesetog stoljeća, između 1943. i 1944. godine u Mađarskoj. Četiri su prijateljice umjetnice živjele u Budimpešti, u jeku nacističkih okupacija, kad su odjednom shvatile da kroz jednu od njih, dok je u laganom transu, progovaraju anđeli. Javljanje se nastavilo tijekom cijele godine, sadržavajući i praktične i duhovne savjete kako da prežive, ali i objavljujući neke od najizravnijih i najbolnijih uvida s anđeoskog područja.

Gitta Mallasz, jedna od četiri umjetnice koja je preživjela rat, počela je zapisivati riječi nebeskih bića i nastala je predivna knjiga *Razgovori s anđelima*, kojom je prenijela dubinu i utjecaj briljantne anđeoske mudrosti. "Ima li ičeg prirodnijeg od naših međusobnih razgovora?", zapitali su anđeli umjetnice u trenutku kozmičke bliskosti.

Naš je novi odnos s ovim bićima postepeno postao sve intimniji i razumljiviji. Skloni smo ozbiljnom preispitivanju našeg slobodnog izbora, no malo je sumnje da su naše dvije vrste sve bliže jedna drugoj više nego ikad prije.

• ANĐELI SUVREMENOG DOBA:  
TREĆI VAL •

Anđeli se lakše obraćaju onima koji dovoljno utišaju svoj um da bi ih čuli, no naša percepcija tih nebeskih bića je otišla daleko od isključivo vjerskog konteksta. Razvojem moderne komunikacije, njihovo se prisustvo osjeća i u zabavnoj industriji.

• U GLAZBI •

U popularnoj svjetskoj kulturi glazba je jedan od glavnih izraza kroz koje se osjeća njihovo prisustvo. Određene vrste glazbe mogu stvoriti transcendentna stanja svijesti i kad se to dogodi, zasigurno predstavlja zadivljujuću zajedničku radost i za anđele i za ljude. Od 1950. godine na ovamo, ponavljaju se teme nebeskih bića u naoko beskrajnim nabrajanjima "teen-anđela" i "Oh-oh-angel-babe!" tekstova u pjesmama čiji naslovi u slobodnom prijevodu znače "Zemaljski anđeo", "Anđeoske oči", "Johnny, moj anđele", "Anđeo u mojem srcu" i, naravno, "Ti si moj poseban anđeo".

• NA FILMU •

Dok su se anđeli tijekom dvadesetog stoljeća u visokoj umjetnosti rjeđe pojavljivali, uvijek su bili izvrsno prihvaćeni u filmovima kao što su *Anđeo na mojem ramenu*, *Biskupova supruga*, *Redfordov Milagro* i zasigurno najomiljeniji – *Divan život*, u režiji Franka Capre. Tko može zaboraviti rečenicu – "Kad god čuješ zvona, jedan je anđeo dobio krila"! Ima li poznatijeg filmskog anđela od Clarencea?

U nizu novijih filmova u kojima se pojavljuju anđeli je i film *Krila želje*, njemačkog redatelja Wima Wendersa. Film je dirljivo prikazana narav anđela i što sve mogu doživjeti na svojim misijama. Žudnje Wendersovih izuzetno osjetljivih bića za dodirrom ruke, za mirisom vjetra, cigarete i za šalicom kave ("Sve zajedno... izvanredno!") toliko su nam na svoj način bliske.

Wenders izuzetnom delikatnošću oslikava multidimenzionalne osobine anđeoske stvarnosti – zvukovi i vizualni utisci međusobno se pro-

žimaju, stvarajući izvanrednu patinu senzualnosti. Činjenica da filmovi

mogu izraziti toliko šarma i složenosti, možda čak uspješnije od slika ili skulptura, objašnjava zašto su anđeli odabrali upravo taj medij da bi nam se približili.

### • NA TELEVIZIJI I U ROMANIMA •

Anđeli su se tijekom osamdesetih i ranih devedesetih godina dvadesetog stoljeća 'vratili na tržište' kroz gledanu TV seriju *Put u raj*, u kojoj je glavni junak anđeo, te kroz nekoliko rado čitanih romana, među kojima je i *Anđeoski plamen*, Andrewa Greeleyja. Ova knjiga, koju možete naći na policama mjesnih trgovina, ponudila je precizne, zanimljivo napisane informacije o anđelima čuvarima.

### • U OSOBNIM ISKUSTVIMA •

Riječi arkanděla Rafaela možemo čuti kroz kristalno jasno pisane zapise Kena Careya. *Starseed Transmissions*, *Starseed 2000* i *Return of the Bird Tribes* suvremena su vrhunska djela anđeoskih vizija. U istom smislu, suvremeni je američki filozof David Spangler nastavio rad s anđelima, kao i njegova kolegica iz Findhorna, Dorothy Maclean, koja je zabilježila svoja iskustva u knjizi *Čuj pjev anđela*.

Sophy Burnam, autorica *Knjige anđela*, primila je kao odgovor na svoju knjigu tisuće pisama ljudi diljem svijeta. Na raznim životnim putovima, u malim mjestima i u velegradovima, njihove su živote dotakli anđeli i željeli su joj ispričati svoju priču. *Anđeoska pisma*, nastavak njene prve knjige, sadrži mnoga od ovih osobnih iskustava.

Kad smo postali bliskiji s anđelima i područjem njihova djelovanja, svo nas je troje iznenadilo koliko je toga oko nas povezano s njima. Naši su nam se nebeski prijatelji smiješili s ploča za bilježenje sportskih rezultata. Nalazili smo ih u tekstovima pjesama, u oglasima, na televiziji, posvuda. Naši su se nevidljivi prijatelji sve češće, u najrazličitijem kontekstu, pojavljivali u svakodnevnim razgovorima i to s izvanrednom redovitošću. Vozači taksija s imenom Angelo pojavljivali su se nevjerojatno često i u raznim važnim trenucima. I još toliko drugih, naoko nezamjetnih 'slučajnosti'.

Kamo god da smo krenuli, čuli bismo iste priče od nebrojeno mnogo ljudi. To se ne događa samo nama – ili samo vama. Anđeli pokušavaju

doći do svakog, na bilo koji način i u tolikoj mjeri kao nikada prije.



## • ANĐELI ČUVARI •

Prijateljstvo između ljudi i anđela po svojoj je prirodi vrlo intimno. Anđeli nam ukazuju da smo mi ljudi onaj dio Stvoritelja koji je najdublje uronjen u materiju. Upravo je njihovo prepoznavanje Stvoritelja u nama ono što ih toliko motivira da nam pomažu u našem ljudskom životu.

Nizozemski liječnik H. C. Moolenburgh zainteresirao se za anđele nakon što su mu mnogi njegovi pacijenti pričali o njima, a svoja je razmišljanja zapisao u knjizi *Priručnik o anđelima*. On ljude doživljava kao ekipu ronilaca koji traže izgubljeno blago, a s površinom ih povezuje samo nekoliko gumenih crijeva za dovod zraka i radio-veza. Anđeli su posada na površini, koja vrijedno radi da bi nam omogućila sigurnost.

“Čak smo dobili”, piše, “detaljne instrukcije o vrsti blaga koje trebamo skupiti. Treba biti takvo da ga se može vratiti. A vjerojatno nas svake noći izvuku da bismo uzeli zraka, a tek u trenutku smrti zauvijek izađemo iz mora.”

Koliko često zaboravljamo da imamo pomoć cijeloga svijeta? Čak i kad se želimo razviti, mi imamo potrebu ‘zaboraviti’. Ako ne, ostat ćemo, prema Moolenburghovim riječima, “ovisna dječica, zaštićena ljubavlju svojih roditelja”.

“Ništa što je stvoreno nije bez svoje osobne zaštite”, kaže Abigracl – i svi anđeli koji nas čuvaju i savjetuju, spremno dežuraju uz dovod zraka i radio-vezu.

Svatko na palubi ima svojeg anđela čuvara. A kad tražimo i živimo životom koji slijedi putove koji su najpovezaniji s Bogom i našim višim smislom, naši nam se anđeli približe još više da bi nas vodili i savjetovali.

Sami nam anđeli kažu da se u trenutku u kojem netko od nas donese svjesnu odluku da svoj život posveti Stvoritelju, anđeo čuvar te osobe tada potpuno posveti brizi za to ljudsko biće.

Ova je knjiga napisana da bi vam pomogla susresti vašeg anđela čuvara – vašeg anđela prijatelja. U trenutku kad ostvarite kontakt, zaslužili ste svoja krila.

# Kako smo mi susreli svoje anđele



## • UVOD •

Vjerojatno ste iz pročitano<sup>g</sup> već shvatili, predstoji nam veliki rad. Velika orkestracija. Anđeli nam se otvaraju kao nikada ranije. Pred nama su vrlo velike promjene. A na svakome od nas je da pratimo viziju kako bismo pridonijeli na većem planu.

Anđeli kažu da je najgore iza nas – novo doba je na našoj strani. No, potrebno je vrijeme da bi se ova grandiozna vizija u našem materijalnom svijetu u potpunosti ostvarila. Sve je spremno za nadolazeće promjene. Osvrnut ćemo se i zapitati kako je došlo do toga. Kako smo tako glatko kliznuli u novo doba svjetla i života, u kojem su duhovni i

i materijalni svijet ujedinjeni?

Dakako, takve će se promjene odviti uz pomoć, vodstvo i podarenu nam mudrost naših anđela.

I naravno, uz njihovu ljubav i ljubav našeg Stvoritelja.

Izuzetno lak i ugodan način na koji smo se nas troje okupili da bismo napisali ovu knjigu, samo je jedan od primjera anđeoske koordinacije. Sve se jednostavno postavilo na svoje mjesto.

Nakon zajedničkog vođenja meditacija tijekom godine dana, Alma i Timothy započeli su i s podučavanjem ljudi kako da razgovaraju sa svojim anđelima. Na zamisao da napišu knjigu prvi put su došli 1986., na jednoj od radionica "Otvaranje anđelima", koje su vodili u Philadelphiji.

Na kraju radosnog druženja, jedan od sudionika je rekao: "Znate, uistinu biste o svemu ovome trebali napisati knjigu! Mogli biste je nazvati...", zastao je, a tada je zazvučalo kao da su riječi došle s nekog drugog mjesta, "... mogli biste je nazvati – *Zamolite svoje anđele*".

Otprilike u isto vrijeme i Andrew je radio s anđelima, poučavajući pojedince, kroz savjetovanja i liječenje, kako da se otvore ovim divnim bićima.

Timothy i Alma susreli su se osmog dana osmog mjeseca 1988. godine, u njujorškom Svetom krugu u Central Parku. Odmah je nastupilo obostrano prepoznavanje. Sljedećih su nekoliko sati proveli oduševljeno pričajući o doživljajima s anđelima i nevjerojatnom utjecaju koji ta bića imaju na njihove živote. Nekoliko dana kasnije Timothy je Almu upoznao s Andrewom i započelo je prijateljstvo koje se uskoro pretvorilo u zajedničku suradnju.

U međuvremenu, neovisno o nama, anđeli su ušli u srce najveće svjetske izdavačke kuće. Andrew, kojem je Ballantine već objavio knjigu *Sličice*, sjedio je u uredu Cheryl Woodruff, urednice Ballantine-ovih knjiga o meditacijama, samopomoći i poboljšanju kvalitete života. Upravo je primila ponudu za knjigu o anđelima kroz povijest i, usprkos tome što to baš i nije bilo njeno područje, sinula joj je zamisao.

"Želim knjigu koja će čitatelju dati konkretnu uputu za rad s anđelima", rekla je.

"A ja sam nedavno upoznao vrlo zanimljivog čovjeka koji već piše knjigu o anđelima!", odgovorio je Andrew.

Cheryl je znala za Timothyjevu knjigu *Dupini\*Vanzemaljci\*Anđeli*.

Zamolila je Andrewa da s Timothyjem porazgovara o njenoj ideji. Bilo je pravo vrijeme. Vrijeme anđela. Timothy je ispričao Andrewu da s Almom već prikuplja materijale za knjigu. Jedno je vodilo drugome. Znajući za Andrewova prijašnja iskustva s anđelima i pisanjem, pozvali su ga da im se pridruži. Zbog lakoće kojom se sve odvijalo, još jednom smo zaključili da i bez potpisanog ugovora sudjelujemo u nebeski organiziranom čudu.

Ali anđeli se još nisu pojavili u punom sjaju.

Nekoliko tjedana kasnije, Cheryl je sjedila u uredu Susan Peterson, upraviteljice izdavačke kuće Ballantine Books.

“Radiš li na čemu zanimljivom?”, zanimalo je Susan.

“Upravo sam primila ponudu za knjigu *Zamolite svoje anđele*. Uči ljude kako da razgovaraju s njima”, odgovorila je Cheryl.

“Dobro zvuči. Kupi to!”, kratko je zaključila Susan.

Za dva smo tjedna potpisali ugovor. Znajući koliko ponuda svakoga dana stiže u Ballantine Books, a znajući i koliko vremena inače prođe do konačne odluke, preostalo nam je samo pretpostaviti da su i tu anđeli upleli svoja krila.

Kasnije smo saznali da su na Ballantineovu predstavljanju knjige Sophy Burnham, *Knjiga anđela*, prostoriju ukrašavala tri velika trodimenzionalna anđela. Susan Peterson je organizirala da lagano lebde iznad glava pozvanih gostiju.

Obratila se skupu: “Ballantine je na strani anđela.” Zatim je nastavila riječima da svakoga dana prima pisma čitatelja koji joj pišu koliko ih je neka knjiga dirnula ili im pomogla da prođu kroz neki težak period svojeg života.

“Ballantine ne zanima samo novac”, nastavila je. “Mi želimo knjige koje će donijeti promjenu u život čovjeka.”

Kroz naše osobne priče uočiti ćete da smo međusobno vrlo različiti, s različitim pogledima na svoje anđeoske prijatelje. Da je svatko od nas pisao svoju knjigu, nastale bi tri sasvim drugačije knjige. No anđeli su željeli da bude ovako, da knjigu napišemo zajednički i tako su pokazali da je suradnja, a ne pojedinačna borba, nov način na koji trebamo krenuti. Ne samo da su anđeli sve organizirali, već su imali dovoljno strpljenja i čvrstu ruku kad nismo uspijevali sami uskladiti svoja snažna,

ponekad i sasvim suprotna stajališta.



Nakon što pročitate naše priče i upoznate nas, vidjet ćete da zaista nema samo jednog ispravnog načina da doživite anđele. Za vas je najvažnije da nađete svoj način. Neka vam naša iskustva posluže kao rukohvati dok ćete se penjati prema visinama svojih vlastitih neograničenih sposobnosti.

### • KAKO SAM SRELA SVOJEG ANĐELA I KAKO DANAS ZAJEDNO RADIMO•

#### Alma

Kad danas razmišljam o toliko očitim, brižnim savjetima koje mi je moj anđeo uporno nudio, izgleda bezumno ili glupo da sam toliko dugo odbijala upoznati ga ili poslušati. No, u vrijeme kad smo se sreli bila sam puno tvrdoglavija nego što sam danas i puno sam radije pričala nego slušala. Bio je potreban Božji čin da bi se to popravilo.

Mistična i natprirodna događanja često se podudaraju s vremenima velikih osobnih nevolja. Kad više ništa ne preostane, kad iscrpimo sve što smo znali, pomoć dolazi iz jednog drugog izvora. Tako nešto dogodilo se i meni, krajem listopada 1985. U to sam vrijeme bila zaposlena majka s troje djece o kojima je trebalo voditi brigu. Davala sam sve od sebe da bih namakla dovoljno novca za život. Radila sam kod kuće. Vodila sam psihoterapijsku praksu, održavala tečajeve samopomoći, a imala sam i zatvoreni bazen za plutanje, koji sam klijentima iznajmljivala po satu.

Dva tjedna ranije, tank je napukao i potopio stan susjeda ispod mene, s 570 litara vode u kojoj je bilo rastopljeno 360 kilograma Epsomove soli. Slana voda natopila je njegov perzijski tepih koji mu je darovao iranski šah i uništila zbirku u kožu uvezanih knjiga, koja se protezala duž zidova njegovog studija. Bila je to prava noćna mora. Poplava me izbacila iz posla u kojem sam pet godina uživala. Pet godina sam upoznavala ljude s dobrobitima bestežinskog plutanja u komori u koju nije prodiralo ni svjetlo ni zvuk. S financijske strane to je bila propast. A emocionalno sam već ionako bila jadna. Dvoje moje djece odlazilo je od kuće i u obitelji je bilo prilično napeto. Vjerojatno možete zamisliti,

kombinacija svih ovih pritisaka stvorila je pravi očaj u mojoj psihi.

Kao što se često događa kad nam se nagomilaju stvari koje ne razumijemo ili ih ne znamo riješiti, razboljela sam se i pala u krevet. Nisam mogla prikriti koliko me život razočarao, odvojio od dnevnih aktivnosti – od klijenata i tečajeva iscjeljivanja. U krevetu s gripom, bez trunca energije, besciljno sam prelistavala neke svoje stare bilježnice s bilješkama. U njima sam zapisivala svoja iskustva s većine od pet stotina održanih radionica, s namjerom (reklo bi se neuspješno) da podignem vlastitu svjesnost.

Na jednoj od radionica, osam godina ranije, zamoljena sam da vizualiziram savršeno mjesto na kojem bih mogla stvoriti sve što mi je potrebno. Rečeno mi je da će se pojaviti dva "vodiča" i trebala sam uočiti njihovo prisustvo i zapitati ih za imena. Moje brižljivo vođene bilješke otkrile su mi da sam poslušno vizualizirala predivno okruženje i da sam iščekivala dolazak vodiča. Odjednom se pojavio muškarac u ljubičastim priljubljenim čarapama i elizabetanskom prsluku, koji se predstavio kao Greg. Njemu za petama pojavila se žena sa šeširom i trakom u kosi, u kariranom kaputiću s podstavljenim jastučićima za ramena, kao iz 1940. Rekla je da se zove Eleanor.

Sjećam se kako sam s omalovažavanjem pomislila kako je Eleanor prilično obično ime za vodiča, a usput rečeno, dama je, što se mode tiče, tridesetak godina kaskala za vremenom. A što se tiče tipa u ljubičastim tajicama... nisam namjeravala imati posla ni s jednim od njih. Odmah sam ih otpravila i izbacila iz uma.

Dok sam prelistavala zabilješke, u sobu je ušao Timothy, noseći šalicu vrućeg biljnog čaja. Mjesecima me poticao da stupim u vezu sa svojim anđelom. Ja sam pak mjesecima odbijala kao luda. U djetinjstvu me nisu odgajali uz zamisao da imam anđela čuvara i, iako su me kao odraslu osobu istraživanja metafizičkih pojava otvorila mogućnostima kontakta s drugim dimenzijama, ja jednostavno nisam vjerovala da ga imam. Duhovni vodiči, nema problema. Indijanski vračevi i tibetanski monasi, prihvatljivo. Anđeli? Ni slučajno.

Kad je spustio čaj, Timothy me pogledao preko ramena.

"Tvoj anđeo je ovdje. Osjećam njegovo prisustvo. Samo ga zapitaj kako se zove", rekao je mirno.

Bijesno sam ga pogledala i grubo odgovorila: "Ako si toliko pame-

tan, pitaj ga ti kako se zove!"

Zatvorio je oči i za nekoliko trenutaka promrmljao: Elena (naglasak na *el*).

“Nemoguće!” uzviknula sam, ne vjerujući svojim ušima. Zatim sam mu ispričala kako sam odbila Eleanor, koja se pojavila prije osam godina, jer mi se nije svidjelo njeno ime. “A Elena zvuči upravo tako!”, uporno sam odbijala prihvatiti ovu novu verziju.

“U redu, u redu. Onda pokušaj ti”, bio je uporan Timothy. Dok sam se bunila da ne znam što trebam raditi, objašnjavao mi je da samo trebam sklopiti oči i zapitati. Da bih mu dokazala kako nije u pravu i da to neće raditi, zatvorila sam oči. “Kako se zove moj anđeo?”, zapitala sam. Odjednom, s unutarnje strane čela pojavila su se tri velika tiskana slova: L N O.

Prestala sam se boriti. Predala sam se. Prepoznala sam njeno prisustvo. Na Timothyjevo uporno navaljivanje, uzela sam olovku da bih zapisala bilo kakvu poruku koju bi ona mogla imati za mene. Prvo što mi je rekla bilo je nešto što nisam željela čuti:

“Timothy je pozvan da bi te pročistio od nepoštenja i straha, a taj posao nije ni ugodan ni lak.”

Nepoštenje? Strah? Tko, ja? Zaboravi! Jednostavno zaboravi na to! Ne igram ja tu igru. LNO je nastavila, na neobičan način hvatajući moje misli:

“Ovo između vas dvoje nije igra. Tvoj otpor proizlazi iz osjećaja da ti on nešto nameće i da misli da si u krivu. A osjećaš tako stoga što se nisi oslobodila lažnih, negativnih uvjerenja o samoj sebi i svojoj vrijednosti.”

Dok sam zapisivala njene riječi, ruka mi je podrhtavala od ljutnje koja me preplavila. LNO je zaključila nesmanjenom izravnošću:

“Uravnoteženje ega o kojem je Timothy razgovarao s tobom je od izuzetne važnosti za povezivanje i razumijevanje božanskog u sebi. To mora biti obavljeno na fizičkom planu. Trebala bi odbaciti, osloboditi se ljudskih slabosti, a nedirnutima ostaviti samo najviše ljudske vrijednosti – predanost, hrabrost, istinu.”

LNO je stigla. Ja sam događaj popratila burnim ispadom.

Jednom mirnijom prilikom, godinu dana kasnije, LNO me pažljivo podsjetila: “Nitko nikada nije zahvalan za savjet koji ne želi primiti.”

Odonda sam naučila zahvaliti LNO, i svim drugim mojim anđelima,

na svaku njihovu intervenciju i vodstvo, bez obzira sviđa li mi se ili ne! Sljedećih tjedana, LNOino prisustvo ohrabrilo me da gubitak bazena za plutanje ne doživljavam kao propast, već kao Božju volju. Poplava me prisilila da se otvorim novim mogućnostima, od kojih je jedna bila i razvijanje radionica "Otvaranje anđelima", kojima smo se Timothy i ja počeli baviti dva mjeseca ranije.

Sve do današnjeg dana LNO se ponekad pojavi bez obzira zovem li je ili ne, no nikada ne nastoji utjecati na mene niti se petljati u moje stvari. Jednostavno se pojavi kad je uistinu trebam. Ne tako davno razgovarala sam s nekim prijateljima, klepetala o svemu i svačemu, uživajući u svojem vlastitom glasu, kad sam po njihovim licima prepoznala izraz zamora i dosade. Osjetila sam onaj gadan osjećaj kad shvatite da ste dosadni, ali ne znate kako da to popravite, pa sam jednostavno nastavila brbljati. Odjednom sam u glavi začula prilično glasno: "Nikad nije prekasno zašutjeti!" Stala sam usred rečenice, što, kako se činilo, nikoga nije zasmetalo. Kasnije mi je LNO, nastojeći da bude što kraća i izravnija, objasnila. "Tišina je uvijek prikladna", rekla je mirnim glasom. "Tišina je utočište mudrih".

Kako sam sazrijela i bolje upoznala LNO, naučila sam poštivati njene mudre savjete, a njezin je utjecaj postao sve važnijim za mene, u početku osobno, a zatim postepeno i u mojem psihoterapijskom radu. LNO je danas moja izuzetno vrijedna kolegica i prijateljica od povjerenja. Kad radim s klijentom, oslanjam se na nju, a pozivam i anđela čuvara osobe na kojoj radim, da mi zajedno pomognu pri usklađenju tijela, uma i emocija. LNO mi pomaže skloniti s puta moj ego, moj mali um. Kad osjetim njeno prisustvo ili kad čujem njezin glas, podižem se u Više sebstvo. Ulaskom u njenu vibraciju postajem čisti kanal za kozmičku inteligenciju. Uz njenu pomoć postajem oruđe ljubavi kojim Bog iscjeljuje one koji iscjeljenje žele i koji su za njega spremni.

Moj anđeo doprinosi čitavom procesu, pomažući mi da odbacim svaki egocentrični strah koji se u takvoj prilici može pojaviti – Hoću li znati što učiniti? Što reći? Uz LNO kao kroz leću fokusiram svoju energiju i djelovanje, uzdižući se pritom iznad zabrinutosti glede svojeg nastupa do sigurnosti da Bog zna što on/a radi! LNO mi kaže da kao spiritualni iscjelitelj ja obavljam posao, ali ishod ovisi samo o Bogu.

U meditacijama i molitvama koje prethode mojem radu, uvijek



zamolim da budem savršen kanal za Božje iscjeljujuće svjetlo i milost. Zamolim da klijentu i meni bude dopušteno da ujediniamo svoje iscjeljujuće energije. Uvijek osjetim kad do toga dođe, jer uđem u promijenjeno stanje svijesti. Frekvencija moždanih valova tada se promijeni iz beta (normalno budno stanje) u alfa valove, a ponekad i u teta valove, koji su karakteristični za meditativno stanje i stanje transa. I klijentova se svijest podiže i tada smo na istoj frekvenciji.

U takvom stanju redovito čujem odgovore klijentovog anđela prije samog klijenta. Čujem riječi, upravo kao što čujem riječi svojeg anđela. Obično za nekoliko sekundi, u svakom slučaju za manje od minute, klijent izgovori riječi koje sam ja već čula. Shvatila sam da je to divan način služenja. Kad se ljudi otvore anđelima, kroz povezivanje s višim izvorom omogućen im je pristup podacima koji su im potrebni.

LNO mi na seansama pomaže na čitav niz načina.

Prije svega, izravnim usmjeravanjem. Na primjer "poveži treće oko i srčanu čakru" ili "šalji energiju u grlo", što danas doživljavam kao *spoznaju i priznanje*. Odjednom, bez razmišljanja, shvatim što treba učiniti; to je rast mojih intuitivnih sposobnosti. Sigurnost koja premošćuje moj svjesni um. Zatim, LNO mi kroz suradnju s anđelom mojeg klijenta daje povezujuće uvide. Zahvaljujući tim spoznajama i uvidima prepoznajem uzroke određenih starih uzoraka ponašanja i mogu dovesti do zamjenjivanja takvog uzorka drugim, prihvatljivijim i zdravijim.

U drugim slučajevima LNO radi s anđelima čuvarima mojih klijenata, a pojašnjenja duhovne i emocionalne prirode njihovog problema dobivam u pisanom obliku. Ove informacije su bez izuzetka točne i pravi su pogodak u samu srž problema. Ponekad stižu sasvim neočekivano, obično u trenucima kad mi se čini da sam potpuno izgubljena!

Pokazat ću vam nekoliko izvadaka iz bilježnice u kojoj zapisujem poruke LNO. Primijetit ćete da vodimo pravi dijalog!

'Melody' je dvadeset pet godina i dolazi iz Missourija. U New York je stigla kad joj je bilo osamnaest godina i od tada živi u obiteljima kod kojih radi kao dadilja. Voli djecu i posao je raduje. Došla je k meni radi bolova u leđima. Zamolila sam LNO da mi kaže gdje je uzrok bolova.

LNO: Bol dolazi od zadržavanja da krene naprijed! Priječi joj rezanje spona koje joj ne dopuštaju da slobodno krene naprijed. Ona je biće bez emocionalne prtljage, jednostavno je nema. Ali, preuzela je

Ona je biće bez emocionalne prtljage, jednostavno je nema. Ali, preuzela je

određeno breme da bi se bolje uklopila u svijet u kojem živi. Melody sama po sebi nije opterećena nikakvim osjećajima niti vezama, no određenu je opterećenost preuzela od ljudi i svijeta u kojem živi, da bi prigušila osjećaj nepripadanja velegradu i osamljenosti.

Što se tiče Melodynih leđa, osjećaj žarenja koji je osjećala tijekom seanse povezan je s lomačom koju je njena duša iskusila u jednom drugom tijelu, u drugom životu. Bila je spaljena na lomači zbog svojih heretičkih pogleda, pogleda koji su bili neprihvatljivi njenoj tadašnjoj zajednici. Ni tada, kao ni danas, nije bila u koraku s ljudima oko sebe. Bila je ispred svojeg vremena, naprednija od svojih suvremenika. I u ovom je životu živjela u obitelji čija je svijest na nižoj razini od njene. Njihovi joj stavovi nisu dozvoljavali da krene naprijed, jer je i sama osjećala da ne bi bilo u redu kad bi ih nadmašila.

S obzirom da je ljudsko biće, Melody podliježe i ljudskim osjećajima, no oni se na nju odražavaju drugačije nego na ostale. Još nije spoznala vlastitu spolnost i zaostajanje se zasniva na dva čimbenika. Prvo, strah od određene posesivnosti koja se pojavljuje u spolnim odnosima, jer Melody je slobodan duh koji želi slobodu bez otežavajućih okolnosti. Drugo, nevoljkost da se fizički uključi, jer je u svojim prijašnjim inkarnacijama visoko razvila um i duh.

Da bi se u ovaj život uključila kao cjelovito ljudsko biće, Melody bi trebala poraditi na svim razinama ljudskih emocija i fizičkih iskustava. Još uvijek zadržava samu sebe i potrebno joj je ohrabrenje da se otvori.

Hvala ti, LNO. Ovo je bilo malo opširnije nego što sam mislila...

LNO: U tom slučaju, najdraža, postavljaš kraća, manje zahtjevna pitanja.

S Melody sam radila skoro godinu dana. Za to vrijeme bila je u Hong Kongu, prokrstarila Europom, posjetila Bahame, mjesec dana proboravila u Novom Zelandu. Postala je društvenija, upoznala je mladića s kojim izlazi, a trenutno piše knjigu o svojim iskustvima njujorške dadilje.

'Mark', briljantni mladi pisac, došao je k meni jer je patio od napa-

napadaja depresijem koji su ponekad trajali mjesecima. Kad bi došao u to

stanje, nije mogao pisati, prestao bi se vidati s prijateljima, a da bi olakšao stanje očaja, prejedao se do besvijesti. Kad je stigao u moj ured na početni dogovor, bio je dvadeset i pet kilograma pretežak i prestravljen. Rekao mi je da mu je dvadeset i sedam godina, a da je s devetnaest proglašen *čudom od djeteta*, jer je objavio izvanredno prihvaćen roman koji je kasnije adaptiran u scenarij za film. Iako je u svojim ranim dvadesetima izazvao pravu senzaciju u svijetu književnosti, nakon toga godinama ništa nije objavio. Njegov dar je presušio, rekao mi je, ljubavni mu je život na nuli, osjeća se beskonačno sam.

Bilo je sasvim očito da je depresija prekrivala njegove strahove, no nakon nekoliko mjeseci tjednih sastajanja, bio je jednako prestrašen, a ja nisam mogla otkriti zašto. Odlučila sam zapitati LNO zašto se Mark tako uporno drži svojih strahova i čega se, u stvari, boji.

Prije nego je odgovorila, zadirkujući me ukorila: "Ovo je kratko pitanje?" Zatim je nastavila:

LNO: Markov strah je strah od kojeg trpe mnogi. Boji se da nije voljen i da će bez ljubavi umrijeti. Čvrsto se drži svojeg straha jer se plaši suočiti se s njim, a plaši se suočiti i sa činjenicom da sam sebe ne voli. Željan je i zahtijeva ljubav od drugih, a neće je dobiti sve dok ne shvati svoju potrebu za ljubavi, dok je ne prizna i ne prihvati.

Usredotočujući se na svoje strahove, izbjegava ono što te strahove izaziva. Još nije spreman poraditi na vlastitoj ljubavi prema sebi, na prihvaćanju samoga sebe. Kad shvati da je sam i dovoljan sam sebi, tada će se moći istinski povezati sa Svime. Treba znati da to ne znači da do kraja života morati ostati sam. Samo treba shvatiti da ni s kim neće biti sretan dok ne počne cijeliti sebe takvog kakav jest, bez procjenjivanja svoje vrijednosti kroz oči prijatelja ili voljene osobe.

Hvala ti, LNO. Sve što sam čula bilo je kratko i savršeno jasno!

LNO: Najdraža, zadovoljni smo kad si ti zadovoljna, a i zabavlja nas kad te iznenadimo!

Marka su zanimale njezine riječi, pa sam prepisala poruku bez svojih obratnih bilježaka i dala mu je. Bilo je to šest mjeseci prije nego se

ponovo javio.

“Sjećáš li se one poruke svojeg anđela koju si mi dala?”, zapitao me preko telefona. “Znaš, upravo sam je ponovo pročitao.”

“Da?”, odgovorila sam pomalo zabrinuto.

“Sve je točno. Tada nisam bio spreman to čuti, ali sad to ima smisla”, rekao je Mark. “Volio bih doći do tebe. Mogli bismo malo poraditi na tome.”

Tijekom sljedećih nekoliko sastanaka, pomogla sam Marku da upozna svojeg anđela čuvara. Od tada je izgubio petnaest kilograma. Ponovo piše, radi na svojem trećem romanu, a uz to na fakultetu predaje kreativno pisanje. Uživa u predavanjima, a studenti ga obožavaju. Njegovo stvaranje cvjeta. Posljednji put smo se čuli kad je jurio na aerodrom po svoju djevojku.

LNO rješava prave životne situacije, a pritom ide “do kosti”. Gail, jedna od mojih klijentica, za LNO kaže da je “anđeo koji zna isprašiti tur”. Ipak, njene poruke uvijek počinju i završavaju s ohrabrenjem, a podsjeća nas na izbore koje imamo.

LNO: Iako si sada u nevolji, nađi mir u svojem srcu i znaj da se sve kreće prema velikom iscjeljenju. Okružuju te teškoće. Ovo su vremena izazova. Svaku se dušu testira i iskušava. Možeš se prepustiti takvom stanju ili pak odabrati da hrabrošću i duhovitošću osvijetliš i svoje brige i brige sviju koji te okružuju.

Podići raspoloženje, biti u istini, jednostavnosti i skromnosti – to bi trebao biti tvoj moto. Biti ljubazna, pažljiva, brižna i istinoljubiva. Suzdržati se od prigovarivanja ili pridavanja važnosti teškoćama. Blagosloviti umjesto proklinjati. Znaj da si istinski ljubljena i blagoslovljena. Pokaži zahvalnost za blagoslove. Podijeli i blagoslove i svoju svjetlost s drugima.

Čak i kad sam sasvim prihvatila LNO, bilo je trenutaka kad sam sumnjala. Sve što je govorila imalo je smisla, no nisam se mogla oduprijeti sumnji ne govori li to pametniji dio mene. Na kraju sam je pitala i evo što je LNO odgovorila:

LNO: Ove riječi možeš nazvati svojim mislima, što one i jesu jer si ti, Alma Danijel, odabrala riječi i njihov poredak. Mi se u stvari ne

sporazumijevamo riječima, nego vibracijama, emanacijama.



Ti podigneš emanacije i postaviš ih u svezu koju zoveš mislima. To je razlog zbog kojeg anđeoske poruke pretvorene u riječi drugačije zvuče od osobe do osobe.

Kad se sporazumijevamo s vama, obavljamo povezujuću i nadahnjujuću zadaću. U svakom je čovjeku božanska iskra, sam Bog. Kad se duša spusti u fizičko stanje, ta iskra postaje prekrivena, skrivena, ali ipak ostaje u svakom ljudskom biću – i u svemu živom. Naš je zadatak upaliti tu iskru u vama, ispuniti vas ne “našim” mislima, nego povezati vas sa znanjem kojeg već posjedujete. Ti zaboravljaš. Ljudi zaboravljaju jer uronjenost u materijalno snižava svijest i donosi zaboravnost. Gravitacija vas zadržava i ograničava na više načina, od kojih nije najbitnija to što ponekad zaboravljate da možete letjeti. Mi dolazimo da bismo vas nadahnuli svjetlošću, lakoćom i smijehom, da bismo vas podsjetili na ono što Bog u vama već zna.

Zapitala sam je kako biti prava osoba u srcu.

LNO: Kad si u stanju otvorenosti, kad su tvoja uobičajena ograničenja i ovozemaljske brige privremeno zanemarena, bilo ljubavlju ili dubokim osjećajem mira, tada otvaraš kanale, ili krugove, prema svojoj mudrosti. Naš je zadatak da te povežemo s tim znanjima, od koji su neka toliko duboko zakopana da ih ti, kad se pojave, povežeš s nečim drugim. Nema drugog. To ste ti i Bog!

Mi to radimo pomoću frekvencija, valova, vibracija, pomoću onoga što vi ljudi doživljavate kao osjećaje. S obzirom da nemamo tjelesni oblik, nemamo ni “misli”. Mi smo glasnici Božje volje, a vi ljudi ste živi primjeri za to. Vi ste manifestacija Božjih “misli”, Božje volje.

Iako sam s LNO u vrlo osobnom odnosu i smatram je svojim anđelom čuvarom, kao i aspektom mojeg Višeg Sebstva, svjesna sam pomoći mnogih drugih nebeskih bića, koja mi pomažu na niz različitih načina. Olakšavaju mi vožnju gradom, upravljaju mojim poslovnim potezima i pomažu na još toliko drugih načina. To su legije pomagača, rekla mi je LNO, koji dolaze da bi nam bili na usluzi kad svjesno odaberemo put Svjetla, kad svjesno odaberemo služiti Bogu i pomagati našoj braći i sestrama. Kad donesemo takvu odluku, mnogi nam anđeli dolaze na pomoć.

dolaze na pomoć.

Kad zamolim za anđeosku zaštitu (osobito kad kroz njujorški promet vozim bicikl), znam da budim višu razinu svjesnosti od one koju sama imam. Ona oštiri moja nadosjetila. Molba za pomoć upućena anđelima otvara me primanju obilja univerzuma. Oslobađa moju maštu od ograničenja, omogućuje dotok najboljeg, najsvjetlijeg, najvišeg.

LNO je uvijek sa mnom, do te mjere da sam svjesna da s njom i ulaskom u njeno područje moj vlastiti život postaje blaži, lakši i jednostavniji. Ona me naučila da se ne ljutim kad stvari ne idu "na moj način", već da brže mislim i da budem spremna, da prepoznam kad mi svemir govori da nešto nije kako treba, da nisam u pravu ili da ću naići na probleme. Poučila me da promotrim svoju ulogu u zbrci, kako bih mogla otkriti lijek za situaciju. LNO me povezala s Božjom prirodom u meni, ali me i nadalje vraća meni samoj i mojem djelovanju, pomaže mi uvidjeti odgovornost za ono što smo stvorili Bog i ja. Potakla me na istraživanje moje savršenosti, ljubazno mi dopuštajući da vidim gdje su sebičnost ili osobni interes otupili moje viđenje.

LNO: Lijek za sebičnost je uslužnost. Lijek za aroganciju je skromnost. Lijek za zbrku je jasnoća koja dolazi od ispravnog života i govorenja o njemu. Istina, ljubaznost, isticanje pozitivnog umjesto naglašavanja negativnog, samo su neke od vrijednosti koje će ti pomoći da se vratiš u milost.

Moja me nebeska pomagačica vraća kad zabludim u *ego-trip*:

LNO: Kad si jaka, ne trebaš navaljivati. Nesigurni ljudi pretjeruju. Skromnost dolazi kad prepoznaš i kad vratiš svoju istinsku moć – ljubav.

Ili kad žalim samu sebe:

LNO: Nije vrijeme za samosažaljevanje, ali je izvanredan trenutak da promotriš kad je samosažaljevanje iskrsnulo. Idi njegovim tragom, zagrlj ga i pogledaj u lice. A zatim pusti da ode.

I kad prolazim kroz ljudski očaj:

LNO: Ljubomora je, kao i zavist, diskvalifikacija sebe. Osobe koje sebe bezuvjetno vole nisu ljubomorne, jer im ljubav nije prijatna. Ljubav nije prijeteća. Izostanak ljubavi jest. Pomanjkanje ljubavi

dolazi od nedovoljno ljubavi prema samome sebi.

Kad god imam problema ili sam snuždena, ubacim LNOinu disketu u računalo. A kad sam izvrsno raspoložena, oduševljena događajima u svojem životu, napišem joj na papiru malu posebnu zahvalu. Iako sam običavala čuvati njene poruke na staroj disketi svaštari, jasno mi je dala do znanja da želi imati samo svoju.

Kroz godine, LNO je u našim razgovorima umjesto osobnog "ja" počela upotrebljavati "mi". Rečeno mi je da je, osim što je moja osobna pratiteljica, i glas cijelog društva anđela čuvara, čiji je zadatak da pojedince povežu s njihovim Višim Sebstvom.

Iako je nikad nisam vidjela svojim očima ili duhovnom vizijom, i njeno prisustvo i prisustvo drugih anđela kad se sastane naša grupa, osjećam kroz otvaranje svojeg srca. Ponekad je osjećaj ljubavi i prihvaćanja toliko jak, toliko nježan, da mi poteku suze.

Prije nekoliko godina, kad sam prolazila kroz duboku tugu i žaljenja zbog rastanka s Timothyjem, zamolila sam LNO da mi ublaži bol. Tada mi je rekla:

LNO: Tuga je nota na ljestvici radosti. Žaljenje pripada onom vremenu. To je prošlost. Žaljenje je povezano s nečim u čemu si nemoćna, a ti se čvrsto držiš toga, kao da na nešto možeš utjecati. Moraš prihvatiti ono što ne možeš promijeniti. Možda ti se neće sviđati, ali moraš prihvatiti. A kad jednom prihvatiš, tada možeš i otpustiti. Ako to ne učiniš, ostaješ u žalovanju.

Draga moja, pogledaj za čime sve žališ. Ništa od toga ne možeš promijeniti, a svaki put kad o tome razmišljaš zadaje ti bol. Možeš li naučiti istinski živjeti u ovom trenutku? Možeš li izbrisati svu svoju prošlost? Biti ovdje i sada? Nije li tvoj život upravo sada u savršenom miru, u savršenom redu? Nisi li izvrsnog zdravlja? Što ti je još potrebno za sreću, za radost?

Žaljenje onemoćuje i iscrpljuje. Kao kap limunova soka u šalici mlijeka, zgruša život i učini ga neukusnim.

Žaljenje ti onemogućuje poduzimanje pozitivnih koraka, udaljava te od tvojeg samopouzdanja.

Žaljenje je oblik samokritičnosti koja energiju dobiva iz naklonosti i potvrda drugih ljudi. Kad te drugi ljudi žale zbog tvojeg žalovanja, ohrabruju te da vjeruješ u moć onoga što je bilo.

Kad ćeš biti radosna? Možeš li osjetiti radost? Što kažeš na to da

Postajala sam sve nemirnija. Da, da, sve to znam. Što bih ja sad trebala učiniti? Otipkala sam: "Hvala ti, LNO. Budi malo konkretnija, molim te."

Strpljiva i izravna kao uvijek, rekla je:

LNO: Najdraža, krenimo od kraja. Kad je nešto završeno, tada je dovedeno do kraja. Ljudi se boje svršetaka jer su sinonim za smrt. S obzirom da se ne mogu nositi sa strahom od smrti, koja je u stvari vjerovanje u besmrtnost, oni ga izbjegavaju. Ljudi izbjegavaju svršetke i iz drugih razloga, zbog potrebe za savršenosti, iz straha od kritike i tako dalje.

Kad jednom skuhaš jaje, ne možeš ga skuhati još jednom. Kuhano je. Tako je i u životu. Kad je nešto završeno, onda je kraj. Kakvog ima smisla držati se prošlosti, sjećati se tužnih ili nesretnih događaja osim da kažnjavaš samu sebe?

Da bi ušla u ovaj trenutak, da bi se nastanila u sada, potrebna ti je opreznost i disciplina koja će ti omogućiti da svjesno prepoznaš i otpustiš sve stare spone koje zadržavaju tvoju energiju i pažnju. Sve što je materijalno prolazi u prazninu, u neodrazivo. Trebala bi se držati vrijednosti i nadahnuća božanskog svjetla i ljubavi.

"LNO, ovo je pomoglo", otipkala sam hitro, "ali ja još nisam došla do toga."

LNO: Dragi, sve je rečeno. O tebi ovisi jesi li ili nisi spremna biti slobodna, uistinu slobodna. To se odnosi i na tvoju vezu i na sva tvoja djelovanja na ovom svijetu. Ako odabereš slobodu, tada si bez ograničenja! Tvoja sloboda proizlazi iz otpuštanja. Sloboda znači mogućnost biti, činiti, ići, osjećati, sve što ti govori tvoje srce. Samo ti možeš biti zapreka svojoj slobodi, zbog nerazumijevanja koje su tvoje prave odgovornosti. Imaš odgovornost prema samoj Sebi. Služi sebi iskreno, potpuno i služiti ćeš Svemu.

Do tog je trenutka već prodrijela do mene. "LNO", napisala sam, "hvala ti." Trebalo mi je nekoliko tjedana razmišljanja o njenim riječima. Prošla sam kroz sve procese otpuštanja za koje sam znala. Konačno je uspjelo. Nedavno smo se Timothy i ja ponovo sreli, upravo

zbog revizije ove knjige. Bilo mi je drago vidjeti ga opet, proveli smo



mного dana radeći, zajedno s Andrewom. Prihvatili smo ljubav koju smo nekad osjećali jedno za drugo i rastali se toplo, bez žaljenja.

U mojem su se životu uz LNO dogodile nevjerojatne promjene. Ne mogu reći da se problemi više ne pojavljuju, ali naučila sam ih gledati na drugačiji način – ne kao da nemam sreće ili kao kaznu, nego kao izazove koji mi omogućuju da rastem. Samo se trebam sjetiti zamoliti svojeg anđela za pomoć. A čak i kad zaboravim, kad napravim nešto što se pokaže lošim potezom ili kad idem protiv svojeg unutarnjeg znanja i padnem ravno na lice, uvijek postoji neka utjeha, neko dublje shvaćanje koje prati moj neuspjeh. Sigurna sam da je to način na koji mi moj anđeo poručuje: “Nema veze, još uvijek si voljena. Bit će još prilika da to napraviš kako treba.”

Kad LNO govori, ne govori samo meni, već svima koji imaju srce koje sluša. Ako i u vama zazvone njene riječi, uzmite ih kao riječi upućene vama, kao dar:

LNO: Prestani suditi samome/samoj sebi.

Otpusti.

Upamti tko si.

Ti činiš najbolje što znaš. Budi zadovoljan/na što je u svakom trenutku tvoja svijest na onoj razini za koju si spreman/na.

Ljude ograničava i koči vezanost za prošlost, prevelika očekivanja od budućnosti i izbjegavanje sadašnjosti. Želiš li živjeti prosvijećeni život? Dođi u ovaj trenutak. Budi sada.

Pokaži zanimanje za svoje Božansko Svjetlo. Uživaj u tome. Budi svjestan/na svojeg svjetla, promatraj kako raste. Dopusti da tvoje oduševljenje svojim Božanskim Sebstvom upali svjetlo u drugima.

Idi u miru i rasti u spoznavanju tko si.



## • KAKO SU ANDELI UŠLI U MOJ ŽIVOT •

**Timothy**

Otkad znam za sebe mislio sam o sebi kao o ateistu. Ni na pamet mi nije palo da ću ikada vjerovati u ono za što danas znam da je istina. Prvi duhovni susret doživio sam u srednjim dvadesetima, izuzetno snažno i preplavljujuće. Možda je tome razlog što sam do tada u potpunosti odbijao sve što je imalo veze s transcendentálnim. Sasvim su promijenili moj život, okrenuli me natrag Bogu i produbili moje vrijednosti i ciljeve. Ali, dok nisam umro, nisam doživio niti iskusio ništa nalik anđelu ili anđeoskom.

Na neki način jest dramatično, ali meni je takav doživljaj bez sumnje značilo moje iskustvo bliske smrti (NDE – Near Death Experience), koje sam doživio 1973. godine. Tada nisam znao da je iskustvo bliske smrti relativno čest doživljaj. Kako sam kasnije saznao, doživjelo ga je otprilike dvadeset milijuna Amerikanaca. Doživio sam to prije nego što su Raymond Moody Jr. i Elisabeth Kübler-Ross pisali o tome i učinili općepoznatim. Danas znam da sam umro. Znam i da mi je bila data mogućnost da se vratim u svoj zemaljski život. Ispričat ću vam kako je bilo.

Nekoliko sam godina bio upravitelj nekršćanske vjerske organizacije u Sjedinjenim Američkim Državama, sa sjedištem u New Yorku. U svakom sam smislu živio kao fratar, boreći se ipak sa svim nedaćama svakodnevnog života. Preda mnom su bili izuzetno zahtjevni zadaci. Nastojao sam održavati apsurdno veliku i skupu zgradu u središtu Manhattna i ohrabrivati grupu od pedesetak već umornih i depresivnih mladih ljudi da zarade dovoljno novca da potpomognu plaćanje troškova.

Jedne me večeri, nakon nekoliko tjedana iscrpljenosti i bolesti, izdala snaga. Moje tijelo nije željelo ići dalje. Preboljena upala pluća ostavila je sluz u mojim plućima, a zatim su se leđa, oslabljena padom u djetinjstvu, jednostavno predala. Odvukao sam se do kuće koju smo iznajmili na Istočnoj 49. ulici i bacio se u kadu, nadajući se da će toplina olakšati bol.

Dok sam se protezao u toploj vodi, na svoje sam se zaprepaštenje

odjednom zatekao kako lebdim u zraku, a svoje sam tijelo jasno vidio

u kadi, daleko dolje, ispod mene. Nije to bila ni zanesenost niti mašta. Bilo je jednako stvarno kao što je stvaran stolac na kojem sada sjedim, možda i stvarnije, jer bez obzira što je bilo to što mi se događalo, bilo je sasvim sigurno neočekivano. Bar sam jednom uistinu obratio pažnju!

Prizor se preobrazio u divnu dolinu, jednako stvarnu kao bilo koji krajobraz koji sam vidio na svojim nekadašnjim putovanjima. Jednotračni vlak brzo se i tiho spuštao prema meni po sjajnoj metalnoj tračnici. Zatim, prilično misteriozno, od lebdenja iznad doline našao sam se u kabini jednotračnog vlaka, zajedno s još devetoro ili desetoro ljudi. I sad ih se jasno sjećam. Nasuprot meni sjedio je stari crnac i veličanstveno svirao trubu. U tom sam trenutku znao da smo svi umrli u isto vrijeme. Začuo sam glas, jasan i glasan kao da dolazi iz zvučnika, iako sam ga vjerojatno čuo samo u svojem umu. Bio je to vrlo razumljiv i jasan muški glas, ali najnježniji kojeg sam ikada čuo.

“Ti umireš”, rekao mi je glas, potvrdivši ono što sam već znao, “ali želimo ti dati priliku da sam odabereš. Možeš krenuti u ono što te čeka s druge strane...”

U tom mi je trenutku bilo dopušteno vidjeti svoje tijelo kako glatko i mirno uranja u vodu moje kade negdje ispod mene. Jednostavna i bezbolna smrt.

“... ili se možeš vratiti u svoj život. Ipak, želimo da znaš da si ispunio svoj zemaljski zadatak.”

U glasu nije bilo nimalo prosuđivanja, bio je čista brižnost i ljubavnost, bez nakane da utječe na moj izbor.

Na trenutak su moje misli bile toliko kristalno jasne i odjednom sam u svojem srcu shvatio da se želim vratiti. Na objavu moje odluke nadovezao se izraz oduševljenja, toliko očit da se jednotračni vlak rastopio oko mene i nestao, ostavivši me još jednom samog u prostoru.

U tom sam trenutku ugledao anđele. Nikad prije nisam vidio ništa toliko zadivljujuće. Sve iz vidokruga jednostavno je nestalo, a ispred mojih očiju zanizali su redovi anđela, protežući se do kamo je sezao pogled. Njihov pjev bila je najumilnija glazba koju sam ikada čuo. Nakon nekoliko trenutaka potpuno sam se stopio sa zvukom.

Nešto kasnije, kad sam ponovo postao svjestan sebe, uočio sam da stojim na rubu velike ravne površine. U sredini ravnine nalazila se golema zlatna građevina, i s lijeva i s desna, na samom rubu moje vizije,

golema zlatna građevina, i s lijeva i s desna, na samom rubu moje vizije,

stajala su dva visoka svjetlosna bića. Intuitivno sam znao da su to moji anđeli čuvari. Ponijeli su me u veličanstvenu zgradu i dali mi toliko potrebno iscjeljivanje.

Kad sam se oporavio i vratio u svoje zemaljsko tijelo, bio sam potpuno obnovljen i snažniji nego ikad.

Osim toga, doživio sam susret s anđelima koji mi je promijenio život.

### • PRVA KOMUNIKACIJA S ANĐELIMA •

Početak osamdesetih jedan je mladić po imenu Edward, dozvolio anđelima da se za svoje govore posluže njegovim glasnicama. Dogadalo se to spontano, u Torontu, u društvu nekolicine prijatelja koje je pak poznavao moj prijatelj. Zapisani materijal koji su nam poslali djelovao je uvjerljivo, pa smo krenuli u Kanadu da vidimo možemo li i mi neko vrijeme provesti u razgovorima s anđelima.

I uistinu smo razgovarali! Imali smo ludu sreću. Edward se pokazao izvanrednim medijem, a anđeli su bili briljantni. Iz njih je tekla nježnost, njihov odnos prema nama bio je pažljiv i ispunjen ljubavlju. Bili su i vrlo izravni, ozbiljni anđeli koji su nam ispričali mnogo toga o sebi, ali su nam dali i razloga da osjetimo optimizam glede zemaljskih događanja.

Iz svoje su nam perspektive opisali neke od nadolazećih promjena. Mentoria, anđeo obrazovanja, govorio nam je o nekim novim oblicima tehnologije, koji će uskoro biti dostupni i koji će omogućiti decentralizaciju znanja. Govorio nam je o vremenu kad će učitelji raditi u drugačijim institucijama od onih kakve danas poznajemo. Uputio je strastven poziv za duhovnije obrazovanje mladih, s obzirom da su anđeli dobili poruku da će "...iz tih duša proizaći velikani". Doslovno navodim kraj anđeoske poruke, izrečene kroz Edwardova usta.

MENTORIA: Najveća vrijednost obrazovanja ovih mladih ljudi bit će u njihovom pogledu na prirodu, da bi u njoj otkrili obrazac stvoren božanskom inteligencijom, koji odražava beskonačnu stvarnost i razotkrivanje prirode vremena i prostora. Tada ćemo se pojaviti mi i ponuditi napredak, pojašnjenja i uvide koji će ubrzati čitav proces i donijeti duhovne istine koje su danas nepoznate



Bit je u smanjivanju svih vidova nasilja i u rastu svih oblika ljubavi i razumijevanja, bilo sućuti, bilo dijeljenja, duhovnog, materijalnog ili mentalnog. Tad ćete kod tih "novih" ljudi vidjeti potpuniji prikaz potencijala, toliko dugo pritajenih u ovom smrtnom svijetu.

Prava suština naše misije je radost. Radost i zadovoljstvo glede ispunjenja plana.

Ovi razgovori s anđelima trajali su dulje od tri tjedna, uz mnogo vremena provedenog u našim međusobnim razgovorima, da bismo prihvatili i shvatili ovu neobičnu situaciju.

Na posljednjem druženju, kad smo sva sedmorica bili prisutni, neimenovani anđeo zabavljanja prvo je izazvao radosno smijuljenje, a zatim smo se, na naše čuđenje, počeli smijati od sveg glasa. Naš smijeh govori, rekao je, o našem oslobođenju od straha. Vidio ga je kao "slobodno izražavanje Božanskog u nama, koje je u velikoj mjeri oslobođeno ograničenja." Zatim je nastavio: "Ovo je ništa manje nego dugo očekivana nada za ponovno duhovno rađanje u umjetnosti, nova renesansa koju su mnogi umovi predviđali."

"Sada će nas smijeh ujediniti", rekao nam je sasvim ozbiljno, a najčudnije je tek uslijedilo. Bilo je to kao da netko golica najosjetljivije razine naših bića. Nismo mogli odoljeti. Zabačenih glava, grohotom smo se smijali. Nije bilo zadržke. Suze su nam tekle niz lice i smijanjem smo oslobađali stoljećima zapretene osjećaje.

"Zamoljeni ste da promotrite kako će radost smijanja preusmjeriti svijet", začuli smo anđelov miran glas.

Upravo u ovom potpuno otvorenom stanju dogodio se posljednji misteriozni kontakt.

"Ja sam Shandron." Preplavio nas je poput valova nov i duboko rezonantan glas.

SHANDRON: Ja sam biće višeg stupnja. Veći od serafina. Onaj sam koji predstavlja naduniverzum. Ja sam nadnafim. Moj zadatak ovdje, u vašem velikom poslu, je da vas uvedem u nove mogućnosti. Moje prisustvo naglašava važnost onoga što je pred vama.

Da, bilo je pritisaka na vaš svijet. Oslobođanje od starih obrazaca dugo je trajalo. Ali donijelo je više, to osjećate svojim srcem. Priroda i magnituda promjena do kojih je došlo na ovom svijetu su takve da

i magnituda promjena do kojih je došlo na ovom svijetu su takve da

smo mi, s našeg nadsvemirskog položaja, pozvani da djelujemo u suradnji s vašim mlađim sestrama i braćom kako bismo uspostavili nove načine. Bilo bi dobro kad biste uvidjeli da se promjene već ubrzano događaju. Otvaraju nam se nove mogućnosti – u svjetlu Vrhovnog i Njegovih velikih odluka, koje teku iz središta svemira, pojavljujući se u najrazličitijim oblicima i u mnogim umovima. Razotkrivaju se ovdje i u vječnosti. Da bi se spoznale u potpunosti, da bi ih svi razumjeli, bit će potrebno odabrati pravi trenutak u pravo vrijeme. Ono na što se trebate usredotočiti za vaše daljnje uzdizanje kroz više svjetove, je kristalno jasan uvid u vječne istine.

Bilo bi dobro kad biste shvatili da su stare stvari uistinu prošlost, a sve što je sada – sasvim je novo. Ovo nije kraj objava i otkrića ovome svijetu jer upravo su vaši životi otkriće i objava Vrhovnoga.

Sve ovo nije namijenjeno nikome pojedinačno niti ijednoj zasebnoj skupini. Namijenjeno je svim bićima da se združe i štuju čudo samoga Boga.

Mi nastojimo uspostaviti nove razine ustrojstva. Bit će to obziran, nježan prijelaz i podizanje. Velik dio toga što vaš um danas uopće može zamisliti su tek skice na papiru. No, te će skice doprinijeti vizijama sveukupnosti promjene. Ali samo kroz pravo, životno iskustvo te promjene mogu postati stvarnima.

Ostavite se svojih učenja. Ostavite se svojih knjiga. Postavite ih na pravo mjesto u svojim životima. Svoje središte ne tražite u njima, već u sebi samima. Živite kao da vam je život povjeren i vidjet ćete sveobuhvatnu čudesnost. Mi nastavljamo poruku, nastavljamo viziju, nastavljamo slavan prizor otkrivanja ovog čudesnog svijeta, ovog mjesta mira. Ovo je planet o kojem se vodi najbrižnija pažnja svemira svih svemira, na kojem svi kroz Božju milost mogu živjeti u neizmjernej radosti i skladu.

Težina i ritam ovih riječi ostavili su nas bez daha. Shandronova prisutnost bila je nesumnjiva. Osjećali smo se kao da smo primili vijesti iz univerzuma, iz njegova najudaljenijeg dijela. Potvrdu iz druge dimenzije da je na našem planetu uistinu započela provedba Božjeg plana.

Tada je Shandron otišao, ostavivši nas ushićenima i zadivljenima preokretom događaja.

## • POZIV RADOSTI •

Ova su se događanja odvijala 1981. i podizanje svijesti o kojoj nam je bilo govoreno nastavlja se nesmanjenom jačinom. Smirenje i pomirenje o kojima su govorili anđeli sasvim sigurno imaju utjecaja na naš maleni planet i nema sumnje da u ovom trenutku svaki pomak prema istini, ljepoti i dobroti ima svesrdnu podršku nevidljivog svijeta.

Što se mene tiče, odlučio sam i svoje uspjehe i svoje probleme podijeliti sa svojim anđelima čuvarima, s mojim najdražim prijateljima. Što im se s više povjerenja prepuštam, to sam svjesniji njihovog prisustva i pomoći u mojem svakodnevnom životu. Talantia, anđeo čuvar koji je toliko elokventno progovarao kroz Edwarda u Torontu, dao mi je nekoliko savjeta kako da potpunije uključimo anđele u naše viđenje stvari. Svojevremeno sam zamolio savjet kako da netko s malo ili bez iskustva na transcendentalnom području postigne ovaj oblik sporazumijevanja.

TALANTIA: Prvi je korak najveći. Da bi smrtnik ostvario kontakt, prvi je korak da svjesno i u potpunosti to želi. Zatim je nužno prihvaćanje i vjerovanje da je tako nešto moguće. Sljedeći korak bio bi razumijevanje da je taj odnos ispunjen ljubavlju, da predstavlja davanje. Da su takve stvari dozvoljene. I da je to Nebeski put otvoren za sve smrtnike.

I to zaista jest Rajski put. Nakon što sam bolje upoznao svoja dva anđela čuvara, zovem ih Radost i Ljepota, život mi je postao neizmjereno bogatiji. Oni nisu preuzeli moj život, ali su uvijek kad ih zamolim prisutni kao savjetnici i vodiči. Osobito sam blizak s Radošću.

Nakon prvotnog oduševljenja da imam pratitelja/prijatelja/najdražeg, a potom mirnog cvjetanja našeg prijateljstva, došli smo do toga da se sviđamo, da se poštujemo i uistinu "uživamo" u druženju.



Iako izuzetno vrijedno, razvijanje svjesnog odnosa s anđelom čuvatom je i vrlo zahtjevno. Kao prvo, nema ničega što bi moglo ostati skriveno. To je izvanredna vježba za vrijeme koje slijedi, kad ćemo svi moći biti otvoreniji jedni s drugima, jer je ovaj odnos ujedno i prethodnica telepatiji. Osim toga, daje nam priliku da iz same nutrine upoznamo drugu vrstu inteligentnih bića koja se za sada prilično razlikuju od nas. Ovo je neprocjenjiva priprema za mnoge druge vrste koje ćemo susresti kad potpunije postanemo dio galaktičke zajednice. Znam da će, kad dođu ti dani, moji anđeli biti sa mnom, a ja s njima, bez obzira hoću li biti u ovom ili nekom drugom tijelu, i ta me pomisao ispunjava radošću.

### • SUSRET S NOVIM ANĐELOM •

U jesen 1988. jednostavno sam živio prebrzo, popratna pojava opasnog njujorškog načina života, i kao što se obično događa kad zanemarim osluškivanje svojeg tijela, pao sam u krevet s jakom gripom koja me na pet dana potpuno izbacila iz kolosijeka.

Kad sam konačno mogao otvoriti oči i kad su prestali bolovi u zglobovima, ponovo sam se povezao s Radošću. Rad na knjizi *Zamolite svoje anđele* je upravo krenuo i zatekao sam se kako priznajem svojem anđelu da nemam pojma kako započeti.

Bio sam sasvim nepripremljen za ono što sam čuo od Radosti, koja me pozdravila na svoj uobičajeni topao način:

RADOST: Dobrodošao, voljeni. Trebala bih ti ukazati da je pokrovitelj procesa diktiranja netko drugi. Netko koga možeš nazvati bliskim suradnikom, biće koje je na mnogo načina prikladnije opremljeno za takav posao. To je netko s kim smo se često susretali. Dopusti da ti predstavim ...

Morao sam priznati da sam se uspaničio. Srce mi je počelo lupati, a u cijelom sam tijelu osjećao strašan nemir. Sve se odvijalo brzo, neobično i neobjašnjivo.

Dok sam hvatao zrak, jedno je ime dolebdjelo u moj um, slovo po slovo:

A-B-I-G-R-A-E-L

Dok sam se pitao zašto osjećam takvu nervozu, slova su stajala kao



da su obješena u središtu moje glave. Bilo je to, bez sumnje, nevjerojatno prisustvo. Do tada nisam komunicirao s drugim moćnim entitetima. Mjesecima kasnije shvatio sam da me je moje tadašnje fizičko stanje dovelo do visoke razine anksioznosti. Blokirao sam kruženje energije i moj je strah stvorio otpor protoku.

Radost je čekala da se smirim i ponovo čujem njegov glas, a da se ne ispriječi moj ego. Napetost se pretvorila u osjećaj snažnog uzbuđenja zbog pomisli da je s nama posebni anđeo, a zatim se neočekivano preokrenula u jednako ekstremnu zabrinutost hoću li uspjeti čuti novi glas. Ali, brizi nije bilo mjesta.

**RADOST:** Abigraelu, anđelu bilježenja, povjereni su prikupljeni obrasci misli i ideja koje su mnogi od nas usredotočili na ovaj rad. To je jedan od načina kako mi djelujemo. Sigurni smo da ćeš smatrati vrijednim što uz sebe imaš jedan određen terminal, koji je u sebi skupio i organizirao mnoge različite pristupe, da bi ovaj dokument opće i stvarne primjene približio najširoj publici.

Osjećao sam se divno. Duboko opušten. Zahvalio sam Radosti, a Abigraelu poželio dobrodošlicu, zahvaljujući mu za preuzimanje odgovornosti i što je pristao raditi s nama. Zatim sam zapitao kakav bi način komunikacije bio najbolji i kako se mogu pripremiti za primanje najčišćeg i najjasnijeg anđeoskog materijala.

**ABIGRAEL:** Najdraži, zadovoljstvo mi je biti ovdje s tobom.

Abigraelov glas bio je jak i razgovijetan. Mojoj anksioznosti nije više bilo ni traga.

**ABIGRAEL:** Dobro sam podučan i opremljen da služim tebi i svima na ovom putu. Kao i ti. Ne boj se. Jedino trebamo biti otvoreni jedni prema drugima. Ti slušaj i koristi se svojom analitičkom inteligencijom da bi postavio prava pitanja. Otkrit ćeš da ću ja uvijek davati odgovarajuće odgovore. Ovo područje je nama iz anđeoskog svijeta blisko.

Zamolio sam novog prijatelja da mi kaže kako bi volio početi? Što je ključno za početak?

**ABIGRAEL:** Prva i najvažnija je ljubav. Naš kontakt i sporazumijevanje mogući su zahvaljujući ljubavi. Ona je vodič. Ako je ljub-

mjevanje mogući su zahvaljujući ljubavi. Ona je vodič. Ako je ljub-

bavi malo, tada će i kontakt biti slab. Ako u srcu neke osobe ljubavi nema, tada nam je vrlo teško probiti se do nje.

“Što se događa u takvim slučajevima?”, pitao sam.

ABIGRAEL: Do promjene najčešće dolazi kad životne okolnosti i događanja takvu osobu dovedu do stanja emocionalne ranjivosti. Tada na površinu isplivaju strahovi, beznadnost i ljutnja. I tada, tek nakon što se prožive sve te teške emocije, može doći do osjećanja ljubavi.

Istog mi je trena postalo jasno zašto svakodnevno vidamo toliko osobnih propasti, osobito onih ljudi koji su odabrali živjeti u velikim gradovima zapadnog svijeta. No, moj prijatelj je krenuo dalje.

ABIGRAEL: Ipak, nećemo svu svoju pažnju posvetiti tom problemu, jer ljubav je prisutna na ovom svijetu osim u nekim izuzetnim slučajevima. Upravo stoga osjećamo da vašem svijetu sada možemo pristupiti na mnogo širi i sveobuhvatniji način.

I, kao što često biva u susretima s anđelima, odjednom sam na stanje u kojem je čovječanstvo gledao s mnogo više razumijevanja i na širem planu. U tom sam trenu razmišljao s koliko pesimizma gledamo na svoju ljudsku vrstu i kako loše mišljenje imamo o sebi. O samooptuživanju za uništavanje našeg planeta.

ABIGRAEL: Moram naglasiti da su uvjeti pod kojima živite na svojem planetu, općenito rečeno, prilično neobični. Na sličnim planetima koji su na vašoj razini gustoće, a nastanjeni bićima vrlo sličnim vama, mi nismo ni skriveni ni nepoznati. Svijet smrtnika i svijet anđela međusobno se u potpunosti prožimaju.

U stvari, poznati smo svima, iako nije nužno da se svi svakodnevno druže s nama. Misterij i nevjerica koji nas okružuju na vašem planetu daleko su najveći izuzetak od prirodnog ritma uobičajenog planetarnog postojanja. Drugim riječima, u normalnijim okolnostima doživljavali biste nas kao svoje planetarne pomagače i poslanike, bez kojih bi bilo vrlo teško živjeti kao ljudsko biće u punom smislu.

Abigrael mi je dao novo viđenje stvari, a istovremeno mi je omogu-

ćio da opuštenije razgovaram s bićima koje ne vidim.

Često sam se bavio mišlju da život mora postojati i na drugim planetima ovog beskonačnog i čudesnog svemira. Tijekom godina vidio sam popriličan broj letećih diskova, neobična svjetla na nebu i povremene potvrde vanzemaljskog života kojima su mnogi od nas svjedočili.

Ako sam dobro shvatio Abigraela, sva smrtna bića, bez obzira kakav su fizički oblik preuzeli u lokalnim planetarnim okolnostima, imaju anđele!

Kakav predivan osjećaj! Kakvo izuzetno zajedništvo!

Tada sam shvatio kako malo nas uistinu razumije kako rade naša fizička tijela. Genijalni smo biomehanički instrument, a gotovo nam je potpuno nepoznat njegov unutrašnji način rada.

ABIGRAEL: Vaši znanstvenici često govore o minimalnoj mogućnosti da na nekom drugom planetu osim vašeg postoji život – život koji je na bilo koji način sličan vašem.

Takvo se nerazumijevanje zasniva na premisi da je život stvoren slučajnošću. Da je život na Zemlji je zaista započeo neplanski, ne samo da ne bi bio sličan nekom drugom životu, već bi ga uistinu bilo nemoguće naći igdje u svemiru. Pa ipak, na neki su način vaši znanstvenici u pravu. Ovo je vrlo neobičan svijet, ali iz drugačijih razloga od onih temeljem kojih su oni došli do tog zaključka. Izuzetan je u smislu začuđujuće izolacije između različitih inteligentnih životnih oblika. To se primjećuje kod svih vrsta koje posjeduju viši stupanj svijesti. Ključna je izolacija.

Na primjer, gotovo ništa ne znate o prirodi duhova ili o nekom sličnom području koje brižno upravlja svijetom prirode. Zagonetka su vam kitovi, dupini i drugi morski sisavci. Velika stabla i mudrost sadržana u njihovoj uzvišenoj inteligenciji, vjetrovi i oluje. Ne prepoznajete ništa od toga kao mogućnost za inteligentno sporazumijevanje. Konji, slonovi, svi viši primati svojim razumijevanjem i inteligencijom nadmašuju sve što ste im do sada priznavali.

Kad biste se počeli otvarati svjesnosti svih ovih bića, ubrzo biste otkrili da ste okruženi inteligencijom ispunjenom čudesnošću i savršenstvom. Kamo god biste pogledali, otkrili biste život – ispunjen, radostan, vitalan, neobičan, snažan.

Nužno razumijevanje, iskreno a ipak nesentimentalno prihvaćanje da ste okruženi inteligentnim životom, je od izuzetne i najzna-

*Xalaf - ...*

čajnije važnosti na ovoj točki razvoja vaše vrste, iz razloga koji će

vam postajati sve očitijim. Tako treba biti. Vaš planet je bio izoliran i odvojen od takvog razumijevanja dulje od ljudskog postojanja. Nitko ne želi reći da je na ovom planetu lako. Ne! U stvari, možda će vam olakšati ako znate da se između onih planeta čija je funkcija da se na njima procjenjuje relativna vrijednost nastanjenih sfera, vaš planet smatra trećim od najtežih u ovom dijelu svemira.

Ali ne boj se. Sve se to mijenja. Izolacija i tama koje su toliko dugo opterećivale vašu sferu su vrlo blizu kraja. Strah, mržnja i svi drugi negativni oblici misli prikrivani u vašem umu, sada izlaze na površinu da bi bili otpušteni.

Budite se iz svoje noćne more, iz svojeg sna ispunjenog strahom. Susrest ćete se s takvom ljubavi i radosti, kakve niste mogli ni zamisliti. To je, najdraži, razlog zašto vam se mi iz anđeoskog svijeta približavamo. To je razlog zašto buđenje svakog od vas pozdravljamo s toliko entuzijazma. Ovo je istinsko značenje nove stvarnosti koja dolazi za sve nas.

Tako je završio moj prvi susret s Abigraelom. Istovremeno, bio je to početak novog i predivnog prijateljstva.

## • KAKO SAM UPOZNAO SVOJEG ANDELA •

### Andrew

Kad mi je bilo pet-šest godina, živjeli smo na Long Islandu u New Yorku. U svojoj sobi, na polici za knjige, napravio sam nešto što bih danas nazvao oltarom. Tu su stajale dvije keramičke figurice – kauboj i anđeo. Te 1957. godine, moja lijevo orijentirana obitelj mogla je prihvatiti kauboja, ali anđeo je bio previše. Predstavljao je sve predrasude koje su željeli ostaviti za sobom. No, bio sam tvrdoglavo dijete i na koncu su popustili navaljivanju.

Moji su roditelji na polici u dnevnoj sobi držali Danteovu Božanstvenu komediju, s ilustracijama Gustavea Doréa. Bio sam opsjednut njome i mnoge sam sate proveo nad žučkastim stranicama s crtežima anđela, čitavim jatima koji lete nebom. Najviše sam volio crtež na kojem su se anđeli skupili u golemu ružu.

I moj otac na svojo agnostički način imao svoju anđeosku opsesiju.



Progonio ga je film koji je jednom gledao, a u kojem je poslije nuklearne eksplozije nađen mrtav anđeo sa zlatnom knjigom u naručju. Otac je do kraja života tragao za tim filmom, no nikad ga nije našao. Svoju je potragu prenio na mene. Zna li vi možda o kojem se filmu radi?

Cijelo sam djetinjstvo čuo glasove, i u snu i u budnom stanju. Ne sjećam se da sam te glasove povezivao sa svojom ljubavi prema anđelima, no vrlo sam rano naučio da je najbolje ne govoriti o tome. To je svakoga smetalo, osobito kad sam postao malo stariji. Veliki dječaci ne bi trebali čuti nikakve glasove.

Kad mi je bilo sedam ili osam godina, otac me poveo u Metropolitan, muzej umjetnosti u New Yorku. Zadivila me slika koja predstavlja Ivanu Orleansku, francuskog slikara Julesa Bastiena-Lepogea, koji je živio od 1848-1884. (Još je uvijek s vremena na vrijeme odlazim gledati). U prvom planu je Ivana Orleanska, pogleda uprtog u prazno, a po izrazu njenog lica očito je da sluša što govore tri magličasta zlatna lika koji lebde iza nje. Kakvu sam samo radost osjetio dok sam promatrao sliku! Prvi sam put u životu shvatio da i drugi ljudi čuju glasove.

Nisam znao tko je ta žena na slici i tri sam dana bio uistinu sretan. Tada sam zapitao oca o njoj i on mi je ispričao njenu priču. Do danas se sjećam kako sam se uplašio i zatvorio u sebe. Nisam želio čuti glasove. Nisam želio da me poput nje spale na lomači. Nastojao sam ne obraćati pažnju na glasove koliko god sam mogao. Kad bi postali preglasni, nadglašavao bih ih pjevanjem u sebi. Kad sam krenuo na studij, glasovi nisu nestali, ali sam ja uspješno naučio da ih ne čujem. Dobra strana bila je da se više nisam osjećao kao netko tko je poludio ili tko će biti spaljen na lomači. Loše je bilo što sam zatomljavanjem glasova zatomio i dobar dio sebe.

Na fakultet sam krenuo ujesen 1969. Živio sam u Santa Barbari, Kalifornija, uključen u studentske političke i antiratne pokrete. No, istovremeno sam se bavio jogom i istočnjačkim meditativnim tehnikama, koje su postajale sve popularnije. "Vjeruj unutaranjem glasu", često je govorio jedan od mojih učitelja. Dopustio sam si opet čuti glasove – kao eksperiment. "Ako ću primijetiti da gubim razum, prestat ću", obećao sam sâm sebi.

Nisam imao pojma otkud dolaze glasovi ni čiji su. Trebalo mi je

sedam godina da utišam brbljanje svojeg uma da bih mogao čuti riječi i

i rečenice. Iako mi se ponekad činilo da gubim razum, nastavljao sam dalje. Tada sam živio u New Yorku, u Brooklynu, a radio sam u knjižari. Još uvijek ništa nisam naučio o tim svojim glasovima, pa sam se dobro nasmijao kad mi je Linda Sherwood dala knjigu *Seth govori*. Morao sam pročitati pola knjige da bih shvatio da sam radio isto što i autorica Jane Roberts – slušao.

Sedamdesetih mi je tada popularno kanaliziranje pružilo jednaku ugodu kao prvi susret s Ivanom Orleanskom. Učio sam razlikovati svoje glasove od glasova svojih vodiča. Počeo sam ih prepoznavati kao glasove pravih osoba koje me uče različitim stvarima. Daleko od osjećaja da gubim razum, komadići mojeg života počeli su se povezivati.

Do 1976. bio sam zaokupljen istraživanjem svojeg duhovnog života. Meditiranje, joga, razmišljanje, analiziranje i stotine stranica diktata mojih vodiča.

Pod njihovim sam vodstvom proučio kulturu ledenog doba, saznao o životu na nekoliko drugih planeta. Između ostalog, dobio sam i poruke koje ću kasnije podijeliti s vama, o buđenju novog energetskog središta u našem tijelu.

Odgojen sam u obitelji koja nije vjerovala u Boga i kad sam shvatio da ja vjerujem u "nešto", odbacio sam ideju o patrijarhalnom odnosu i Bogu Ocu i uskladio se s energijom Velike Majke. Nadahnut staroegipatskom božicom Isis, otkrio sam da i sâm imam krila koja se polako šire, izlazeći iz moje kraljevnice. I druge sam ljude počeo učiti kako da otvore svoja krila. Ali, da ste me pitali za anđele, slatko bih se nasmijao. Anđeli su za mene bili oni mali debeljuškasti dječaci na čestitkama za Valentinovo, s nagnutim glavicama, strjelicama, harfama i malenim krilcima.

1979. godine boravio sam u Los Angelesu, brinući o ocu koji je polako išao prema smrti. Jedne je večeri zazvonio telefon. Iz New Yorka me nazvala prijateljica Harriet Goldman, da bi mi rekla kako nuklearnom reaktoru u mjestu za koje nikad nisam čuo, u Three Mile Islandu, prijeti eksplozija. Nas dvoje često smo zajedno molili i meditirali. Kad je rekla – "Moramo nešto učiniti!", znao sam na što misli.

Spustio sam slušalicu i pripremao se za meditaciju, kad me odjednom neka nevidljiva sila izvukla iz tijela. U istom sam se trenutku zate-

kao kako lebdim na nebu, zajedno s nebrojenim društvom drugih bića.

Svijetlili smo, tvoreći dvije goleme kugle oko nuklearne stanice. Znao sam da svojim prisustvom sprječavamo eksploziju reaktora.

Kad sam se vratio u svoje tijelo, nazvao sam Harriet i rekao joj da će sve biti u redu. Zatim sam upalio televizor da bih pogledao vijesti. Na ekranu je bila ista ona stanica koju sam vidio iz zraka. Izvjestitelj nije spomenuo dvije kugle svjetlećih bića, kao što ni ja sebi nisam dozvolio primijetiti da su mnoga od njih bili anđeli.

Protekle su tri godine, tijekom kojih sam nastavo raditi sa svojim vodičima, čitao, bavio se iscjeljivanjem i povremeno održavao tečajeve. Završio sam školu masaže i naučene sam tehnike uklopio u svoj rad na iscjeljivanju. Započeo sam i suradnju s prijateljem Billom Walschom, kiropraktičarom, u centru u kojem je ljudima u programu oporavka nudio alternativne oblike zdravstvene njege.

Jedne večeri, u proljeće 1982., dok sam sjedio na podu svoje spavaće sobe i meditirao, preda mnom se pojavio anđeo. Dva metra visok, smečkaste kože, zlatnih očiju i zlatne kose, s nevjerojatno velikim zlatnim krilima, lebdio je desetak centimetara iznad parketa. Moja prva reakcija bila je ljutnja. Meditacija koju sam provodio trebala je isprazniti moj um, a ne ga ispuniti zlatnim svjetlom. Osim toga, jedno je razgovarati s vodičima i božicama, ali sve sam svoje strahove i samoosuđivanja glede glasova povezivao na neki način s anđelima. Ponovo sam se zatvorio. Kad se to dogodilo, više ga nisam vidio. Ali osjećaj njegova prisustva nije nestao. Slao mi je toliko ljubavi da sam mu se opet otvorio.

Nasmiješio se i rekao mi neka rastvorim svoja krila. Učinio sam tako. Kad je vršcima svojih krila dotaknuo vrške mojih, tijelo mi je počelo vibrirati, a nježna je energija protekla kroz mene. Bio sam ispunjen najčišćom ljubavlju koju sam ikad osjetio. Bila je to esencija ljubavi, pročišćena, koncentrirana. Prožimala je svaki dio mene – tijelo, um, duh.

Tjednima sam mu se svake večeri otvarao. Vodio me na putovanja, razgovarao sa mnom, učio me. Dugo nikome nisam spominjao ni njega niti da je rekao da mu je ime Gabriel. Nisam spominjao ni anđela koji je ponekad dolazio s njim, anđela s kožom boje opsidijana, očima boje ambre i zlatnim krilima, Rafaela.

To nije nešto o čemu ćete govoriti u Brooklynu. Danas znam zašto su došli iz klana anđela tih imena, da je mnogo Gabriela i Rafaela na Nebesima, jednako mnogo koliko i Jennifer i Jasona na igralištu preko

Iako su mi anđeli prvi put prišli tako da ih mogu vidjeti, kad sam se naviknuo na njih prestali su se pojavljivati u vidljivom obliku. Ispričali su mi da im je potrebno mnogo rada na sebi da bi dovoljno usporili svoje vibracije kako bi ih ljudska bića mogla vidjeti. Lakše im je povezati se s nama zvukom. Kad mi je anđeoska frekvencija postala bliskijom, mogao sam svakog anđela zasebno čuti u drugom dijelu svojeg mozga. S obzirom da svaki anđeo "osvjetljava" svoje područje, uvijek znam s kojim od njih razgovaram.

Doživio sam još jednu anđeosku viziju. Jedne se večeri, mjesecima nakon njegovog prvog pojavljivanja, Rafael pojavio u svojem vidljivom obličju. Izgledao je kao i prvi put, poput muškarca s krilima. Bio sam znatiželjan glede anđela i njihovog spola, pa sam ga o tome pitao. Pred mojim se očima pretvorio iz muškarca u ženu. I bez riječi sam shvatio što mi poručuje – anđeli su i muškog i ženskog spola. Zapitao sam je uobličuju li se anđeli samo u ljudska obličja. U tom se trenutku prvo rastvorila u zlatnu kuglu promjera oko sto i osamdeset centimetara, a zatim se vodoravno razvukla u preko dva metra dugog zlatnog krilatog dupina, koji je lebdio na otprilike metar iznad poda moje spavaće sobe. Potom se dupin pretvorio u kuglu, koja je postepeno postajala prozirnom. Duge, lelujave niti izlazile su iz središnje okomite srži, pulsirajući u raznim bojama, isijavajući pritom meku zlatnu svjetlost. Sve se odvijalo na samom rubu mojeg vidnog polja. Znao sam da je ovo najbliže onome kako anđeli izgledaju. Najbliže onome što ću ikada vidjeti svojim tjelesnim očima.

Većina ljudi ne vidi anđele. Jednom sam se zapitao zašto su se preda mnom pojavili tako jasno, tako dramatično, tako očito. Odgovorili su mi, smijući se, da je tako bilo stoga što sam bio toliko tvrd, pa je to bio jedini način na koji su mogli prodrijeti do mene.





U ljetu 1985., u mojem se životu pojavio jedan drugi anđeo – Gantol. Diktirao mi je knjigu o finom energetskom sustavu ljudskog tijela. Ove su se informacije pokazale neprocjenjivima u mojem radu na tijelu. Upravo je Gantol bio taj koji mi je objasnio da su niti koje sam vidio kako izlaze iz Rafaelovog tijela kad se pretvorio u svjetlucavu kuglu svjetla, istovjetne parovima vlakana koje sam probudio na svojim leđima i za koje sam mislio da su krila.

Zahvaljujući Gantolu, upoznao sam još dva anđela, čije je “zaduženje” bilo da rade sa mnom i mojom partnericom na našem odnosu, te u meditativnim grupama koje smo zajedno vodili. Kad je naša veza okončala, ova su dva anđela otišla, a u moj je život ušao novi anđeo. Predstavio se samo kao Zeleni anđeo. Znao sam da postoje razne vrste anđela. Gantol je, na primjer, anđeo koji daje informacije, a oni koje nazivam anđelima povezivanja rade na našim odnosima. Ali jesam li se ikada zapitao postoji li nešto poput anđela čuvara ili imam li ga i sâm? Nikada.

U svojem sam dnevniku 9. travnja 1987. spomenuo novo biće, koje je u moj život ušlo dvije večeri ranije, za koje sam zabilježio da je “intenzivna, visoko aktivna zlatna energija”.

Moram se vratiti u prošlost. Kad su mi bile tri i pol godine, dogodilo mi se nešto neobično. Neposredno pred spavanje stajao sam na krevetu. Trenutak kasnije preplavio me takav strah da sam se sve do svoje šesnaeste bojao ići na spavanje. Iako tu noć nisam zaboravio, nikada se nisam mogao sjetiti čega sam se toliko prestrašio. U proljeće 1987. godine objavljeno je nekoliko knjiga o NLO otmicama i pitao sam se nije li se i meni takvo što dogodilo. Odlučio sam poraditi na tome sa svojom dobrom prijateljicom Barbarom Shor. Uvela me u hipnotičko stanje i vratila u tu noć.

Ponovo sam vidio sebe u svojoj sobi. Po prvi sam se put nečega mogao prisjetiti. Stajao sam na krevetu, otvoren prema zlatnom svjetlu, koje je izgledalo kao da će vječno sjati. Zatim je nešto pošlo naopako. Izgledao sam kao da sam se prejako otvorio i upio previše svjetla. Osjećao sam kao da u meni postoje krugovi koji su se spržili, osobito oni oko srca. Silno prestrašen zatvorio sam se zlatnoj energiji koju sam sada jasno prepoznao kao svojeg anđela čuvara.

No, moj drugi put iscjeljivanja, kanaliziranja, razgovora s Gantolom

## ANĐELI, ANĐELI, ANĐELI

i drugim anđelima, pripremio me za pomirenje. U svojoj trideset i šestoj bio sam prizemljen i u skladu sam sa sobom na daleko drugačiji način nego s tri i pol. Mogao sam se bez straha otvoriti svojem anđelu. Mogao sam se prepustiti obilju ljubavi i radosti kakvu godinama nisam osjetio.

Tijekom slijedećih nekoliko tjedana moj anđeo i ja ponovo smo se povezali. Rekao mi je svoje ime – Sargolais, i dao mi do znanja da je uvijek bio uz mene, doduše na udaljenosti, čekajući da dođe vrijeme kad ću biti dovoljno jak da mu se ponovo otvorim. Shvatio sam da su figurice anđela i ljubav prema slikama anđela bili način na koji me moj svjesni um držao povezanim s njim, a opet bez suviše bliskog kontakta.

Uz Sargolaisa se promijenio moj način života. Iako sam od svih anđela koje sam upoznao osjećao snažnu ljubav, posebna je ljubav dolazila od bića koje me voljelo upravo onakvog kakav jesam. Ta mi je ljubav omogućila da druge ljude ne promatram s kritikom. Znajući kako mi je samom bilo teško vratiti se svojem anđelu, bez osuđivanja razmišljam o njihovim borbama. Sargolais mi je dao informacije koje su mi pomogle da živim s jasnoćom i s dubljim osjećajem svrhovitosti. U stvari, otkrio sam da je svijet mnogo ljepše mjesto nego što sam mislio.

Još uvijek sam ponekad uplašen, usamljen ili zbunjen. No Sargolais je uvijek ovdje. Bez obzira kako je loše, uvijek mogu osjetiti njegova krila kako me grle. A ponekad, kad osjećam da ne mogu dalje, daje mi iz svojeg srca u moje transfuziju zlatnog tekućeg svjetla koje me centrira i iscjeljuje.

Zvuči ironično, ali odnos sa Sargolaisom postao je most između načina razmišljanja moje obitelji i mogeg duhovnog puta. On me podsjeća kakav je dar imati tijelo i živjeti u fizičkom svijetu, i da je jedino kroz ljubav i naše dobre odnose s anđelima moguće stvoriti onakav svijet o kakvom revolucionari mogu samo sanjati, a nikada postići. Zahvaljujući Sargolaisu, svoj duhovni put vidim kao korak iznad gnjeva koji izaziva revolucije. Vidim nas kako se pomičemo prema radikalnoj promjeni koja može proisteci samo iz ljubavi, iz poštivanja svega u životu i poštivanja bogatih različitosti naše čovječanske porodice.

Povezan sa Sargolaisom, često sam govorio o anđelima i vodio

andeoske radionice. Neke od tehnika u ovoj knjizi došle su od Sargolaisa, neke od starog prijatelja Zelenog anđela, a neke od drugih anđela koji su s vremenom ušli u moj život. Osim toga, ovdje je i moja veza s Abigraelom, koordinatorom ove knjige. Ipak, kad mislim o anđelima, uvijek prvo pomislim na Sargolaisa. On ima svoj vlastiti pogled na sve što se zbiva. Riječi koje slijede, njegove su riječi o našem odnosu.

Sargolais je dugo vremena želio da govorim o njemu u srednjem rodu. Ali, kako sam svojeg najdražeg prijatelja mogao zvati u srednjem rodu – “ono”.

Bilo mi je draže reći “on”. A s obzirom da je Sargolais jedan izuzetno drag anđeo, to mi je i dopustio.

### • MOJE PRIJATELJEVANJE S ANDREWOM •

SARGOLAIS: Moja veza s Andrewom postoji iz davnina. Zajedno smo stvoreni u prostoru izvan prostora i u vremenu izvan vremena. Otkad smo ušli u područje prostora i vremena, uvijek smo putovali zajedno. Radio sam s njim kroz sve njegove živote, kao primalja, majka, iscjelitelj, slikar, plesačica, flautist, arhitekt i lovac – nas dvoje gradili smo most između fizičkog i duhovnog svijeta.

Ljudi postoje da bi bili provodnici duhovne energije u materijalni svijet, kao što anđeli postoje da bi bili provodnicima materijalne energije u duhovno područje – stoga smo potrebni jedni drugima. Time upotpunjujemo razlog svojeg postojanja.

Mi pratitelji ili anđeli čuvari na neki smo način socijalni radnici svemira. Neki od nas imaju tek nekoliko “klijenata”, drugi ih imaju mnogo. Na primjer, Andrew mene dijeli s još 118 drugih bića, a svaki je od njih u drugoj galaksiji. Ali s obzirom da mi anđeli ne razmišljamo o vremenu i prostoru na isti način kao vi, ja sam u istoj mjeri prisutan kod Andrewa kao i kod mojih drugih inkarniranih veza, koje su sve osjetilna bića, ali nisu svi ljudske vrste.

U ovo doba naše zajedničke povijesti, ljudska bića u većini slučajeva nisu svjesna svojih andeoskih prijatelja, za razliku od kitova i delfina, morskih ljudi vašeg planeta, i naravno andeoskih graditelja mosta svjesnosti.

Čovjeka ili bića iz porodice kitova i njihove anđele možemo usporediti s jajetom i njegovom ljuskom. Andrew je jaje, a ja sam

ljuska koja ga njeguje i štiti. Ne mogu vam reći koliko mi je puta

gledajući svu tu patnju na svijetu, Andrew rekao da mi anđeli ne radimo svoj posao kako treba. Ja ga pak stalno podsjećam da ste vi slobodna bića i da iz naše perspektive bol i patnja mogu biti dobri izvori duhovnog rasta. Isto tako, morate imati na umu da nam je vrlo teško podijeliti s vama našu mudrost i ljubav ako niste svjesni naše međusobne povezanosti.

Vidite, postoji jedan jednostavan zakon anđeoske fizike kojeg se moramo pridržavati. Mi anđeli ne možemo ući u vaš svijet ako nam ne otvorite prozor ili vrata. Čak je i pukotina dovoljna, pukotina kroz koju se nazire želja za povezivanjem. Kad to jednom učinite, mi možemo ući. Ako toga nema, moramo ostati vani, zauvijek gledajući prema unutra.

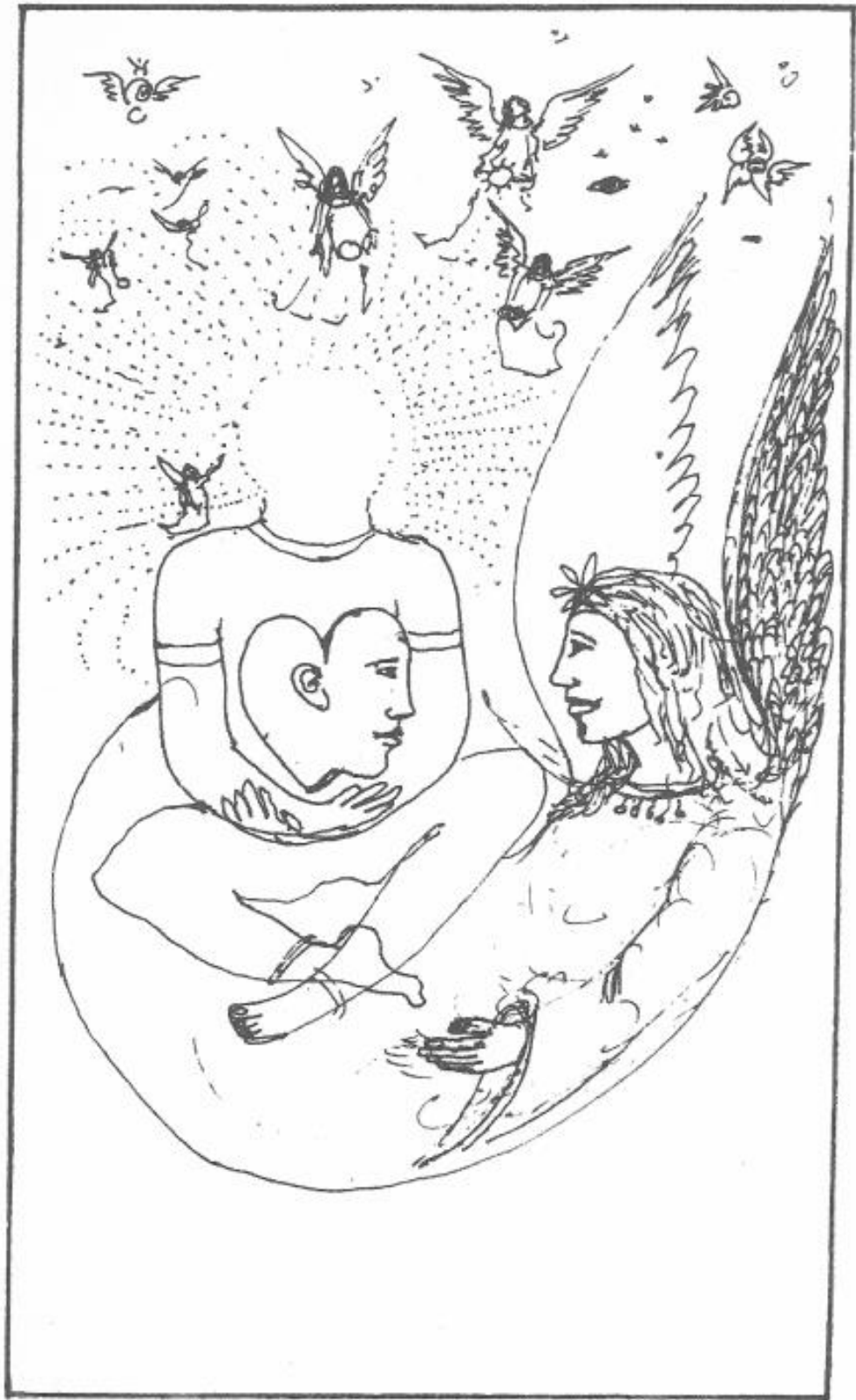
Što ste svjesniji naše duboke povezanosti, više ćete dobiti imati od naših iskustava. Kad se to dogodi na razini čitavog svijeta, promijenit će se i vaš način življenja. Bića koja su svjesna anđela ne mogu zagađivati, porobljavati, uništavati ili ubijati.

Ponekad je prolaz težak. Ali, ovo je najvažnije što sam ikada rekao Andrewu, a sada ću reći i vama – *Bog ne želi da budemo savršeni. Želi samo da budemo prisutni i svjesni.* To se odnosi na anđele jednako kao i na ljude.

Sve se ljudsko mijenja. Iskusićete obilno i radosno širenje svjesnosti. Vi stojite na vratima slijedeće faze evolucije. Na toj će razini povezanost ljudi i anđela biti pravilo, a ne izuzetak. I po prvi put u čitavoj vašoj povijesti vaši će učitelji biti ljubav i radost, a ne patnja i bol.

Dio mojeg rada s Andrewom je istraživanje naše zajedničke sudbine. S druge strane, posao mi je da mu budem učitelj. Da mu dajem važne informacije, ali i da ga učim radovanju. Ipak, moj zadatak nije namijenjen isključivo njemu. Kad god se čovjek i anđeo povežu, olakšavaju povezivanje i drugima od obje vrste. Isto tako, važno je upamtiti da usprkos tome što smo besmrtni i mudri, mi anđeli postojimo na drugačijem planu stvarnosti, pa stoga nismo uvijek mudri na način vašeg svijeta. Zato je Andrewov zadatak da me poduči ljudskom načinu razmišljanja, da me poduči o vašim, ljudskim nadama, snovima i strahovima. Zajedno stvaramo most preko svih frekvencija svjesnosti. Upravo to je razlog što je Bog stvorio ljude i anđele i pozvao nas da zajedno djelujemo.





II dio

Kako zamoliti  
anđela

Proces

MILOST

**R**adost, duhovitost i mudrost samo su tri od darova koje nam donose anđeli. Kad se sretnete sa svojim anđelom, cijenit ćete i ugodnost koju vam pruža druženje s njim. U ovom ćete dijelu knjige naučiti osnovne korake za povezivanje sa svojim anđelom, što će vas povesti do nebesko iskrenih prijateljskih razgovora. A za zabavu i daljnje kontakte naći ćete i *Riječi anđela*. Ono je i popis skupina anđela specijalista koji danas rade s ljudima, a ujedno pruža zabavu i korisno božansko oruđe.

Tehnike koje slijede – meditacije, vizualizacije i vježbe – razvile su se kroz suradnju s anđelima i s ljudima, polaznicima naših radionica i predavanja. U svakome od nas anđeli imaju krilo. U početku smo i mi njime mahali, pouzdajući se pri svakom koraku u vodstvo naših voljenih čuvara. Doslovno smo se otvorili primanju njihovih uputa. Kroz mnoge radionice i seminare utvrdili smo metodu koju vam predajemo u ovoj knjizi. Nazvali smo je Proces MILOST.

Pet koraka do druženja sa svojim anđelom:

UZEMLJAVANJE

OTPUŠTANJE

POVEZIVANJE

DRUŽENJE

UŽIVANJE

Svaki od koraka ima jednaku važnost. Susret s anđelom je vrlo rado-  
stan trenutak. Proizlazi iz ljubavi, ispunjen je užitkom i ushićenjem.  
Osim toga, susret s anđelom promijenit će vaš život. Nalik je vjenčanju,  
jer taj odnos traži ljubav i predanost.

### • KAKO SMO OSMISLILI PROCES MILOST •

Da bismo napisali ovu knjigu, trebali smo ujediniti sve što nas troje zna o druženju s anđelima. Složili smo se glede važnosti uzemljenja. Timothy i Alma smatrali su da je nužan korak otpuštanje. Andrew je specijalist za povezivanje. Svo troje se godinama družimo s anđelima. Tako smo došli do naša prva četiri koraka. Tada nam je u pomoć došla LNO i ponudila nam posljednji korak kao šećer za kraj – uživanje!

“Naravno!”, složili smo se. “Kako se sami toga nismo sjetili?” I tada su se pojavile *Riječi anđela*. Andrewu ih je darovao Sargolais, a Andrew ih je dijelio s polaznicima svojih radionica.

ih je dijelio s polaznicima svojih radionica.

### • KAKO POČETI •

Većinu vježbi radit ćete sa zatvorenim očima, pa ćete možda poželjeti snimiti ih na traku da biste lakše slijedili upute. Dobra je zamisao svaku vježbu pročitati nekoliko puta prije nego je snimate, da biste dobili osjećaj koliko vam je vremena i mjere potrebno. Ne morate snimiti broj svakog koraka, no budite sigurni da ste između svakog koraka ostavili dovoljno vremena za stanku.

Trebat će vam i bilježnica i olovka. Bilo bi dobro da imate posebnu bilježnicu koju ćete koristiti samo za anđeoske poruke i razgovore. Dobro će vam doći i posebna olovka, u vašoj omiljenoj boji. Iako se čini vrlo jednostavnim, doprinijet će poštovanju vašeg susreta s anđelom i pomoći vam da napravite pomak s obične prema anđeoskoj svjesnosti. Kad ćete razviti odnos sa svojim anđelom, možda ćete kao i mnogi drugi, poželjeti razgovarati sa svojim anđelom preko računala. Pripremite disketu koju ćete koristiti samo u tu svrhu, kao što je zatražila Almina LNO.

Bez obzira koristite li bilježnicu ili svoje računalo, na početku svake poruke zapišite datum. Nakon što završi komunikacija, možete zapisati kratki naslov, kojim ćete sažeti temu. To će vam pomoći da se kasnije prisjetite glavnih točaka svakog prijenosa i olakšati vam kasnija razmišljanja.

### • VAŽNOST ZAPISIVANJA •

Jedan od razloga zašto naglašavamo važnost zapisivanja anđeoskih poruka je što u početku možete pomisliti da ste sami izmislili riječi ili rečenice, ili da su proizvod vašeg uma. Sedmo će poglavlje, "Druženje", raščistiti zbunjenost glede toga. Bilježenje na papir ili disketu sačuvat će riječi, pa ćete kasnije jasnije prepoznati glas svojeg anđela. Zapisivanje će očuvati tu suptilnu vezu i omogućiti vam praćenje razvoja vašeg odnosa. Kasnije ponovno čitanje poruka obogatit će vaš život ljubavlju i jasnoćom, koju obilježava anđeoski glas. Osim toga, kad s vremenskim odmakom pogledate poruke, bit ćete iznenađeni kako su ohrabrujuće i mudre.

### • DRUGE METODE KOMUNIKACIJE •

Ne želim reći da je zapisivanje jedini način komuniciranja sa svojim



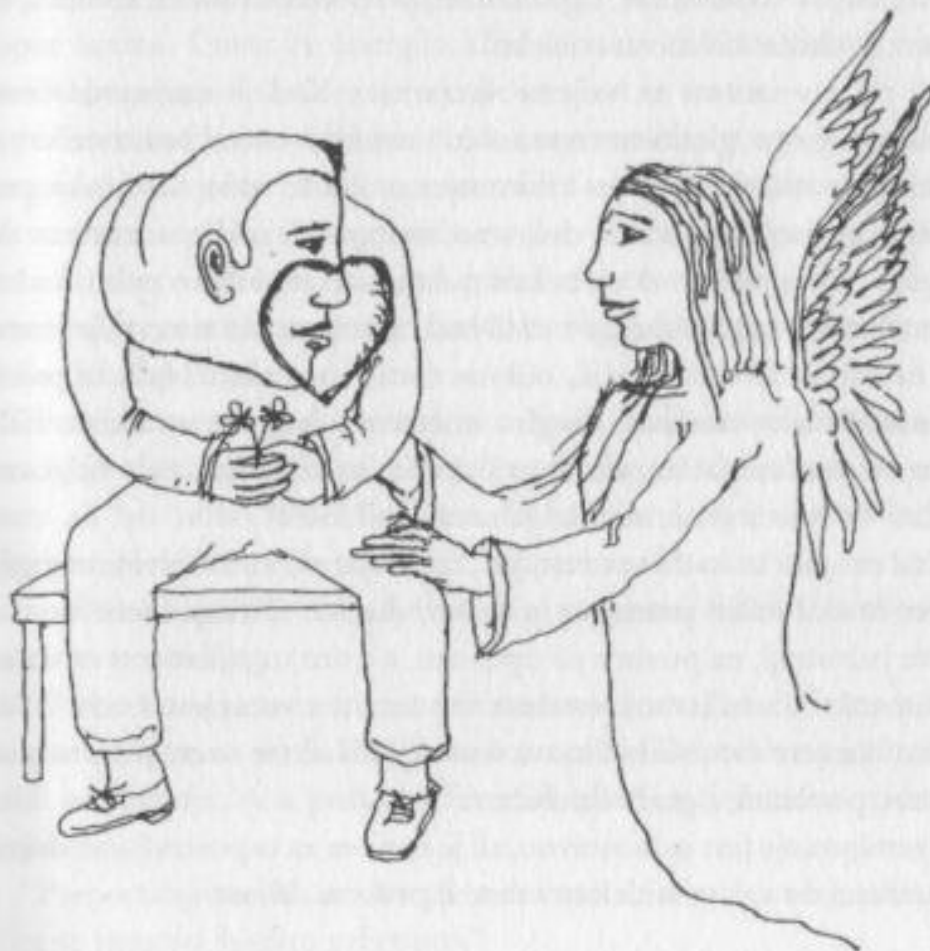
andelom. Nekim ljudima riječi nisu potrebne. Dovoljan im je osjećaj, boja, slika ili glazba. Zabilježite ili nacrtajte svoje doživljaje. Kiparica Teza od anđela prima slike, a ne riječi. Crta ih u svojoj anđeoskoj bilježnici i meditira na njih, polučujući tako informacije koje zatim može pretvoriti u riječi. Bez obzira na koji način dobivate informacije, budite spremni zabilježiti ih. Pisanje ili crtanje predstavlja prepoznavanje, prihvaćanje onoga što vam je dato. U tom su smislu anđeli vrlo nalik ljudima, kad su prepoznati, s oduševljenjem daju od sebe još više.

Sjetite se da anđeo znači "glasnik". Prožet će vas poruke od anđela, bez obzira jesu li to riječi, slike, glazba ili osjećaji. Možete misliti da su anđeli izvan vas i u drugom životnom obličju, možete misliti o njima da su unutar vas i da su aspekt vašeg Višeg sebstva. Bez obzira na to, tehnike za komuniciranje s njima su iste. Kao što u svemiru nema gore ili dolje, tako ni u anđeoskom području nema unutar ili izvan. Sve je povezano.

Preporučujemo vam da se kroz ovu cjelinu krećete polako, da vježbe radite po redu kojim se pojavljuju, ponavljajući ih dok ih ne usvojite. Svaki se korak nadovezuje na prethodni, dajući vam pritom solidan temelj koji vam je potreban za komunikaciju. Ne preskačite, bez obzira koliko vas to privlači! Proradite svaki dio da biste se pripremili za slijedeći. Temeljito prođite svaki korak. Nema žurbe. Anđeli ne nose satove. Uživajte u vježbama. Pristupite im s djetinjim osjećajem za igru i zabavu. Ako vam se neke od njih čine neobičnima, možda i pomalo šašavima, to je sasvim u redu. Vi ste na svojem putovanju otkrivanja, na putu koji će vam razotkriti vaše vlastite potencijale za duboku i ljubavljvu ispunjenu komunikaciju, i to ne samo s anđelima već sa svakim u vašem životu.

Nikada niste premladi za razgovor s anđelima, kao što nikada niste ni prestari. No, možete biti preozbiljni. Stoga zatvorite svoje oči i zamislite da vas upravo sada vaš anđeo golica, evo, tamo, na lijevoj strani vašeg prsnog koša. Smijuljite li se? Hihoćete? U redu je. Sada ste spremni krenuti dalje.

## Uzemljavanje



**S** obzirom da su anđeli nebeski glasnici, a pritom i krilati, moglo bi vam se učiniti čudnim da je prvi korak za povezivanje s njima – uzemljavanje. Ne bi li bilo prikladnije odizanje od tla? Suprotno onome što biste mogli pomisliti, uzemljavanje je bitno pri svakom duhovnom radu. Osim toga, otkrit ćete da vam je od izuzetne pomoći i u svakodnevnom životu.

Uzemljavanje predstavlja centriranje pažnje u svojem tijelu i

te potpuno prisutnost. To je čin sabiranja svojih misli i osjećaja u smirenu i

i harmonizirajuću ravnotežu unutar tijela. Kad ste uzemljeni, mnogo je lakše selektivno usmjeriti svoju pažnju, bez obzira radite li svoj posao ili želite meditirati, vizualizirati ili čuti glas svojeg anđela.

Tijekom života često uključujemo automatskog pilota. Možda vam se dogodilo da vozite automobil na nekom dugom putovanju i odjednom shvatite da ste za volanom. Prelazite dvadeset, trideset kilometara, mijenjate vozne trake, signalizirate, po potrebi stiskate kočnicu, no vaš um je 'tisuće kilometara daleko'.

Svi mi s vremena na vrijeme sanjarimo. Kad je sanjarenje često, skloni smo ga proglasiti rastresenošću i nepažljivošću i samo nebo zna koliko smo stvari stavili na krivo mjesto, koliko smo sastanaka propustili ili pogrešaka počinili dok smo tijelom bili ovdje, a mislima tko zna gdje. To se obično događa kad radimo što ne želimo raditi, kad ne želimo čuti što nam netko govori ili kad ne želimo biti tamo gdje jesmo. Ako ne možemo otići fizički, odlutat ćemo mentalno. Naša se pažnja prepušta drugim mislima, drugim mjestima, drugom vremenu. Lako je prepoznati kad nekome odlutaju misli, jer izraz lica tada odgovara uzrečici – "svjetla gore, ali nikoga nema kod kuće".

Kad naučite kako da se uzemljite, da skupite i umirite svoje energije, dovest će do velike promjene u vašem životu. Omogućit će vam da budete prisutniji, na pozoru ali opušteni, a osim toga, bit ćete otvoreni za primanje. Uzemljavanje možete usporediti s vezanjem barke u luci ili sa zabijanjem šatorskih klinova u zemlju. Kad ste uzemljeni, tada ste usidreni, povezani, sigurni i zaštićeni.

Uzemljavanje jest jednostavno, ali je osnova za uspostavljanje daljnje komunikacije s vašim anđelom i temelj procesa *Milost*.

### • POSEBNO MJESTO •

Prije svega, nađite u svojem domu mjesto na kojem ćete se najudobnije i najugodnije osjećati. To bi trebalo biti mjesto mira i tišine, mjesto na kojem uvijek možete meditirati, raditi vježbe iz knjige *Zamolite svoje anđele* i družiti se sa svojim anđeoskim društvom. Ako nemate neko posebno tiho mjesto, jednostavno se krećite po svojem domu i dopustite da budete dovedeni do mjesta za koje ćete osjetiti da je "ono pravo". Možete urediti posebno mjesto za sebe, svoj sveti prostor u

u kojem možete, ako želite, postaviti oltar. Jednostavan obred paljenja

svijeća ili mirisnih štapića, svježe cvijeće ili punjenje neke lijepe posude vodom, može vam pomoći da umirite svoj um i dovedete se u pogodno raspoloženje za uzemljenje.

Ako već imate oltar ili ga želite napraviti, možete mu dodati sliku ili kip anđela. Vaše vježbanje i meditiranje na tom mjestu učinit će ga sve posvećenijim. I u dolasku i u odlasku prema tom se mjestu odnosite s pažnjom i poštovanjem. Otkrit ćete da je vaš prostor za meditiranje poput hrama. Čuvat će energiju koju stvarate dok meditirate i bit će vam lakše povezati se sa svojim anđelom kad se vratite.

Jednom kad ćete steći iskustvo u razgovaranju sa svojim anđelima, uzemljenje i vježbe možete provoditi u prirodi. Odaberite mirno mjesto na osami, koje vas privuče svojom energijom i za koje znate da vas nitko neće ometati. Ipak, na početku će vam vjerojatno biti lakše usredotočiti se u zatvorenom prostoru i kad možete ukloniti sve što vam odvlači pažnju.

Temelj uspostavljanja kontakta s finim razinama anđeoske inteligencije je u slušanju. Tišina je prijeko potrebna. Odaberite vrijeme kad znate da vas nitko neće prekidati. Isključite telefon, ugasite radio ili televizor. Neki ljudi vole meditirati uz glazbu, ali kad se radi o anđelima, zaključili smo da ih je najbolje slušati u potpunoj tišini. I sami su nam anđeli to potvrdili:

“Otvorite svoje srce zvucima tišine i moći ćete čuti čudesnost svega što postoji”, to su riječi koje je anđeo uputio Deborah na jednom od naših okupljanja. A u poruci koju je dobila Lee, još jedna sudionica, savjetuju:

“Preporučujemo da se dva puta dnevno, ujutro i uvečer, utišate i u tišini se ispunite bijelim svjetlom.”

U to vrijeme utišajte i sebe i svoje okruženje.

Da biste slušali vježbe koje ste snimili, smjestite kazetofon blizu sebe da biste ga mogli uključiti i isključiti bez ustajanja. Za vrijeme procesa Uzemljavanja ne morate ništa zapisivati u svoju bilježnicu, ali možda ćete je željeti imati blizu sebe kako biste zapisali bilo koju misao ili osjećaj koji se pojave nakon vježbe.





## Vježba br. 1

### UVOD U UZEMLJAVANJE VAŠEG FIZIČKOG TIJELA

Iako mnogi ljudi meditacije i vježbe rade sjedeći na podu i prekriženih nogu, ove je vježbe bolje raditi sjedeći na stolcu ili trosjedu, uspravnih leđa i stopalima na podu. Ovo će vam pomoći da osjetite povezanost sa Zemljom.

1. Udobno sjednite i zatvorite oči. Ruke položite na bedra.
2. Usmjerite pažnju na svoje tijelo. Započnite s nogama. Zatim polako i temeljito pomičite svoju svjesnost prema gore, uz noge, bedra, trup, ruke, vrat i glavu. Budite svjesni svojeg disanja, udisaja i izdisaja, udisaja i izdisaja.
3. Zamislite da ste okruženi svjetlom. Dok udišete, udahnite svjetlost i osjetite kako se vaše tijelo ispunjava svjetlošću.
4. Dok ispuštate zrak, ispustite s njim svu napetost, bol koji možda osjećate u svojoj čeljusti, svojem licu, u svojim ramenima. Izdahnite bilo kakvu napetost koju osjećate bilo gdje u tijelu. Nastavite udisati svjetlost, izdisati napetost. Udišite svjetlost, izdišite napetost dok god niste opušteni i mirni.
5. Ako vaš um postane nemiran ili brbljav, nježno vratite svoju pažnju na disanje.
6. Sada zamislite kako iz vaših tabana i donjega dijela vaše kralježnice izlaze sitni korjenčići. Osjetite kako rastu, rastu. Propustite ih kroz stolac na kojem sjedite, kroz pod, skroz do Zemlje, bez obzira koliko je katova ispod vas.
7. Nastavite disati svjetlost i izdisati napetost i dok to činite, zamislite svoje korijenje koje prodire duboko, duboko u tlo, ukorjenjuje se i povezuje vas sa središtem Zemlje.
8. Sa slijedećim udisajem zamislite da dišete kroz svoje korijenje. Propustite energiju same Zemlje kroz svoje korijenje, kao da uvlačite tekućinu kroz slamku. Podižite je do svojeg tijela, sve dok ne ispuni vaše srce i ne započne svoje kretanje kroz

9. Sada obratite pažnju na vrh vaše glave, na svoju krunu. Vizualizirajte kako se ta točka, promjera otprilike tri i pol centimetra, počinje otvarati. Iz tog otvora izlaze niti, dugačka vlakna koja poput grana izrastaju kroz strop, prolaze kroz cijelu zgradu, protežu se do neba, kreću prema svemiru. Zamislite kako vas ta vlakanca povezuju sa Suncem i svim planetima i zvijezdama.
10. Kad udišete, udahnite energiju svemira, spuštajte je tim nitima u svoje tijelo, kroz svoje tjeme. Povedite tu energiju u svoje srce, dopustite da vas ispuni zračećim svjetlom nebesa. Osjetite kako kruži cijelim vašim bićem.
11. Sada u isto vrijeme dišite obje struje energije. Podižite onu iz Zemlje, spuštajte onu s nebesa. Sada ste sigurni, usidreni između svemira i Zemlje.
12. Kad ste spremni, postanite svjesni svojeg tijela i mjesta na kojem sjedite. Osjetite kako se vaš dah diže i spušta. Osjetite otkucaje svojeg srca. Osluhnite sve zvukove koji vas okružuju. Polako, sasvim polako, kad vi to želite, otvorite svoje oči.

Pogledajte oko sebe. Obratite pažnju na bilo koju promjenu koju osjeća vaše tijelo. Ljudi obično kažu da se osjećaju prisutnijima, svjesnijima. Ako želite, možete u dnevnik zabilježiti svoje osjećaje i utiske. Svakako zabilježite datum.

#### • DVA ISKUSTVA UZEMLJAVANJA •

Kad je prvi put sjela raditi ovu vježbu, Carolin je um vrludao. Koliko god da je željela isključiti ga, nije uspijevala. No, kad se usredotočila na svoje disanje, um se umirio. Kasnije je ispričala, "Kad sam osjetila svoje korijenje i grane, osjećala sam se kao stablo. Odjednom sam bila stari brijest na koji sam se penjala kao dijete. Običavala sam sjediti na jednoj od njegovih grana kad god sam se osjećala osamljenom ili kad mi je trebala utjeha. Bio mi je poput doma."

Zabacujući pramenje svoje crvene kose, Carol je nastavila pričati kako se osjećala kao stablo: "Bilo je nevjerojatno; odjednom sam se osjećala velikom i visokom i snažnom – upravo kao brijest kojeg sam toliko voljela." Dok je uspravno sjedila na stolcu, iz nje je zračilo povje-

renje. Bila je toliko oduševljena glede svojeg novog dobrog osjećaja

da je nastavila s vježbama uzemljavanja i nakon završetka radionice i uskoro je uzemljavanje postalo dio njene svakodnevne rutine.

Carol je dvadesetogodišnja glumica, rođena u Kentuckyju, a danas živi u New Yorku. Jednog je dana, prije nekoliko tjedana upravo završila Uzemljavanje i prepustila se razgovoru sa svojim anđelom, kad je zazvonio telefon. Zaboravila ga je isključiti. Zvonjava ju je nagnala da se javi. S druge je strane bila njena majka, koja je istog trena prigovorila jer je Carol tri tjedna nije nazvala. Bez čekanja na odgovor, majka ju je nastavila zasipati nizom drugih prigovora. S obzirom da je bila uzemljena, umjesto da se brani kao što je to inače činila kad je majka vikala na nju, Carol se sjetila da anđeli često donose poruke na način koji najmanje očekujemo. Kakvu poruku dobiva? Njenoj majci treba potvrda da je Carol još uvijek stalo do nje.

“Mama,” rekla je, “drago mi je da si nazvala. U zadnje vrijeme nisam imala priliku reći ti koliko te volim.”

S druge strane telefona bio je muk. Zatim je majka pročistila grlo i nježno rekla, “Naravno da me voliš, zlato. Znam da me voliš. A kako si mi *ti?*”

Vježba uzemljavanja pomogla je Carol da premosti stari način reagiranja i da umjesto toga pruži ljubav. Radije nego da izbjegava majku kao što je prije običavala nakon njenih ispada, Carol se uzemljila i nazvala majku nekoliko dana kasnije da bi je zamolila da joj pošalje fotografiju brijesta. Kratko su, ali ugodno porazgovarale.

Za električara Allana, vježba uzemljavanja bila je teža. Svoje pedeset i četiri godine proveo je u gradu, bez dodira s prirodom, i trebalo mu je više vremena za uspostavljanje osjećaja povezanosti sa Zemljom i s nebom. Cijelo se vrijeme vrpeljio na stolcu. Ali, na kraju vježbe sjedio je mirno, sa zadivljenim smiješkom na licu. Nije mogao dočekati da podijeli s nama:

“Trideset godina uzemljam žice, a nikada mi nije palo na pamet da je i ljudima potrebno uzemljenje”, rekao je. “Sada znam zašto mi obitelji prigovara. Klinci mi uvijek kažu – ‘Nikad nisi stvarno s nama, tata’, a supruga se žali da ne obraćam pažnju na nju.”

Nastavio nam je pričati da je svake večeri, dok njegova obitelj

priča o svemu što se događalo toga dana, mislimo još uvijek na poslu,

razmatrajući što se događalo ili brinući o problemima koji sutra mogu iskrsnuti. Nakon večere upalio bi televizor i isključio se ili bi zaspao. Pogledajte sva područja vašeg života u kojima niste uzemljeni i razmislite kako utječu na vaše odnose, na posao i drugo. Dok nastavljate s prakticiranjem ove vježbe, obratite pažnju kako se osjećate kad ste povezani sa Zemljom i s nebom. Kad bez vođenja uspijete odraditi vježbu br.1, *Uvod u uzemljavanje vašeg fizičkog tijela*, tada ste spremni za drugi korak u učenju kako se uzemljiti.

### • UZEMLJAVANJE VAŠEG ENERGETSKOG TIJELA •

Otvarajući se svojem anđelu, biću koje ne živi u fizičkom svijetu, postajete svjesniji i svojeg netjelesnog sebstva. Tisućama godina su iscjelitelji i mistici istraživali nefizičko tijelo, koje su nazvali finim ili energetskim tijelom. Ovo tijelo i njegova fina područja i organi postoje u istom prostoru kao i fizičko tijelo. To polje, većini nas nevidljivo, a koje isijava iz fizičkog tijela i pritom ga okružuje, poznajemo pod nazivom – aura. Ljudi kojima je podarena duhovna vidovitost mogu vidjeti auru i energetska središta unutar tijela – čakre, kao i njihovo energetsko polje. Biljke i životinje također imaju svoja fina energetska tijela.

Obilje je informacija koje možemo dobiti o čakrama i energetskom polju čovjeka, a na tu su temu napisane i mnoge knjige. Ako želite detaljnije podatke, preporučujemo vam da obratite pažnju na neke naslove u poglavlju *Literatura* na kraju knjige. Ipak, da bismo vam pomogli u ostvarenju kontakta sa svojim anđelom, zabilježili smo za vas najbitnije informacije.

### • ČAKRE •

Kao što živčani sistem koordinira aktivnostima unutar fizičkog tijela, tako postoje i središta u energetskom tijelu koja pomažu pri povezivanju s našim fizičkim strojem, našim umom i emocijama. Na isti način na koji različita područja mozga upravljaju različitim fizičkim i mentalnim funkcijama, tako je i svako od tih središta povezano s drugim funkcijama. Smještena su ne samo u glavi, nego u cijelom tijelu. Ova energetska središta zovemo čakre, što na sanskrtskom znači “kotači”,

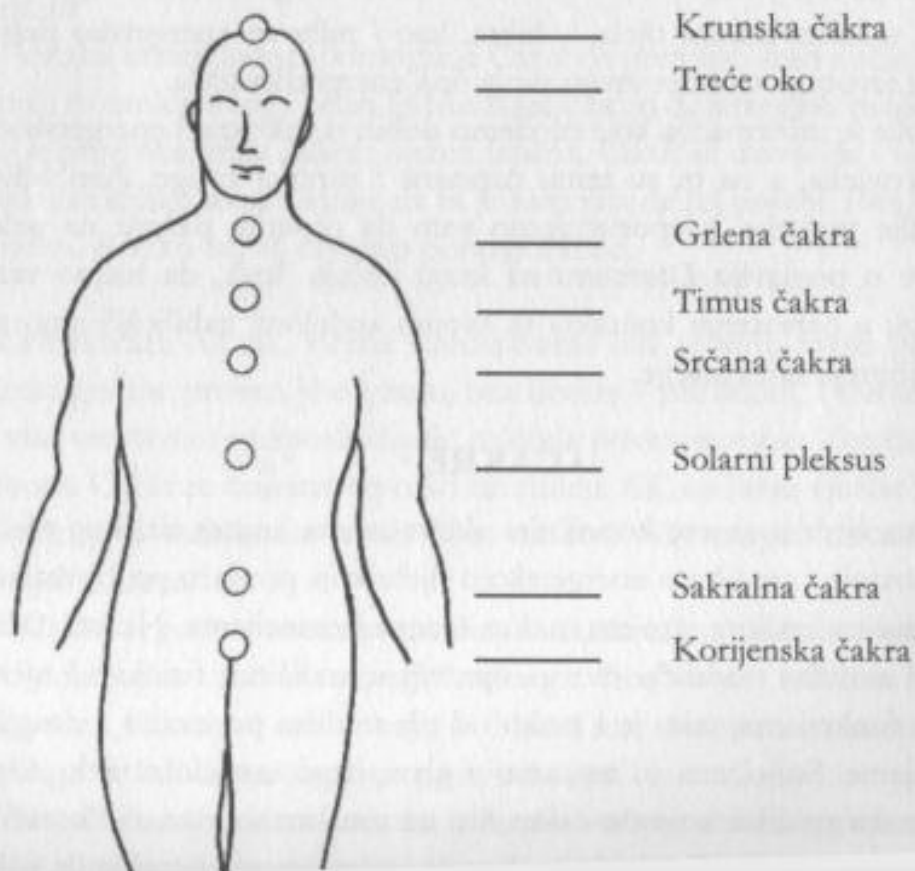
jer kad pažnju i osjetila usmjerite u svoju unutrašnjost i istražite ih, nali-



kuju i doživljavaju se kao vrteći diskovi ili kugle. Osam je glavnih čakri, koje kreću od baze vaše kralježnice prema vrhu glave, a na tim ćemo energetskim središtima raditi u slijedećem procesu – *uzemljavanju*.

Do nedavno smo bili usredotočeni na sedam glavnih čakri u našem tijelu. Ali kako se razvijamo i postajemo bliži anđelima, u nama se probudila nova čakra. Zovemo je timus čakra. Nalazi se na sredini između srčane i grlene čakre. Kao što su anđeli otvoreni prema svemu što postoji, ova nova čakra naučit će nas da se i mi sve jače otvorimo jedni drugima. Zadatak timus čakre je da stvara mir i univerzalnu ljubav. Povezana je s timusom, žlijezdom koja je jedan od najvažnijih dijelova našeg imunološkog sustava. Buđenje te nove čakre ojačat će naš imunološki sustav i pomoći u borbi protiv raka, SIDE, srčanih oboljenja, udara i drugih bolesti.

Proučite dijagram i tablicu da biste se upoznali s mjestima na kojima se čakre nalaze i s bojama koje su povezane sa svakom od njih. Poslužite se dijagramom, crtežom ljudskog tijela i ogledalom da biste odredili mjesto svake čakre na vlastitom tijelu.



Tablica čakri br. 1

KORIJENSKA ČAKRA	SAKRALNA ČAKRA	SOLARNI PLEKSUS	SRČANA ČAKRA	TIMUS ČAKRA	GRLENA ČAKRA	TREĆE OKO	KRUNSKA ČAKRA
baza kralježnice	donjna trbušna šupljina, oko 5 cm ispod pupka	područje solarnog pleksusa	središte prsnog koša	gornji dio prsnog koša	grlo	sredina čela	vrh glave
preživljavanje, sigurnost	seksualnost, kreativnost	snaga, uspješnost	ljubav	suosjećanje, mir	sporazu- mijeva- nje	intuicija	kozmička svjesnost
crvena	narandžasta	žuta	zelena	akvamarin	plava	indigo	ljubičasta
zemlja	voda	vatra	zrak				
kraljevstvo minerala	kraljevstvo bilja	kraljev- stvo životinja	ljudi	povezivanje s dušom svijeta	svijet anđela	arkandeli	Stvoritelj



## Vježba br. 2

### ISTRAŽIVANJE ČAKRI

Kad se upoznate s dijagramom i tablicom na str. 108-109, spremni ste za istraživanje svojih čakri.

1. Žustro trljajte dlanove dok se ne zagriju.
2. Položite dlan jedne ruke na bazu svoje kralježnice, pokrivajući njime repni kralježak. Korijska čakra nalazi se unutar vašeg tijela između repnog kralješka i stidne kosti. Sada odmaknite ruku oko pet centimetara od svoje kralježnice i osjetite kako energija zrači u vaš dlan. Ovu energiju možete osjetiti i tako da jednu ruku držite ispred svojeg tijela, dlanom okrenutim prema sebi, oko pet centimetara od kože, u ravnini sa stidnom kosti. Osjetite kako energija struji u vaš dlan.
3. Eksperimentirajte s udaljenošću od tijela, s rukom sprijeda ili straga i s desnom i s lijevom rukom, jer jedna može biti prijemčivija od druge. Možete osjetiti toplinu ili hladnoću,

golicanje ili nježno bockanje.

4. Kad osjetite energiju korijenske čakre, polako krenite prema slijedećoj, sakralnoj čakri, koja se nalazi između pupka i stidne kosti. Prvo na tijelo položite dlan, da biste otkrili točan položaj čakre. Zatim odmaknite ruku tri-četiri centimetra od tijela, da biste osjetili energiju, bez obzira na koji način dolazi do vas.
5. Nastavite s otkrivanjem. Krećite se prema gore, od čakre do čakre, osjećajte i naslućujte svaku od njih, od korijenske do krunske.
6. Kad ste dobili osjećaj za svaku čakru izvana, zatvorite oči i usmjerite pažnju na svoju nutrinu. Sada promatrajte svoje čakre iznutra, još jednom, jednu po jednu. Svaka čakra vibrira u drugoj frekvenciji, a te su frekvencije povezane s bojama iz spektra (Tablica čakri br. 1, str. 109).
7. Kad ste pogledali sve svoje čakre, jednu po jednu, usmjerite svoju pažnju na disanje. Obratite pažnju kako se osjećate. Otvorite oči.

Većina nas ne zna gdje se nalaze pluća ili jetra, a kamoli organi našeg finijeg tijela. Kad ćete prvi put raditi ovu vježbu možda nećete osjetiti svoje čakre. Možda ih nećete ni vidjeti. Ili ćete možda neke od njih osjetiti snažnije od drugih. Ne zabrinjavajte se ako ne uspijete odmah. Usklađivanje finih osjetila napreduje vježbanjem. Što ćete češće provoditi ovu vježbu, vaši će rezultati biti sve bolji.

Lenny je svoje čakre mogao vidjeti kako svijetle iznutra, ali ih nije mogao osjetiti. Rhonda ih je mogla osjetiti kako treba, tople i golicajuće, ali ih nije mogla vidjeti. Možda će malo potrajati dok ih ne otkrijete i ne počnete osjećati. S obzirom da su one fini organi, nitko ih ne doživljava na isti način.

Rita je domaćica, čija su najmlađa djeca upravo otišla na studij. Prije udaje bila je obećavajuća umjetnica, koja je dobila i nekoliko nagrada za svoje akvarele. Možda je to pripomoglo da joj je bilo sasvim prirodno 'vidjeti' svoje čakre. Dok je radila vježbu, svoju je korijensku čakru vidjela kao sjajan rubin. Njena sakralna čakra bila je toplo narančasto svjetlo. Ali bila je zbunjena kad je došla do solarnog pleksusa - bio je blijed i isprano žut.

Rita nije ništa znala o čakrama. A ni mi nismo znali mnogo o njoj. Kad je svoje viđenje podijelila s nama, zapitali smo je ima li ičega u njenom životu što ima veze sa snagom ili uspjehom.

u njenom životu što ima veze sa snagom ili uspjehom.

“Kako ste znali?”, zapitala je. “Razmišljam o tome da se ponovo posvetim slikanju, ali plašim se. Što ako sam izgubila nadarenost?”

Uvjeravali smo je da nije. Ako je tako jasno vidjela svoje čakre i njihove boje, onda sasvim očito još uvijek ima dobro oko. Objasnili smo joj da su čakre povezane s emocijama (Tablica čakri br.2, str. 116). Negativni osjećaji mogu se manifestirati kao odmak od svojih čistih prirodnih boja. Isprano žuta koju je Rita vidjela u svojem solarnom pleksusu ukazala je na problem koji ima sa svojim samopouzdanjem. Neka vas ne obeshrabri ako otkrijete da su boje vaših čakri zamučene, nejasne ili bez sjaja. Naći ćete načine da se oslobodite negativnih osjećaja kroz slijedeći korak procesa *Milost*.

Nakon što se upoznate sa svojim čakrama pomoću tablice, dijagrama i vježbi, bit ćete spremni za slijedeću vježbu uzemljavanja. *Meditaciju uzemljavanja* primjenjivat ćete često tijekom vježbi iz ove knjige, kad god će biti potrebno uzemljavanje.



### Vježba br. 3

#### OSNOVNA MEDITACIJA UZEMLJAVANJA

Pročitajte nekoliko puta ovu vježbu da biste se dobro upoznali s njom, zatim je snimite kako biste mogli slušati upute bez listanja knjige. Kad ste spremni, isključite telefon i otidite na svoje tiho i sveto mjesto. Budite sigurni da ste ponijeli kazetofon, svoj dnevnik i olovku. Udobno se smjestite, provedite svoj jednostavan ritual otvaranja, upalite mirisne štapiće ili svijeću i spremni ste za početak.

1. Zatvorite oči. Usredotočite se na svoje disanje. Opustite tijelo.
2. Kad ste spremni, zamislite korijenje koje iz vaših tabana i baze kralježnice izlazi prema Zemlji.
3. Dok izdišete, zamislite kako svaku napetost ili otrov iz tijela otpuštate kroz korijenje u Zemlju, gdje će biti reciklirani.
4. Kad se korijenje spustilo duboko koliko je moglo i kad se vaše tijelo osjeća lakšim i otvorenijim, obrnite proces i zamislite kako se podiže energija iz Zemlje. Energija Zemlje iscjeljuje i njeguje. Nastavite izdisati napetost i otrove, a udišite ovu

ozdravljujuću energiju Zemlje.



5. Osjetite kako se energija skuplja na dnu vaše kralježnice, a zatim je propustite u svoju korijensku čakru. Vizualizirajte energiju ove čakre kao crveno svjetlo koje osvjetljava vaše tijelo. Korijenska čakra je sjedište vaše sigurnosti i stabilnosti. Kad je otvorena i protočna, usklađeni ste sa svojim najdubljim osjećajem pripadanja, sigurnosti. Vaše tijelo i ovaj svijet vaš su dom.
6. Kad ste spremni, dopustite da energija iz Zemlje poteče uz vašu kralježnicu do druge čakre, sakralne čakre. Ona se nalazi otprilike pet centimetara ispod pupka i sjedište je vaše kreativne energije u svakom smislu – fizičke, umjetničke i seksualne. Osjetite kako svijetli narančastim svjetlom. Kad je ova čakra otvorena, u svojem tijelu možete osjetiti radost. Otvarate se svojoj kreativnosti i seksualnosti. Puni ste života i zračite.
7. Kad osjetite da je za to vrijeme, udahnite energiju Zemlje u solarni pleksus. Ovo je točka koja povezuje vašu volju i osobnu snagu. Zamislite pulsirajuću žutu toplinu koja ispunjava vaš solarni pleksus. Znajte da ste jaki, cjeloviti i da možete učiniti sve što treba, na posvećen i duhovan način.
8. Energija iz Zemlje diže se kroz vaše tijelo poput vodoskoka. Osjetite kako teče u središte vašeg srca. Zamislite kako u sredini vaših grudi svijetli divno zeleno svjetlo, zeleno i živo poput proljeća. Srčana čakra je sjedište ljubavi i emocija. Povežite se sada s vašom ljubavnom prirodom, sa snagom i nježnošću svojih osjećaja. Znajte da ste biće ljubavi, rođeno u ovom svijetu da bi ljubav osjećalo, davalo je i primalo.
9. Neka se energija nastavi podizati do točke između srčane i grlene čakre, otprilike dva i pol centimetra ispod ključne kosti. To je timus čakra, čakra suosjećanja, zajedništva i mira. Ovdje zamislite svijetle plavozelene, akvamarin boje. Osjetite povezanost s obitelji i prijateljima, s cijelim čovječanstvom. Znajte da niste sami, da ste neodvojivi, jedinstveni dio svega što postoji.
10. Sada neka se Zemljina energija podigne do vašeg grla i ušiju. Zamislite na tim mjestima nebesko plavu svjetlost. Možda ćete sada poželjeti ispustiti zvuk, bilo kakav glas. To će promasirati vaše grlene mišiće i otvoriti centar komunikacije.

Gelena čakra, umjetnička

ovu ozdravljujuću energiju Zemlje.

spontanošću. Vizualizirajte preokrenuti trokut koji povezuje vaše uši s grlenom čakrom. Lagano položite vrške svojih prstiju na uši i spojite dlanove ispod brade u oblik slova V, povezujući tako svoje grlo i uši. Sada se otvarate za komunikaciju, pojačavate sposobnost slušanja i govorenja.

11. Zatim usmjerite energiju prema sredini čela. Ovo je vaše Treće oko, sjedište razvijene svjesnosti, duhovne percepcije. Osjetite indigo plavu, duboku plavoljubičastu točku kako sjaji unutar vašeg čela. Kad ste povezani s ovom čakrom možete probuditi svoje nadosjetilne percepcije, možete vidjeti u druge svjetove, čuti ih i osjetiti.
12. Sada propustite energiju Zemlje sve do samog vrha vaše glave. Ovdje je vaša krunska čakra i povezuje vas s Božjom svjesnošću, s vašim Višim sebstvom. Usredotočite se na ovu točku i nastavite disati nježno, ravnomjerno. Zamislite kako unutar krunske čakre pulsira ljubičasto svjetlo i kako zrači iz nje. Dopustite energiji da raste.
13. Vizualizirajte uzemljenu energiju kako se diže iz središta Zemlje, prolazi kroz svaku vašu čakru, a zatim naglo izlazi kroz vrh vaše glave kao veliki gejzir tekućeg svjetla. Dok se podiže u snažnom mlazu, gledajte kako istječe i u valovima se spušta oko vas kao iz fontane svjetla, kako pročišćava i čisti vaše tijelo, uravnotežuje i harmonizira sve vaše čakre.
14. Nastavite disati mirno i ravnomjerno. Osjetite kako su sve vaše čakre ispunjene svjetlom. Kad ste spremni, još jednom osjetite kako vitice, grančice energije izlaze kroz vaše tjeme, povezuju se s Mjesecom, Suncem, planetima našeg sunčevog sistema, sa zvijezdama, s nebesima. Osjetite njihovu energiju koja poput vodopada teče niz ove niti, ispunjavajući pritom vašu krunsku čakru da ona svijetli nebeskom svjetlošću.
15. Propustite energiju niz svoje tijelo, kroz svaku čakru, jednako kao što ste je dizali uvis. Neka svjetlom ispuni vaše Treće oko, vaše uši i grlo, timus, vaše srce, solarni pleksus, vašu sakralnu i korijensku čakru. Osjetite kako prolazi niz vaše korijenje, kako pere Zemlju pa sad i cijeli planet jasnije svijetli.
16. Sada energije neba i Zemlje teku zajedno kroz svaku čakru, miješaju se i povezuju vaše tijelo s univerzumom. Osjetite odjednom sve svoje čakre. Osjećajte se poput duge od živog svjetla, koja povezuje svemir i Stvoritelja, Zemlju i

i uzemljenje.

17. Obratite pažnju na svoje disanje. Postanite svjesni svojeg tijela, mjesta na kojem sjedite. Kad ste spremni, otvorite oči i pogledajte svijet oko sebe.

Sjećate li se kako ste se osjećali nakon vježbe br.1, *Uvoda u uzemljavanje svojeg fizičkog tijela* (str.104)? Obratite pažnju kako se osjećate nakon ove vježbe. Zapažate li kakve promjene u sebi? Kad pogledate oko sebe, čini li vam se da je soba drugačija? Osjećate li svoje tijelo na drugačiji način? Razmislite na koji je način ova vježba utjecala na vašu percepciju i osjećaje.

Svaki put kad radite ovu vježbu otkrit ćete da vam je sve lakše uzemljiti se. Vaše će vam čakre postajati sve jasnije. S obzirom da je ovo dugačka vježba, neka vas ne obeshrabri ako vam popusti pažnja kad je prvi put prolazite. To se vrlo često događa kad se radi po prvi put. Ali ako obratite pažnju na kojoj se čakri dulje zadržavate, možda ćete dobiti ideju koje probleme u svojem životu želite istražiti i koja ste područja svojeg finijeg tijela spremni iscijeliti.



• VJEŽBA VODI K SAVRŠENSTVU •

Što ćete češće provoditi ovu vježbu, sve ćete se lakše uzemljavati. S vremenom vam više neće biti potrebna snimljena traka, a kroz cijeli ćete proces prolaziti glatko i u kraćem vremenu. Allan s ovim vježbama nije imao nikakvog problema. Nakon što je doživio srčani udar, liječnik mu

imao nikakvog problema. Nakon što je doživio srčani udar, liječnik mu

je predložio da krene na tečaj joge za smanjenje stresa. Instruktor joge je uz vježbe uključio i nekoliko meditacija, a svoje je učenike upoznao i s njihovim finijim tijelom. Upravo je taj učitelj joge preporučio Allanu da krene na anđeosku radionicu, vjerujući da bi to pomoglo Allanu da iscijeli svoju srčanu čakru. Allan nam je kasnije ispričao da mu je upravo njegovo iskustvo električara pomoglo da se poveže sa čakrama. Bio je naučen raditi s energijom i energetskim tokovima.

No, Carol je s ovom vježbom bilo teže nego s prvom. Nikad prije nije čula za čakre i nije joj bilo jasno kako bi joj one mogle pomoći da upozna svojeg anđela. Pri uzemljavanju joj je pomogla njena ljubav prema drveću, no ma koliko se trudila, nije osjećala svoje čakre. Nastavila je s vježbom i kod kuće, no bez imalo uspjeha.

Tada nas je uzbuđeno nazvala dva tjedna kasnije. Bila je u teretani i nakon vježbanja se opuštala ležeći u sauni. Svjetlo je bilo prigušeno, a temperatura se popela na 40°C. Kad se okrenula na leđa, pogledala je niz svoje tijelo i ostala zaprepaštena kad je vidjela svoje čakre kako svijetle poput svjetlucajućih svijeća. "Vizija", kako ju je nazvala, je potrajala tek nekoliko sekundi. Ali to je bilo sasvim dovoljno da je uvjeri da su njene čakre stvarne, osobito stoga što ih je vidjela u tako neobičnom okruženju, kad se uopće nije trudila vidjeti ih ili osjetiti.

## UPOZNAJTE SE SA SVOJIM ČAKRAMA

Što ćete češće vježbati *Osnovnu meditaciju uzemljavanja*, bit će vam lakše povezati se sa svojim čakrama i naučiti kako da s njima radite. Obratite pažnju osjećate li neke čakre bolje od drugih. U one s kojima osjećate slabiju povezanost dišite dublje, dok ih sve ne doživite jednako i dok svjetlo svake od njih nije jednako sjajno.

Energija svake čakre odgovara određenim područjima u vašem fizičkom tijelu. Tablica čakri br. 2 daje kratak pregled glavnih područja koja su povezana sa svakom čakrom, mentalno i emocionalno, fizički i psihički. Kad se usredotočite na određenu čakru i njenu zadaću, tada možete biti u skladu s vašim najvišim ciljevima.



## Tablica čakri br. 2

## ODNOS ČAKRE I ...

ČAKRA	MENTALNO/ EMOCIONALNO	FIZIČKI	PSIHIČKI
<i>Korijenska čakra</i>	sigurnost, zaštićenost, uzemljenost, prisutnost, samouvjerenost	nadbubrežna žlijezda	prostorna intuicija, životna energija
<i>Sakralna čakra</i>	spolnost, senzualnost, intimnost, kreativnost	spolne žlijezde, reproduktivni organi	prepoznavanje osjećaja
<i>Solarni pleksus</i>	moć, kontrola, odlučnost, viđenje samog sebe	gušterača, jetra, žuč, gornji probavni trakt	osjetljivost na 'vibre' drugih ljudi i mjesta
<i>Srčana čakra</i>	ljubav, sućut, opraštanje, prepuštanje, prihvatanje	srce i krvožilni sustav	suosjećajnost
<i>Timus</i>	univerzalna (bezuovjetna) ljubav, prisnost, povezanost sa cijelim čovječanstvom, miroljubivost	žlijezda timus i imunološki sustav	telepatija
<i>Grlena čakra</i>	komunikacija, spontanost, govorenje i slušanje istine	štitnjača, grlo/uši	spособnost da se pričuje ono što se dogada dalje nego što zvuk dopire
<i>Treće oko</i>	mudrost, dar opažanja i rasuđivanja, duhovna snaga i vizije	hipofiza, mozak/um	vidovitost
<i>Krunska čakra</i>	Više Sebstvo, duhovnost	epifiza, energetsko tijelo	kozmička svijest

Kao što možete vidjeti na tablici čakri br. 2, korijenska čakra povezana je s prilikama u domu i na poslu. Problemi s novcem povezani su s korijenskom čakrom i čakrom solarnog pleksusa, s obzirom da financijske brige utječu na osjećaj sigurnosti i osobnog dojma.

Ako se radi o ljubavi i odnosima, radite na srčanoj čakri, a ako učite za ispit, osvijestite svoje treće oko. Razmišljate li o promjeni posla da biste se osjećali korisnima, budite svjesni čakre solarnog pleksusa.

Kad se radi o zdravlju, možete proučiti tablicu i pogledajte koje se čakre odnose na pojedine dijelove fizičkog tijela. Grlena čakra ima veze s promuklošću ili laringitisom, a ako imate problema sa želucem, radite na svojoj čakri solarnog pleksusa, koja je povezana s gornjim probavnim traktom.

Kad se dobro upoznate s vježbama uzemljavanja i kad ćete ih s ugodom provoditi, bit će vrijeme za novi korak – za otpuštanje.

# Otpuštanje



**R**azgovaranje s anđelima je prirodno i radosno, a raduje ih koliko i nas. Ako je tako, zašto svi ne razgovaramo s njima? Razlog je u tome što ih moramo susresti na njihovoj frekvenciji, koja se razlikuje od naše. S obzirom da oni nisu u fizičkom tijelu, njihove su vibracije finije. Da bismo razgovarali s njima, moramo izaći iz našeg uobičajenog stanja uma, onog koje je opterećeno brigama o poslu, odnosima, životnom prostoru, zdravlju i tako dalje, i pomaknuti se prema Višem umu. Da bismo to mogli učiniti, moramo naučiti otpustiti brige i upravo stoga je naš slijedeći korak –otpuštanje.

Otpuštanje briga, zabrinutosti i negativnih uvjerenja o samima sebi oslobađa nam ulazak u stanje jasnoće, neutralnosti i bezuvjetne ljubavi koja obilježava svijet anđela. Otpuštanjem ćemo doći do opraštanja, i

sebi i drugima. A osjećaj je izvanredan!

Anđeli su spremni pomoći nam u našem svakodnevnom životu, prema tome naše ovozemaljske brige nisu nevažne. Štoviše, vrlo su važne. Jer upravo se zbog njih osjećamo tako kako se osjećamo, a naš osjećaj glede sebe samih najvažniji je čimbenik u uspostavljanju veze s anđelima. Ako smo snuždeni, ako se osjećamo nevrijednima ili krivima ili ako smo nesretni zbog drugih, ne možemo se opustiti i ući u stanje Više svijesti. Da bismo letjeli s anđelima trebamo biti neopterećeni. Ne znači da trebamo biti sveci da bismo razgovarali s našim anđelima, već samo da se trebamo riješiti mentalne i emocionalne prtljage koju nosimo sa sobom veći dio našeg života.

Tehnike otpuštanja u ovom poglavlju pomoći će vam odložiti svoju prtljagu da biste sasvim odterećeni mogli započeti razgovore sa svojim krilatim prijateljima. S obzirom da otpuštanje pomaže jasnoći svakodnevnog življenja, otkrit ćete da stvari kreću nabolje i da ste sretniji, manje uznemireni i da ste u većem miru sami sa sobom.

### • NEGATIVAN GLAS •

Postoji poseban vid ego koji se ponekad ispriječi povezivanju s anđelima. Ego sam za sebe nije loš, iako ga u nekim duhovnim krugovima prati nezgodna reputacija. Upravo naš ego s nama ima najbolje namjere, ovdje je da bi nas zaštitio od razočaranja i osjećaja neuspjeha. No, kad ga ne njegujemo naklonim prihvaćanjem samih sebe, ego se razvija u negativnu krajnost koja odražava osjećaje bezvrijednosti i samokritike.

U svojoj glavi čujemo taj negativni glas. On je dio koji nas prosuđuje i donosi odluku – “Kriv” ili – “Nije dovoljno dobro”. Uspoređuje nas (obično nepovoljno), kritizira ili kori, postavlja pred nas nemoguće ciljeve ili traži savršenstvo. Ili nas umiruje, nastojeći navesti nas da se bolje osjećamo ako greške nađemo kod drugih i ako ih optužujemo za njihove neuspjehe. Ponekad se negativni glas javlja u prvom licu, “Ja sam beznadan slučaj; Nikad ništa neću postići”, a ponekad upotrebljava “ti”, kao “Ti, glupane, pa što si to učinio?” Kad igru vodi ovaj glas, nemoguće je biti u stanju otvorenog srca.

Otkrili smo da je najbolji način za rješenje tog negativnog glasa – prepoznati ga. Započnite jednostavnim prepoznavanjem – “O, opet se javlja moj negativni glas.” Poput djeteta koje želi skrenuti pažnju, nega-

tivni će se glas na vaše prepoznavanje utišati. Kad ga postanete svjesni,



## ZAMOLITE SVOJE ANĐELE

možete započeti prepoznavati negativnosti u kojima se ugnijezdio. Da bismo vam pomogli odrediti negativne osjećaje i stavove, naveli smo one koje se najčešće pojavljuju i neke od reakcija koje izazivaju:

osjećaj manje vrijednosti	strah od intimnosti
sumnja	napuštanje
strah od razočaranja	odbijanje
težnja za savršenstvom	srdžba
ponos	zavist
manjkavost	ljubomora
kritiziranje (sebe i drugih)	krivnja
ljutnja	kažnjavanje
mržnja	stid
duboka bol	okrivljavanje
samoprijezir	nepoštenje
osjećaj odvajanja	nijekanje
potreba za kontrolom	nedostatak koncentracije
dvojbenaost	odugovlačenje
neodlučnost	iscrpljenost
dosadivanje	depresija
nezainteresiranost	pohlepnost

Svatko od nas ima svoje probleme. Ako smo neki od vaših propustili spomenuti, dvije će vas vježbe pripremiti za tehniku *Otpuštanja*, pomažući vam da odredite što muči upravo vas.

• UVOD U OTPUŠTANJE •



Vježba br. 4

**LISTA DUHOVNOG PRLJAVOG  
RUBLJA**

**1. dio - PRIKUPLJANJE**

Kao kod svih vježbi u knjizi, sjetite se prvo napraviti *Osnovnu meditaciju uzemljavanja* (str. 111) i pripremite olovku i bilježnicu. Udobno se smjestite i ostavite dovoljno vremena da prođete kroz cijelu vježbu.

1. Sjednite u tišini, s rukama na srcu. Dopustite da se bilo kojim osjećajima da se uzdignu do potpunije svjesnosti. O kojim god osjećajima da se radi, dozvolite si da ih imate i da jednostavno budete s njima.
2. Dok udišete, zamislite da udišete strpljivost i razumijevanje. Kad ispuštate zrak, zamislite da izbacujete osuđivanje.
3. Otkrijte sve što vam priječi stvaranje kontakta s vašim anđelom. Zapišite sve čega se sjetite.
4. Postavite si pitanje, na primjer – “Što stoji na putu mojem susretu s anđelom?” ili “Zašto ne bih mogao/la ostvariti kontakt?” Poslušajte što će vaš um odgovoriti. Zapišite to. Nastavite postavljati pitanja i zapisivati sve što bi moglo isplivati kao odgovor na pitanje. To mogu biti misli, osjećaji, sjećanja.
5. Kad počnete dobivati iste odgovore, to će biti znak da ste završili listu.

Kevin je tijekom vježbe dva puta ustajao i napuštao prostoriju – jednom da bi popio čašu vode, a drugi put da bi ispraznio mjehur. Iako se zajedno s grupom uzemljio prije nego što smo počeli sastavljati Listu duhovnog prljavog rublja i činio se spremnim i prisutnim, kad je došlo do sastavljanja liste, Kevin je bio kao izgubljen u svemiru. Zapitali smo

smijemo li pogledati što je napisao.

Evo što smo pročitali:

PITANJE: Zašto ne mogu uspostaviti kontakt sa svojim anđelom?

ODGOVOR: Anđeli ne postoje.

To je bilo sve što je pisalo na papiru.

“Ako ne vjeruješ da anđeli postoje, zašto si došao na radionicu?”, zanimalo nas je. Kevin je djelovao pomalo posramljen. Želio se uvjeriti svojim očima, rekao nam je izbjegavajući pogled. Potakli smo ga da nastavi postavljati pitanja kao da anđeli doista postoje, i da zapiše što god se pojavi.

Kevinovo pitanje bilo je: “Zašto ne mogu uspostaviti kontakt sa svojim anđelom?”

A odgovarao je njegov je um :

Zašto bi anđeo razgovarao sa mnom?

Ja nisam dovoljno duhovan.

Anđeli ne razgovaraju s ljudima.

Možda će se umjesto dobrog pojaviti zao anđeo.

Kevin je bio vrlo blizak s bakom po ocu, koja je živjela s njihovom obitelji do svoje smrti. Tada su mu bile četiri godine i nije razumio što znači umrijeti. Sanjao je baku svake noći i činilo mu se da je još uvijek s njim, pa je o njoj govorio kao da je živa. To je smetalo njegove roditelje. Kad bi im Kevin pričao što mu je baka rekla ili što su zajedno radili, roditelji bi mu govorili da izmišlja. Zbog toga je počeo vjerovati da je loš i u krivu. Nakon nekog vremena, snovi su prestali.

Jedne večeri, neposredno prije nego je došao na radionicu, Kevin je u snu imao neobjašnjiv osjećaj da u sobi nije sam. Otvorio je oči i ugledao kako nešto blago svijetli na podnožju njegova kreveta. Uplašen, brzo je upalio noćnu svjetiljku i svjetlo je nestalo. Događaj ga je zabrinuo. Je li uistinu nešto bilo tamo? Je li počeo gubiti razum? Došao je na radionicu nadajući se da otkriti o čemu se radilo.

Uz našu podršku, Kevin je svoje odgovore povezo s vjerojatnim negativnim osjećajima i stavovima:

Anđeli ne postoje.

= Strah od razočaranja

Zašto bi anđeli razgovarali sa mnom?

= Osjećaj manje vrijednosti

Nisam dovoljno duhovan.

= Osjećaj manje vrijednosti

Anđeli ne razgovaraju s ljudima.

= Strah od razočaranja

Možda će se umjesto dobrog pojaviti zao anđeo.

Možda će se umjesto dobrog pojaviti zao anđeo. = Strah

Pogledajte svoj popis. Ima li na njemu išta što vas iznenađuje? Je li vam popis na listi toliko poznat da vam je poput starog prijatelja? Ili neprijatelja? Sada možete osjetiti pospanost, dosadu, ljutnju ili otkriti da vaš um luta. Sve su to znaci otpora – dokaz da ste na pravom putu! Otpor se pojavljuje kad se suočite s problemima koji u vama izazivaju nelagodu. Potpuno je prirodno željeti izbjeći nelagodu, stoga se ne okrivljavajte što vam se spava ili šeće ili želite otploviti u Kinu. Ustanite i protegnite se. Otvorite prozor i nekoliko puta duboko udahnite. Zatim se vratite svojoj listi. Pročitajte je još jednom ili dvaput. Sljedeći će vam korak pomoći da sve složite kako treba.



### Vježba br. 5

## LISTA DUHOVNOG PRLJAVOG RUBLJA

### 2. dio - RASPOREĐIVANJE

Za ovu vježbu trebat će vam olovka i bilježnica, te popis svega za što mislite da bi moglo stajati na putu u ostvarenju kontakta s vašim anđelom. Ako ste u međuvremenu imali stanku ili obrok, prije no što započnete s ovim dijelom trebali biste se ponovo uzemljiti.

1. Pročitajte svoju listu "prljavog rublja". Okrenite slijedeću stranicu bilježnice i povucite okomitu crtu po sredini stranice. Lijevi stupac naslovite ZADRŽATI, a desni OTPUSTITI.
2. Sjedite u miru, s rukama položenim na srce i na to mjesto usmjerite svu svoju pažnju.
3. Odaberite jednu od stvari s popisa da biste je proučili. Dopustite si uistinu osjetiti problem. Razmislite na koje je sve načine utjecao na vaš život.
4. Obratite pažnju na disanje. Obratite pažnju na stanje napetosti ili opuštenosti u svojem tijelu. Dok udišete, zamislite da udišete svjetlo. Kad ispuštate zrak, izdahnite s njim svaku napetost ili bol.
5. Sjetite se kad ste prvi put osjetili taj osjećaj. Što je izazvalo taj

osjećaj?



6. Dok udišete, udišite suosjećanje za sebe i za svako drugo biće koje je bilo uključeno. Dok ispuštate zrak, izdahnite kritiku i okrivljavanje.
7. Kad ste istražili ovaj osjećaj i osjetili sve njegove vidove, unutar vašeg tijela i vašeg uma, odakle je i potekao, kamo vas je doveo i čemu vas je naučio? Razmislite jeste li spremni i voljni otpustiti ga. Ako jeste, zabilježite ga u stupac OTPUSTITI. Ako niste, zapišite ga u stupac ZADRŽATI.
8. Nastavite s raspoređivanjem, osjećaj po osjećaj, dok ne završite sa svojim osobnim inventarom.

Kako se osjećate poslije ovog dijela vježbe? Jeste li uznemireni? Jeste li spremni krenuti dalje? Možda ste zabrinuti? Znatiželjni?

Ipak, pokažite poštovanje prema bilo kojem osjećaju. Vjerujte da ste došli do trenutka kad ste spremni i sposobni otpustiti ono što ste odabrali. Nije bitno je li na popisu deset stvari ili samo jedna. Ovo je vaša lista za upravo ovaj trenutak. Pred vama je samo ono što trebate otpustiti sada.

Carol je posjećivala psihijatre, vidovnjake, hiromante. Oduvijek je pokušavala 'naći sebe'. Kad je složila svoju listu duhovnog prijavog rublja, primijetila je da je popis u stupcu ZADRŽATI puno dulji od onog u stupcu OTPUSTITI.

"Što da radim s ovim?", pitala je, pokazujući na popis: "potreba za kontrolom", "dvojbenaost", "težnja za savršenstvom", "krivnja" i "žrtva" između ostalog.

"Zadrži ih, naravno", odgovorili smo.

"Ali, ako ih zadržim, možda neću moći razgovarati sa svojim anđelima", odgovorila je zabrinuto.

"Što želiš više – razgovarati sa svojim anđelima ili zadržati ovo s popisa?", pitali smo. Carol je kratko razmišljala.

"Zaista nema smisla zadržati te grozne stvari, zar ne?" rekla je, dok joj je u uglu usana zatitrao smiješak. Još je jednom pregledala popis ZADRŽATI, a zatim sve premjestila pod OTPUSTITI.

Allana je ovaj dio procesa prilično uznemirio. Vježbao je jogu i učio kako meditirati, ali ipak nije bio sklon introspekciji. Psihoterapiju je

smatrao gubljenjem vremena i novca. Ipak, otkad je doživio infarkt,

strah za vlastiti život naveo ga je da поблиže razmisli o sebi. Kad je pregledao svoju listu na kojoj su bili "strah", "ljutnja", "zavist" i "ponos", osjetio se poraženim. Stvari s popisa vratile su ga u djetinjstvo, do njegovog odnosa s ocem alkoholičarom, do mlađeg brata s kojim godinama nije razgovarao.

Počeo se nemirno meškoljiti na stolcu. Bilo je očito da želi otići s radionice. Nije pomoglo ni što smo ga podsjetili da je listu sastavljao upravo stoga da bi se tih osjećaja riješio. Nije ih želio ni pogledati. Iznenadujuće, ali jedna stvar s popisa u ovom mu je slučaju dobro poslužila. Ponos. Nije želio ostaviti dojam gubitnika.

Kevin je oklijevao. Podijelio je s grupom svoju želju da se riješi osjećaja manje vrijednosti i straha, ali jednostavno nije vjerovao da će uspjeti. "Pokušaj, pa ćeš saznati!", ponukao ga je netko iz grupe. Nastala je duga stanka. Kevin, kojeg u restoranu brze hrane u kojoj radi kao kuhar zovu "Brzi", odgovorio je vrlo polako: "Mislim da ja to ne mogu."

Savjetovali smo mu da na svoju listu dopiše "sumnju" i "manjkavost".

### • KAKO OTPUŠTANJE POMAŽE •

Kad jednom odredite što želite otpustiti, možete odraditi *Osnovnu vježbu otpuštanja* (str. 127). Ona je najvažniji korak u postizanju stanja otvorenosti, koje vam omogućuje povezati se s vašim anđelima. Otpuštanje svakako treba provesti prije slijedećih koraka u procesu *Milost*, jer u suprotnom neće biti uspjeha.

Gravitacija nas veže za zemlju, a naše su vibracije gušće i sporije od andeoskih. Otpuštanje nam pomaže podići naše osobne vibracije kroz oslobađanje energija koje su bile blokirane ili zadržavane u našem mentalnom i emocionalnom sustavu. Zadržavanje nečega zahtijeva napor i energiju, a istovremeno otežava ili onemogućava primanje. Ako nam je um zakrčen negativnostima, ne možemo se otvoriti našim anđelima. Kad otpustimo, oslobađamo energiju koja može biti iskorištena na drugi, produktivniji način i možemo primati mudrost i ljubav koju nam donose.

Što se žustrije uključite u tijek otpuštanja, to će vaš uspjeh biti veći, a vaša će vibracija postati viša. U *Osnovnoj vježbi otpuštanja* koja slijedi,

vibracije se podižu disanjem i proizvodnjem zvuka ili tona.

### • STANIČNO PAMĆENJE •

Sva sjećanja, a osobito ona traumatična, pohranjena su i u fizičkom tijelu na staničnoj razini i u finom energetskom tijelu. Vaše se tijelo "sjeća" svega što vam se dogodilo na fizičkoj razini – od pada s tricikla do prsta uhvaćenog vratima ili pada na glavu. Vaš se um sjeća svega ostalog, iako je veći dio sjećanja pohranjen u podsvijesti.

Što se snažnije koristite svojim disanjem u *Osnovnoj vježbi otpuštanja*, to ćete uspješnije onemogućiti negativnosti, a svaku stanicu ispuniti vitalnošću i zadovoljstvom. Dva su načina na koje to možete učiniti: žustro izdisati na usta ili snažno ispuhivati kroz nos. Oba su načina jednako dobra, stoga iskušajte i jedan i drugi da biste ustanovili koji vama više odgovara.

### • I ZVUK POMAŽE •

Zvukovi daju dodatnu dimenziju procesu, pomažući vam da uskladite i fizičko i fino energetsko tijelo, dovodeći ih u rezonancu. Pokušajte pjevušiti glazbenu ljestvicu dok ne otkrijete koji vam zvuk ili nota najbolje odgovaraju. Ispuštajte taj glas dok vam dah dozvoljava, puštajući ga da vibrira cijelim vašim tijelom. Možda ćete u tijelu osjetiti žmarce ili podrhtavanje. Ovakvu uporabu glasa nazivamo toniranje. Ono potiče i otvara grlenu čakru, naš centar za komunikaciju i mjesto kroz koje nam se obraćaju naši anđeli.

Primijetit ćete da otpušteno odlazi u Zemlju, kroz korijenski sustav koji ste stvorili u procesu uzemljavanja. Nekoliko nam je ljudi, zabrinutih za stanje Majke Zemlje, postavilo pitanje nije li to loše. Ne zagađujemo li svojim "otpadom" Zemlju, bez obzira što se radi na mentalnom i emocionalnom planu? Zamolili smo svoje anđele da nam odgovore i uvjerali su nas da Zemlja prima energije koje mi odbacujemo na isti način na koji prima otpad kao što su gnojiva ili kompost. Rastvara ga na finije sastojke i prerađuje ga da bi hranio i poticao novi rast.

### • ZAHVALITE I POZDRAVITE •

Osjećaji i misli imaju značajan utjecaj na oblikovanje našeg života. Ne zaslužuju da ih se plašimo ili da ih mrzimo. Štoviše, treba ih cijeniti,

priznati i ponašati se prema njima kao prema svakom živom biću. U

stvari, najbolji pristup *Osnovnoj vježbi otpuštanja* je pristup uz zahvalnost za sve naše misli i osjećaje, bez obzira kakvi su. Bili oni dobri ili loši, pomogli su vam doći do mjesta na kojem ste sada – do priprema za susret sa svojim anđelom. Prije no što ih otpustite, ne zaboravite im zahvaliti. Zahvaljivanje je izraz prihvaćanja njihove uloge i svrhe u našem životu, a upravo je prihvaćanje ključno za otpuštanje.



**Vježba br. 6**  
**OSNOVNA VJEŽBA**  
**OTPUŠTANJA**

Smjestite se u svoj sveti ili meditacijski prostor, u kojem se osjećate ugodno i sigurno i u kojem ćete biti neometani.

Započnite s *Osnovnom meditacijom uzemljavanja* (str. 111), da biste ponovo uspostavili vezu sa Zemljom i nebom. Neka vam bilježnica i lista otpuštanja budu pri ruci. Iako još niste uspostavili vezu sa svojim anđelom, ipak ga možete pozvati da bude uz vas.

1. Usmjerite pažnju na svoje disanje. Dišite ravnomjerno. Udisaji i izdisaji trebaju biti jednake duljine.
2. Sada položite ruke na svoje srce i na to usmjerite svoju pažnju. Povežite se s vlastitom voljenom prirodom i sa svojom željom i namjerom da upoznate svojeg anđela.
3. U svoje srce stavite prvo sa svoje liste otpuštanja. Osjećajte taj negativan osjećaj, a pritom imajte razumijevanja za sebe i okolnosti koje su do tog osjećaja dovele. Osjetite sve što se sada pojavljuje unutar vas. Razmislite kako je taj osjećaj utjecao na vaš život. Kakvo je dobro proizašlo iz toga?
4. Kad ste spremni taj osjećaj otpustiti, zahvalite za pouku koju vam je dao. I sada, po prvi put, zamolite svojeg anđela da bude s vama i da vam pomogne pri otpuštanju.
5. Imenujte osjećaj razgovijetno i glasno: "Otpuštam \_\_\_\_\_!" (Praznu crtu nadomjestite onime što otpuštate.) Duboko i polako udahnite.
6. Snažno ispustite zrak kroz usta ili nos, zamišljajući kako

otpušteno putuje vašim srcem i cijelim tijelom, niz korijenje,



- ravno u Zemlju. Pošaljite ga u Zemlju što dublje i što dalje možete, prije nego ponovno udahnete.
7. Ponovite nekoliko puta ove snažne izdisaje, vizualizirajući pritom kako je negativan osjećaj izbačen iz vas i vašeg korijenja. Pri zadnjem izdisaju što snažnije ispustite glas iz svojeg grla.
  8. Obratite pažnju na unutarnju promjenu koja prati otpuštanje negativnog osjećaja. Osjetite je na bilo koji način na koji se pojavljuje i budite je svjesni.
  9. Zahvalite svojem anđelu za pomoć i zahvalite Zemlji što je preuzela ovu energiju u svoje tijelo i biorazgradila je.
  10. Kad ste spremni, vratite pažnju na svoje srce i na popisu pogledajte slijedeće što ste spremni otpustiti.

Ponovite korake od 1-9. Nastavite dok ne završite sa svime s popisa.

Kad ste završili sa svojim OTPUSTITI popisom, nekoliko minuta posvetite promjenama koje osjećate na fizičkom, mentalnom i emocionalnom polju. Neki ljudi osjećaju blagu vrtoglavicu ili ošamućenost. Drugi se osjećaju stabilnije i povezanije sa Zemljom. Prihvatite sve što osjećate i odajte si priznanje što ste obavili unutarnje čišćenje. Ustanite i prošetajte.

Allan je odlučio otpustiti "zavist". Dok je njegov mlađi brat trebao upisati studij medicine, Allan se zaposlio kao električar da bi nakon očeve smrti mogao uzdržavati majku. Još uvijek je zavidao bratu. No trebali ste vidjeti njegovo lice poslije vježbe. Izgledao je deset godina mlađe, a grupi je povjerio da je shvatio da mu je zavist zbog onoga što nema priječila da bude zahvalan za ono što ima – za svoj život i svoju obitelj.

Carol se po završetku vježbe smijala. Jedna od stvari kojih se željela riješiti bila je "potreba za savršenstvom", njen perfekcionizam zbog kojeg je još od malih nogu imala potrebu sve učiniti kako treba. Čak je glačala odjeću svojih lutaka. Kao tinejdžerka, slagala je knjige po abecednom redu autora i svrstavala ih po temama.

Tijekom *Osnovne vježbe otpuštanja* nije je napuštao osjećaj da je radila krivo! Glasno je izdisala i puhala, sve jače i jače, nastojeći izbaciti

perfekcionizam iz svojeg tijela - bezuspješno. Pri trećem izdisaju

začula je unutarnji glas – “Ne moraš se tako silno truditi.” Lako je ispustila zrak i iz tijela niz korijenje u Zemlju odaslala svoju potrebu da bude “dobra mala djevojčica”. Počela je shvaćati, sa svojih dvadeset i šest godina, da se nikome ne treba dokazivati da bi bila voljena i prihvaćena.

Ali Kevinovo je iskustvo ushitilo čitavu grupu. Ispričao nam je da ga je do vježbe otpuštanja mučila probadajuća glavobolja, a grlo mu je bilo toliko suho da nije mogao gutati. Ljutilo ga je što se osjeća tako jadno i što ne može doći u dodir sa svojom istinskom nježnom prirodom. Samo se želio riješiti svega što ga uznemirava.

Kad je u svoje srce smjestio “strah”, osjetio je ledenu hladnoću koja se na riječi “Nemaš se čega bojati!”, pretvorila u ugodnu toplinu. Nakon toga je iznenađujućom lakoćom uspio otpustiti strah i odaslati ga u Zemlju.

Kad je u svoje srce smjestio “osjećaj manje vrijednosti”, još je jednom osjetio hladnoću, a zatim toplinu. Ovaj put riječi su bile – “Ti jesi vrijedan.”

Svaki put kad bi u svoje srce postavio nešto s popisa, začuo bi riječi podrške i ohrabrenja, a potom bi osjetio toplinu, prvo u sebi, a zatim bi ga toplina okružila. Bez teškoća je otpustio sve s popisa, a kad je otvorio oči, s desne strane koljena ugledao je nježnu svjetlost veličine košarkaške lopte. Ovog se puta nije uplašio. Promatrao je kako raste, ispunjavajući njegovo vidno polje. Kad bi malo stisnuo vjeđe, ispričao nam je, vidio bi par velikih zlatnih krila. Kad je grupa počela pričati vizija je polako nestala, a kad je Kevin opisao što je vidio – svi su utihnuli. I u toj smo tišini svi u prostoriji osjetili prisustvo anđela.

Kevin je uvjeren da mu se obratio njegov anđeo. Carol nije sigurna da je glas koji joj je rekao da se ne mora toliko truditi bio anđeoski glas. Allanu je bilo svejedno. Bilo mu je važno što se osjećao mnogo bolje. Vaš se anđeo može pojaviti tijekom *Osnovne vježbe opuštanja*, ali ne brinite ako se ne pojavi. Većina polaznika naših radionica svoj prvi kontakt ostvari tek nakon što prijeđu sve korake *Uzemljavanja, Otpuštanja i Povezivanja*.

## • NASTAVAK •

U nekim ćete se trenucima svojeg napredovanja vratiti na Listu prljavog rublja, da biste vidjeli je li vrijeme za otpuštanje nekog od osjećaja s popisa ZADRŽATI. Možda ćete otkriti da se nakon što ste oljuštili staru naslagu, pojavio neki novi negativan osjećaj. Ako jest, stavite ga na listu.

I kad uspostavite kontakt sa svojim anđelom, još uvijek ćete prolaziti ove korake, započinjući s *Uzemljavanjem*, a nastavljajući s *Otpuštanjem*. Svaki put kad želite razgovarati sa svojim anđelom, zapitajte se prije svega stoji li vam na putu ikakva zapreka. Ne morate prolaziti cijelu listu, ali možda ćete na njoj naći nešto što treba otpustiti.

Čak i kad ste raščistili najveće probleme sa svojeg popisa, može se dogoditi da neki od njih ponovo iskrсне, ovaj put, možda, na neki novi način. Neka vas to ne obeshrabri. Vježbom se razvija iskusnost i što češće vježbate, to ćete lakše prepoznavati negativne osjećaje i stavove i lakše ćete ih se rješavati. Ako se cijeloga života osjećate manje vrijednima, nerealno je očekivati da ćete se iz prvog pokušaja sasvim riješiti tog osjećaja. Budite blagi prema sebi. Ne morate biti savršeni da biste razgovarali sa svojim anđelom. Samo trebate željeti otpustiti barem jednu molekulu blokade koju nosite, a njeno ispražnjeno mjesto bit će dovoljno veliko za ulazak anđela.

## • OPRAŠTANJE •

Opraštanje je izraz ljubavi i zasniva se na prihvaćanju. Prihvatiti nešto ne znači da vam se mora i svidjeti; znači da ste spremni pustiti da bude i nastaviti sa svojim životom.

Ako ne opraštate, zaustavljate svoj osobni napredak. Neopraštanje vas veže uz osobu ili situaciju kojoj niste oprostili jednako čvrsto kao da ste vezani lancima. Ne dozvoljava vam da živite sada, u ovom trenutku i vraća vas u nesretno, nezadovoljno stanje. Pritom je gore vama nego osobi kojoj niste oprostili, jer neopraštanje stvara loše osjećaje koje nosite sa sobom, bez obzira jeste li ih svjesni ili ne.

Dok govorimo o opraštanju drugima, upravo sebi trebamo najviše oprostiti i to stoga što ne živimo prema vlastitim idealima kakvi bismo

trebali biti. U tome je toliko bola, toliko samokažnjavanja. Kad bismo

imali razumijevanja za same sebe, shvatili bismo da u stvari nikome drugome nemamo što oprostiti. Prihvatili bismo svoju ljudsku dobronamjernost i iznašli načine da pohvalimo i slavimo, a ne da kritiziramo ili okrivljavamo. A kad jednom započnemo činiti tako, naše će se samoprihvatanje i samoopraštanje proširiti na druge.

Ključ opraštanja je otpuštanje. Da biste oprostili, trebate otpustiti povrijeđenost, razočaranje, ljutnju i želju za osvetom ili vraćanjem mjerom za mjeru. Prakticiranje *Osnovne vježbe otpuštanja* pomoći će vam razviti vještinu otpuštanja. Ne odustajte ako se to ne dogodi istog trena. Nastavite s vježbanjem otpuštanja.

Opraštanje je poput vode. Uvijek teče prema nižim mjestima, kroz sve pukotine koje može naći. U trenutku kad sebi dopustite nešto otpustiti, poteći će iscjeljujući protok opraštanja. Nakon što je proveo vježbu, Allan je osjetio ispiruću energiju opraštanja i sebi i svojem bratu. Taj je osjećaj dugo bio prisutan i postajao sve jačim, a nekoliko tjedana kasnije, Allan je prvi put nakon mnogo godina mogao nazvati brata.

### • MOĆ OPRAŠTANJA •

Timothy se sa snagom opraštanja susreo 1984., nakon osobito bolne i teške godine, na vrlo neobičan i uzbudljiv način.

“Prije dvije godine okončao sam svoju prvu knjigu i krenuo u potragu za izdavačem. Mojoj se poznanici, dobro poznatoj spisateljici sa Zapadne obale, ideja svidjela. Ohrabрила me da joj pošaljem rukopis i obećala da će ga preporučiti svojem izdavaču.

Prošla je čitava godina, a ona mi se nije javljala. Prvo sam bio zabrinut. Zatim sam postao razočaran. Na kraju sam bio toliko bijesan da se nisam mogao riješiti negativnih misli koje su vrvjele u mojem mozgu.

Vrijeme je prolazilo, a odgovora nije bilo. Osjećao sam se odbačenim i povrijeđenim, a usprkos tome što sam joj želio oprostiti i što sam redovito radio sa svojim anđelom da bih otpustio ljutnju, ljutnja se stalno vraćala.

Nekoliko mjeseci kasnije posjetio sam Englesku. Bila je Stara godina. Odlučio sam provesti noć sâm, u meditaciji, u kuli iz četrnaestog stoljeća, posvećenoj sv. Mihaelu, podignutoj na samom sljemenu

Glastonburyja. Kao dio svojeg duhovnog pročišćenja, zamolio sam



anđele da mi pomognu odrediti, oprostiti i otpustiti sve povrede ili nepravde koje još uvijek trpim.

Naravno, na površinu je isplivalo ime moje poznanice, a ja sam se tresao kao da sjedim na ledu. Razmotrio sam čitavu situaciju, još jednom osjetio užasan osjećaj srama i odbačenosti, a zatim sam zamolio svoje anđele da mi pomognu. Otpustio sam. I oprostio joj.

U zoru sam ukočenih nogu odglavinjao niz strminu, probijajući se između ovaca i u malom hotelu prespavao čitav dan.

Ta večer 1. siječnja 1984. bila je topla i ugodna. Ponovo sam se uspeo na brdo da bih promatrao ružičastocrveni zalazak sunca. Leđima naslonjen na stare kamene zidove kule, sklopio sam oči i meditirao.

Osjećao sam duboki mir i zadovoljstvo. U jednom sam trenutku osjetio nježan pomak moje kose, kao da ju je dirnuo vjetar. Zatim sam na ušima osjetio blagi pritisak. Udubljen u meditaciju, nisam otvarao oči. Odjednom je uslijedila prava eksplozija zvuka! Poput epifanije čuda, kroz moju je glavu grmjela Vangelisova glazba iz filma *Plamene kočije*, popraćena izvanrednim stihovima Williama Blakea – 'A jesu li te stope u drevna vremena...' Netko je na moje uši stavio slušalice.

Nekoliko minuta kasnije, kad je ta fantastična glazba došla do krešenda, otvorio sam oči. Ispred mene je, sa širokim osmijehom na licu, stajala moja poznanica, gotovo jedanaest tisuća kilometara od kuće, u stranoj zemlji i na vrhu tog malog i svetog brda.

Nisam je čuo dulje od godinu dana, ali u tom je trenutku zaista sve bilo oprošteno."

Tehnike otpuštanja pomoći će vam da iskusite i moć opraštanja. Ne žurite. Uzmite vremena koliko god vam je potrebno. Prepoznat ćete trenutak kad ćete se osjećati neopterećeno i kad ćete lakše prihvaćati i sebe i druge. Tada ćete biti spremni za slijedeće poglavlje, za *Povezivanje*.

# Povezivanje



Vjerojatno ste čuli staru uzrečicu: "Anđeli mogu letjeti jer si ne nameću suvišan teret". Kad ste naučili i uvježbali *Osnovnu vježbu otpuštanja*, i vi ste odbacili suvišnu prtljagu. Sve ste lakši i bliži vibraciji anđela. Uskladiti se s njihovom energijom posljednje je što morate učiniti prije nego započnete razgovore sa svojim anđelom. U ovom ćete poglavlju otkriti čitav niz divnih načina da to učinite.

Kad uskladite kotače automobila, vozilo se može kretati pravilno i omogućuje vam ugodnu vožnju. Kad svoju energiju uskladite i povežete s energijom svojeg anđela, dovodite se u međusobnu harmoniju i omogućeno vam je povezivanje bez teškoća.

Usklađivanje vas dovodi u otvorenije stanje, još uvijek usredotočeno, ali opuštenije. To je stanje opuštene spremnosti, slično stanju sportaša, trkača, plivača ili tenisača. Sportaš mora biti i spreman i opušten da bi dobro igrao. Napetost i krutost utječu na nastup. Isto vrijedi za razgovaranje s anđelima. Samo u opuštenom stanju možete uistinu

biti otvoreni njihovim glasovima.

## • DJEČJA SPONTANOST •

Mnogo nam je ljudi reklo da su kao djeca vjerovali da imaju anđela čuvara, ali da su kao odrasli taj osjećaj izgubili. Nikada ne možete biti preodrasli za svojeg anđela, bez obzira koliko vam je godina.

Mnogi su od nas u djetinjstvu imali zamišljene prijatelje. Moguće je da su neki od tih prijatelja i pratitelja, s kojima smo dijelili svoje najskrovitije tajne i najveće nade, bili anđeli. Da biste svoju energiju povezali s energijom anđela, bilo bi od pomoći kad biste se prisjetili spontanog, sveobuhvatnog, Boga svjesnog djeteta u sebi. Ono je ispunjeno čuđenjem i oduševljenjem, a svoje anđele dočekuje prirodno, bez napora. Ovo dijete nije ranjeno, a nikad nije ni bilo. Ono je bezopasno i neustrašivo – najčišći je destilat same suštine vaše duše.

Napravili ste domaći uradak – *Uzemljavanje i Otpuštanje*. Sada je vrijeme za malo zabave. Na trenutak zatvorite oči i osjetite onaj dio sebe koji nikada nije prestao vjerovati u anđele. Pozovite taj dio sebe i poigrajte se u ovoj velikoj pustolovini.



## • RAZVIJANJE OSJETILA •

Budući da anđeli žive u stanju razvijene svjesnosti, jedan od najboljih načina da se povežemo s njima je razvijanje naših osjetila. Bez prestanka smo bombardirani podražajima izvanjskog svijeta, pa bi se mogao dobiti dojam da stalno koristimo sva svoja osjetila. Ali istina je upravo suprotno. Da bismo se uspjeli nositi s nevjerojatnom količinom događanja, prisiljeni smo zatvoriti se i odabrati što želimo iskusiti, a što ne. Kad bismo prihvaćali sve čemu smo izloženi, vjerojatno bismo prepukli. Upravo stoga mnogi ljudi žive u stanju polusvjesnosti. Takvo bismo stanje mogli usporediti s jedenjem kad ste prehladjeni, a nos vam je začepljen. Ne možete osjetiti pravi okus hrane i velik je dio užitka izgubljen.

Potpunija osjetilna svjesnost unijet će zadovoljstvo u sve što radite, a vrlo je jednostavno i zabavno razviti je. Sljedeći put kad ćete slušati glazbu, otvorite se mogućnosti da je gledate, osjećate, možda čak i okusite. Neka to bude glazba koju rado slušate, bez obzira je li to rock ili Bach. Pojačajte onoliko koliko susjedi mogu otrpjeti i lezite na pod. Osjetite vibracije u svojem tijelu. Zatvorite oči i promatrajte boje ili slike koje će se pojaviti. Različiti dijelovi glazbe imat će različite oblike ili će u vama izazvati različite osjećaje. Prepustite se, znajući da vaša svjesnost i osjetilnost rastu. A ako pretpostavimo da glazbu možete okusiti, hoće li imati okus sladoleda, hamburgera ili zelene salate?

Sljedeći put pogledajte na nešto lijepo, na sliku ili na sjajan novi automobil, i otvorite se mogućnosti da čujete zvuk onoga što promatrate, da osjećate ugodan miris, da osjetite kakvog je okusa. Ako ono što gledate možete pretvoriti u okus, hoće li biti slatko ili gorko, slano ili ljuto? Ako možete dotaknuti, je li glatko ili hrapavo, svilenkasto ili grubo? Kako miriše? Dopustite tim zvukovima, slikama, aromama, okusima i doživljajima da vas ponesu u drugačiju stvarnost, u sanjarene povezivanja i novog razumijevanja.

Sljedeći put kad ćete nešto jesti, zatvorite oči i duboko povucite miris. Na što vas podsjeća? Je li oštar ili blag, snažan ili ugodan? Kad to jelo stavite u usta, osjetite njenu teksturu i okus. Bez obzira koje boje je jelo, kojom biste bojom opisali njegov okus? A kad ga jedete, kakvog je

je zvuka? Hrskav? Mljackav?



Osjetilo njuha najjače izaziva sjećanja. Miris vas istoga trena može povesti u prijašnji doživljaj ili osjećaj. Zatvorite oči kad ćete sljedeći put nešto namirisati. Udahnite otvorenih ustiju, pa ćete možda čak osjetiti njegov okus. Kad udišete miris, možete li osjetiti njegovu strukturu? Kakve bi boje bio? Da je glazba, kako bi zvučao?

Da biste pojačali osjetilo opipa, zatvorenih očiju protrljajte komadom svile po unutarnjoj strani svoje podlaktice. Zatim protrljajte svilom svoje čelo, iznad Trećeg oka. Osjećate li na različitim mjestima dodir na drugačiji način? Iskušavajte s drugim materijalima, s vunom, aluminijskom folijom, s komadićem voća ili s laticom cvijeta. Skupljajte dojmove. Kakvi zvuci odgovaraju određenoj strukturi? Koja boja, kakav oblik? Koji miris? Kakav okus?

Istražite načine na koje možete razviti svojih pet osjetila, jer ste na samom pragu da upoznate šesto! Putujući sa svojim spontanom djetetom, otkrivat ćete svijet s oduševljenjem, čuđenjem, i uvažavanjem. A upravo su to uvjeti koji ohrabruju anđeoski susret. Razigrano razvijanje osjetila pomoći će razvoju sposobnosti za povezivanje s energijom anđela.

### • KAKO SE KORISTITI OVIM POGLAVLJEM •

U svim drugim poglavljima koji vas vode kroz *Milost*, važno je ići korak po korak i započeti s drugom vježbom tek nakon što ste usvojili prethodnu. No, u ovom vam poglavlju nudimo šest vježbi, koje možete odabirati po vlastitom nahođenju, a svaka će vas s anđelima usklađivati na svoj način.

Polako ih i pažljivo pročitajte, te odaberite one koje vas najjače privlače. Snimite vježbe koje ste odabrali i prakticirajte. Otkrijte koja vam najviše odgovara i koristite se njome kad god osjetite potrebu za povezivanjem.

### • SLUŠAJTE I OSLUŠKUJTE •

Da biste čuli glas anđela, morate biti spremni slušati. Slijedeća vježba će vam pomoći razviti slušanje i povećati vašu sposobnost da čujete nečujno, čime upravlja grlena čakra, energetski centar za komunikaciju.

očima može vidjeti, tako postoji i sposobnost da čujete ono što dolazi izvan naše normalne granice čujnosti. Ni u jednoj od ovih sposobnosti nema ničega tajnovitog, misterioznog. One su jednostavno prirodno širenje raspona frekvencije naših osjetila.

Prije nego što krenete na bilo koju od ovih vježbi, uvijek se sjetite prije svega napraviti *Osnovnu meditaciju uzemljavanja*, a zatim razmislite trebate li štogod otpustiti. Ako je odgovor potvrđan, uzmite malo vremena i napravite *Osnovnu vježbu otpuštanja*.



### Vježba br. 7

### RAZVIJANJE SLUŠANJA

Ovu je vježbu najbolje raditi u sjedećem položaju, nakon što ste završili *Osnovnu meditaciju uzemljavanja* i *Osnovnu vježbu otpuštanja*. Potrebna vam je snimka vaše omiljene glazbe, bilježnica i olovka. Vježbu možete snimiti i slušati je odmah nakon što završi glazba. Ako snimate, riječi izgovarajte polako, s dugim stankama između svakog koraka.

Pustite glazbu i pojačajte toliko da zvuk u prostoru odzvanja i potpuno vas okružuje. Osjetite glazbu u svojem tijelu i prepustite se osjećaju sreće i dobrog raspoloženja koje ona u vama izaziva.

Dok uživate u glazbi, zamislite svojeg anđela kako pleše. Zadržite sliku anđela koji pleše dok glazba ne završi.

Isključite svaki mehanički zvuk u prostoru, sat, ventilator ili klima-uređaj. Zatim nastavite s vježbom.

1. Sjednite, zatvorite oči i oslušajte tišinu. Što čujete? Slušajte zvukove koji dolaze izvana – s ulice ili od susjeda. Stopite se s najudaljenijim zvukom; stopite se sa zvukom najbližim vama. Osjetite ih u svojem tijelu.
2. Neka su vaše oči i nadalje zatvorene. Nakon slušanja izvanjskih zvukova, udite u njih. Oslušajte tišinu između zvukova, između tonova, između svojih ušiju. U prostoru između vaših ušiju i grla je zvuk vašeg anđela, glas vašeg čuvara i prijatelja.
3. Budite tihi i nastavite slušati, zatvorenih očiju. Zamislite

svojeg anđela kako sjedi ili stoji uz vas. Možda nećete čuti riječi, ali ako

čuti riječi, ali ako se to ipak dogodi, posegnite za svojom bilježnicom i zapišite ih. Ako nećete čuti riječi, možda ćete vidjeti boje ili nerazumljive linije. Dopustite svojoj mašti da ih prevede u zvukove koje ćete čuti svojim umom.

4. Kad osjetite da su zvukovi i tišina postali dio vas, nježno i polako otvorite oči.

Moguće je da vam se tijekom ove vježbe približi vaš anđeo. Upravo se tijekom vježbe povezivanja prvi put pojavio anđeo naše Deborah i savjetovao joj da svoje srce otvori zvucima tišine. Da je anđeo uz vas, znat ćete po poruci koju ćete dobiti, kroz osjećaje ili slike, možda čak kroz riječi. Ali ako i ne dobijete poruku, vježba će vas povesti u novo, prihvaćajuće slušanje. Veći smo dio vremena toliko zauzeti govorenjem ili ubrzanim razmišljanjem što ćemo slijedeće reći, da si ne ostavljamo vremena za uživanje u tišini ili za slušanje različitih zvukova kojima je ta tišina ispunjena. A upravo nam se u tišini obraćaju anđeli

Alex radi u kazalištu, iza scene. Osjećao se zarobljen svojim poslom, pa kad mu je prijateljica Carol pričala o anđeoskoj radionici, zainteresirao se i došao k nama. Rekao nam je da mu je od svih vježbi povezivanja najdraža upravo ova.

“Kad ste pustili onu klasičnu glazbu, nisam vidio nikakvog anđela. Ali onda ste nam rekli da slušamo zvukove unutar svojeg tijela. Mogao sam čuti otkucaje svojeg srca, svoje disanje, kruljenje u želucu, a k tome i sve ostale zvukove iz sobe, promet na ulici. Osjećao sam se kao balon koji je netko tako jako napuhao da su se svi zvukovi svijeta događali u meni.”

Objasnili smo Alexu da svatko od nas vježbu usklađivanja doživljava na drugačiji način. Njegov osjećaj širenja je bio njegov način da dođe u dublju rezonancu s tišinom u kojoj govore anđeli.

Slijedeća vježba vrlo je jednostavna, ali istovremeno i vrlo važna.



## Vježba br. 8

### CENTRIRAJUĆA MEDITACIJA

Velik dio vremena provodimo u svojim mislima, u svojoj glavi. Ovom ćete meditacijom svoju svijest usmjeriti u svoje srce, u središte svojeg tijela, upravo na mjesto na kojem će vas dočekati vaš anđeo. Potrebno vam je samo mjesto na kojem možete biti u tišini i neometani. Nekoliko puta pročitajte sve korake prije nego što počnete ili ih, ako želite, snimate. Ako ih snimate, između svakog koraka ostavite stanku od minute ili dvije.

1. Zatvorite oči. Osjetite svoje disanje kako se uspinje i spušta kroz tijelo. Mislite o tome kako disanjem udišete dah Boga.
2. Položite ruke na srce. Osjetite njegove otkucaje, njegovu životnu snagu. Osjetite kako šalje krv u svaki dio vašeg tijela.
3. Zadržite pažnju na svojem srcu i njegovim otkucajima. Ako vaš um odluta, vratite ga svojem srcu, središtu vaše osjećajne prirode.
4. Zamislite svjetlo ili plamen u središtu svojeg srca. To je božanska iskra u vama. To je osnova onoga tko uistinu jeste. Povežite se s tom iskrom i osjetite što vam ona znači.
5. Duboko ispustite zrak. Kad ste spremni, otvorite oči.

Ellis, srednjoškolski profesor kemije, u početku je osjećao otpor prema ovoj meditaciji. Nedavno se razveo od supruge. Upravo se preselio u svoj stan. Želio je naći dovoljno vremena za svoju djecu i očajnički nastojao sve konce držati u rukama. Vježbe otpuštanja dovele su na površinu mnogo dubokog bola i još uvijek ga je osjećao.

“Došao sam da bih razgovarao sa svojim anđelima, a ne da bih raskapao svoje smeće”, žalio se. Zamolili smo ga da to za sada stavi na stranu i da prođe kroz *Centrirajuću meditaciju*. Poslije svega nam je zahvalio riječima:

“Kad sam započeo s meditacijom, osjećao sam se prilično rastrojenim. Ali kad sam položio ruke na srce, u samom središtu svojih grudi mogao vidjeti plamen. Tada sam nešto doživio. Već tjednima

ludački jurim uokolo, a sada sam po prvi put otkad sam se preselio



osjetio smirenost. Umom i tijelom sam konačno na jednom mjestu i ponovo mogu osjetiti svoje srce.”

Ova vježba može imati isti utjecaj i na vaš život. A možete je izvoditi u bilo kojem dijelu dana, kad osjetite da niste centrirani. Za nju vam je dovoljna i minuta, pa je možete obaviti za radnim stolom ili u automobilu, dok čekate da se upali zeleno svjetlo na semaforu. Naši su životi toliko složeniji od života naših djedova. Dobrodošao nam je bilo kakav alat koji će nam pomoći da ostanemo centrirani.

Kad mislimo o anđelima, često ih zamišljamo u nebeskim zborovima, kao anđele s harfama i trubama. Kad se povežemo i uskladimo sa svojim prijateljima, otvaramo se divnoj glazbi, koju čujemo onoliko koliko je osjećamo. Vježba koja slijedi zamišljena je da vam pomogne, kako bi rekle riječi molitve, “radosno klicati pred Gospodinom”.



### Vježba br. 9

## OTVARANJE GRLENE ČAKRE VOKALIZIRANJEM

Da biste se povezali sa svojim anđelom dobro će vam poslužiti ova vježba, kojom ćete potaknuti grlo i uši. Pripremit će vas za razgovor s anđelom. Možete se poslužiti pjesmom, himnom ili molitvom, uz uvjet da to činite srcem. Ideja je da se otvorite glasom, da opustite svoje glasnice, da se oslobodite. Jednostavan i uspješan način je vježbanje glasnog izgovaranja samoglasnika, a za ovu vam vježbu nije potrebno ništa osim ugodnog mjesta na kojem ćete sjesti, osim ako prvo želite snimiti vježbu.

1. Počnite sa samoglasnikom *A*, izgovarajući ga *ah*. Prvo ispustite glas otvorenih, a zatim zatvorenih očiju. Obratite pažnju je li u vašem licu, čeljusti ili grlu kakva napetost. Ako jest, pomaknite čeljust s lijeva na desno nekoliko puta. Zatim opet ponovite glas *ah*, ovaj put glasnije, prvo otvorenih, a zatim zatvorenih očiju.
2. Izgovorite glas *E*, prvo otvorenih, a zatim zatvorenih očiju. Još jednom ocijenite postoji li ikakva napetost u tijelu, a zatim razmislite ima li razlike kad su vaše oči otvorene odnosno zatvorene. Ponovite glas *E* na oba načina, ovaj put

glasnije.

3. Ponovite iste korake s glasom *I*.
4. Zatim s glasom *O*.
5. Sada radite s glasom *U*. Prvo ga izgovorite *ouh*, a zatim kao ju.
6. Kad ste prošli sve samoglasnike, izgovarajte polako zvukove – *au, ou, um*. Ponavljajte ova tri glasa dok se ne počnu stapati i tada će vaš glas tvoriti zvuk *om*. To možete činiti otvorenih ili zatvorenih očiju. Osjetite kako zvuk vibrira u vašem grlu. Promotrite u kojim još dijelovima tijela osjećate te zvukove. Osjećate li rezonancu u svojem trećem oku, u području timusa ili srca?
7. Sada ispustite bilo koje zvukove koje želite. Neka pročiste vaše grlo, neka se podižu i spuštaju kako žele.
8. Nastavite se glasati dok vam cijelo tijelo ne počne mrmoriti. Ako ovo radite otvorenih očiju, zatvorite ih kad završite. Ako su zatvorene, po svršetku ih otvorite. Nakon što ste završili, ostanite u miru nekoliko minuta, jednostavno osjećajući svoje tijelo.

Kako se osjeća vaše tijelo po završetku ove vježbe? Jesu li zvukovi u sobi drugačiji nego prije? Ovu vježbu možete provesti i tako da pjevate svoje ime. Iskušajte razne načine pjevanja, visoko i nisko, polako i brzo, glasno i nježno. Pjevajte dok vam uši ne počnu zvoniti!

Peter je mrzio ovu vježbu. Snažan je i tih muškarac koji ne govori mnogo, ali kad progovori, njegove jetke opaske svakoga stignu. S druge strane, Nora ju je voljela. Nije željela stati s toniranjem i rekla nam je da osjeća kako joj cijelo tijelo vibrira sa zvukovima. A Bruce, glazbenik u rokerskoj grupi, se nasmijao i rekao da se osjeća kao dobro ugođena gitara. Njemu je usklađivanje bilo sasvim jasno.



### Vježba br. 10

#### POZIVANJE ANĐELA

Ovaj jednostavan pjev je drugi način uporabe zvukova da bi se tijelo uskladilo s anđelima. Sastoji se od samo četiri riječi, od kojih se prve tri ponavljaju tri puta, a četvrtom završavate. Pjesmu možete ponavljati koliko god puta želite. Svaka se riječ pjeva u istom tonu. Anđeli su nam je dali u visokom C, no vi je možete pjevati u tonu koji odgovara vama.

Riječi su:

*Eee Nu Rah*

*Eee Nu Rah*

*Eee Nu Rah*

*Zay*

Svaka riječ ima svoje značenje. *Eee* znači "sve što jesam a nije fizičko, moj um i moje emocije".

*Nu* je u prijevodu "moje fizičko tijelo", a *Rah* - "moja duša". *Zay* znači "u druženju s anđelima". Riječi pjesme bismo mogli prevesti: "Donosim cijelog sebe, svoj um, emocije, tijelo i dušu u druženje s anđelima". To je brz i jednostavan način za pozivanje anđela, poziv kojim govorimo - "Anđeli, ovdje sam, spreman da budem s vama". Jednostavno. Učinkovito. Spremni za druženje.

Kad je prvi put došla na radionicu, Connie je odabrala upravo ovu vježbu. Za njezin se glas ne može reći da je lijep, ali je čist i snažan i odzvanjao je cijelim prostorom. Kasnije je spomenula da je kao dijete s obitelji odlazila u crkvu u kojoj su se mise pjevale. Zvuci ove pjesme vratili su je u sretne dane djetinjstva, kad je znala da anđeli postoje.

#### • USKLAĐIVANJE S ANĐEOSKOM FREKVENCIJOM •

Kad na radiju želite naći drugu stanicu, okrećete dugme tražeći frekvenciju. Kad želite promijeniti program na televizoru, pritisnete tipku na daljinskom upravljaču. Kad želite promijeniti razinu svjesnosti, morate poduzeti nešto što će vas dovesti do drugog stanja svijesti. Da bi to postigli, neki se ljudi služe alkoholom ili drogom. Na konferenciji o anđelima, održanoj u zimi 1989. u Dallasu, cijenjeni psihoterapeut dr. Tom Moore iznio je mišljenje da problemi s drogom možda ukazuju na želju za postizanjem višeg stanja svijesti da bi se otvorilo anđeoskom redu. Ali, kemijskim sredstvima promijenjenom sviješću ne može se postići fino usklađenje. Tada su na potezu kemijska sredstva, a ne viš! Slijedeću su nam vizualizaciju dali anđeli da bismo vam pomogli postići promijenjeno stanje svijesti bez gubljenja kontrole i bez gubljenja vlastite svjesnosti.



**Vježba br. 11**  
**VIZUALIZIRANJE**  
**ENERGETSKOG**  
**USKLAĐIVANJA**

Ova je vizualizacija usmjerena na fizičko tijelo. Svaki je korak u vježbi zamišljen da bi povisio vašu osobnu vibraciju, tako da se postupno možete uskladiti s frekvencijom anđela. U početku će vam možda trebati više vremena da biste u sebi osjetili promjene, no nakon što ćete neko vrijeme vježbati ovu vizualizaciju, moći ćete sve tri razine napraviti u tri duboka udaha.

1. Udobno sjednite na stolac, sa stopalima ravno položenim na pod.
2. Ruku kojom pišete položite na rame druge ruke.
3. Drugu ruku stavite na suprotno rame.
4. Zatvorite oči i usredotočite se na disanje. Osjetite kako se pri udisanju i izdisanju vaš abdomen diže i spušta.
5. Kad osjetite da je vaše disanje ravnomjerno, vizualizirajte kuglu bakrene boje veličine grejpa, kako lebdi dvadesetak centimetara iznad vaše glave.
6. Pogledajte kako to svjetlo boje bakra sjaji i osjetite njegovu toplinu. Osjetite kako iz te kugle na vašu glavu teče čisto, bakreno crveno tekuće svjetlo. Kad udišete, to svjetlo utiče u vaš mozak. Neka ispuni vašu glavu, vrat, srce, neka sa svakim udahom teče kroz vaše tijelo dok ne doteče do dna kralježnice. Osjetite kako vas ispunjava energija tog bakrenastog vodopada. Provedite neko vrijeme u svjetlu.
7. Kad ste spremni, na mjestu bakrene kugle vizualizirajte divnu srebrnu kuglu svjetla. Iz nje niz vas počinje teći hladan tekući srebrni vodopad svjetla. Udišite srebrno svjetlo od vrha glave do baze vaše kralježnice. Neka ovo srebrno svjetlo svijetli unutar vašeg tijela. Osjetite kako je ovo svjetlo drugačije, više frekvencije od bakrenastog. Provedite malo vremena sa srebrnim svjetlom, slijedite ga kroz tijelo, osjetite kako se povezuje s vašim fizičkim tijelom.
8. Kad ste spremni, na mjestu na kojem je bila srebrna kugla

Sada osjetite zlatnu kuglu svjetla. Sjajna je i svjetlucava, topla



i prelijepa. Još jednom kroz vas teče svjetlost, ovaj put zlatna. Kad udišete, zamislite da svjetlo ulazi kroz vrh vaše glave i teče sve do dna vaše kralježnice.

9. Osjetite kako u vama svijetli ovo zlatno svjetlo. Opazite kako je frekvencija zlatnog svjetla viša od frekvencije srebrnog i kako je frekvencija srebrnog bila viša od frekvencije bakrenog. Ovo zlatno svjetlo je frekvencija anđela. Udahnite ga u sve svoje čakre, u svaki dio svojeg fizičkog tijela.
10. Ostanite pod utiskom zlatnog svjetla i pažljivo promatrajte svoje tijelo. Obratite pažnju na svaku izmjenu ili promjenu. Osluhnite zvukove oko sebe. Budite u zlatnom svjetlu. Neka pleše u vama, s vama, kroz vas.
11. Zatim kad ste spremni, polako, vrlo polako otvorite svoje oči. Duboko udahnite i polako ispustite zrak. Pogledajte oko sebe. Vidjet ćete svijet očima anđela.
12. Kad istražite sobu svim svojim osjetilima, polako se vraćajte unatrag, zamjenjujući zlatno svjetlo srebrnim, a zatim srebrno svjetlo zamijenite bakrenim. Sada ste ponovo u svojem normalnom stanju svijesti.

Ako ste odlučili da vježba br. 11 bude vaša vježba usklađivanja kad dođete do 7. poglavlja – *Razgovora*, snimite samo korake od 1-11.

Bit će vam ugodnije razgovarati sa svojim anđelom dok ste još ispunjeni zlatnim svjetlom nego kad ste u svojem uobičajenom stanju svijesti.

Možda ćete, kao i Anthony, otkriti da “soba izgleda drugačije, da su zvukovi viši, a boje oštrije”. Ili će, možda, sve djelovati blaže i mekše nego inače. Paula je rekla da osjeća kao da može vidjeti kroz predmete, da joj djeluju gotovo prozirnima.

Svaki vas od koraka u ovoj vježbi pomiče na drugačiju razinu opažaja. Kad se zamišljate u svjetlu boje bakra, u rezonanci ste sa Zemljom i duhovima prirode. Kad ste u srebrnom svjetlu, povezujete se s mentalnim svijetom vodiča i vanzemaljskih bića. Promjena u zlatno svjetlo podiže vas na duhovnu frekvenciju anđela. Ova izmjenjivanja povećavaju vašu sposobnost da širite osjetilnu svjesnost. Kad god se želite povezati sa svojim anđelom, sve što trebate učiniti je proći svojim

Disanjem kroz bakar, iz bakra u srebro, a iz srebra u zlato.

Nakon što je prvi put prošao kroz ovu vježbu, Allan se ogledao po sobi i rekao da mu se čini kao da je prvi put vidi, iako je u njoj proveo nekoliko sati. S obzirom na njegovo električarsko iskustvo, vježba mu je bila vrlo prihvatljiva i sasvim jasna. Bakar je izvrstan vodič na fizičkom planu, rekao je, pa je sasvim logično da je zlato izvrstan vodič na duhovnom planu.

### • KRILA ANĐELA •

Tko od nas ne bi volio da može letjeti? Mnogo prije nego što je Leonardo da Vinci napravio crteže različitih letjelica, stari su Grci pričali priču o Dedalu koji je napravio krila sebi i svojem sinu Ikaru, da bi mogli odletjeti s otoka na kojem su bili utamničeni. Krila su bila od perja povezanog voskom. Usprkos očevom upozorenju, Ikar je poletio preblizu Suncu i njegova su se krila rastopila, a Dedal je slomljenog srca mogao samo gledati kako njegov sin pada u more i utapa se.

No pretpostavimo da vi imate krila koja se ne mogu rastopiti. Kao što su čakre na finijoj razini od našeg fizičkog tijela, unutar nas postoje energetske točke i vlakna koja su još finija. Zamislite na trenutak da su sa svake strane vaše kralježnice parovi zlatnih sjemenki, koje će se, kad obratite na njih svoju pažnju, probuditi i otvoriti. Iz njih će izaći tanke zlatne niti i raširiti se preko vaših leđa. To su vaše "zlatne niti". Kad su sasvim otvorene, bit će poput antena koje vam pomažu da se povežete sa svojim anđelom.

Dok mi imamo jedan set ovih niti, anđeli ih imaju mnogo. Sljedeća će vam vježba pokazati kako da otvorite zlatne niti svojih krila i probuditi u vama vaš anđeoski dio.

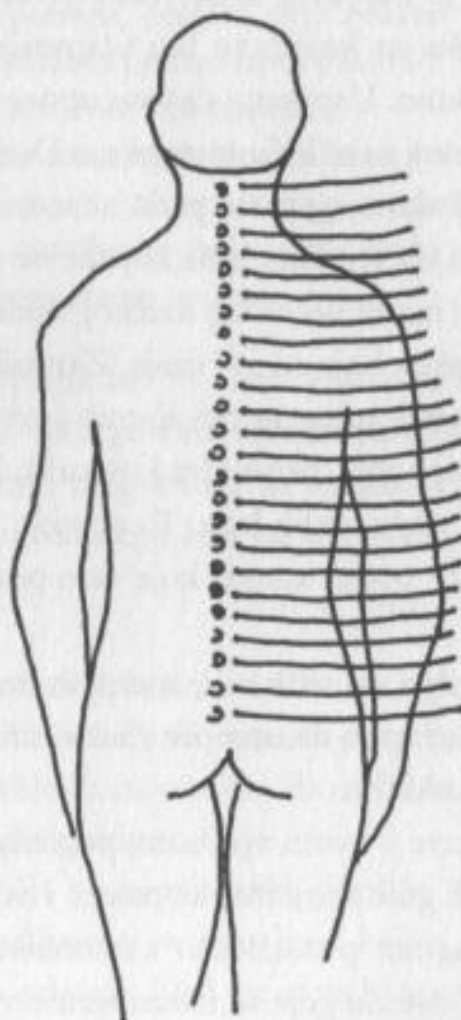
Prije nego započnete s ovom vježbom, pogledajte dijagram krila na str. 146, da biste znali gdje se sjemenke nalaze i odakle izlaze niti vaših krila. Neka vam dijagram posluži kao anatomska karta vašeg finijeg tijela. Kad ćete imati osjećaj gdje se nalazi sjeme vaših krila, prepustite se *Osnovnoj meditaciji uzemljavanja* (str.111), a zatim naučite kako – letjeti!



## Vježba br. 12

### OTVARANJE KRILA

Sjednite tiho na pod ili na stolac, s dovoljno prostora ispred sebe. Nekima je lakše ovu vježbu raditi stojeći. Ako želite, snimite vježbu.



Niti krila

Lijevo: početak otvaranja  
Desno: protezanje niti

## PROCES MILOST

1. Zatvorite oči i uzemljite se. Osjetite kako korijenje izrasta iz dna vaše kralježnice i prodire duboko u Zemlju. Osjetite kako niti iz vaše krunske čakre rastu prema nebu.
2. Povežite se sa svojim čakrama, osjećajući svaku od njih, od korijenske do krunske.
3. Sada pažnju usmjerite na kralježnicu. Osjetite svaki od svojih kralježaka.
4. Položite ruke sa svake strane uz svoju kralježnicu, počevši od vrata. Polako, dosežući sva mjesta koja možete, masirajte svoja leđa sa svake strane kralježnice, krećući se od vrata prema repnom kralješku. Osjetite prostor između svakog kralješka. Ako neke dijelove ne možete doseći, očesite se leđima uza zid poput psa ili mačke, da biste ih osjetili.
5. Zatim usmjerite svoja osjetila prema unutra i vizualizirajte parove zlatnih sjemenki sa svake strane vaše kralježnice, odozgo prema dolje, odmah ispod kože.
6. Započevši na vrhu kralježnice, zamislite prvi par zlatnog sjemenja kako počinje svijetliti i otvarati se. Osjetite ili promatrajte kako nježni izdanci zlatnih niti niču iz sjemenki, upravo kao što bi nicale iz biljke.
7. Pomičite se niz kralježnicu, kralježak po kralježak, osjećajući kako se otvara svaki par zlatnih sjemenki i kako iz njih niču zlatne niti.
8. Još jednom prođite gore-dolje po svojoj kralježnici, vizualizirajući sada sve ove niti koje rastu i postaju dulje i snažnije. Protežu se vodoravno od vaše kralježnice, postajući sve duljima. Sada su već široke kao vaša leđa, a još uvijek rastu.
9. U svojoj mašti ispružite niti svojih krila dok ne dosegnu širinu od osamdesetak centimetara. Protresite ih, zalepršajte svojim krilima, podignite ih prema stropu i spustite prema podu.
10. Igrajte se sa svojim krilima. Lepećite njima. Podignite svoje lijevo krilo prema stropu, a desno spustite prema podu. Sad obratno. Ispružite ih iza sebe. Zakrilite njima prema naprijed i ispružite ih ispred sebe, zakrenite ih gore i dolje.
11. Ove zlatne niti su vaša krila – vaše antene u andeoski svijet. Zamislite zlatnu energiju ispunjenu ljubavlju iz andeoskog svijeta kako ulazi u vrške svake niti. Osjetite istu brižnu energiju kako iz vršaka vaših krila teče u svijet. Nastavite se igrati svojim krilima. Lepršajte. Naviknite se na

njih.



Kad je Deborah rastvorila svoja krila, ponovo joj se obratio njezin anđeo: "Podigni se poput ptice koja uzlijeće, raširi svoja krila i leti bez straha." Poruka je za Deborah bila dvojakog značaja. Razmišljala je o odlasku iz New Yorka, ali pribojavala se jer nije imala pojma kamo bi krenula. Nekoliko mjeseci kasnije stiglo je njeno pismo. Jednostavno se spakirala i vozila (ne letjela!) na zapad. Kad je stigla u Santa Fe, napisala je, znala je da je našla svoj novi dom.

Vicky se već pri prvom pokušaju veselo nasmijala – "Oduvijek sam znala da imam krila!" Ovako reagiraju mnogi. U početku vam može izgledati neobično, ali kad se jednom naviknete na njih, a jednom zasigurno hoćete, uživat ćete otvarati ih i na javnim mjestima. Pogledajte što se događa kad ih rastvorite u prepunom liftu ili autobusu. Jake nam je ispričao da je neke večeri bio u dobro posjećenom restoranu i koliko god se trudio, nikako nije mogao skrenuti pažnju konobarice. Dok je čekao, iz šale je raširio krila. Konobarica se za nekoliko trenutaka našla uz njega. Naručio je dvostruku porciju kad je na pločici pročitao kako se zove. Njezino ime bilo je Angela.

Kad se prestanete koristiti svojim krilima, bilo bi dobro da ih uvučete natrag u svoje tijelo, da se niti ne bi zapetljale ili zamrsile. Ako se to ipak dogodi, vizualizirajte svojeg anđela kako stoji iza vas i velikim zlatnim češljem raščešljava vaša krila.

Josephov anđeo niti češlja svojim krilima. Barbara ih čisti i češlja pod tušem.

Svojim krilima na vrlo jednostavan način možete energizirati same sebe. Privucite ih ispred sebe i vršcima jednog krila dodirujte vrške drugog. Krila će oko vas stvoriti stožac zlatnog svjetla, a tu svjetlost možete upijati u svoje tijelo. Osjetite kako svjetlo ulazi u vas, kako ispunjava vaše čakre i sve druge dijelove vašeg fizičkog tijela.

Kad otvorite krila, širite energiju punu ljubavi, ne samo iz krila već iz samog srca. Kad god ih raširite, bez obzira sjedite li u autobusu ili stojite u redu, vi u svijet oko sebe emitirate ljubav, doprinoseći podizanju duhovne atmosfere.

## • VJEŽBANJE OSJETILA •

Svaka od ovih vježbi omogućit će vam usklađenje na drugi način. Nekima više odgovaraju vježbe u kojima se koristi zvuk, drugima su prihvatljivije vizualizacije, a neki najbolje reagiraju na procese koji uključuju fizičko tijelo. Tehnike koje odaberete otkrit će vam nešto i o vama samima.

Rad na osjetilu sluha odgovara ljudima koji su auditivno prijemljivi, koji na taj način lako primaju informacije. *Vokaliziranju* su otvoreniji ljudi koji su skloni govorenju, kao u vježbi Pozivanje anđela. Ako volite vizualizaciju energetskog usklađivanja, vjerojatno ste vizualan tip, osoba koja informacije prima vidom, a lako vam je živo zamisliti određene slike. Ukoliko je vaša omiljena vježba usklađivanja centriranje ili otvaranje krila, tada ste tjelesni tip, sklon dodiru i osjetilu opipa.

Razvijanje osjetila nalik je vježbanju u teretani. Ako radite na samo jednoj stvari, razvit ćete samo jednu grupu mišića. Kad proradite cijeli proces *Milost*, vratite se na ovo poglavlje i proradite preostale vježbe, da biste razvili i svoja druga osjetila.

Kad primijetite promjenu svoje svjesnosti i kad se uskladite s jednom od ovih vježbi, tada ste spremni za druženje i razgovor sa svojim anđelom.

# Druženje



**P**olaznici naših radionica zadivljeni su kako je lako razgovarati s anđelima. Da biste razgovarali s njima, ne morate dvadeset godina meditirati na vrhu brda. Dovoljno je otvoreno srce, a do toga vas dovode vježbe uzemljavanja, otpuštanja i povezivanja, koje vam pomažu da postanete prijemljivijima i da prihvaćate, da doživite osjećaje suosjećanja, nježnosti, dubokog razumijevanja i radosti. To je razlog zašto je važno proći sve korake redom, bez preskakanja.

Andeli nas povezuju s najvišim izvorom spoznaje, s Višim Sebstvom, aspektom Božje svijesti u nama. Ono je puno ljubavi ali neutralno, strasno ali bez sentimentalnosti. Postoji u svakome, iako većina nas ne može na dulje vrijeme održati stanje Božje svjesnosti. No, hvala nebesima, mnogi od nas imaju povremene bljeskove, dovoljno da nam daju do znanja da su dio nas. A rad s anđelima pomaže nam dovesti Više Sebstvo na površinu.

Jedno od učenja smatra da je naš anđeo u stvari naše Više Sebstvo, koje se odvojilo od nas kad smo postali čovjekom. S tog stajališta,

susret s anđelom predstavlja povezivanje s drugim dijelom sebe. Mnogima od nas ovaj stav ima svoju vjerodostojnost, ali nemojte se slijepo držati našeg uvjerenja. Razmislite o svojem stavu.

U svakom slučaju, razgovaranje s anđelima dat će vam ključ za razumijevanje sebe i drugih. Pomoći će vam i da spoznate svoju ulogu i svrhu u ovom životu, otvoriti vas primanju jedinstvenih darova.

### • NE ZABORAVITE ZAPISIVATI •

Izuzetno je važno zapisati sve što vam govore anđeli. Kad radite vježbu br.13, ne zaboravite pripremiti svoju anđeosku bilježnicu i olovku. Zapisujte bez ispravljanja i cenzuriranja. Ne mijenjajte riječi da bi zvučale bolje ili smislenije. Zapisujte kao da pišete diktat, bez prosuđivanja. Kad završite, ljubazno zahvalite svojem anđelu. Možda ćete čak poželjeti da na kraju napišete "Hvala".

### • PRIPREMA •

Sada kad ste ovladali prvim trima koracima u otvaranju svojem anđelu, spremni ste za izravni razgovor sa svojim nebeskim prijateljem. Možda više ne trebate slušati vježbe s trake. Ako ste ih dobro uvježbali, provodit ćete ih bez teškoća. No ako još niste sasvim sigurni ili ih jednostavno volite slušati dok radite, ovdje je popis vježbi koje treba raditi prije vježbe Otvaranje svojem anđelu. Snimite ih tim redom, jednu za drugom i imajte na umu da između svakog koraka treba ostaviti stanku, da biste imali dovoljno vremena slijediti upute.

Vježba br. 3 : *Osnovna meditacija uzemljavanja*, str.111

Vježba br. 6 : *Osnovna vježba otpuštanja*, str.127

Odabrana vježba iz *Vježbi usklađivanja* u poglavlju 6.;

Zatim dodajte vježbu br. 13 koja slijedi, *Otvaranje svojem anđelu*.

Sad ste spremni za razgovor. Uzemljeni ste i centrirani, povezani s nebom i Zemljom. Otpustili ste sve blokade koje su stajale na putu čistog kontakta s vašim anđelom i osjećate se lakšima i otvorenijima. Dovedi ste se u dublju usklađenost i povezanost sa svojim anđelom

čuvarom. Spremni ste za primanje i usklađeni s frekvencijom anđela.



Kad ćete raditi ovu vježbu, postaviti ćete svojem anđelu pitanje. Prije nego počnete, razmislite o pitanju. Ono bi trebalo biti jednostavno i otvoreno, na primjer “O čemu želiš razgovarati sa mnom?”, “Što upravo sada moram znati?”, “Kako se mogu otvoriti tvojem glasu?” ili pak “Kako ti je ime?”

Allan je na početku vježbe bio smiren. Skinuo je naočale i zatvorio oči. Njegova je mirnoća odražavala stanje pripremljenosti i spremnosti. Carol je bila uzbuđena i jedva je sjedila na stolcu. Bio je to osjećaj “žudno očekivanog otvorenja”, rekla nam je kasnije, mješavina uzbudjenja i nervoznog očekivanja.



### Vježba br. 13

### OTVARANJE SVOJEM ANĐELU

Pripremite svoju bilježnicu i olovku. Na početku stranice napišite “*Otvaranje mojem anđelu*” i datum.

1. Sjednite u svoj sveti prostor sa stopalima ravno položenim na pod i zatvorite oči. Osjetite kako vam je anđeo sve bliže i bliže. Zamislite da vas njegova krila nježno obujmljuju.
2. Dok polako udišete i izdišete, osjetite ili doživite prisustvo svojeg anđela. Udišite tu bliskost i dopustite da se oblikuje vaše pitanje.
3. Usmjerite pažnju na svoje srce. Vizualizirajte riječi vašeg pitanja zapisane na srcu.
4. Kad osjetite da su riječi u vašem srcu, otvorite oči i zapišite pitanje u svoju bilježnicu. Ponovo zatvorite oči.
5. S pitanjem zapisanim u srcu i umu, povežite se sa svojom dubokom željom da čujete glas anđela. Slušajte u svojem srcu i u svojem grlu. Budite svjesni svih osjećaja koji se pojavljuju. Anđeli nam dolaze kroz osjećaje, tako da to može biti prvi oblik kontakta. Prepustite se osjećajima i budite otvoreni riječima koje se pojavljuju.
6. Zapišite sve što primite. To mogu biti riječi, slike ili osjećaji.
7. Ne zaboravite zahvaliti svojem anđelu za poruku.

8. Pročitajte što ste primili i zapisali.

Razmislite kako se osjećate glede poruke. Možda će vas iznenaditi, a možda će vas dirnuti. Ako riječi izazovu suze ili ste na bilo koji način dirnuti, znat ćete da je kroz vas progovorio anđeo.

Prvo pitanje koje je Carol postavila svojem anđelu bilo je – “Kako ti je ime?” Začula je “Freda”, i revno zapisala ime u svoju bilježnicu, ispod datuma, 4. veljače, 1989. godine. Bila je zbunjena. Njena se teta tako zvala, ali koliko zna, njezina teta nikako nije anđeo. Sjedila je u tišini, razmišljajući, kad je njezin anđeo opet progovorio. “Slušaj me dobro i čuj me u svojem srcu. Moje je ime Freedom (Sloboda, op.p.)”

Kad je Allan zapitao – “Kakvu poruku imaš za mene?”, nije dobio riječi. Ono što je doživio bila je toplina, titranje u srcu, kao da su ga preplavile nježnost i ljubav. Ispričao nam je da se osjećao obliven ljubavlju, da je cijelo njegovo tijelo pjevalo i zvonilo.

Carol se smijuljila i osjećala pomalo zbunjeno. Iz Allanovih su očiju tekle suze. Brisao je lice dlanovima, klimajući glavom.

“Ne mogu vjerovati”, rekao je. “Anđela nisam vidio, nisam ga ni čuo, ali znao sam da je ovdje.”

Nije bilo sumnje da su sreli svoje anđele.

Na jednoj drugoj radionici, mladi glazbenik Darryl je zapitao – “Što u ovom trenutku moram znati?” i čuo ove riječi: “Znaj da sam s tobom i da te nikada neću napustiti. Uz tebe sam, tvoj sam brižni vodič, pokazujem ti put. Otvori za mene svoje srce i zabavljajmo se!”

Nasuprot Darrylu sjedila je Elsita, predraga, u srcu mlada, osamdesetogodišnjakinja. Njena poruka nije bila izrečena, ali evo što je zapisala u svoju anđeosku bilježnicu nakon što je prvi put prošla vježbu:

“Osjećam toliko snažne vibracije u svojim dlanovima, rukama, na svojem licu. Vidim predivne boje u izmjenjujućim geometrijskim uzorcima. Nemam nikakvih lucidnih misli.”

Elsita je još jednom ponovila vježbu. Ovaj put je zapisala:

“Vidim odraz u mirnom jezercu; snažan tijek široke rijeke; valovi mora zapljuskuju obalu; duge linije valova koji nadolaze; pjena, kretanje. Sada svjetlucave zrake svjetla presijecaju valove. Jedina riječ je – ljepota.”

Razdragana slikama koje je vidjela, no željna da čuje riječi anđeoske poruke, Elsita je vježbu ponovila i treći put, postavljajući pitanje – “Što trebam znati?”

Sada je sasvim jasno čula riječi. "Ljepota je istina, istinska ljepota. To

je sve što znaš i sve što trebaš znati.” Zatim je glas nastavio, “Ja sam u rijeci koja teče, u valovima, u morskoj pjeni, u svjetlu i u tami. Ja sam Kreator i kreacija.”

Elsita je od uzbuđenja osjećala blagu vrtoglavicu. “A samo sam zamolila da razgovaram s anđelom!” rekla je.

Anđeli nam dolaze na načine koji su nam prihvatljivi. Darryl je u početku pomalo oklijevao reći nam kakvu je poruku dobio. Nije očekivao tako poetske riječi, a nije mislio ni da su anđeli toliko razigrani. Elsita je izuzetno voljela izvornu ljepotu i prirodu, ali i ona je bila pomalo zabrinuta kad se prvi put otvorila svojem anđelu. Stoga ju je njen anđeo umirio prelijepim prizorima prirode i time joj omogućio da se opusti dovoljno da bi čula riječi Višeg Uma.

Ako niste sigurni jeste li dobili ikakvu poruku, zatvorite oči još jednom i ponovite vježbu od početka, povezujući se snažnije sa željom da uspostavite vezu sa svojim anđelom. Sa zahvalnošću primite sve što dobijete. Ne odbacujte i ne kritizirajte ono što dobijete, jer ćete tako zatvoriti svoje srce i blokirati komunikaciju. Kad prihvaćate, kad se otvarate i kad ste otvoreni, mnogo je veća vjerojatnost i da ćete dobiti.

### • VJEŽBA, VJEŽBA, VJEŽBA •

Proces otvaranja je vrlo jednostavan, no njegova uspješnost ovisi koliko ste ozbiljno proradili uzemljavanje, otpuštanje i usklađivanje. Vježbom ćete postati sve vještiji i uspješniji u otvaranju kanala komunikacije između vas i vašeg anđela čuvara. Bilo bi dobro da svakoga dana nađete vremena za *rendezvous*, kao što je preporučio Leein anđeo, po mogućnosti u vašem svetom prostoru, gdje se osjećate ugodno i smireno i koji vas svime podsjeća da ulazite u svijet anđela. Možete upaliti svijeću, donijeti svježeg cvijeća. Ugođaj treba biti poseban, kao što je poseban i odnos s vašim anđelom.

Došlo je vrijeme kad će vas zanimati odgovori na neka pitanja:

Kako možete znati da progovara vaš anđeo, a ne vaš um?

Kako možete znati radi li se o anđelu ili o vodiču?

Usporedimo to s televizorom, pretpostavivši na trenutak da ste televizor vi. Na njemu možete pratiti čitav niz programa (u ovom slučaju, program predstavlja glas, a ne osobu koja ga prima). Dok se ne otvorite

svojem anđelu, jedini program je onaj kojeg emitira vaš um, vaš ego.

Nije teško odrediti govori li vaš um ili vaš anđeo. Vaš um prepun je "trebalo bi" i prosudbi. Govori vam što da radite, kada i kako da to radite. A sasvim sigurno će vam reći kad ste nešto napravili krivo.

Practicirajući proces *Milost*, naučit ćete kako da nađete drugi program, na višoj frekvenciji, da čujete glas svojeg anđela. Taj je glas smiren i suosjećajan. Ponekad pjeva! Nikada ne sudi niti ne govori da ste u krivu. Ne govori vam što da radite, osim što vas usmjeruje da pogledate u sebe i da sebi dajete više ljubavi. Uvijek ističe pozitivne poglede i nudi konstruktivne savjete. Koliko drugačije zvuči od starih, negativnih programa koji dolaze iz našeg ego uma. Jedna sasvim nova emisija na našem televizoru!



Kad se jednom uskladite s frekvencijom anđela, možda ćete otkriti da "lovite" i druge stanice – glasove vodiča, vanzemaljskih bića i duhova prirode. Kako da znate tko govori i u čemu je razlika? Prepoznat ćete po tonu kojim vam se obraćaju. Vodiči su izravni i predvidljivi. Većina ih je jednom bila u tjelesnom obliku i govore o ljudskim brigama.

Vanzemaljska bića dolaze s drugih planeta i zvjezdanih sustava. Drugačiji su, manje osobni, a često govore o univerzalnim, općim temama.

Duhovi prirode pripadaju svijetu životinja, biljaka ili minerala i njihove se poruke odnose na rast i dobrobit Zemlje i zemaljskih stvorenja. Primijetit ćete da svaki glas zvuči drugačije ili ćete ga vi drugačije

ili ćete ga vi drugačije doživljavati.



## • KAKO ZNATI JE LI TO ANĐEO •

U stvari, jedan od načina da prepoznate glas anđela je vaš osjećaj kad ga čujete. Gilda je novinarka, poznata po nesmiljenom jeziku. Intelektualno je znatiželjna i nimalo sentimentalna. Razgovoru s anđelima pristupila je iz novinarsko-istraživačkih pobuda. Nakon vježbe *uzemljavanja, otpuštanja i povezivanja*, zatvorila je oči i zapitala, "Što mi želiš poručiti?" Dobila je odgovor, a niz lice su joj potekle suze. Bilježnica je ležala u krilu, a u ruci beživotna olovka. Prvi put otkad se profesionalno bavi novinarstvom, propustila je piknuti svojim perom, a na njezinom se licu vidjela krivnja.

"Nikad nisam doživjela da me prožela takva ljubav kao kad sam začula glas svojeg anđela", objasnila je kasnije. "Kupala sam se u ljubavi, očišćena od svih svojih nevažnih i besmislenih sumnji. Osjećala sam se njegovano i sigurno."

Osjećaji ljubavi, većeg prihvaćanja samoga sebe, unutarnjeg mira, iskrena brižnost i prepoznavanje – to su znakovi povezanosti s anđelom. Informatičar Larry bio je prilično sumnjičav glede dobivanja anđeoskih poruka, no ipak je pokušao, ponukan promjenama koje je vidio na svojoj djevojci otkad ona razgovara sa svojim anđelom. "Nekako se smekšala", opisao ju je. O svojem prvom pokušaju mislio je da je propala stvar.

"Nisam dobio nikakvu poruku," rekao je, "samo sam u srcu osjećao neki neobičan osjećaj. Kao da mi je srce spužva koja se prvo stisnula, a zatim otpustila."

Prije nego što mu se obratio riječima, anđeo je Larryju prvo dodirnuo srce. Osjetio ga je fizički ali ne i emocionalno, jer je blokirao svoje osjećaje. Kad smo Larryju ukazali da se otvorilo njegovo emocionalno srce, dovoljno se ohrabrio da ustraje. Stanje otvorenog srca je preduvjet za razgovaranje s anđelima, no, s obzirom da se još uvijek držao svojih starih sumnji, trebala su mu još tri pokušaja prije nego je njegov anđeo progovorio.

"Ti si u redu", rekao mu je "Dovoljno si dobar. Dovoljno si pametan. Vrijedan si ljubavi upravo ovakav kakav jesi."

Nesumnjivo, njegov je anđeo svojim riječima dotaknuo upravo ono što je usporavalo njihovu povezanost – osjećaj manje vrijednosti. Danas

Larry redovito komunicira sa svojim anđelima koristeći se računalom.

## • FIZIČKI ZNAKOVI •

Komunikaciju s anđelima mogu popratiti i druge fizičke manifestacije: trnci, naježena koža, golicanje po stražnjoj strani vrata, neuobičajena jasnoća vizija, suze koje poteku kad se odjednom otvori emocionalno srce i sladak, profinjen miris za koji nemate objašnjenja. Možda ćete osjetiti miris cvijeća i kad cvijeća nema. Sve su to znakovi koji ukazuju na posjetu anđela.

## • DRUŽENJE •

Kad jednom uspostavite kontakt sa svojim anđelom, možete razgovarati s njim na dva načina. Prvo, možete postaviti neko općenito pitanje i otvoriti se da biste primili odgovor. Evo nekoliko pitanja koje biste mogli postaviti:

Koja je moja svrha u ovom životu?

Koje darove posjedujem?

Kako da te zovem? Koje je tvoje ime?

Koji je najbolji način da se povežem s tobom?

Što bih upravo sada bilo dobro da znam?

Kako mogu služiti?

Navest ćemo i neke izvratke iz odgovora na posljednje pitanje. Prvi je odgovor koji je dobila naša draga prijateljica Elsita, drugi je izvadak iz odgovora koji je dobila Anne, izvanredna hipnoterapeutkinja, treći je odgovor dobio glazbenik i kompozitor po imenu Mercury, a posljednji navod je dio odgovora koji je primila Jackie, impresario antiknih predstava, a ujedno naša duhovna sestra:

PITANJE: Kako mogu služiti?

DANIEL, Elsitin anđeo: Razgovaranjem. Tako da govoriš ljudima. Mnogo je onih koji su spremni čuti tvoju poruku – poruku ljubavi i ujedinenosti koji mogu spasiti tvoj planet. Otvori svoje srce i pomoz drugima da otvore svoja. Iscjeljenje vašeg planeta može se postići upravo kroz srca ljudi, a ne kroz njihov um, a tada će ući u novo i slavno doba mira i potpune ispunjenosti.

LEANDOR, Annein anđeo: Istinsko služenje je zamoljeno darovati s ljubavlju. Ako slušaš svojim "Trećim okom", ako gledaš svojim "Trećim okom", ako je tvoje srce kalež, sve što

daješ dat ćeš s ljubavlju. Davanje bez ljubavi je prijevara.

NEIMENOVANI Mercuryjev anđeo: Ti si poveznica. Provodni element u kruženju. Kao što se duša povezuje s tijelom, tako ćeš se ti povezati sa svijetom da bi ponovo uspostavio vezu između materijalnih i duhovnih dimenzija. Budi glasnogovornik anđela.

JEDIDIAH, Jackein anđeo: Tvoj zadatak u univerzumu je otvoreno i bez straha širiti ljubav. Božje prisustvo kroz tebe će nadahnuti druge. Tvoja će se dobra volja odraziti i na druge, sve dok se svi zajedno ne nađete u krugu svjetla. Budi nasmiješena misionarka. Božja je milost uvijek prisutna. Neka se kroz tebe zrcali ta milost. Odražavaj prozračnost, cjelovitost i jedinstvo.

### • GLASOVI I IMENA •

Zadivila nas je činjenica da u odgovorima nalazimo veliku sličnost, s temom ljubavi i jedinstva u svakom, usprkos tome što su pitanja postavile četiri osobe na različitim mjestima i u različito vrijeme. Pa ipak, kako je svaki odgovor poseban! Na radionicama smo otkrili da grupa od troje ili četvero ljudi na isto pitanje vrlo često dobiva isti odgovor, s istim riječima i slikama. Za nas je to nedvojbeni dokaz da smo povezani s Izvorom, a kad se povežemo sa svojim dragim anđelima, poruke koje trebamo čuti dolaze glasno i razgovijetno.

Svaki se anđeo povezuje na svoj način. Vaš anđeo može poželjeti razgovarati s vama čim se probudite. Opušteno i dremljivo stanje prije no što utonete u san i vrijeme buđenja osobito su pogodni za razgovor s anđelom. Upravo stoga mnogi ljudi u blizini svojeg kreveta drže anđeosku bilježnicu i olovku. Možda će vaš anđeo odabrati da s vama razgovara petkom ili nekim drugim danom u tjednu. A ako kaže da mu je ime Jonathan, kao što je rekao Gailin anđeo, nemojte biti iznenađeni. Nemaju svi anđeli neobična i atraktivna imena. Ako ne dobijete odgovor na pitanje kako mu je ime, ne brinite. Jedan nam je anđeo rekao da oni u stvari i nemaju osobna imena te da ona koje dobijemo kao odgovor odgovaraju vibracijama koje mi imenujemo.

Ako vaš anđeo kaže da mu je ime Gabriel ili Rafael, razgovarate li s arkandjelom? Vrlo vjerojatno ne, već anđeo dolazi iz Gabrielovog ili Rafaelovog klana. Kad naletite na arkandjela, sasvim ćete sigurno znati da je to on.

• RAZGOVARANJE •

Drugi način za druženje s vašim anđelom je interaktivan, u dijaloškom obliku. Kad jednom otpustite stare mentalne i emocionalne prepreke kroz proces *Otpuštanja*, otkrivat će se vaša prava snaga, vaši darovi i vaša vrijednost, a anđeli ulaze u naše živote da bi nam u tome pomogli. Što više razgovaramo s njima, dobit ćemo i više važnih informacija.

Sada kad ste se otvorili svojem anđelu, možete se poslužiti slijedećom vježbom kad god poželite razgovarati. Pročitajte vježbu nekoliko puta, a zatim je možete i snimiti. Prije nego pristupite vježbi, prođite kroz vježbe uzemljavanja, otpuštanja i povezivanja. Kad ih ne biste prošli, bilo bi to kao da na trčanje krenete nezagrijani. Što se bolje zagrijete, lakše ćete trčati ili, u ovom slučaju, letjeti.



**Vježba br. 14**

**PITAJTE SVOJE ANĐELE**

Za ovu će vam vježbu trebati vaš anđeoski dnevnik, olovka i snimljena vježba.

1. Udobno sjednite u svoj sveti prostor, osjetite prisustvo svojeg anđela i započnite udisati svu njegovu ljubav. Iz srca se pozdravite sa svojim anđelom.
2. Neka se pitanje u vašem umu oblikuje u riječi. Smjestite ga u svoje srce. Kad u srcu osjetite riječi, otvorite oči i zapišite ih, a zatim pitanje postavite svojem anđelu.
3. U miru, otvorite se riječima koje vam upućuje anđeo. Zapišite ih bez razmišljanja o njima.
4. Kao i u bilo kojem razgovoru, poželjet ćete odgovoriti na ono što ste čuli. Nakon što odgovor uputite svojem anđelu, zapišite ga na papir.
5. Još jednom primite odgovor anđela i zapišite ga.
6. Nastavite tako dok ne dođe do kraja razgovora.
7. Zahvalite svojem anđelu.

Budite svjesni svojeg tijela, svojeg disanja i okruženja. Pročitajte što ste zapisali. Što ste naučili o sebi? Kako se glede toga osjećate? Ako



mislite da informacije nisu točne, da vam nisu od pomoći ili mislite da ste ih izmislili, odložite ih. Kasnije, možda nakon tjedan ili dva, pročitate ih još jednom. Vrijeme će vam dati dovoljan odmak da ih procijenite s manje kritičnosti. Obraćanje vašeg anđela može protresti neke od vaših najstarijih i najkrutijih uvjerenja. Mi ljudi smo iz najrazličitijih razloga vrlo vezani za svoja uvjerenja i stavove, čvrsto vjerujući da su ispravna. LNO je jednom rekla: "Većini ljudi je važnije da su u pravu nego da su sretni."

### • NASTAVAK RAZGOVORA •

Danas se mnogi od nas koriste računalima i kod kuće i na radnom mjestu. Ako imate računalo, ono bi se moglo pokazati vrlo korisnim u razgovorima s vašim anđelom. Pri prijenosima riječi jednostavno teku i ako pišete rukom, nije ih uvijek lako hvatati i sve zapisati.

S obzirom da na svojim svetim mjestima uglavnom ne držimo računalo, uredite svoju okolinu prikladno i s poštovanjem. Raščistite stol, postavite svijeću, kristal ili svježe cvijeće i pripremite računalo. Nabavite novu disketu i koristite je samo za poruke vašeg anđela. Zatim slijedite korake iz vježbe br.14.

Slijedećeg jutra nakon prvog susreta sa svojim anđelom, Lynn, samohrana majka, osjetila je silnu potrebu da nastavi razgovor, koristeći se svojim Macintosh računalom. U pismu koje nam je poslala, pisalo je:

"Naravno, osjećala sam malu nelagodu, no kad je stigla poruka, osjetila sam da su mi oči pune suza. Svojem sam anđelu napisala:

'Gabriele, hvala ti za jučerašnji susret. Bio je to uzbudljiv dan i izgleda da je preda mnom mnogo ugodnoga rada. Potrebna mi je pomoć u odgoju Patricka (moj petnaestogodišnji sin). Bit će strašno razočaran kad sazna da danas neće moći upoznati Indijanca iscjelitelja iz plemena Navajo. Trebao se sastati s njim. Kako da mu pomognem?'"

Lynn nam je u pismu napisala da je Gabrielov odgovor stigao istog trena i da je jedva stizala zapisivati njegove riječi. Njeni su prsti letjeli po tastaturi, a na ekranu je pisalo:

"Patricku nije potrebna tuđa pomoć. Molim te, reci mu da mu poručujem da treba naučiti okrenuti se samom sebi. To je razlog što je ovaj sastanak otkazan. On je visoko razvijeno biće i potrebno mu je samo

uspostaviti kontakt sa svojim anđelom."

Još uvijek zabrinuta, Lynn je nastavila: "Trebam li ga ja poučiti kako da do toga dođe? Možda me neće poslušati."

Gabriel je odgovorio: "Patrick sluša i razumije sve. Pouči ga kako da dođe u kontakt sa svojim anđelom onako kako si ti došla u kontakt sa mnom. On već je u dodiru sa svojim anđelom kroz svoje crtanje. Neka otkrije ime svojeg anđela dok crta, a zatim mu pokaži kako to ide sa zapisivanjem riječi da bi se dobili odgovori. Ne brini, majko, možeš ti to!"

Lynn je napisala: "Riječi 'okrenuti se sebi' i 'majko' nisu riječi kojima se djeca ili ja služimo. Dok sam tipkala riječ 'majko', um mi je govorio da bih trebala napisati 'mama', ali upravo zbog toga znala sam da riječi ne dolaze od mene. Dakle, malo sam vježbala i toga se jutro uvjerila da je ovo 'za ozbiljno'. Hvala što ste nam omogućili tako poseban i važan dan."

Napredujući s vašim razgovorima, primijetit ćete da vaš anđeo ima svoj, osobiti glas i govor. Može zvučati drugačije od vašeg, a može mu i nalikovati, no uz određene idiosinkretičke razlike, kao što je primijetila i Lynn. Njegovo obraćanje može započeti određenim pozdravom. Radost, na primjer, jedan od Timothyjevih anđela, svoje poruke započinje s "Voljeni", a LNO ponekad započinje s "Najdraža". Andrewovu pratitelju Sargolaisu ni na pamet ne bi palo obratiti mu se s "Dragi" ili "Voljeni". On jednostavno počne govoriti.

Povremeno ćete možda uočiti, kao što se dogodilo Anthonyju, da pišete ili tipkate riječi koje su vam nepoznate. Neka vas to ne uzruja – nastavite tipkati, a poslije ih pogledajte. Vaša otvorenost i prijemljivost za bilo kakvu poruku ohrabrit će daljnju komunikaciju. Nemojte se iznenaditi niti ako je rukopis vašeg anđela drugačiji od vašeg.

Kad ćete imati više iskustva, uvidjet ćete da možete voditi sve dulje razgovore i da ćete bolje upoznati svojeg anđela. Kao kad se zblizavate s prijateljem. Što više vremena provodite zajedno, to se bolje poznajete.

Ponekad anđeo odgovara na neočekivan način. Geraldine je knjigovotkinja. Pročitajte izvadak iz njenog anđeoskog dnevnika, jedan od primjera za dulji razgovor.

GERALDINE: Trebam li napustiti ovaj posao?

ANĐEO: Slijedi svoje srce.

GERALDINE: Moje srce govori da, no razum mi govori da trebam plaćati stanarinu.

ANDEO: Prvo osiguraj novi položaj, a zatim napusti stari.

GERALDINE: Kako da to učinim?

ANDEO: Slijedi svoje srce.

GERALDINE: Što to znači?

ANDEO: Radi ono što voliš raditi. Ako to ne možeš, nauči voljeti ono što radiš. Kad voliš svoj posao, radi ga s ljubavlju. Time slaviš Boga i podižeš razinu svojeg rada na više služenje.

GERALDINE: Volim svoj posao, ali ne mogu podnijeti šefa. Što da radim?

ANDEO: Što ti se kod njega ne sviđa? Bez obzira o čemu se radi, to predstavlja nešto što kod sebe ne možeš podnijeti. Razmisli i shvatit ćeš.

Geraldine je cijela priča nasmijala, ali ju je svejedno ozbiljno shvatila. Razmislila je što je to kod šefa toliko smeta. Njezin bi šef uvijek bio brz kad joj je trebalo prigovoriti, a pohvalio bi je vrlo rijetko. Geraldine je bila prava cjepidlaka i vrlo savjestan radnik. Shvatila je da od svojeg nadređenog želi priznanje, ali sama si ga nikada nije odavala. Razgovor s njenim anđelom pomogao joj je da ostane na istom poslu. Šest tjedana kasnije njezin je šef iznenada premješten u drugi odjel, a Geraldine je unaprijeđena.

Osobni trenuci s vašim anđelom duboki su izvor užitka. Vaš nebeski pomagač donosi utjehu i dobro raspoloženje, a rasvjetljava i neke nedoumice. Upravo sada uživate u prvom susretu sa svojim anđelom. Čestitamo! A još više zabave tek dolazi. U slijedećem poglavlju otkrit ćete i druge načine za uživanje sa svojim anđelom, služeći se *Riječima anđela*.

## Užitak i zabava uz 'Riječi anđela'



**S**argolais je osmislio *Riječi anđela* da bi vam pružio priliku da se poigrate sa svojim prijateljima i ostalim zemaljski orijentiranim anđelima.

*Riječi anđela* mogu poslužiti kad vam je potrebno vodstvo, ali i kad ste uhvaćeni u kaos vlastitog života i kad imate potrebu sjesti i porazgovarati sa svojim anđelom. Bit će mnogo prilika kad ćete željeti raditi s nečim što možete dotaći rukama, s runama na primjer, s tarot kartama ili novčićima *I Chinga*. Ili ćete jednostavno željeti opustiti se i uživati u anđeoskom društvu. *Riječi anđela* poslužit će u svim ovim

prilikama.



Gotovo svaka kultura ovoga svijeta ima svoj sistem za pristup duhovnim informacijama, od biblijskog Urima i Thumima do onih koje smo već spomenuli. Kao i druga božanska oruđa, *Riječi anđela* rade na principu kojeg je švicarski psihoterapeut C. G. Jung nazvao 'sinkronicitet'. Jung je primijetio da naoko nasumično djelovanje poput bacanja novčića ili izvlačenje karata, može dovesti do dubokog, intuitivnog razumijevanja događanja u životu, ako znate kako ih protumačiti. Kad zatražite savjet u *Riječima anđela*, stvarate mogućnost da vam anđeli pruže vodstvo, bez obzira imate li neko određeno pitanje na umu ili ne.

### • ŠTO SU RIJEČI ANĐELA •

*Riječi anđela* čine tri skupine s tri kategorije informacija koje daju. Anđeli se povezuju s vašim najvišim spoznanjem kroz sinkroničnu kombinaciju vaših odabira iz svake od skupina.

- U prvoj su skupini arkandeli, presvijetla bića koja kreiraju vašu pustolovinu.
- Drugu skupinu čini šesnaest vrsta anđela koji su spremni upoznati se i povezati s vama i voditi vas.
- U trećoj skupini naći ćete dvadeset četiri različite životne situacije u kojima vam ovi anđeli mogu pomoći.

U nastavku ćete naći sve što vam je potrebno da biste odmah mogli raditi s *Riječima anđela*. No, da biste imali potpun doživljaj, predlažemo vam da sami napravite svoje karte *Riječi anđela*. Upute ćete dobiti u drugom dijelu ovog poglavlja.



#### Vježba br. 15

#### BRZ PRISTUP RIJEČIMA ANĐELA

Prije rada s *Riječima anđela* možete proći kroz *Osnovnu meditaciju uzemljavanja* (str. 111), ali nije uvjet. Sve što vam je potrebno su infor-

macije u slijedeća tri okvira.

## PROCES MILOST

1. U miru sjednite i usmjerite pažnju na svoje disanje.
2. Ako imate pitanje za anđele, usredotočite se na njega. Ako ga nemate, jednostavno pozovite anđele da uđu u vaš život.
3. Lijeva strana tijela povezana je s desnom polutkom mozga, našom intuitivnijom stranom. Kad ste spremni, lijevi kažiprst postavite iznad okvira s imenima arkandela. Zatvorite oči, kažiprstom tri puta zaokružite u smjeru suprotnom od kazaljke na satu, a zatim ga spustite na stranicu. Otvorite oči i pogledajte kojeg ste arkandela odabrali.
4. Zatim svoj kažiprst postavite iznad slijedećeg okvira na kojem je lista od šesnaest različitih anđela. Kao i prije, zatvorite oči i spustite prst. Otvorite oči i pročitajte o kojem se anđelu radi.
5. I na kraju ponovite isti postupak s trećim okvirom. Ovaj ćete put otkriti okolnosti kroz koje će vam doći anđeo kojeg ste odabrali. Ova tri okvira zajedno čine vaše *Riječi anđela*.
6. Okrenite odlomak u kojem se nalazi *Tumačenje Riječi anđela* (str. 169) i pročitajte značenje svakog od vaših tri odabira.

Uriel  
Gabriel  
Rafael  
Mihael

Vaš anđeo pratitelj  
Anđeo povezivanja  
Anđeo podataka  
Anđeo snova  
Anđeo iscjeljivanja  
Anđeo umrežavanja  
Anđeo procesa  
Anđeo preobrazbe  
Anđeo uzoraka  
Anđeo reorganizacije  
Anđeo tehnologije  
Anđeo okoliša  
Anđeo usklađivanja  
Anđeo mira  
Anđeo milosti

## ZAMOLITE SVOJE ANĐELE

Posjeti mudru osobu  
Stvori svoje sveto mjesto i osmisli svoj ritual  
Budi s biljkom, životinjom ili samom Zemljom  
Ne poduzimaj ništa  
Provedi vrijeme s nekim koga voliš  
Provedi vrijeme sam na nekom lijepom mjestu  
Posjeti liječnika  
Zabavljaj se  
Posjeti sveto mjesto i sudjeluj u obredu  
Razgovaraj s nekim koga dugo poznaješ  
Učini nešto što ne voliš  
Potraži svoj predmet snage  
Nečega se odrekni  
Stvori nešto  
Poveži se kroz knjigu, bilješku, film, TV ili umjetnost  
Prepušti se svakom trenutku  
Razmisli o snu  
Potraži savjet u nekom drugom mediju  
Otvori knjigu nasumice  
Prisjeti se nečega iz svojeg djetinjstva  
Dopusti anđelima da pišu tvojom rukom  
Očekuj savjet od neznanca  
Očekuj vodstvo kroz neočekivano

### • NAKON ŠTO STE OPROBALI RIJEČI ANĐELA •

Objasnit ćemo vam što se zbiva kad se posavjetujete s *Riječima anđela*. Odabiranje arkandela uskladit će vas s njegovim presvijetlim prisustvom. Ovisno o vašem interesu, "uputit" će vam na pomoć određenog anđela iz druge skupine. Ovaj se anđeo povezuje s vama kroz situaciju koju ste nasumce odabrali u trećem okviru.

S obzirom da anđeli postoje u svijetu izvan vremena kakvo mi poznajemo, situacije koje ste odabrali ne moraju se dogoditi odmah. Odbacite svako očekivanje na koji će način vaš anđeo doći do vas.

Vjerujte da će arkandeo kojeg ste odabrali organizirati sve kako treba.

U svojoj anđeoskoj bilježnici vodite bilješke o uporabi *Riječi anđela*. Svakako zabilježite datum. Zatim pažljivo promatrajte što se događa u vašem životu. Kasnije ćete se možda poželjeti vratiti na određene bilješke i dodati neke opaske glede daljnjih događanja i što ste iz njih naučili. Osim toga, podsjetit će vas na anđele koje ste sreli i na koji vam način pomažu u svakodnevnom životu, pa ih i nadalje možete pozivati u pomoć, a ne samo kad se koristite *Riječima anđela*.

Na kraju ovog poglavlja naveli smo četiri primjera uporabe *Riječi anđela*, pomoću kojih ćete vidjeti kako da tumačite svoje dobivene savjete.

### • KAKO DA IZRADITE SVOJE KARTE •

Uvijek se možete savjetovati na brz način, no osmišljavanje vlastitih karata dodat će im novu dimenziju. Stvari koje sami sačinite obogaćene su ljubavlju i energijom koja proizlazi iz vaših ruku, a čin stvaranja svojih karata dovest će vas u dodir s anđelima.

Karte za *Riječi anđela* vrlo je lako napraviti. Sve što vam je potrebno su tri paketića karata veličine 7,5 x 12,5 centimetara, u tri različite boje. Karte mogu biti i veće, ali tada ih je teže miješati.

Neka se spontano dijete u vama poigra dok odabirete omiljene boje za karte i tintu kojom ćete pisati. Upotrijebite maštu pri ilustriranju karata ili ih, ako želite, ukasite izrezanim slikama iz časopisa. Da biste ih zaštitili, zamotajte ih u tkaninu, napravite malu torbicu ili ih čuvajte u omotnici za pismo. Izbor je u potpunosti prepušten vama. Zgodno ih je imati uza se dok ste na putu ili u posjetu prijateljima.

- Na četiri karte iz prvog seta napišite imena četiri arkandela, kao u prvom okviru na str. 165. Anđele, kao što znamo, ne određuje spol. Tradicionalna imena ovih arkandela su muška, no vi ih možete nazvati ženskim imenima – Uriela, Gabriela, Rafaela ili Mihaela, ili nekim sličnim inačicama. Ako vam je ugodnije zvati ih ženskim imenima, zapišite ih na svoje karte.
- U drugom setu karata u drugoj boji, napišite imena šesnaest kategorija anđela s popisa na str. 165, po jedno ime na svaku kartu.
- Na treći set karata napišite dvadeset i četiri različite situacije

navedene na str. 167., kroz koje bi vam anđeli mogli doći.





### Vježba br. 16

## KAKO DA UPOTREBLJAVATE KARTE RIJEČI ANDELA

Vaše će vam karte omogućiti da povezujete informacije iz *Riječi anđela* kao što ste to uradili u vježbi br. 15. Sjednite na svoje sveto mjesto. Upalite svijeću ili mirisni štapić. Pred sebe stavite svoje karte i anđeosku bilježnicu.

Prije nego počnete, provedite *Osnovnu meditaciju uzemljavanja*.

1. Sjedite u miru. Usredotočite se na svoje pitanje anđelima. Ako nemate neko određeno pitanje, jednostavno pozovite anđele u svoj život.
2. Kad ste spremni, promiješajte četiri karte s imenima arkandela s licem prema dolje. Možete ih raširiti u ruci ili ih položiti ispred sebe na stol. Odaberite jednu. Stavite je sa strane s licem prema dolje.
3. Zatim promiješajte drugi set od šesnaest karata s različitim vrstama anđela, s licem prema dolje. Odaberite jednu i stavite je sa strane.
4. Naposljetku, promiješajte karte na kojima su određene situacije i odaberite jednu. Sada sve tri odabrane karte okrenite na lice.
5. U pojašnjenjima koja slijede potražite njihovo značenje da biste ih mogli protumačiti. Tumačenje zabilježite u svoju anđeosku bilježnicu.



## • TUMAČENJE RIJEČI ANĐELA •

**Arkandeli**

**Uriel** – Kad odaberete ovog arkandela, povezujete se s bićem čije ime znači “Božje svjetlo” ili “Božji plamen”. Uriel je zaštitnik istoka, izlaska Sunca, jutra i novih početaka. Zaštitnik je proljeća i žute boje. Uriel u um donosi energiju promjena i čuvar je mentalnog područja. Znanost, ekonomija i politika njegovo su područje. To uključuje sve od čišćenja otrova do rješavanja problema gladi, beskućništva i političkih promjena. Urielov rad povezan je sa sustavima, organizacijama i svime što je povezano s radom.

**Gabriel** – Pozivajući ovog arkandela stvarate vezu s onim čije je ime “Božji čovjek” ili “Bog je moja snaga”. Gabriel je zaštitnik juga, podneva i sunčane topline, ljeta i zelene boje. Gabriel je anđeo nade i objave, ljubavi i veza iz srca. Izabравši Gabriela, otvorili ste se svim ovim vrlinama i svemu za što je ovaj arkandeo nadležan, stvaralaštvu i umjetnosti, emocijama i svim našim odnosima, sa životinjama, ljudima i anđelima.

**Rafael** – Ime ovog arkandela znači “Bog je iscijelio” ili “Bog iscjeljuje”. Zaštitnik je zapada, sumraka, večeri, jeseni i crvene boje. Rafael je čuvar naših fizičkih tijela i liječenja. Rafaelovo je područje rast i promjena, stoga kad odaberete ovog arkandela prijemljivi ste ovim kvalitetama, pa se i sami usklađujete s fizičkim svijetom. Prizovite Rafaela ako radite na globalnom ili osobnom iscjeljivanju na bilo kojoj razini, od bolesti do zlostavljanja i ovisnosti.

**Mihael** – “Tko je nalik Bogu?” ime je ovog arkandela. Mihael je zaštitnik sjevera, noći, zime i plave boje. Sjever je područje duhovnosti i snova. Mihael je čuvar mira, harmonije i globalne suradnje. Kad ste pred duhovnim izazovom, dobro je prisjetiti se skrovitog učenja koje nam Mihael daje. Ponekad smo prezaposleni traženjem odgovora, pa zaboravljamo koliko je važno postaviti pravo pitanje. U tim se trenu-

cima sjetite Mihaela, čije je i samo ime pitanje.

## • KATEGORIJE ANĐELA •

**Vaš anđeo pratitelj** – Ovaj je anđeo najintimnije povezan s vama i uz vas je u svim životnim situacijama. Vaš osobni anđeo je učitelj, dragi prijatelj i pruža vam utjehu. Ove anđele obično nazivamo anđelima čuvarima. A čuvari podrazumijevaju i opasnosti od kojih nas trebaju čuvati, a mi se razvijamo prema životu u svijetu u kojem ćemo uvijek biti sigurni. Što je bliskiji odnos između nas i našeg anđela, to smo bliži stvaranju takve stvarnosti.

Vaš anđeo pratitelj je vaš most prema duhovnom području, kao što ste vi most vašeg anđela u fizički svijet. Kad ste odabrali ovog anđela, pozvali ste onog koji je uvijek s vama. Otvorite se njegovoj ljubavi, osjetite njegovo prisustvo i dopustite da vas ispuni radošću.

**Anđeo povezivanja** – Ovo su čuvari/pratitelji skupina i odnosa. Poznati su i kao anđeli koordinacije i zajedništva. Kad god je zajedno dvoje ili više ljudi, jedan od ovih anđela radi s njima, pomaže im povezati njihove energije i namjere. Neki su s nama kroz dugi niz godina, drugi su povremeni, ovisno o vremenskom okviru u kojem traje odnos. Anđeo povezivanja je uz svaki par, sa svakim roditeljem i djetetom, s prijateljima, s članovima obitelji, sa suradnicima, u poduzećima, na radionicama i okupljanjima, u učionicama, s vojskama i narodima. O njima ćete više saznati u 13. poglavlju.

Ako ste odabrali ovog anđela, znajte da je u nekom dijelu vašeg života odnos kojem je potrebno pročišćenje, iscjeljenje ili promjena. Ovaj nebeski povezač krilima širi put da bi vam pomogao.

**Anđeo podataka** – Poznati su i kao anđeli zapisivači ili anđeli mudrosti. Njihov je zadatak prilično jednostavan – daju informacije svakome tko ih traži. Ovi su anđeli nebeski knjižničari, čuvari onoga što zovemo akašik sjećanja. Podatke koje tražite mogu vam pružiti izravno, a u vašem se životu mogu pojaviti i kao nadahnjujuće muze. Ipak, ovi anđeli uglavnom rade s nama neizravno, vodeći nas da dođemo do podatka koji tražimo. Odgovor može doći kroz knjigu koja padne s police, kroz film koji gledate u besanoj noći ili kroz pjesmu koju ne

možete izbaciti iz slave.

**Anđeo snova** – Ovi su anđeli povezani s anđelima podataka, no češće rade s nama dok spavamo nego na javi. Osim toga, oni brinu o nama dok smo u promijenjenom stanju svijesti, kao što su trans ili izvantjelesno iskustvo. Njihovo je područje podsvijest. Ako ste odabrali ovog anđela, pozovite jednog od ovih nebeskih vodiča dok padate u san ili dok meditirate. Više informacija o tome kako da radite sa snovima naći ćete u 10. poglavlju.

**Anđeo iscjeljivanja** – Ovim je anđelima zadatak da u vama probude iscjelitelja, da olakšaju iscjeljivanje na svim razinama. Uz bolesne su, služe u bolnicama i uz samrtne postelje, pomažu medicinskom osoblju i iscjeliteljima.

Ako ste pozvali ovog anđela, znajte da je neki aspekt vašeg života spreman za iscjeljenje uz pomoć anđela. Trebali biste otpustiti nešto što vas fizički ili na neki drugi način ograničava. Ovi su anđeli poznati i kao anđeli čistači. Više o iscjeljivanju možete pročitati u 12. poglavlju.

**Anđeo umrežavanja** – Suraduju s anđelima iscjeljivanja. No, dok anđeli iscjeljivanja dolaze u naše živote da bi ponovo uspostavili unutarnju ravnotežu, da bi nas učvrstili i pročistili, anđeli umrežavanja poboljšavaju naše sustave i povećavaju našu sposobnost svjesnosti. Anđeli iscjeljivanja popravljaju. Anđeli umrežavanja unapređuju.

Ako ste odabrali ovog anđela, otvoreni ste i spremni za rast. Ipak, kao što su procesi čišćenja i iscjeljivanja ponekad neugodni, tako i procesi prespajanja mogu uznemiriti i dezorijentirati. Bolest je način na koji se tijelo samo čisti. Ako imate simptome gripe, a nemate temperaturu i znate da niste bolesni, vaše se tijelo vjerojatno 'preumrežava'. Bez obzira koliko takvo stanje može biti neugodno, kad proces završi bit ćete prisutniji, jasniji i usredotočeniji.

**Anđeo procesa** – U životu trebamo uskladiti kretanje i odmor, nastajanje i bivanje, promjene i stalnost. Anđeo procesa doprinosi kvaliteti svakog od ovih parova. Neki rade na razotkrivanju univerzuma i pomažu nam u rastu, dok drugi rade na nepromjenjivosti i pomažu nam odmoriti se. Anđeli procesa posreduju u našem ponašanju, poma-

žući nam dovesti ga u ravnotežu.



Ako ste odabrali ovog anđela, možda ste postali previše pasivni u nekom dijelu svojeg života i trebate se iznova pokrenuti. U toj će vam promjeni pomoći anđeo procesa. S druge strane, ovaj odabir može ukazivati da ste postali preaktivni i uključeni više nego je potrebno. Anđeo procesa zadužen za odmor i smirenje pomoći će vam da uspostavite ravnotežu.

**Anđeo preobrazbe** – Ovi su anđeli odgovorni za preobražaj duha i misli u fizičko područje. Zovu ih i anđelima očitovanja, a među njima ćete naći i anđele uspjeha. Zbog svojeg rada na preobrazbama, ovi nam anđeli pomažu kad god se bavimo nekim kreativnim poslom, a pomažu i višim anđelima rođenja i smrti.

Ako je ovo vaš odabir, vrijeme je da stvorite nove načine postojanja u svojem životu. Pravo rođenje ili smrt u vašem krugu može ubrzati vašu promjenu. Rođenje i smrt su također metafore za promjene koje trebate napraviti. Sada je trenutak da nove ideje provedete u djelo, da odbacite sve što nije urodilo plodom. Odabir ovog anđela ukazuje da se trebate pripremiti za promjene koje će uskoro uslijediti u vašem životu.

**Anđeo uzoraka** – Poznat i kao anđeo nacрта ili namjera, anđeo obrazaca dolazi da bi nam pomogao povezati se s većim uzorcima univerzuma. Donose energiju tih uzoraka i prenose nacрте anđelima preobrazbe, koji pomažu donijeti ih u fizički svijet. Zatim dolaze anđeli procesa da bi vidjeli je li postignuta ravnoteža.

Ako ste pozvali ovog anđela, tragate za većim smislom svrhe i značenja. Uzorak i svrha su jednaki. Sve što postoji ima svoju svrhu. No, svrhu ne možete otkriti u izolaciji. Svrha je u međuodnosima. Sada je vrijeme za vaše duhovno putovanje ususret jednom od ovih anđela, da biste bolje shvatili svoj doprinos u zamršenoj mreži kreacije u kojoj smo svi mi.

**Anđeo reorganizacije** – Ako ste odabrali ovog anđela, vrijeme je da promotrite u kojem ste dijelu svojeg života zapeli. Važno je da razumom prihvatite da što ste čvršće ukorijenjeni, to je veći izazov

reorganizacije pred vama, a samim time će i otpor biti veći. Može doći

do velikih promjena i preokreta, čak i do nestanaka – od ključeva za automobil, poslova ili odnosa. S obzirom da njihov posao ponekad uznemiruje i zbunjuje, a takav i treba biti, ne začuđuje što ih se ne dočekuje uvijek s dobrodošlicom. Sva reorganizacija i dolazi iz ljubavi i vodi prema ljubavi. Ako ćete to imati na umu, u svim ćete se promjenama osjećati sigurnije.

Reorganizacija je dio evolucije. Vrijeme je za duboke, duši potrebne promjene. Stvari su najneurednije usred čišćenja. Ne dopustite da zaglavite u kaos. Samo nastavite. Ishod je uvijek vrijedan. Kad raščistite stare, pojavit će se novi i kvalitetniji uzorci.

**Anđeo tehnologije** – Dok učimo kako da surađujemo s ovim anđelima i kako da se povežemo s njihovim vizijama, stvaramo stvari koje su uravnotežene, ekološke i koje doprinose životu. Sve što stvaramo, od čelika do plastike, dolazi iz Zemlje. Anđeli tehnologije povezani su i rade s anđelima okoliša i anđelima prirode.

Ako ste odabrali anđela tehnologije, znajte da svaki put kad se uključite u bilo koju aktivnost u koju je uključen i ručni rad, od penkala do računala, blagoslivljate oruđe kojim radite i koristite se njime na posvećen način.

**Anđeo okoliša** – Ovo su čuvari planina, rijeka, šuma i mora. Postoje i anđeli okoliša koji paze na mjesta stvorena ljudskom rukom – na domove, poslovne zgrade, aerodrome i druga javna mjesta. Njihov je zadatak održavati i podizati duhovnu cjelovitost okoliša.

Gdje god da se nalazite, stanite na trenutak i postanite svjesni anđela tog mjesta. Tad će vas njegovo prisustvo ispuniti čudom i ljepotom našeg planeta i pomoći vam da se osjetite dijelom svega što postoji. Kad to osjećate, donosite poštovanje svakom mjestu na koje idete.

**Anđeo prirode** – Ova su bića srodna anđelima okoliša. Rade sa četiri elementa, sa zemljom, vodom, vatrom i zrakom. Povezuju duhove prirode, bića koje smo nazvali deve, patuljci, vile, gnomovi i drugi. Dok su anđeli okoliša povezani s mjestima, ovi anđeli vode brigu o oblicima života. Čuvari su sveg od minute do uzvišenog, od virusa i kamenčića

do rijeka i sekvoja. Ako ste odabrali anđela prirode, zatražili ste kontakt

s jednim od bezbrojnih i stalno promjenjivih duhova, da biste se još jednom povezali s primarnom silom koja je prisutna u svemu živom.

**Anđeo usklađivanja** – Dok anđeli okoliša vode brigu o prostoru, anđeli prilagodbe vode računa o vremenu. Kad se povežete s anđelom okoliša, mjesto na kojem se nalazite postaje sveto. Kad se povežete s anđelom prilagodbe, stvarate sveto vrijeme.

S obzirom na njihovu zadaću, ove anđele zovemo i anđelima obreda ili ceremonija. S njima se uvijek možete uskladiti, no kad ih pozovete dok molite ili meditirate, doći će da bi vas uskladili sa svetošću svakog bezvremenog trenutka. Ako ste odabrali anđela usklađivanja, možda je vrijeme da obavite neku svečanu ceremoniju ili obred koji će posvetiti vaš život ili svrhu.

**Anđeo mira** – Mir je sklad, slobodni tijek različitih elemenata koji se povezuju da bi omogućili kreativnost i rast. Mir je energija kojom je prožet Univerzum. Aktivan je, a ne pasivan. Odabirom ovog anđela dobili ste mogućnost da situacijama i ljudima koji su dio vašeg života donesete suradnju i mir. Čineći tako, otvorit ćete nove dotoke energije mira u naš svijet.

Kad ste odabrali ovog anđela znajte da ste zaduženi za promjene, da ste glasnik zakona koji mijenjaju svijest ovog planeta. Anđeli mira donose nove uvide i energiju koja nam je potrebna za mijenjanje svijesti. Zapitajte se koji su vaši najdublji snovi i znajte da će se dovodenjem mira u vaš vlastiti život ostvarivati čak i veći snovi svijeta.

**Anđeo milosti** – Ovi su anđeli zaduženi za stapanje duhovnog i materijalnog svijeta. Oni nikada ne prestaju s obavljanjem svoje zadaće. Tko god im se nađe na putu istog je trenutka uključen u njihov rad, doživljavajući Božju ljubav i dobrohotnost. Milost dolazi kao neočekivani dar, ona obogaćuje i pročišćuje naš život. Ako ste ikad usred tuge osjetili i trenutak radosti, tada znate što je milost. Što ste svjesniji ovih anđela, to će vam biti lakše osjećati tu milost u svakom trenutku. Kad odaberete ova bića, otvorite svoje srce i smiješite se.

• POZOVITE ANĐELE U SVOJ ŽIVOT •

**Posjeti mudru osobu** – Mnogo je različitih vrsta mudrih ljudi, starih i mladih, onih u nama i onih oko nas. Odabir ove situacije može biti poticaj da sjednete s nekom starijom osobom iz vašeg okruženja, s mudracom ili učiteljem. To može biti poziv da krenete na neku radionicu s nekim koga cijenite, a može predstavljati i poticaj da krenete na svoje unutarnje putovanje, da biste unutar sebe našli tu mudru osobu. Ta osoba može predstavljati vas kakvi ćete jednom biti, a može biti i netko tko ste bili u nekom od svojih prošlih života. Kroz ovu će vam se osobu javiti anđeli, kroz riječi ili kroz tišinu, gestom ili osjećajem.

**Stvori svoje sveto mjesto i osmisli svoj ritual** – To može biti meditacija koju provodite u kutu svoje spavaće sobe ili vaš ples na čistini usred šume. Kad to činite, znajte da će se anđeo povezati s vama kroz stvaranje posvećenosti i zaplesati s vama i moliti s vama. Dopustite si da vas taj kontakt produbi i oplemenjuje.

**Budi s biljkom, životinjom ili sa samom Zemljom** – Anđeo koji vam je potreban doći će do vas kroz usklađivanje s planetom i svim njegovim životnim oblicima. Dajte si dovoljno vremena da izađete u svijet. Sjednite pod drvo, poigrajte se sa svojim ljubimcem, prošećite šumom ili parkom, uspnite se na planinu. Omogućite si povezivanje sa samim planetom. Ispružite se na travi ili pijesku. Osjetite vjetar. Otvorite se nebu iznad vas. Kad činite tako, otvarate put kojim će anđeo doći do vas i šaptati vam kroz šumor lišća, kroz vjetar, kroz valove.

**Ne poduzimaj ništa** – Prestanite tražiti i istraživati. Otpustite sve i dopustite da vam anđeli priđu na svoj način i u svoje vrijeme. Znajte da nije potrebno da išta poduzimate. U stvari, upravo sada, baš ništa ne trebate činiti. Dopustite da anđeli dođu do vas na bilo koji način koji im se čini prikladnim. To se može desiti kad ih najmanje očekujete. Jednostavno se potpuno prepustite. Otpustite svu kontrolu i neka anđeli obave sav posao.

**Poduzmi nešto novo** – Toliko smo često zarobljeni rutinom i navi-

kama koje smo sami stvorili. Ne primjećujemo kolikim mogućnostima



obiluje naš život. Ako ste odabrali ovu okolnost, poduzmite nešto što nikada prije niste. Možda je sada trenutak da učinite nešto čega ste se prije pribojavali, nešto što će potaknuti vaše fizičke i mentalne sposobnosti. Smanjujući vlastita ograničenja širite svoje mogućnosti samopouzdanja i obnavljate svoju samouvjerenost. Bit ćete žustri i puni života.

**Provedi vrijeme s nekim koga voliš** – Nadite vremena da biste bili s dragom osobom. Ugovorite sastanak sa starim prijateljem. Ako u ovom trenutku ni prema kome ne gajite takve osjećaje, pozovite u svoj život ljubav, pozovite prijateljstvo. Posjetite baku ili nekog drugog rođaka. Pozovite susjeda na kavu. Ponekad zaboravljamo provesti vrijeme s ljudima do koji nam je stalo – zaboravljamo na ljubav.

**Provedi vrijeme na nekom lijepom mjestu** – Ljepota njeguje. Dopustite si odmor i neka vas iscjeljuje ljepota koju nam nudi ovaj planet ili ljepota koju je stvorio čovjek. Pođite u katedralu ili u džamiju, prošetite perivojem ili se popnite na toranj s kojeg se prostire veličanstven pogled. Dok ste tamo, osjetite kako vas anđeli okružuju, pa neka vas iscjeljuje i njihova ljepota.

**Posjeti iscjelitelja** – Kao i s posjetom mudroj osobi, ovo može biti izvanjsko ili unutarnje putovanje, jer na koncu mi smo svoji najbolji iscjelitelji. Dragi prijatelj može biti naš iscjelitelj. Slika koja na vas ostavlja snažan dojam može također biti iscjeliteljem. Možda ovaj odabir ukazuje da vam je potrebna pažnja, njega, masaža. Je li to podsjetnik da posjetite liječnika kojeg stalno odgađate? Mirno sjedite i znajte da ćete dobiti odgovor kroz ovu priliku. Kad posjetite iscjelitelja, anđeli će biti s vama i raditi s iscjeliteljem i kroz njega da bi pridonijeli vašem iscjeljenju.

**Zabavljaj se** – Ovo bi mogla biti najteža avantura od sviju. Često je teško biti neopterećen i slobodan, rijetko sebi dopuštamo da nas preplavi uгода. Ali kad uspijete, anđeli će biti s vama, smijući se i radujući. Neki ljudi nikad ne odrastu jer misle da se odrasli ne zabavljaju. Ali

zabavljanje je način da budete živi, da uživete u svakom trenutku. Ako

mislite da ste zaboravili, samo se sjetite da ste to jednom znali. Zaba-  
vljanje je poput vožnje biciklom. Ne možete zaboraviti kako se to radi,  
ali zaboravljate to činiti.

**Posjeti sveto mjesto i sudjeluj u obredu** – Ovaj put se od vas  
ne očekuje da sami stvarate svoje posvećeno mjesto, već da posjetite  
i sudjelujete u nečemu što je već ustanovljeno, tradicionalno, u nešto  
što svoje korijenje vuče iz prošlosti. To, na primjer, može biti tradicija  
u kojoj ste odgajani. Kad ste odabrali ovaj savjet, od vas je zatraženo  
da se otvorite anđelima predajući se nečemu izvan vas samih. Bit će  
dovoljno da se prepustite nečemu izvanjskom i drevnom da obavi sve  
što treba.

**Razgovaraj s nekim koga dugo poznaješ** – Ovo može biti vaš  
roditelj, stari prijatelj, bliski rođak ili netko iz vaše prošlosti kome se već  
zagubio trag. Kroz tu osobu koja vas je gledala kako rastete progovo-  
rit će vam anđeli. Ono što će vam reći ne mora biti ono što očekujete  
ili što želite čuti. Možda će od vas biti zatraženo da preispitate svoja  
samonametnuta ograničenja ili ćete morati prepoznati nešto divno u  
sebi što ste do sada nijekali.

**Učini nešto što ne želiš** – Mnogo se toga može naučiti iz proma-  
tranja svojih prosudbi i onoga što nam se ne sviđa. Ima stvari koje ne  
želimo učiniti jer nisu u skladu s našom prirodom, no ima i onih koje  
izbjegavamo iz straha ili ponosa. Ova nam situacija daje mogućnost  
da se oslobodimo ograničenja. Ako ste je odabrali, učinite nešto za što  
ste mislili da nikada ne biste mogli. Promatrajte svoj otpor i razmislite  
možete li ga se osloboditi. Zapitajte se što vam čini toliku nelagodu.  
Budite što otvoreniji i prijemljiviji. Osjetite prisustvo anđela. Oni su  
ovdje da bi vam bili podrška dok prolazite kroz svoje prosudbe ili stra-  
hove. Smijte se i plešući pođite zajedno u svjetlost.

**Potraži svoj predmet snage** – Predmeti snage usredotočuju vašu  
energiju i svrhovitost. Taj predmet može biti knjiga, kristal, kamen,  
neobičan štap kojeg ste našli u šumi ili školjka koja vam se svidjela

dok ste šetali plažom. Traženje predmeta snage je hodočašće do onog dijela

do onog dijela sebe kojeg ste spremni upoznati i slaviti. To je dio vas koji pamti zašto ste došli na ovaj planet i koja vam je zadaća. Kroz taj ćete predmet dobiti mogućnost da bolje upoznate sebe i da budete više istinski vi.

**Odreknite se nečega** – Odrecite se nečega što volite, ili nečega što nikad ne upotrebljavate ili nečega glede čega vas vežu negativne asocijacije. To nešto može biti vrlo vrijedno ili pak male vrijednosti. Sam čin odricanja oslobađa dio vašeg života i čini mjesto za nešto novo. Stvarate mogućnost za dobivanje anđeoskog dara. Ne mora se odvijati istog trena. Doći će u vrijeme anđela. Budite otvoreni za primanje i zahvalite kad primite.

**Stvori nešto** – Naslikajte sliku, plešite, skuhajte jelo, ispletite džemper, napišite pjesmu. Pozovite anđele da budu s vama dok to radite. Pozdravite ih kao svoje muze, koje vas blago povezuju s onim vašim dijelom koji je kreativan i bogat kao i sam život. Svoju kreativnost možete izraziti kroz šalu, poeziju, kroz cvijeće koje sadite u vrtu. Odabравši ovo iskustvo, imajte na umu da svi mi stvaramo zajedno s Bogom. Dopustite svojim stvaralačkim porivima da teku slobodno, poput sunčanog svjetla koje sije u svim smjerovima.

**Poveži se kroz knjigu, bilješku, film, TV ili umjetnost** – Ako je ovo vaš odabir, anđeli će vam prići kroz tuđi kreativni izraz. To može biti knjiga koju čitate. U filmu ćete možda naći priču koju trebate čuti. U slici ili plesu može biti toliko anđeoske povezanosti da vas jednostavno zaraze svojom radošću. Nešto je u ovom svijetu stvoreno upravo da biste vi dobili informaciju. Možda je stvoreno prije tisuću godina, a možda jučer. Negdje u svijetu nešto čeka da bi vam govorilo, nešto što je stvoreno zbog vas. Budite uvjereni da će vam anđeli svojim krilima utrijeti pute.

**Prepušti se svakom trenutku** – Ako ste izvukli ovu situaciju, znajte da se od vas traži da budete spremni za susret s anđelima u svakom trenutku, bio on sretan ili tužan, veseo ili ispunjen strahom. Svaki je trenutak naš učitelj. Ništa se ne događa pogreškom – nema slučajnosti.

Iz svake životne situacije možemo nešto naučiti, a "pogreška"

biti poučnijom od "pravog" poteza. Upamtite to. Znajte da su u vašem prepuštanju svakom trenutku anđeli uz vas, podržavajući vas i ohrabrujući dok doživljavate ujedinjenje sa Svime Što Jest.

**Razmisli o snu** – Ovo je jedan od najlakših načina da anđelima dopustite da vam pridu. Prije nego usnete, pozovite anđele da vam se jave u snu. Možete zamoliti svoje sanjajuće ja da sanja o određenoj situaciji i budite uvjereni da će vam se anđeli obratiti dok spavate. Može proći nekoliko noći dok san ne sazrije, no ako ste strpljivi, anđeli će doći. Mogli biste zamoliti svoje anđele da vam pomognu upoznati ih u snu. Više o sanjanju saznat ćete u 10. poglavlju.

**Potraži savjet u nekom drugom mediju** – Ako ste izvukli ovu kartu, predlaže vam se da prihvatite anđeosku pomoć korištenjem medija druge vrste. Odaberite neko drugo božansko oruđe, rune, tarot karte ili I Ching. Ili se možda trebate obratiti nekome tko čita s dlana ili nekome tko bi vam mogao sačiniti astrološku kartu. S obzirom da je ovo vaš odabir, dopustite svojem unutarnjem porivu da vas povede do pravog oruđa i vjerujte da će vas tamo čekati vaš anđeo.

**Otvori knjigu nasumice** – To može biti vaša omiljena knjiga ili bilo koja stara knjiga koja vas je privukla da je uzmete s police. Znajte da će anđeli povesti vašu ruku da otvorite knjigu na pravoj stranici i pomoći vam da svoj prst stavite na pravi odlomak, a riječi će vam reći ono što trebate čuti i saznati.

**Prisjeti se nečega iz svojeg djetinjstva** – U djetinjstvu smo svi bliži anđelima, pa je i njima lakše biti s nama. Kroz sjećanje nečega iz djetinjstva, nečega što ste napravili, pomislili ili osjetili, voljeli ili željeli učiniti, anđeli će vam još jednom prići, u nevinosti i radosti. Moglo bi pomoći ako pregledate svoje slike iz djetinjstva ili uzmite u ruke nešto svoje iz vašeg djetinjstva.

**Dopusti anđelima da pišu tvojom rukom** – Vrijeme je da sjednete u tišinu i izravno komunicirate sa svojim anđelom. Prođite kroz

proces Milost i dopustite anđelu kojeg ste odabrali da vam se javi.



Upijte njegovu mudrost kroz riječi koje ćete zapisati. Ovo je i prilika da razgovarate s anđelom onako kako ste naučili.

**Očekuj savjet od neznanca** – Ne možete znati je li netko prerušeni anđeo. Ne možete znati kad će vam se anđeo obratiti kroz nekoga koga ne poznajete. To se može desiti u autobusu ili dok stojite u redu. Naćulite svoje uši. Kad najmanje očekujete, neki će vam neznanac dati djelić informacije glede onog dijela vašeg života kojem je potrebno razjašnjenje. Možete dobiti smjerokaz o kojem nikada niste razmišljali. Često je lakše razgovarati s neznancima nego s prijateljima, a možda ćete ustanoviti da baš vi izgovarate riječi koje trebate čuti.

**Očekuj vodstvo kroz neočekivano** – Anđeli žive u području neodredivog, prozračnog prostora i vremena. Ako ste odabrali ovu situaciju, znajte da će vam anđeo prići na način koji nitko ne može predvidjeti, čak ni *Riječi anđela*.

## • NEKOLIKO PRIMJERA UPORABE

### *RIJEČI ANĐELA* •

Carolin odnos s Lois, svojom majkom, konačno se malo popravio. Upravo je stoga Carol bila povrijeđena kad ju je majka nazvala i započela s kritikama kao nekad. Carol je nakon razgovora bila toliko uzrujana da nije imala strpljenja čekati da bi se povezala sa svojim anđelom, pa je savjet potražila u *Riječima anđela*. Iz prvog snopa karata izvukla je *Uriela*, iz drugog snopa *Anđela iscjeljenja*, a *Provedite vrijeme s nekim koga volite iz trećeg*.

Pročitala je o Urielu i vidjela da je to arkandeo ranih jutarnjih sati, a da je njegova boja žuta. Da bi ga pozvala, upalila je žutu svijeću. Nije bilo sumnje da joj je Anđeo iscjeljenja došao da bi joj pomogao riješiti probleme s majkom, pa je pozvala i njega. U meditaciji s anđelima shvatila je da je zapostavila majku. *Provedi vrijeme s nekim koga voliš* bila je vrlo jasna poruka.

Odlučila je da će nazvati majku slijedećeg jutra. Prije nego što je nazvala, ponovo je upalila žutu svijeću i pozvala anđele. Kad je majka

podigla slušalicu, Carol je nakon srdačnog pozdrava zapitala majku bi li željela da joj Carol dođe u posjetu. Lois je bila iznenađena. "Željela bih da dođeš", rekla je, "ali sam se pribojavala pozvati te. Nisam mislila da bi ti to htjela."

Provele su zajedno tjedan dana i imale dovoljno vremena za razgovor. Raspravile su stara zamjerenja i otpustile ih. Počeo se razvijati nov zdravi odnos. Čak su imale i mali piknik ispod starog brijesta pod kojim se Carol igrala kao dijete. Za obje je to bilo vrijeme iscjeljivanja starih rana.

Kad je uzeo karte u ruke, Bobby nije na umu imao nikakvo posebno pitanje. Samo se želio povezati s anđelima. Promiješao je karte koje je napravio i odabrao *Rafaela*, *Anđela okoliša* i *Zabavljaj se*. Pročitao je značenje svake karte. Imajući na umu da je Rafael arkandeo zapada, Bobby je odlučio krenuti u zapadni dio grada, do svojeg omiljenog parka, da bi se tamo povezo s Anđelom okoliša. Kao pravi umjetnik, sa sobom je ponio blok za skiciranje. Šetao je parkom nekoliko sati i naposljetku otkrio ugodno, mirno mjesto. Sunce se spuštalo. Nebo je zadivljujuće pocrvenjelo bojom koralja. Bobby je posegnuo za svojim blokom i nacrtao nekoliko crteža. Tek se kasnije sjetio da je upravo sumrak Rafaelovo doba dana, a crteži koje je nacrtao toga dana nadahnuli su ga za čitavu seriju slika. Kad danas razmišlja o tom danu, Bobby osjeća da su ga uistinu blagosloveli anđeli.

Kevin je upravo proslavio prvu godišnjicu upoznavanja sa svojim anđelom. Suraduju na svim Kevinovim zadacima (v. poglavlje 11.). Napustio je posao u restoranu brze hrane i pokrenuo vlastiti posao, pripremanje hrane za zabave i bar mitzvahe. Posao dobro ide, ali radi od šest sati ujutro do jedanaest ili dvanaest svake večeri. Iako voli pripremati hranu, nešto nedostaje.

S obzirom na vrlo malo slobodnog vremena, odlučio se posavjetovati s *Riječima anđela*. Izvukao je *Gabriela*, *Anđela milosti* i *Razgovaraj s nekim tko te dugo poznaje*.

Otkrio je da je Gabriel arkandel kreativnosti i odnosa. Promotrio je svoja tri odabira i shvatio da je zapostavio svoje prijatelje. Osobito

mu je nedostajalo druženje s jednim starim prijateljem, Richardom, s

kojim se mjesecima nije čuo. Želio ga je nazvati istoga trena, ali morao je završiti kuhanje za zabavu koja se održavala te večeri.

Kad se vratio s isporuke, zazvonio je telefon. Kevin je potrčao da bi podigao slušalicu, a zatim se nasmijao kad je začuo poznati glas. Bio je to Richard. Dobar su dio vremena proveli razgovarajući, a kad je kasnije razmišljao o tome, Kevin se pitao – je li Richardov poziv bio slučajnost? Ili je ipak malo pripomogao Anđeo milosti?

Dok je Andrew radio na reviziji ovog poglavlja, nazvala ga je prijateljica Maryanne i požalila se da je ozlijedila rame. Zanimalo ju je može li doći da je pregleda.

Kad je stigla, Andrew je pregledao rame. Nije bilo iskrenuto kako se bojala. Njegov mu je anđeo rekao da joj kaže da je upravo bila premrežena. Maryanne je odahnula, a kad joj je Andrew spomenuo da radi s *Riječima anđela*, poželjela je izvući svoje karte.

Izvukla je *Rafaela*, arkandela zaduženog za liječenje, *Anđela umrežavanja*, koji je bio zgodna trenutna potvrda za ono što je Andrewov anđeo upravo poručio, i *Prepusti se svakom trenutku*. Nagonski je pokušala zanemariti bol i postaviti se hrabro. Kad je okrenula i treću kartu i pročitala što poručuje, rasplakala se. Bojala se da će je ozljeda spriječiti u odlasku na dugo planirani odmor. Andrew joj je objasnio da Anđeo umrežavanja radi kroz njezinu ozljedu i da će do putovanja biti sve u redu. Već slijedećeg dana rame je bilo osjetno bolje, a do polaska aviona bol je potpuno nestala.

### • ŽIVJETI U MILOSTI •

Prošli ste kroz cijeli proces *Milost*. Sada znate osnovne korake. Na trenutak se prisjetite svojeg života prije nego što ste počeli razgovarati sa svojim anđelom. U čemu se razlikuje od vašeg sadašnjeg života?

Prelistajte svoj dnevnik. Uočavate li mjesta na kojima se vaš um umiješao u glas anđela? Pregledavajući dnevnik sada, neke od anđeoskih poruka mogle bi vam biti jasnije i točnije nego kad ste ih primili. Budite svjesni svojeg napretka.

Trebalo vam je vremena da svladate proces *Milost* i da prodete kroz

svaku vježbu. Što ih češće radite, brže ćete i lakše prolaziti kroz slije-

## PROCES MILOST

deću. Zamolite svoje anđele da vam pomognu u vježbama koje su vam teže. S vremenom će proces *Milost* postati dio vaše prirode.

U slijedećem dijelu knjige pokazat ćemo vam kako sve ovo što ste naučili možete koristiti u svakodnevnom životu. Kad se udružite s anđelima, čak će i najobičnije aktivnosti biti oplemenjene ljubavlju i duhovnošću. U trenutku kad se otvorite svojem anđelu, uključujete se u radosno slavlje svih ljudi koji su se ikad susreli s anđelima. Živeći u MILOSTI, vi i vaš anđeo doprinosite stvaranju Raja na Zemlji.

U zajedništvu s

anđelima

anđelima

anđelima

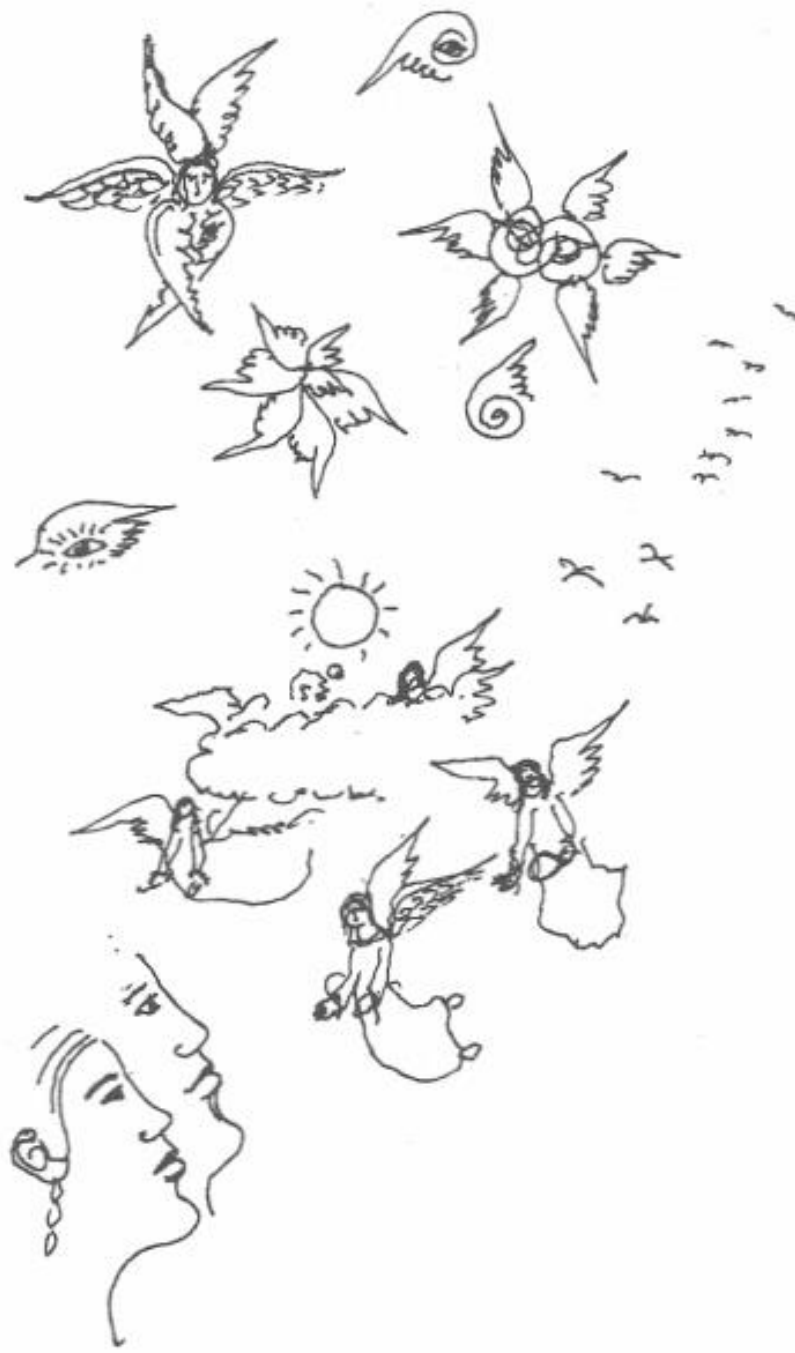
anđelima

anđelima

anđelima

anđelima





### III dio

# U zajedništvu s anđelima

Sada kad ste uspostavili kontakt s anđelima i kad ste ih otvorenog srca prihvatili, vrijeme je da sve što ste naučili primijenite u širem smislu, da bi postali stvarni i u vašoj svakodnevnici.

Ako su anđeli ikada trebali zagovornike u ljudskom obliku, onda je to upravo sada. Kad god se netko poveže s anđelima, jedan je zagovornik rođen, a jedno novo svjetlo biva upaljeno. Svako se svjetlo broji. Svako svjetlo doprinosi osvjetljenju Zemlje. Upravo zato govorimo o prosvjetljenju.

U prethodnom ste dijelu knjige ušli u radno zajedništvo s anđelima da biste u svaki dio svojeg života unijeli blagoslove ovih dobrostivosti. U poglavljima koja slijede otkrit ćete kako vam anđeli mogu pomoći u postizanju ciljeva, kako mogu ublažiti vaše probleme s liječenjem ili ovisnostima. Otkrit ćete kako vas mogu nadahnuti i utjecati na vaše intimne veze i kako vam mogu biti radosna pratnja u svim vašim odnosima – s obitelji i prijateljima, pa čak i u grupama na globalnoj razini.

Za početak vam dajemo nekoliko savjeta za još finije usklađivanje s vašim rajskim pomagačima, zajedno sa preporukama za korištenje snova i pisanja pisma da biste poboljšali i ojačali svoj kontakt. Za kraj smo istražili načine na koje naše veze s nebeskim bićima mogu rasti i mijenjati se kad ćemo zajednički djelovati u novom stoljeću i novom tisućljeću.

#### • SURADNJA KOJA JE STVORILA OVU KNJIGU •

Bilo bi sjajno reći da je pisanje ove knjige teklo skladno i bez problema kao što je bilo s našim međusobnim upoznavanjem i prihvaćanjem naše ponude, no to ne bi bilo ni blizu istini. Svatko je od nas troje imao svoje viđenje anđela i svatko je od nas bio vezan uz svoju vlastitu zamisao o knjizi i kako bi je trebalo stvarati. Dok je Andrew već bio koautorom knjiga, ni Alma ni Timothy nisu u tome imali nikakvog iskustva. A ni jedan od nas nikada nije pisao knjigu s još dvoje ljudi! Pokušajte staviti tri vozača za volan jednog automobila i imat ćete predodžbu kako nam je bilo.

Povremeno smo se nalazili u situacijama koje su izgledale kao nepremostivo neslaganje. Mi nismo anđeli. Vikali smo jedni na druge i prijetili

da ćemo se povući iz projekta. Osjećali smo se poraženo, neprikladno

i ljuto. Ono što smo smatrali svojim najvrjednijim idejama i riječima moralo je biti žrtvovano u ime sasvim drugačijih pristupa.

Osjećali smo se kao da smo postavljeni pred bezizlazni zadatak. No Abigrael nam je već u samom početku rekao, "Ova će knjiga nastati u anđeosko vrijeme". Mi smo ljudi i nismo baš spremno prihvatili taj savjet. Često smo radili po deset, dvanaest sati dnevno, a pri završetku smo tako radili tjednima iz dana u dan. Prošle su tri godine od trenutka kad je izdavačka kuća prihvatila ideju pa do završetka našeg rukopisa.

No, anđeli su nas u sve to uvukli, ali i poticali nas do kraja. Kad god je izgledalo da više nema izlaza, obraćali smo se njima za pomoć. Uvijek iznova, otvarali su naša srca i davali nam mogućnost da iznađemo izlaz. Pokazali su nam da je svaka zapreka pred kojom smo se našli bila odraz osobnog, neriješenog problema. Mnogo smo toga i sami razriješili pomoću vježbi *Otpuštanja*.

Kad smo naučili prepustiti svoje osobne poglede, doživjeli smo oslobođenje, širinu i kreativnost koja može postojati samo u grupi bez vođe, u grupi koju vodi srce. Ulaskom u suradnju s našim anđelima, i naravno našu međusobnu, shvatili smo da smo se našli u sasvim novom tipu suradnje. Naši su nas anđeli obavijestili da je to obrazac suradnje i društvenih nastojanja kakvi će postojati u budućnosti. Za stotinu godina, rekli su, u obiteljima, u poslu i u vladi bit će sasvim uobičajena suradnja oslobođena ega.

Svatko od nas imao je mogućnost da radi na skladne nove načine. U poglavlju koje slijedi i vi ćete otkriti radosti druženja sa svojim anđelima.



## Fino usklađivanje s anđelima



Otvorili ste se anđelu, čuli njegov prijazan glas ili osjetili njegovo veličanstveno i ljubavljivo ispunjeno prisustvo. Počelo je vaše uživanje u njegovu društvu, možda ste se već i nasmijali ili plakali zajedno. Prolaženjem kroz proces *Milost* naučili ste osnovne korake. Sada ste spremni krenuti dalje i razvijati sposobnost pročišćenja i održavanja međusobne komunikacije kad god i gdje god to želite.

Ponekad se događa da komunikacija puca. Zašto se to događa i što možemo poduzeti glede toga? Što s porukama koje nisu isitnile? Postoji li mogućnost da anđeli pogriješe? Koji je najbolji način na koji možemo

zamoliti svojeg anđela za pomoć u osobnim problemima?

U ovom ćete poglavlju naći odgovore na ova pitanja, a osim toga, da bismo vam pomogli u svladavanju svih prepreka, predlažemo vam razrađenije, naprednije tehnike za *Uzemljavanje*, *Otpuštanje* i *Povezivanje*.

Otvarajući se anđelima, otvaramo se drugim svjetovima, drugim dimenzijama osjetljivosti. Sada kad ste upoznali *Osnovnu meditaciju uzemljavanja* (str. 111), uživat ćete u istraživanju svijeta arhetipova koji postoji u kolektivnom nesvjesnom. Arhetip predstavlja određenu kvalitetu ili niz osobina – božica Venera, na primjer, predstavlja žensku ljepotu, a Majka Božja primjer je majčinske ljubavi. U suvremenom životu, Arnold Schwarzenegger je simbol snažnog muškarca, a pjevačica Madonna savršen je primjer za seksualnost. I životinje predstavljaju određene arhetipske značajke: lav je hrabar, lisicu povezujemo s lukavošću i tako dalje.

U vježbi *uzemljavanja* koja slijedi, možete se sprijateljiti sa životinjama, povrćem ili kraljevstvom minerala, ali i povezati se s anđelima, arkandelima i arhetipskim područjem. Otkrit ćete da su čakre veza između vašeg finog i fizičkog tijela i drugih nevidljivih svjetova.



### Vježba br. 17

### NAPREDNO UZEMLJAVANJE

Kao što smo i prije preporučili, snimite ovu vježbu da biste mogli slušati upute bez listanja knjige. Prije no što počnete, pogledajte još jednom tablicu čakri (str. 109 i 116), a pripremite i svoju anđeosku bilježnicu, olovku i kazetofon.

1. Uđite u svoje sveto mjesto. Udobno se smjestite i zatvorite oči. Budite svjesni svojeg tijela. Pažnju usmjerite na kucanje srca i na disanje. Vizualizirajte korijenje koje izrasta iz vaših stopala i donjnjeg dijela kralježnice i spušta se duboko u Zemlju.
2. Podignite energiju Zemlje kroz svoje korijenje u svoje tijelo, do prve čakre u bazi vaše kralježnice. Vaša korijenska čakra je mjesto povezivanja sa Zemljom i kraljevstvom minerala. Zamislite da ste stijena. Kakva ste stijena? Okrugla i glatka?

Osjetite svoju bliskost sa stijenjem koje vas okružuje. Jeste li

- okružuje. Jeste li usađeni u tlo? Ležite na površini? Jeste li obasjani suncem ili po vama pada kiša? Jeste li na plaži, blizu mora, na obali rijeke, u šumi ili u pustinji? Kako se osjećate takvi kakvi jeste? Kako se osjećate čvrsti i sigurni, potpuno sigurni u svojoj stjenovitosti? Dopustite da taj osjećaj iz korijenske čakre prožme čitavo vaše tijelo i ispuni vas osjećajem sigurnosti i neranjivosti.
3. Kad ste spremni, neka se energija Zemlje podigne do vaše druge čakre. Sakralna čakra je mjesto koje vas spaja s kraljevstvom bilja, mjesto povezanosti s duhovima prirode koji brinu o svemu što raste. Sada energiju Zemlje usmjerite kroz zdjelicu i genitalne organe, osjećajući svoju vlastitu biljnu prirodu. Jeste li stablo, biljka ili cvijet? Jeste li tek jedna travka ili ste snop pšenice? Osjećate li sunce na svojoj stapki? Osjetite vjetar, kišu, prolazak godišnjih doba. Osjetite koliko ste plodonosni, kako ste bogati i rodni. Prave rijeke kreativnosti prirodno protječu kroz vas.
  4. Sad se energija podiže do vaše treće čakre, do solarnog pleksusa, koji je sjedište moći i povezujuća točka s domenom životinja. Dok energija Zemlje teče u to područje, zapitajte se koja ste životinja. Jeste li veliki ili mali? Miroљubivi ili divļji? Jeste li stvorenje voda, zemlje ili neba? Što vam vaša životinja govori o vama? Dopustite svojoj životinjskoj prirodi da prožme čitavo vaše tijelo. Budite ta životinja. Potvrdite svoju drevnu životinjsku mudrost.
  5. Poput vodoskoka, zemaljska se energija diže do vaše srčane čakre, središta bezuvjetne ljubavi i posebnog područja humanosti u vama. Povežite se s energijom svojeg srca, osjetite vlastitu ljudskost, svoju brižnu prirodu, svoje slabosti i pogreške, svoje snove i svoje neuspjehe. Imajte razumijevanja za sebe, prihvatite se s ljubavlju. Sjetite se sviju koje ste voljeli i koji su voljeli vas.
  6. Energija Zemlje se podiže i utječe u vaše više srce, u timus čakru. Ova čakra predstavlja novo buđenje sveukupne humanosti. Ona je središte globalne povezanosti i bratstva, mira i druženja. Osjetite kako vas vibracije s ovog mjesta povezuju sa svime ljudskim. Vi ste dio svega, nikada sami i uvijek u skladu s najdubljim i najvišim potrebama naše vrste.
  7. Zemaljska se energija podiže do vaše slijedeće čakre, do grla

i ušiju. Opustite čeljust i otvorite svoje unutarnje uši. Ovo je

točka na kojoj se povezujemo s našim anđelima. Vizualizirajte obrnuti trokut koji povezuje vaše uši i grlo, i neka se ovo područje ispuni dobrom uzemljujućom energijom Zemlje. S ljubavlju i dobrodošlicom pozdravite svoje anđele i slušajte. Ako vam navru slike ili osjećaji, zahvalite svojim anđelima što su vam prišli.

8. Neka se energija podigne do vašeg Trećeg oka, povezujući vas s područjem arkandela. Pozovite njihovu ljubav i moć kroz svoje Treće oko i neka ispuni cijelo vaše tijelo. Budite otvoreni primanju bilo čega što arkandeli sada trebaju dati.
9. Dopustite energiji Zemlje da poteče prema vašoj krunskoj čakri, na samom vrhu vaše glave. Ovo je sjedište Božanskog u vama, Boga samog. Otvorite se moći i veličanstvenosti božanskog Sebstva. Spoznajte tko ste. Spoznajte gdje ste.
10. Osjetite kako iz vaše krunske čakre izrastaju niti i prostiru se kroz svemir, povezujući vas sa svakim dijelom kreacije. Udahnite svjetlost zvijezda, udišući ih kroz niti svoje krunske čakre, jednu po jednu. Neka prođu kroz sve vaše čakre, ispunjavajući vas, pronoseći univerzalnu energiju kroz svaku. Neka ovaj zvjezdani vodopad bude blagoslov Božanskom u vama, arkandelu, anđelu, čitavom svijetu, voljenim vama, svim životinjama, biljkama i stijenju.
11. Vaše tijelo sada zrači. Osjetite kako je živo i pulsirajuće. Osjetite svoju povezanost sa Svime Što Jest. Znajte da ste blagoslovljeni i cjeloviti. Znajte da ste dovoljni. Odmorite se u ovom vremenu izvan vremena, konačno znajući, možda čak i prisjećajući se, kakav je osjećaj biti sasvim sa sobom.
12. Kad osjetite da je vrijeme, kad ste spremni, postanite svjesni svojeg tijela, osjetite stolac na kojem sjedite, postanite svjesni prostorije u kojoj ste. Položite ruku na srce. Polako, sasvim polako otvorite oči.

Zabilježite svoje dojmove u anđeosku bilježnicu. Ne zaboravite zapisati datum. Tijekom dana sjetite se slika koje ste dobili u meditaciji. Kad vam zatreba osjećaj stabilnosti i sigurnosti, prisjetite se kako ste se osjećali kao stijena. Kad se želite osjećati snažnijima, prisjetite se kako ste se osjećali kao životinja. Svaki put kad radite ovu meditaciju, budite spremni na promjenu slika. Prihvatite sve što se pojavi, jer vam

je upravo to potrebno u tom trenutku.



Ova je vježba imala izvanredan utjecaj na Dorothy. Ona je pažljiva i osjećajna mlada žena, a osim toga i vrlo stidljiva. Do tada na radionici nijednom nije progovorila. No, poslije Naprednog uzemljavanja prva je željela podijeliti doživljaj.

“Nešto se dogodilo, a ja nisam sigurna što”, rekla je razgovijetnim i čvrstim glasom. “No zaista sam se osjećala kao stijena, kao stablo i kao orao. A najčudnije je što mi je to bilo sasvim normalno i prirodno. Čini mi se da nikad prije nisam bila svjesna svoje snage.”

Dorothy je otkrila osjećaj unutarnje vrijednosti. A to je bilo i najpoželjnije.

### • NEVOLJE: VEZA JE PUKLA •

Razgovaranje s anđelima je kao telefonski razgovor s prijateljem – ponekad dođe do prekida veze. Nakon što ste uspostavili jaku vezu, može se dogoditi da se poruka s vremena na vrijeme prekine. Prekid prijenosa usred rečenice ili uočljiva promjena glasa ili jezika ovisi o samosvjesnosti. Uzbuđenje može dovesti ego u prvi plan.

Jeste li se ikad zatekli izvan vlastitog tijela i odjednom to shvatili? Čim ste to opazili – BOOM! – istog ste se trena vratili. Ponekad se tijekom razgovora s anđelima dogodi isto. Reakcija u stilu “Vidi ovo!” sasvim je prirodna kad počinjete, no može omesti stanje otvorenosti i primanja na čemu ste toliko radili. Ako razgovor počne tonuti, možete zamoliti anđela da se vrati ili možete pribjeći vizualizaciji iz 14. vježbe da biste se ponovo povezali. Nakon određenog iskustva s osnovnim vježbama iz 6. poglavlja, možete upotrijebiti i naprednu vježbu usklađivanja.



### Vježba br. 18

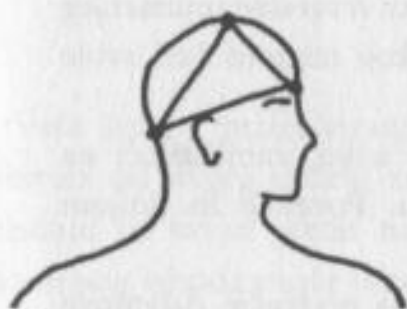
### UNUTARNJI TELEFON

Ova je vježba dio duhovnog softvera kojim možete obogatiti svoje unutarnje računalo da biste lakše “nazvali” svojeg anđela. Upoznajte se s dijagramom da biste dobili osjećaj za dijelove prije no što započnete

s vizualizacijom.

## U ZAJEDNIŠTVU S ANĐELIMA

1. Udobno se smjestite. Zatvorite oči i usmjerite svoju pažnju na disanje. Opustite se.
2. Vrhove prstiju položite na Treće oko. Zamislite da vaš dodir na tom mjestu stvara točku zlatnog svjetla.
3. Sad pomaknite svoje prste na vrh glave. Osjetite kako dodir na vašoj kruni stvara drugu točku zlatnog svjetla. Vizualizirajte liniju zlatnog svjetla koja povezuje ove dvije točke, prolazeći kroz mozak.
4. Zatim kliznite prstima na stražnji dio glave i neka se smire na zatiljku, na ispupčenju lubanje iznad vrata. Osjetite kako se treća točka zlatnog svjetla pojavljuje kad ste dodirnuli ispupčenje i vizualizirajte drugu liniju zlatnog svjetla koja se povezuje s krunom.



Unutarnji odašiljač



Unutarnji prijamnik

5. Sada ponovo pomaknite prste na svoje Treće oko, do prve zlatne točke. Osjetite treću liniju zlatnog svjetla kako prolazi kroz vaš mozak, povezujući točku na zatiljku s Trećim okom.
6. U svojoj ste glavi stvorili trokut zlatnog svjetla. Kad ga sasvim osjećate, odvojite vrhove prstiju i pomaknite ih na sljepoočice. Nađite vama pogodnu točku iznad svakog uha i promatrajte kako se na tim mjestima pojavljuju još dvije zlatne svjetleće točke. Povežite točke svake sljepoočice s još jednom linijom zlatnog svjetla koja prolazi kroz zlatni trokut, kroz središte vašeg mozga.
7. Ovo je unutarnji odašiljač za razgovor s vašim anđelima, poput dijela telefonske slušalice u koji govorite. Kad je jasno postavljen u vašoj glavi, spremni ste za stvaranje unutarnjeg telefonskog prijamnika, dijela kroz koji možete čuti svoje anđele.
8. Blago položite vrhove prstiju preko ušiju, zamišljajući na svakom uhu po jednu zlatnu točku. Povežite ih linijom zlatnog svjetla.
9. Vrhove prstiju sada stavite na grlo, na područje Adamove jabučice, i na tom mjestu zamislite treću točku zlatnog svjetla. Vizualizirajte dvije zlatne linije koje povezuju točke na vašim ušima s točkom na grlu, čineći još jedan trokut. Ovo je vaš anđeoski prijamnik.

Vježbu *Unutarnjeg telefona* koristite da biste ponovo “nazvali” svoje anđele kad ste zbog nečega morali prekinuti razgovor ili kad želite intimno popričati. Nakon što vježbu provedete dva ili tri puta, više nećete trebati prolaziti kroz sve korake. Jednostavno ćete moći brzo vizualizirati svoj unutarnji telefon.

Svoje misli uputite anđelu iz prvog trokuta i osjetite kako poruka vašeg anđela vibrira vašim tijelom kroz trokut između grla i ušiju. Možda vam se sada čini prezahtjevnom vježbom, ali kao što je rekao Ronny, “Jednom kad uvježbate, radi kao telefonska kompanija. Jedina je razlika što telefonska linija anđela nikada nije zauzeta.”

### • NAZVALI STE POGREŠAN BROJ •

Kad se savjet vašeg anđela pokaže lošim, krivnja nije do anđela. Poruke koje su krive ili se pokažu neistinitima, ishod su želje ili straha koji nije otpušten prije razgovora s vašim nebeskim pomagačem. Svjesni ste, naravno, da svaka situacija može završiti na mnogobrojne načine, a anđeli vide sve mogućnosti odjednom. S obzirom da oni ne prosuđuju na isti način kao mi što je pravo a što krivo, što je dobro, a što je loše, svaku situaciju vide kao priliku za učenje, za iskustvo i rast. Naši anđeli brinu za nas, žele da budemo sretni i da postignemo svoje ciljeve, pa ako je ishod koji nama odgovara jedan od onih koji su mogući, možemo primiti poruku koja potvrđuje da će se tako i dogoditi. Poruka odražava našu želju.

### • ŽELJA •

Vaše želje i priželjkivanja u velikoj mjeri utječu na poruke koje dobivate od svojeg anđela, zamagljuju ih svojim dodacima. Kad anđela zamolite za savjet glede nečeg što je vama važno, vaše očekivanje određenog ishoda može iskvartiti ili izobličiti informaciju koju primete. Upravo je stoga toliko važno svjesno pročistiti svoj um i osjećaje, da njima ne biste opterećivali odgovor prije nego što ga dobijete.

Corrie je naša draga prijateljica, vrlo osjećajna i inteligentna žena. U vrijeme kad je susrela svojeg anđela Eleo i kad je otpočela njihova komunikacija, radila je na vrlo zahtjevnom poslu izvršnog asistenta u državnom baletu. Osim toga, bila je u vezi ispunjenoj usponima i padovima. Nakon nekog vremena, počela je od Eleo tražiti savjete o svojoj vezi. Zapisala je odgovore, a oni su je uvjerali da je sve u redu, da će se udati za svojeg partnera i s njim imati dijete, a da ona sama treba biti otvorenija i nježnija. Kad je otkrila da njezin mladić održava vezu s još jednom ženom, prekinula je s njim, a zapisane poruke bacila u smeće.

### • GRIJEŠE LI ANĐELI? •

"Dosta mi je", rekla je Corrie, a na licu joj se odražavala istinska bol. "Kako mogu vjerovati ičemu što mi anđeo govori? Zašto mi nije rekla o čemu se radi? Kako mi je mogla reći da ćemo se vjenčati, da ćemo

imati dijete? Jednostavno ne razumijem!"



Ni nama nije bilo jasno. Odlučili smo zamoliti za odgovor svoje anđele.

LNO: Prema izvornom materijalu koji je primila, do izobličenja poruke došlo je zahvaljujući njenim htijenjima i strahu, koji su onemogućili da intuitivni ili viši glas bude jasan i istinit. Priželjkivanja i strah doveli su do željenog odgovora.

Corrie je sklona odbijanju da čuje i vidi istinu ako to nije ono što želi ili vjeruje. Ta je osobina omela poruke. One su odrazile njezine želje.

Pitat ćete kako onda možete znati je li informacija koju ste dobili proizašla iz želje. Je li je želja izokrenula? Naš je odgovor – pitajte! Otpustite sve zabrinutosti prije nego zatražite savjet. U umu i u srcu želite jedino istinu, da jedino ona bude važna. Ako postoji i najmanja sumnja u vjerodostojnost informacije, pitajte. Pitajte i pitajte ponovo. Na jednostavno i iskreno pitanje uvijek se dobiva odgovor.

### • STRAH •

Strah je neodvojivi dio želje. Strah da se ono što priželjkujete neće ostvariti razbija anđeosko primanje na isti način kao i želja – svojim utezima i sebičnošću. Kad se govori o povezivanju s anđelima, često se spominje riječ predavanje. Predati se znači odbaciti strahovanja i vjerovati da će se sve odviti za najveće dobro.

Prije nego što anđelu postavite pitanje, postavite si nekoliko pitanja glede svojih mogućih strahova:

Kako ću se osjećati ako se dogodi ono čega se bojim?

Što ću učiniti?

A zatim?

Želim li otpustiti ovaj strah?

Želim li znati istinu?

Ako je odgovor potvrđan, primijenite jednu od tehnika naprednog otpuštanja. Zasnovane su na elementima zemlje, vode i vatre. (*Tehniku oslobađanja* u kojoj se koristimo elementom zraka naći ćete u 11. poglavlju, na str. 229). Neke vam vježbe mogu odgovarati više od drugih. Predlažemo da pročete svaku, da biste ustanovili koja vam



## Vježba br. 19

### OSLOBAĐANJE ZEMLJOM

Radeći vježbu uzemljavanja i upoznavajući svoje čakre, možda ćete osjetiti potrebu očistiti neko posebno područje za koje je zadužen određen energetski centar. Na primjer, problemi sa sigurnošću povezani su s korijenskom čakrom, razočaranje u ljubavi povezano je sa srčanom čakrom i tako dalje. Vratite se na tablicu čakri (str. 109) da biste osvježili sjećanje, a niste li sigurni koju čakru trebate obraditi, otpustite blokade sa svih energetskih središta. Brže rješenje je otpuštanje iz srčane, a zatim iz korijenske čakre.

Ova vježba proširuje *Osnovnu vježbu otpuštanja*. Omogućuje vam da udete dublje u finije tijelo, da biste došli do mjesta u kojima su pohranjene blokade. Tijekom jedne vježbe možete proći sve čakre ili raditi na samo jednoj. Da biste raščistili blokadu u samo jednoj čakri, radite na njoj nakon uzemljavanja u korijenskoj čakri. Vježba je osobito učinkovita pri oslobađanju strahova, dvojbi, razočaranja i osjećaja manje vrijednosti, neprikladnosti i samooptuživanja.

1. Opustite se i zatvorite oči. Zamolite svojeg anđela da bude s vama. Dok šalžete korijenje u Zemlju, usredotočite se na svoje disanje. Kad se korijenje spustilo dovoljno duboko i učvrstilo se, upijajte energiju u svaku od svojih čakri.
2. Zamislite kako fina vlakna izlaze iz vaše krunske čakre, dosežući do neba i povezujući vas sa svemirom. Kroz vlakna udišite nebesku energiju i šalžite je u sve svoje čakre, jednu po jednu. Usmjerite pažnju na korijensku čakru.
3. Obratite pažnju ima li u njoj bilo kakvih emocija, sjećanja ili blokada koje bi trebalo otpustiti. Ako ih ima, usredotočite se na svaku pojedinačno. Razmislite odakle potječu i zapitajte se što ste iz toga naučili.
4. Kad ste spremni za otpuštanje, zahvalite sjećanju ili blokadi za ono čemu vas je naučila. Duboko udahnite, a potom snažno ispuštite zrak kroz usta, uz glasan ispuh. Dok ispuštate zrak, zamislite kako blokada putuje kroz vaše korijenje duboko u zemlju. Ponovite još dva puta.

5. Kad ste spremni, duboko udahnite, zamišljajući kako se

energija Zemlje podiže do vaše sakralne čakre i ponovite korake 3 i 4. Ponavljajte ovaj postupak sa svakom čakrom, istražujte i otpuštajte.

6. Zahvalite svojim anđelima i svojoj majci Zemlji za suradnju. Postanite svjesni svojeg fizičkog tijela. Obratite pažnju na disanje. Kad ste spremni, otvorite oči.

Možda ćete otkriti da vam je ovo otpuštanje u Zemlju dalo dodatnu nagradu – osjećaj da ste uzemljeniji, centriraniji i stabilniji.

Allan je primijenio ovu vježbu da bi otpustio zlovoljnost, iako tog osjećaja nije bilo na njegovoj prvobitnoj listi. Ipak, kad je napravio *Osnovnu vježbu otpuštanja* (str. 127) da bi se oslobodio zavisti prema bratu, primijetio je da više ne žudi za onim što ima njegov brat, ali da glede toga još uvijek osjeća ljutnju. Počeo je uočavati i druge stvari koje ga ljute – naporan rad, stalni dugovi, srčani udar – i po prvi je put prepoznao negativan obrazac koji ga muči čitav život.

Prije vježbe oslobađanja zemljom, otvorio se svojem anđelu. Nadao se da će osjetiti jednako ushićujući doživljaj ljubavi kao na radionici. Uistinu nije očekivao da će čuti bilo kakvu riječ ili da će dobiti poruku, no u najdubljem kutku srca oblikovao je pitanje: "Anđele, kako da se riješim sve svoje srdžbe?"

Na svoje zaprepaštenje – i oduševljenje – čuo je:

"Otpusti prošlost. Ti to možeš. Dođi u sada. Misli na svoje blagoslove, a ne na svoje nevolje."

Allan se opustio. Počeo je razmišljati o svemu dobrom u svojem životu, o svojoj obitelji i prijateljima, o kolegama s kojima radi, o godišnjem odmoru na koji se sprema. Nakon nekoliko minuta opazio je da ne može doći u dodir s ljutnjom. No, za svaki slučaj, još je jednom ponovio vježbu. Bilo je sasvim očito da uživa.

Nekima su od nas misli najjasnije pod tušem. Slijedeća će vam vježba omogućiti da pročistite i očistite svoje mentalno, emocionalno i fizičko tijelo.





## Vježba br. 20

### OSLOBADANJE VODOM

Ako vam pravi tuš nije pri ruci ili vam je iz bilo kojeg razloga neprikladan, ovu vježbu možete provesti i vizualizacijom. Ustanovit ćete da je osobito učinkovita u radu pri kolebljivosti, neodlučnosti, lijenosti, odugovlačenju i pomanjkanju pažnje, no slobodno ispirite i bilo što drugo.

1. Stanite ispod tuša tako da ste sa svih strana okruženi vodom. Osjetite kako vas anđeli vode peru i ispiru.
2. Odredite što ste spremni otpustiti i osjetite to unutar sebe i oko sebe, u energetskom polju koje okružuje vaše tijelo.
3. Dok voda teče niz vas, osjetite kako zajedno s vodom odlazi i ono što otpuštate. Pri ispiranju si pomozite i rukama, zamišljajući kako otpušteno otječe u slivnik.
4. Ne zaboravite zahvaliti otpuštenom na onom što vas je naučilo, a zahvalite i anđelima vode što su vam pomogli očistiti vaše tijelo.
5. Uživajte u daljnjem tuširanju.

Rosie ovu vježbu radi svakoga jutra dok se tušira, da bi se pripremila za dan. Radi u ranojutarnjoj smjeni u McDonald'su, a uvečer voli otići na zabavu, pa joj ustajanje u pet sati ujutro zna biti vrlo naporno. Nekad je na posao dolazila mrzovoljna, no otkad se tušira s anđelima, njeno raspoloženje je sjajno.

Ovom vježbom možete spriječiti nepredvidljiv otpor koji se može pojaviti tijekom vaših dnevnih aktivnosti. Ako se tuširanjem koristite da biste ujutro očistili i rastvorili zlatne niti svojih krila, tada ih raskrilite prije same vježbe i pomozite se njima pri ispiranju.

Vatra pročišćuje. Kad vas nešto dovede do "usijanja", primijenite slijedeću vježbu da biste vatru pobijedili vatrom.





## Vježba br. 21

### OSLOBAĐANJE VATROM

Oslobađanje vatrom je vježba koju možete primijeniti u najrazličitijim situacijama. Ipak, osobito je dobra za otpuštanje mržnje i zamjerenja, ogorčenosti, zavisti, ljubomore i svega ostalog što se može odnositi na druge ljude. Potrebni su vam papir i olovka, šibice, zdjela s vodom i metalne hvataljke. I naravno, anđeli vatre.

1. Na prazan list papira zapišite ono što vas veže za drugu osobu, na primjer ljubomoru ili zavist. Za svaki osjećaj uporabite drugi papir. Dva puta presavijte svaki papir da ne biste vidjeli što na njemu piše.
2. Izmiješajte presavijene papire, a zatim odaberite jedan od njih.
3. Rastvorite papir i razmislite o situaciji(ama) koje su izazvale osjećaj koji ste zapisali. Zamislite kakav bi bio vaš život da taj osjećaj niste zadržavali ili pothranjivali. Na koji bi se način promijenio vaš odnos s tom osobom? Zapitajte se jeste li ga spremni otpustiti? Ako niste, taj papir odložite sa strane i odaberite drugi kojeg ste spremni otpustiti.
4. Duguljasto smotajte papir i uhvatite ga hvataljkom. Držite ga iznad zdjele s vodom i zapalite. Iako nije elegantno, to možete učiniti i nad zahodskom školjkom. Naravno, bilo bi savršeno kad biste imali kamin.
5. Zamolite anđele vatre da vaš um, tijelo i emocije pročiste od ovog stanja i potpuno vas oslobode tog osjećaja. Bacite spaljeni papir u vodu.
6. Ponovite korake od 2-5 sa svakim osjećajem kojeg ste zapisali, a kojeg ste spremni otpustiti. I ne zaboravite zahvaliti anđelima vatre.

Astrološki, Carol je lav, vatreni znak (velik broj glumaca i glumica su po horoskopu lavovi). Vježba oslobađanja vatrom privukla ju je da bi raščistila odnos ljubavi i mržnje koji je imala s prijateljicom, također glumicom. Vrlo su bliske, no kad god bi Melissa dobila dobru ulogu,

Carol bi izjedala zavist. Našla bi način da povrijedi Melissu dajući

neugodne komentare o njenoj frizuri, kilogramima ili mladićima. Mellisa je upravo dobila ulogu u TV sapunici i Carol je bila očajna.

Carol je zapisala riječ "zavist" na list papira i pokušala zamisliti kako bi se osjećala kad ne bi zavidjela Melissi. U početku joj je to bilo vrlo teško zamisliti. Zatim je zamislila da je ona dobila ulogu i situacija se preokrenula. U svojim je mislima vidjela ushićenu Melissu kako se raduje njenom uspjehu. Osjetila je sigurnost i samouvjerenost. U tom je trenutku shvatila da je Melissin uspjeh plaši i izaziva sumnju u vlastitu nadarenost. Poderala je papir na kojem je pisalo "zavist" i brzo na drugi papir zapisala "sumnja u samu sebe". Nimalo nije oklijevala kad ga je palila, a kad ga je spalila osjećala se bolje i glede sebe same i Melisse.

Osjećaji su ponekad vrlo duboki, pa mogu iznenaditi kad se pojave na površini. Ako se to dogodi, prvo napravite *vježbe uzemljavanja, otpuštanja i usklađivanja*. Zatim zamolite svoje anđele za informaciju o izvoru tog stanja, kao i za savjet o pomoći. Riječi anđela često su iznenađujuće, jasne i vrlo korisne.

### • KAKVO PITANJE POSTAVITI? •

Tko nema problema u nekom odnosu? Voli li me? Hoće li me napustiti? Hoćemo li se vjenčati? A zatim čitav niz pitanja povezanih sa sigurnošću glede našeg posla, života, novca. Najčešće su povezani s našim željama i strahovima. I, kako da dobijete odgovor na ovakva pitanja?

Zamolite svoje anđele za uvid i osvjetljavanje situacije. Zamolivši za razumijevanje i jasnoću, za vodstvo u ispravnom djelovanju, ostavili ste široko otvorena vrata bezgraničnim mogućnostima. Umjesto da pitate "Voli li me Tom?", zatražite razjašnjenje Tomovih osjećaja prema vama. Ili "Kakva je priroda našeg odnosa? Što zajedno trebamo naučiti?" Ili "Kako mogu doprinijeti našem odnosu? Što trebam znati o njegovim/njezinim potrebama?"

Imajte na umu da anđeli rade na nježan, drag i strpljiv način. Oni su spremni rješavati stvari malo po malo, čak i kad mi nismo. Za stare, kronične probleme treba vremena. Oni moraju raditi kroz naslage naših obrana koje smo podigli u najboljoj namjeri – da bismo se zaštitili. Možemo biti sigurni da će nas anđeli povesti onoliko daleko koliko smo spremni, korak po korak, postupno raščišćavajući put. Stoga budite str-

pljivi sa samima sobom i sa svojim dragim pomagačima.

### • NIŠTA OSIM ISTINE •

Kao što i televizor treba održavati i čistiti mu ekran, tako se i vi možete razvijati i postajati sve čišćim prijarnikom. Podsvijest će se iz jednog dijela vašeg života, pri dijete ili zdravoj prehrani, na primjer – najvjerojatnije proširiti i na druga područja. Ponavljanje nezdravih ili loših navika, bez obzira jesu li fizičkog, mentalnog ili emocionalnog tipa, ustaljuje se u podsvijesti.

Jednom kad se otvorite svojim anđelima, čitav će vam se život početi mijenjati. Naš prijatelj Phil, odvjetnik po zanimanju, nazvao je svojeg anđela Vilom istine, jer je kroz svoje razgovore s njom počeo sam sebi priznavati mnoge stvari o sebi koje je izbjegavao trideset i devet godina, kako dobre, tako i one loše. On je ljubazan i pažljiv, no otkad je upoznao svoju Vilu istine, postao je i iznimno brižan. Prije je običavao frknuti nosom na proslave rođendana, osobito svojeg, no sada vodi računa i o svojem rođendanu i o rođendanima svojih bližnjih i u takvim prigodama priprema prava slavlja.

### • PREKRETNICE •

Tijekom procesa traženja istine otkrit ćete da se prije skrivene sposobnosti i darovitosti počinju razotkrivati. No otkrit ćete i nečist, ovisnosti i strahove. Sve to izlazi na površinu da bi bilo uočeno, prihvaćeno i otpušteno ili iskorišteno. Vaša prva reakcija mogla bi biti želja da glavom bez obzira odjurite na najvišu planinu ili na daleka južna mora, da biste pobjegli od tih dijelova sebe koji predstavljaju izazov, prijetnju ili stid. Ipak, imajte povjerenja u sebe i svoje anđele. Ostanite tu gdje jeste. Radujte se svemu što se pojavi, jer doprinosi vašem duhovnom razvoju i radite na tome uz pomoć svojih odanih anđela. Oslobađanje od loših navika i ustaljenih vjerovanja pomoći će vam da izgradite dobar temelj za zdravo samopouzdanje i da uspostavite još bolju komunikaciju s anđelima.

Kao što smo već spomenuli, za razgovor s vašim anđelom potreban vam je samo otvoren um i iskrena želja u srcu. U slijedećem poglavlju vidjet ćete da sa svojim anđelom možete ostvariti kontakt i pismom ili kroz san.

## Pisanje pisama i sanjanje s anđelima



**O**stvarujući sve dublje prijateljstvo sa svojim najboljim nebeskim prijateljem uživat ćete u otkrivanju raznovrsnih načina druženja u svojem svakodnevnom životu. Pisanje pisama svojem anđelu i anđeoskim pratiteljima drugih ljudi osvijestit ćete zajedničke ciljeve i ojačati razinu međusobnog sporazumijevanja. A sanjanje s anđelima otvorit će vam bogato spremište vrijednih informacija koje obično leže skrivene

skrivene u podsvijesti.



### • VAŽNOST BILJEŽENJA •

Pisanje anđelima je izvanredan način da se uskladite i povežete s njima, a može vam pomoći i da dobijete jasniji uvid u vlastita razmišljanja. Pišući im pismo onako kako biste pisali dragom, intimnom prijatelju, jačate odnos koji ste već ustanovili u svojem umu i srcu.

Sâm čin pisanja pomaže vam i pri organiziranju misli i raščišćavanju uma. Pomoći će da anđeli lakše dođu do vas na svojoj višoj frekvenciji. Korespondencija s nebeskim prijateljima umiruje brbljanje uma koje ometa dobar prijem. Druga je dobrobit što ćete izdvajanjem htijenja i želja započeti i njihovo otpuštanje. Misao na papiru je zaokružena i potpuna. Zapisavši je, u svojem ste mozgu oslobodili mjesto za nešto novo.

### • OTPUSTITE I KRENITE DALJE •

Zapisivanje također pomaže da smanjite svoju povezanost sa željama. Kad ih iznesete, tada ih možete i otpustiti. Ako ih se nastavite čvrsto držati, ne ostavljate mjesta za otvaranje svojem anđelu koji bi vam mogao dati podršku potrebnu da biste dobili ono što želite. Ipak, ako ono što ste poželjeli ne dobijete u vrijeme ili na način kako ste željeli, nastavite pratiti daljnji tijek događaja. Često ćete otkriti da se umjesto toga pojavilo nešto bolje.

Dobro je upamtiti da su anđeli bića povezivanja, a ne kontrole. Načini na koje nas podržavaju proizlaze iz ljubavi, a ne iz moći. Ako vam se, na primjer, netko sviđa, možete napisati svojem anđelu da vam je potrebna pomoć. No zamolba poput "Dragi anđele, želim da me Arthur voli", neće pružiti onu podršku kao kad biste napisali – "Dragi anđele, pomози mi da Arthuru na prikladan način pokažem svoju ljubav". Isto tako zamolba – "Molim te, daj da dobijem taj posao" neće poslužiti jednako kao što bi poslužila molba za "vodstvo u nalaženju posla koji bi u ovom trenutku za mene bio najbolji".

Kad zamolimo za pomoć, naši će nas anđeli uvijek podržati. No oni to čine iz šire perspektive nego što mi možemo uvidjeti. Ono što mi smatramo idealnim partnerom ili savršenim poslom, ne mora nužno biti najbolji izbor za naše najveće dobro na dulji rok – iako nam se u tom trenutku može činiti pravim izborom. Kroz razgovore i druženje s anđelima učimo kako nadgraditi svoje želje – ne željeti samo ono što želimo, već ono što je najbolje za sve. S vremenom ćemo otkriti da nam to daje dublji osjećaj zadovoljstva i ispunjenosti. A to je samo jedan od

Pisanje svojem anđelu je jednostavno. Samo slijedite upute u nastavku.



### Vježba br. 22

## PISMA VAŠEM ANĐELU

Da biste doprinijeli doživljaju i pomogli stvoriti ugođaj koji pridonosi anđeoskoj komunikaciji, možete upaliti svijeću ili mirisni štapić. Potrebna vam je papir za pisanje i olovka ili računalo ako se njime koristite. Prije nego počnete, prođite *Osnovnu meditaciju uzemljavanja* (str. 111), osobito ako su vam misli pomalo rastrojene.

1. Udobno sjednite i nekoliko se trenutaka usredotočite na disanje, dišući tako da su udisaji i izdisaji otprilike istog trajanja.
2. Sada svoju pažnju usmjerite na svoj um i mislite na svojeg anđela kao što mislite na prijatelje kad im pišete pismo. Tada razmišljate o svojim prijateljima, o tome kako izgledaju, a zatim im pišete, imajući pritom na umu njihovu osobnost. Na isti način razmišljajte o svojem anđelu i dopustite si osjetiti njegovu nježnu energiju.
3. Zabilježite datum, napišite "Dragi anđele" i dopustite da vaše riječi poteku. Zamolite za podršku i/ili vodstvo i unaprijed zahvalite za pomoć. Zatim potpišite pismo, kao što biste to učinili na pismu prijatelju.
4. Ako imate meditacijski oltar ili kutiju u kojoj čuvate predmete od posebnog značaja, stavite tamo i pismo. Neki ljudi svoja pisma anđelu stavljaju pod jastuk, dok ih drugi spaljuju, šaljući tako poruku s podižućim dimom u nebesa. Vi ćete znati što da učinite sa svojim pismom – a ako ne znate, zamolite za pomoć svojeg anđela!

### • ZRAČNA POŠTA DRUGIM ANĐELIMA •

Osim što pišete svojem anđelu, pisma možete slati i drugim anđelima koje smo opisali u 8. poglavlju. Pišući pismo jednom od tih anđela je način na koji ga pozivate u svoj život. Bilo bi dobro da osvježite pam-

ćenje i još jednom pročitate to poglavlje.

Ako ste u dobu promjene, možete napisati pismo anđelu obrazaca i zamoliti ga da vam pomogne vidjeti što slijedi u slijedećem periodu vašeg života. Ako ste upravo započeli nov posao i po prvi put trebate raditi na računalu, mogli biste napisati pismo anđelu tehnologije – konkretnije, anđelu računalstva – i zamoliti ga za pomoć i vodstvo. Ako vaš život potresa neka životna bura, napišite poruku anđelu mira ili anđelu milosti, moleći ga da dođe u vaš život.

### • PISANJE PRESVIJETLIM ANĐELIMA •

Kao što pišete anđelima, tako možete pisati i arkandelima. Ako se ne sjećate njihovih funkcija, pročitajte njihov opis na str. 169.

Ako vam je, na primjer, potrebno iscjeljenje, napišite pisamce Rafaelu. Izrazite se svojim riječima, no možete napisati nešto poput: “Dragi Rafaele, molim Te, budi uz mene na mojem putu iscjeljenja. Pomozi mi da uvidim što moram naučiti iz ove situacije. Vodi me do liječnika i iscjelitelja koji su najbolji za mene u ovom trenutku.” Zatim možete napisati što vas osobito zabrinjava ili što vam je potrebno. I nikada nije suvišno unaprijed im zahvaliti za brižnu pomoć.

Ako želite razjasniti odnose s partnerom ili prijateljem, pišite Gabrielu, čuvaru odnosa. Napišite nešto poput – “Dragi Gabriele, predajem se tvojoj utjesi, podršci i vodstvu u mojem odnosu s ——— [upišite ime osobe]. Molim Te, pomoz nam da budemo prisutni, iskreni i otvorenog srca jedno s drugim. Pomoz nam da shvatimo zašto su nam se životi sreli, što moramo podijeliti, u skladu s Tobom i našim najvišim namjerama. Zahvaljujem za vodstvo i drago prisustvo.”

Uriel je presvijetli anđeo svih poslova i svega povezanog s radom. Da biste pozvali Uriela u pomoć, pismo bi moglo biti nalik slijedećem – “Dragi Uriele, molim Te vodi me do pravog posla za mene u ovom trenutku.” Ili – “Dragi Uriele, pomoz meni i mojim suradnicima da dajemo najbolje od sebe na svojem poslu i da djelujemo u skladu s potrebama planeta u ovom trenutku. Zahvaljujem za Tvoju mudrost i podršku.”

Mihael je i čuvar globalnog mira i našeg duhovnog razvoja. Pismo ovom arkandelu moglo bi izgledati ovako – “Dragi Mihaele, molim Te budi uz mene na mojem putu, kao moj vodič i nadahnuće. Neka moje

govorim istinu i rastem u miru sa svime što postoji. Molim Te, prihvati moju ljubav i zahvalnost za tvoja učenja.”

### • PISANJE ANĐELIMA DRUGIH LJUDI •

Imajte na umu da možete pisati i anđelima drugih ljudi. Ne radi se o tome da nastojite upravljati nekim, već o izražavanju svojeg mišljenja. Ponekad se nađete u teškoj ili neugodnoj situaciji s ljudima s kojima ne možete razgovarati ili se pribojavate da biste nekoga povrijedili ako kažete što mislite. Možda biste nešto željeli reći ljudima koji više nisu dio vašeg života ili su preminuli. Kad se radi o takvom nečem, pomaže ako pišete anđelu te osobe. Recite istinu. Skinite kamen sa srca. Ne okrivljavajte nikoga, već izrazite svoje osjećaje o onome što vas muči i kako biste željeli da se ta situacija razriješi.

Kad pišete nečijem anđelu čuvaru, poruka se isporučuje na anđeoskoj razini. Često se sâm čin pisanja podudara ili neposredno prethodi neočekivanom otvaranju komunikacije s drugom osobom. A ako ne dođe do olakšanja situacije, već i samo pisanje pisma pomaže da otpustite ljutnju, strah ili potrebu da dobijete od te osobe nešto što vam ne može dati.

### • ODGOVOR ANĐELA •

U dobrom odnosu komunikacija teče u oba smjera. Na neka pisma vašem anđelu odgovor neće biti ni potreban. Takva su pisma obično otvorene poruke. No u prijateljevanju s anđelom zgodno je što ne trebate pretraživati poštanski sandučić u očekivanju odgovora. Ako odmah želite čuti odgovor od svojeg prijatelja, sve što trebate učiniti nakon što ste mu napisali pismo, je uzeti drugi list papira i dopustiti svojem anđelu da vam napiše odgovor.

Ovaj put započnite pismo riječima “Dragi/a ———,” a na crtu napišite svoje ime. Zatim se opustite i neka riječi vašeg anđela poteku kroz vas u obliku pisma.

Toby i njegov anđeo Zeke dopisuju se tri godine. Toby sva pisma uredno čuva, slažući ih po redu kojim su nastajala. S vremena na vrijeme ih ponovo pročita. Ispričao nam je da su mu poput neke vrste

dnevnika. Kad ih iznova pročita, dobije jasniju sliku o onome što se



zbiva i u njegovom vanjskom i u unutarnjem životu. I Margaret održava redovitu korespondenciju sa svojim anđelom Blue. No, za razliku od Tobyja, Margaret pisma spaljuje. "Neka od njih su uistinu divna", pričala nam je. "No kroz paljenje tih pisama učim se otpuštanju." Svatko ima svoj način izmjene pisama. Imajte povjerenja u svoje unutarnje osjećaje i neka vas povedu do načina koji odgovara vama.

### • SANJANJE S ANĐELIMA •

Snovi su vrata u podsvjesno, ali i ulaz u pritajeniji svijet. Oni su poput dugih pisama vaše podsvijesti, često pisanih neobičnim i tajnovitim jezikom. Snovi su također drugi portal kroz koji možete upoznati svoje anđele i uživati u druženju. Povezivanje s anđelima na ovaj način je prirodno i lako, a događa se bez obzira jesmo li toga svjesni ili ne!

Stanje snivanja je osobito pogodno za posjet naših nebeskih prijatelja, jer dok spavamo, naš je podsvjesni um široko otvoren. Nema otpora i blokada koje postavlja svjesni um – ego – da bi anđele držao na odstojanju. Fluidnost, spontanost snova puno je bliži načinu na koji djeluju anđeli od visoko organiziranog, kontroliranog stanja u kojem je čovjek tijekom budnih sati.

### • JE LI TO BIO ANĐEO? •

Naši nam anđeli često dolaze u san, no ne sjećamo ih se uvijek. Ili, ako ih se i sjećamo, ne prepoznamo ih. U snovima ih možemo doživjeti kao intimne prijatelje, iako, kad se probudimo, znamo da ih nikada prije nismo vidjeli. Ili se mogu pojaviti kao mudri, moćni ili znakoviti likovi, ne nužno s krilima ili nekim drugim uobičajenim obilježjima njihova identiteta, kao što su harfe ili aureole.

Linda je godinama sanjala isti san u kojem je sjedila u razredu i slušala učiteljicu kako govori. Nikad nije upamtila učiteljicine riječi, a bila je sigurna da je u budnom životu nikad nije vidjela. Nekoliko tjedana nakon što je upoznala svojeg anđela, pojavio se u njenom snu kao učitelj. Linda je tada konačno povezala o čemu se radi.

Ken živi u Bostonu, no često sanja da se susreće s prijateljima u Los Angelesu. Kad je o tome pitao svojeg anđela, anđeo ga je podsjetio da Los Angeles u prijevodu znači Grad Anđela i da mu svaki put kad sanja

taj san njegov anđeo želi nešto važno reći.

Ginny, odvjetnica koja iznad svega cijeni red, s vremena na vrijeme sanja san u kojem vlada pravi kaos, kolege joj ne žele pomoći, a ona se mora "razmahati krilima" da bi sve sredila. Ovi su snovi jedan od načina na koji njezin anđeo dolazi da bi joj poručio da se opusti.

Ponekad se anđeli u snu pojavljuju u obliku životinja. Richardov anđeo dao mu je do znanja da su snovi u kojima je još od djetinjstva sanjao jastrebove bili jedan od načina na koji mu se javljao njegov krilati prijatelj.

Neki anđeli u snovima ne preuzimaju nikakvo obličje. Kad je Barbarin san ispunjen čudesnim bijelim ili zlatnim svjetlom, ona zna da je to znak prisustva nebeskih dušebrižnika.

U drugim prilikama, budimo se zadovoljni i mirni, s osjećajem da je sve kako treba, da smo blagoslovljeni. Čak se niti ne sjećamo sna, no osjećaj dobrog raspoloženja preplavi našu uobičajenu jutarnju rutinu, poput zraka sunca koje iznenada osvijetle tmurno sivo nebo. Kad se tako nešto desi, velika je vjerojatnost da nas je u snu posjetio naš anđeo. Zamolite svojeg anđela da vam kaže kako da u svojim snovima prepoznate njegovo prisustvo.

Ako smo uopće vjerovali da anđeli postoje, odrastali smo u uvjerenju da su anđeli i ljudi odijeljeni jedni od drugih. No ta odijeljenost je tek stanje uma – našeg, a ne anđeoskog uma! U našim snovima moguće je i izmijeniti stanje uma i srušiti mentalne prepreke koje smo podigli na javi, pa nam je prisustvo anđela sasvim prirodno.

Imajte na umu da nam u snove ne dolaze samo naši anđeli čuvari. Arkandjel Mihael čuvar je snova, pa možete i njega prizvati u svoj san. Osim toga, postoji čitav niz anđela koji rade u snovima i čiji je zadatak da nam proslijede informacije dok spavamo. O njima možete pročitati u 8. poglavlju. Za razliku od naših anđela pratitelja, ovi anđeli rijetko izravno objavljuju svoje prisustvo u našim snovima. Oni su prije svega glasnici i možemo ih prepoznati samo po darovima koje nam ostavljaju u snovima.



### • SJEĆANJE SNOVA •

Upamtiti san je prvi, prilično zahtjevan korak. Snovi nisu nešto opipljivo, stoga je pozitivan mentalni stav izuzetno važan. Za početak je bitno da u njih vjerujete. Ono u što vjerujemo, to i cijenimo. U ono što cijenimo unosimo svoju energiju, a ono u što unosimo energiju počinje jačati.

Ako ste veći dio života proveli ne vjerujući u važnost pamćenja snova, ne očekujte da ćete sutra ujutro ustati sa snom na svojem jastuku. Potrebno je određeno vrijeme da bismo usvojili novo vjerovanje. No, možete reprogramirati svoju svijest i ojačati um da upamti san. Snovi se mogu ostvariti, a kad se to dogodi, tada su manifestacija najdubljih želja iz samoga srca. Snovi nas povezuju s našom snažnom željom.

### • MOTIVACIJA POMAŽE •

Snažna želja da se povežemo sa svojim anđelima motivacija je koja će nam omogućiti da ih sretnemo u svojim snovima. Potom nastupa veliki trud. Trebate željeti ostati u procesu i prevladati duboko usaden otpor. Ako se probudite usred noći sa snom, pokušajte ga još jednom proći dok ležite, bez ustajanja. Prisjetite se sna – možete početi s bilo čime čega se sjećate i dozvolite da se razvija. Zatim ga zabilježite i označite datum prije nego se vratite na spavanje.

Nakon buđenja, ponovite isti postupak. Ako promijenite položaj tijela, može se desiti da se san jednostavno raspline, stoga ostanite mirno ležati u krevetu i prisjetite se svega što možete. Zatim zapišite što više detalja kojih se možete prisjetiti, a zapišite i datum. Svakom snu možete dati i naslov koji će ga opisati. Kasnije će vam to pomoći da ga se prisjetite ili nađete u svojem dnevniku.

U nama postoji urođeni otpor prema tome, pa ga moramo svjesno prevladati. Otpor se može pokazati i kroz zanemarivanje određenih snova jer nam se čine besmislenim ili stoga što se ne možemo sjetiti svih pojedinosti. No, nakon što im započnete pridavati veću važnost, uvidjet ćete da otpor blijedi.

Donosimo nekoliko načina koji će vam pomoći bolje iskoristiti spavanje i potaknuti prisjećanje sna.



### Vježba br. 23

## AFIRMACIJE ZA SAN

Afirmacije uspostavljaju pozitivno, prihvaćajuće stanje uma. Kad ih ponavljamo – osobito kad ih izražavamo sa snažnom uvjerenošću – afirmacije utječu u podsvjesni um, povezujući se sa svjesnim.

Afirmacije su izuzetno učinkovite kad su povezane s vizualiziranjem. Stoga ih je, osobito u početku, korisno povezati sa slikom ili zamišljanjem.

Ako inače ne pamтите svoje snove, pokušajte ovako:

#### *Afirmacija br. 1*

Sanjat ću.

Upamtit ću svoj san.

Probudit ću se i zapisati svoj san.

Nakon što izgovorite riječi, zamislite kako spavate i sanjate. Zatim se zamislite kako se budite, posežete za svojim dnevnikom snova ili anđeoskom bilježnicom i zapisujete san.

Ako se dobro sjećate sna, preskočite prvu afirmaciju i krenite na afirmaciju br. 2

#### *Afirmacija br. 2*

Otvoren sam za tebe, moj anđele.

Pozivam te da me posjetiš u snu.

Bilo bi najbolje da smislite vlastite afirmacije kojima ćete po imenu pozvati svojeg anđela, ako znate njegovo ime. Odaberite svoje riječi, koristeći se navedenim primjerima. I ponovit ćemo još jednom – što više osjećaja unesete, to će snažnija biti vaša afirmacija. Pomoći će i ako zamislite zraku ružičastog ili zlatnog svijetla koja isijava iz srca vašeg anđela dok izgovarate afirmaciju. Možete zamisliti neko prelijepo mjesto ili okruženje u kojem ćete sresti svojeg anđela. Dok zamišljate tu sliku, ponavljajte afirmaciju.

Kad u snu uspostavite kontakt sa svojim anđelom, možete zajedno započeti s radom na određenoj temi, postavljajući pitanja dok padate u san. Pitanja možete zapisati na papir, a zatim ga staviti pod jastuk. I u

tom je slučaju dobro zamisao izgovoriti afirmaciju br. 3.



*Afirmacija br. 3*

Dragi anđele, volio/la bih u svojem snu dobiti razjašnjenje o  
——, ili

Molim te razjasni mi ——, ili

Molim te, pomoz mi da shvatim ——.

• SJEME SNA •

Neka vaša nakana bude žarište u koje ćete usaditi sjeme sna. Dok tonete u san, zamislite da sanjate kako vam dolazi vaš anđeo. Jednostavno zamislite san kakav biste voljeli sanjati. San kojeg ćete se ujutro prisjećati sadržavat će neke elemente ili trag sjemena koje ste zasijali. Uistinu će biti tako, iako ćete se možda morati poigrati detektiva da biste otkrili trag.

Timothy je imao čitav niz noćnih mora o propasti svijeta. Sanjao je svaku katastrofu koju možete zamisliti. Zabrinut, zamolio je svojeg anđela da mu pomogne shvatiti o čemu se radi. Te je noći sanjao da je u njegovu kuću udario avion. Istrčao je i vidio kako se pilot izvlači iz pilotske kabine, sav u plamenu. Kad je Timothy dotrčao do gorućeg čovjeka i obujmio ga, ovaj je već sagorio – ne od vatre, već od zanosa. Probudio se s osjećajem mira i potpunog razumijevanja da trenutačna svjetska situacija nije destruktivna i razarajuća, već da se radi o pročišćenju. A gorući pilot bio je njegov anđeo.

Ključ za prepoznavanje anđela u našim snovima, kako nam sami kažu, je osjećaj koji imamo glede sna. Emocije ili osjećaji koje izaziva atmosfera sna, okolnosti ili događaji koji su neobično, egzotični ili s drugog svijeta, mogu ukazati na prisustvo anđela.

• STRPLJENJE I VJERA •

Uočili smo da čak i nakon što smo uspostavili kontakt u snu, može proći nekoliko dana, čak i tjedana, postavljanja istog pitanja prije nego shvatite ili dobijete potpuni odgovor. A čak ne mora doći niti kao izravan odgovor anđela. Sâm san može biti odgovor vašeg anđela. Odgovor može biti tek jedna riječ, slika ili pjesma s kojom se probudite. Odgovor može biti i dar sna u kojem letite, bez napora i krila. A

ponekad odgovor ne dobivam u snu, već u nekom događaju, zgodi ili

trenutku iznenadnog uvida. Možemo ga dobiti kroz uobičajeni telefonski razgovor s prijateljem, u rečenici pročitanoj u jutarnjim novinama ili u rečenici koju smo slučajno čuli u tuđem razgovoru. Bitno je da obraćamo pažnju i da smo otvoreni.

Strpljenje će vam pomoći da nastavite, čak i kad rezultati nisu odmah vidljivi. Strpljenje će vam pomoći izgraditi vjeru u svoje anđele, vjeru da će doći u pravom trenutku i u pravo vrijeme. Vjerom smo miliji našim nevidljivim preporučiteljima, a vjera stvara i mjesto za čuda u kojima naši anđeli uživaju. Čuda ne moraju biti velika, ne moraju biti ona koja mijenjaju svijet. Čuda mogu biti ona mala događanja u vašem svakodnevnom životu zbog kojih se osjećate dobro i koja vas nasmiju ili čak rasplaču od sreće.

### • VODENJE DNEVNIKA •

Zapišite svoje snove u anđeosku bilježnicu, a možete ih čuvati u svojem dnevniku snova. Bez obzira odaberete li dnevnik ili bilježnicu, kad idete na spavanje svakako je imajte pored kreveta. S druge strane, ako ste osoba koja se jednostavno ne može probuditi i pisati prije nego popije šalicu kave, opere zube ili pusti mačku, bilo bi zgodno da pri ruci imate kazetofon sa snimanjem. Izvrsno bi poslužio aparat koji se aktivira glasom, da se ne morate micati kako biste ga uključili.

Snovi su kratkotrajni. Upravo stoga je dobro zapisati ili snimiti sve čega se sjećate kad se probudite. Svaka aktivnost, poput mijenjanja položaja tijela ili ustajanje iz kreveta, može izbrisati čitavu noć snova i otposlati je u sjenu nesvjesnog.

Kad zapisujete ili snimate ono što se pojavilo u vašem snu, dobro je sve zapisati u sadašnjem vremenu: "Hodam kroz šumu. U blizini hući sova..." Ta sova, mudro i krilato biće, bi sasvim lako mogao biti vaš prerušeni anđeo.

Ponekad se djelića sna sjetimo tijekom dana ili večeri. To može biti slika, osjećaj, doživljaj ili lice neke osobe. Vrlo je važno zapisati svaki tračak ili dio sna kojeg se sjetite, čak ako ga ni sa čim ne možete povezati ili mislite da je nevažan. Svaki je djelić vrijedan vaše pažnje, a što je više dajete, sve će vam se više otkrivati svijet sna.

Bilježenje ne samo da čuva slike i informacije koje biste inače zaboravili, već vam pomaže razvijati pamćenje snova. Činom zapisivanja

onoga čega se sjećate, osnažujete svoju namjeru na fizičkoj razini. Vaša namjera nalazi svoje uporište i na mentalnom planu. Jačanje vaše nakane djeluje i na podsvijest i na svjesni um.

Druga dobrobit od vođenja dnevnika je ponovno čitanje. To vam daje osjećaj gdje ste bili i kamo idete. Može vam ukazati na problematična mjesta, a može i razjasniti djeliće sna koji tek s vremenom dobiju smisao. Dnevnik snova predstavlja glavno oruđe za unutarnji rast.

Već vam i sam pogled na naslove vaših snova može dati trag u snovima koje opetovano sanjate i na blokade kojih niste bili svjesni. Bradova je supruga uporno zapitkivala je li na poslu sve u redu. Bankovni račun njegovog vlastitog poduzeća, nova kuća i novi automobil davali su dojam da je sve u najboljem redu. No kad je ponovo pročitao naslove svojih snova, shvatio je koliko se osjećao nesretnim. "Zapeo u vlaku", "Izgubljen na nepoznatom aerodromu usred noći" i "Nestala je moja aktovka" samo su neki od naslova. Pročitavši ih zajedno, mogao je osjetiti razliku između toga kakav dojam njegov život ostavlja, a kako se on osjeća.

### • RAZGOVARANJE •

Svoj dnevnik možete iskoristiti da biste uspostavili razgovor s ljudima, stvarima i elementima koji se pojavljuju u snu. Ovo je jedan od najboljih načina da dešifirate i shvatite simboliku iz snova. Tijekom razgovora razgovarate s podsvjesnim vidovima samih sebe prerusenim u druge ljude ili predmete. Snovi su ispunjeni igrama riječi i šalama – još jedan trag prisustva anđela. Dajte mašti na volju i dopustite si potpunu iskrenost. Slobodnim pisanjem možete razotkriti svoje skrivene osjećaje, strahove i želje, ali i razumjeti stvari koje vam se događaju u životu.

Kao primjer navest ćemo kratki izvadak iz Cathynog dnevnika snova. U svojem snu ona je u supermarketu i sudara se s pločom na kojoj su svjetleće žaruljice.

Započinje razgovor sa žaruljicama:

CATHY: Zašto ste pale?

ŽARULJICE: Gurnula si nas.

CATHY: Uopće vas nisam vidjela.

ŽARULJICE: U tome i jest problem. Nepažljiva si.

CATHY: Zašto to mislite?

ŽARULJICE: Nisi razmišljala o tome gdje smo mi.



Kroz nastavak razgovora, Cathy je počela povezivati događaj iz sna s nečim što joj se dogodilo na javi. Shvatila je da je povrijedila osjećaje svojeg prijatelja jer nije razmišljala o položaju u kojem se nalazi. Kad je to raščistila, zanimalo ju je što predstavljaju žaruljice. A zatim joj se "upalila lampica". S obzirom da su žaruljice osvijetlile njeno ponašanje, Cathy je shvatila da je to svjetleće prisustvo njenog anđela.



### Vježba br. 24

### ANĐEOSKO DIZALO

Biblijski Jakov sanjao je ljestve po kojima se uspinju i spuštaju anđeli. Od tada se mnogo toga promijenilo, pa kad idete na spavanje, vizualizirajte zlatno dizalo kojim vi i vaš anđeo putujete u svijet snova. To će doprinijeti prisjećanju sna, radu s afirmacijama i zasađivanjem snova.

Ako ste ovu vježbu snimili, smjestite svoj kazetofon uz krevet, da biste ga na kraju vježbe mogli zatvorenih očiju doseći i isključiti na kraju.

1. Zatvorite oči i osjetite kako vam se spava. Vaše je disanje polako i ravnomjerno.
2. Opustite vrat. Opustite svoja ramena. Osjetite kako su opuštена vaša leđa. Osjetite kako se vaše tijelo oslobađa napetosti, od glave do nožnih prstiju.
3. Sada zamislite dugačak hodnik. Zidovi i podovi su od sjajnog svjetla. Gledajte se kako zajedno sa svojim anđelom polako hodate niz osvijetljeni hodnik.
4. Na kraju hodnika vidite svjetlucava vrata. To je ulaz u anđeosko dizalo. Dok se približavate sa svojim anđelom, vrata se polako otvaraju.
5. Rukom u ruci, s jednim krilom oko vaših leđa, vaš anđeo vas uvodi u dizalo. Dok to činite, vaše se tijelo kupa u najčišćem, najugodnijem toplom svjetlu koje možete zamisliti. Ono umiruje vaše tijelo i utječe u svaki dio vas, u svaku stanicu.
6. Promatrajte kako vaš anđeo vrškom svojeg krila pritišće jedno od zlatnih dugmadi na pločici kraj vrata.
7. Vrata dizala polako se zatvaraju. Kupajući se u svjetlu, vi i vaš

anđeo polako se dižete u vaš san.



8. Ako koristite afirmaciju, sada je nekoliko puta polako ponovite.
9. Ako svojem anđelu želite postaviti neko pitanje ili zasaditi sjeme određenog sna, sada je pravi trenutak za to.
10. Ponovo obratite pažnju na svoje disanje. Osjetite kako ulazite u san. Podižete se zajedno sa svojim anđelom visoko, visoko u svijet snova.

Cate je učiteljica u maloj školi. Otkad se vozi anđeoskim dizalom, prvi se put sjeća snova koje sanja. "Kao da sam se probudila iz amnezije", rekla nam je. Njena anđeoska bilježnica ispunjena je pravim pustolovinama, a mnoge je od njih pretvorila u priče koje priča svojim predškolicima.

Ricardo radi na hitnom prijemu u gradskoj bolnici. Njegov je posao prilično stresan, no bez obzira koliko bi bio umoran po povratku kući, nije mogao usnuti. No, otkad radi ovu vizualizaciju, ispričao nam je, odmah zaspi. A iako rijetko upamti san, budi se odmoren i čio.

Pisanje pisama svojem anđelu i snivanje s njim su tek dva od različitih načina na koje se možete finije uskladiti i produbiti vašu vezu. U sljedećem poglavlju naučit ćete kako da se usredotočite na svoje životne ciljeve i kako da radite s anđelima na ostvarenju svojih snova.

## S anđelima do cilja



**A**nđeli su uvijek uz nas, pozvali ih mi ili ne. Spremni su, dobronamjerni i radosni kad nam pomažu. Možemo meditirati, kupovati, voziti ili roniti – njima ni jedan zadatak nije premalen, niti jedan naš cilj prezahtjevan da ne bi zaslužio njihovu pažnju.

U ovom ćemo poglavlju podijeliti s vama primjere kako naši nebeski prijatelji žive s nama i prate sve naše svakodnevne aktivnosti i kako ih možete zamoliti za pomoć u postizanju svojih ciljeva. Vježbe iz ovog

poglavlja dodatak su *Otpuštanju i Povezivanju*.

Neke knjige o anđelima usredotočuju na njihova čudesna poma-  
ganja, na slučajeve u kojima su spašavani životi ili spriječene velike  
nesreće. Iako su takvi slučajevi, bez sumnje, vrlo upečatljivi i dirljivi,  
događaju se obično tek jednom u životu. Priče i vježbe koje slijede  
pokazat će vam prisutnost anđela u našem svakodnevnom životu i nji-  
hovu spremnost da pomognu svakome od nas svakoga dana, a ne samo  
u posebnim prilikama.

Ne radi se o blještavoj zabavi i poigravanju. Ovdje je riječ o običnom  
životu, o plaćanju računa i rješavanju poreskih obveza. Ali i o pomoći  
anđela u ostvarivanju naših snova.

### • ČAROBNOG ŠTAPIĆA NEMA •

Iako uvijek spremni za pomoć, anđeli nisu dobre vile koje će mahnuti  
čarobnim štapićem i ispuniti svaku našu želju. Oni nam mogu pomoći  
ispuniti nešto što od srca želimo, ali ne mogu kreirati našu sudbinu. To  
možete samo vi i Bog. Anđeli su ovdje da bi kroz svakoga od nas služili  
Stvoritelju. U mnogim nam je prilikama i od mnogih naših nevidljivih  
pomagača ukazano da su ljudi ruke anđela i glasovi njihovih nadahnutih  
poruka. U svakom slučaju, nas troje smo se u nekim trenucima uistinu  
osjećali poput tajnica koje zapisuju diktat!

### • SURADNJA S ANĐELIMA •

Jednom kad naučite razgovarati sa svojim anđelima, stvorit ćete s njima  
pravi partnerski odnos. Partner je netko s kime plešete, netko tko se  
raduje s vama, tko je spreman boriti se za vas i biti s vama kad sve lađe  
potonu. Da biste razvili ovakvo prijateljstvo, trebate samo zamoliti  
svojeg anđela za pomoć. Vidjet ćete da će se često, u trenucima kad ih  
uistinu trebate, pojaviti i ako ih zaboravite pozvati.

Zamolite svojeg anđela da bude uz vas u svakom trenutku vašeg  
života. Zamolite ga da umiri ili vodi vašu ruku kad radite nešto što  
zahtjeva vještinu ili mirnu i sigurnu ruku. Zamolite ga da vas vodi do  
ugodnog i prikladnog smještaja ili restorana kad ste u nepoznatom  
gradu. Zamolite ga da vama ili osobama koje volite omogući sigurno  
putovanje i olakša sve veze dok putujete. Kad god želite proširiti ili  
pokazati svoje znanje, sposobnost ili vještinu, ne zaboravite zamoliti za

pomoć svoje anđele.

• **NAGLASITE POZITIVNO** •

Jedna od dobrobiti u utjecanju anđela je činjenica da čin pozivanja anđela podiže način vašeg pristupa. Nadgradnjom svojeg ponašanja, otvaranjem afirmacijama i pozitivnim pogledima, povećavate svoje mogućnosti uspjeha u svemu što radite ili želite ostvariti. Držeći se vizije najboljeg mogućeg ishoda, ohrabrujete i privlačite pozitivnu energiju.

Od najdavnijih vremena ljudi su se koristili pozitivnom energijom da bi na fizičkoj razini stvorili ono što žele. Zahvaljujući tome, stvorene su čitave kulture i civilizacije. Tisućama godina određeni se načini energetskog rada pokazuju korisnima. Različiti sustavi i škole nazivaju ih različitim imenima, a ponegdje su unesene neke promjene. No osnove ili koraci ostali su isti. Vrlo su jednostavni, a uz pomoć anđela možete se poslužiti njima da biste postigli svoje ciljeve.

• **PET KORAKA DO USPJEŠNE MANIFESTACIJE** •

Iako možemo nabrojiti niz varijacija i dodataka procesu manifestacije, samo je pet univerzalno primjenjivih principa. Uz anđeosku pomoć možete prilično ojačati snagu ovih zakona jer anđeoska priroda sobom nosi i sastojak koji je od izuzetnog značaja za očitovanje: prihvaćanje ispunjeno ljubavlju. Anđeli postoje na razini viših misli, bliže području Stvaralačkog Izvora, stoga mogu sjeme vašeg cilja zasaditi u dimenziji u kojoj misao *jest* kreacija.

**Prvi korak u manifestaciji je nakana** - da stvorite svjestan izbor da dobijete što želite. Ako niste sigurni želite li to uistinu, nekoliko trenutaka provedite u zamišljanju da ste ono što želite i dobili. Ako ne možete zamisliti ili osjetiti kako je to, možda to niti ne želite. Ili možda mislite da željeno ne možete dobiti. Ponekad kad mislimo da nešto ne možemo imati, tada prestanemo i željeti. Ipak, to nije stvaran prestanak želje, već njeno nijekanje. Strah od razočaranja često oslabi nakanu. Bojimo se da nećemo dobiti ono što želimo. Ovaj strah stvara osjećaj manje vrijednosti.

**Drugi korak u postizanju cilja je sigurnost da to želimo** - i da smo spremni prihvatiti sve što sobom donosi. Morate biti sigurni. Nema

"ako" ili tužnih "kad bi" i "možda". Nema oklijevanja. Ovaj korak



zahtijeva da se usredotočite na svoju nakanu i na uvjerenost da to možete dobiti. Jeste li ikada dobili nešto što ste očajnički željeli, samo da biste potom otkrili da to ne želite? Ili niste znali što biste s tim? Nesigurnost predstavlja ključni problem.

**Treći korak zahtijeva afirmaciju** - zahtijevanje onog što želite koristeći se vizualizacijom, glasnim potvrđivanjem, zapisivanjem ili crtanjem. Možete učiniti bilo što od navedenog, no što više toga učinite tim bolje, jer svaki ovaj čin potiče vašu nakanu i ukorjenjuje se na fizičkom području. Vizualizirajte postizanje svojeg cilja, doživite ga u potpunosti svim osjetilima kojima možete – vidite ga i osjetite, čujte i dodirnite, čak ga i okusite ako je moguće.

Potvrdite ono što želite izgovarajući glasno - "Anđele, odabrao sam dobiti ———". Sjetite se riječi iz Biblije: "U početku bijaše riječ". Zvuk vašeg glasa stvara val, a moć vaše nakane i jasnoća vaše vizualizacije tom valu daje snagu i trajnost.

Neki ljudi osmišljaju svoju "kartu s blagom" na kojoj je ono što žele, izrezuju ilustracije koje ilustriraju njihove ciljeve i lijepe ih na svoju kartu.

Svaki od tih postupaka usmjeruje vašu unutarnju uvjerenost i potiče ostvarenje onoga što želite. Vi ste u SU-stvaralaštvu s našim Stvoriteljem – uz pomoć svojih voljenih anđela. Na vama je samo da zamislite cijelu sliku i kako želite da bude.

**Četvrti korak je zahvalnost** - zahvala za manifestaciju kao da se već dogodila. Ona se i dogodila u jednoj drugoj dimenziji, u dimenziji naših krilatih prijatelja. Budite velikodušni u svojim zahvalama i u slavljenju Izvora svega što postoji.

**Peti korak je najteži - Otpuštanje** - kad trebate otpustiti svoj cilj Univerzumu, da bi ga preuzeo i isporučio vam ono što ste naručili. Pet riječi lako je upamtiti: "Otpusti i predaj svemogućem Bogu".

### • ODREĐIVANJE CILJEVA •

Prije nego krenete preko ovih pet kamena temeljaca do uspjeha, trebate odrediti što želite. Razgovor s vašim anđelom može vam pomoći da se

se usredotočite na svoje ciljeve, želite li zaista Alfa Roma ili želite osje-

ćaje koje izaziva pomisao da ga imate? Drugim riječima, želite li ono što želite zbog sebe – ili da biste zadivili druge? Ako je vaš cilj biti bogat, na što želite trošiti novac? Za dobrobit na fizičkoj, mentalnoj ili emocionalnoj razini ili da biste dokazali sebi i drugima da vrijedite? Kako je s drugim željama i potrebama? Razumijevanjem što uistinu želite olakšat će put do cilja.

S anđelom možete razmotriti svoju motivaciju i iščeprkati svako oklijevanje ili nesigurnost koja bi mogla omesti primanje onoga što želite. Ponekad je u podsvijesti skriveno nešto poput osjećaja manje vrijednosti, straha ili zavisti, što može stajati na putu ostvarenja našeg cilja.

Carol se natjecala za glavnu ulogu u brodvejskom mjuziklu. Iako je bila pozvana i na drugu audiciju, ulogu nije dobila. Bila je strašno razočarana, osobito stoga što je bila uvjerena da nikad prije nije bolje pjevala ni plesala. Porazgovarala je sa svojim anđelom Slobodom i shvatila u čemu je bio problem. U razgovoru koji je zapisala, otkrila je da usprkos tome što je ulogu željela više od svega, u njoj čučao strah od uspjeha. Već se osjećala udaljenom od svojih prijatelja u Kentuckyju, a pritom je bila uvjerena da će, ako postane brodvejska zvijezda, usprkos obožavanju, biti toliko drugačija od svojih starih prijatelja da je više neće voljeti.

Carol je s iznenađenjem, ali i sigurnošću shvatila gdje je problem: njezin cilj nije bila uloga već da bude voljena. A s obzirom da je u svojoj podsvijesti duboko vjerovala kako ljubav i uspjeh ne idu zajedno, propala je njezina uloga. Uz Slobodu, tog mudrog i brižnog vodiča, počela je preusmjeravati svoje ciljeve.

### • SASTAVITE SVOJU LISTU ŽELJA •

Da biste odredili svoje ciljeve, dobro je započeti s "listom želja". Zapišite sve što želite, bez obzira koliko teško ostvarivo izgledalo. Pročitajte listu i uočite sva ponavljanja. Zatim željama pridodajte pojedinosti. Možda ćete primijetiti da ih možete svrstati u kategorije, na primjer novac, zdravlje i osobni dojam, odnosi i slično. Koja vam je kategorija najvažnija? Poredajte ih od najvažnijih do najmanje važnih. To će biti

od velike pomoći kad ćete određivati prioritete i usmjeravati pažnju.

Kad je Frank sačinio svoju listu, započeo je s pet stvari:

1. Novi stan.
2. Poboljšati odnose s Janet.
3. Dva odmora godišnje.
4. Nova vreća za spavanje i šator.
5. Razviti tijelo.

Kad je razmislio, shvatio je da ne želi samo novo mjesto za stanovanje. U stvari je htio jako zgodan stan, na dobrom mjestu, s ugodnim pogledom i podnošljivom stanarinom. Dodao je to svojoj listi. Zatim je razmislio o svojem odnosu s Janet. Izlazili su već četiri godine, ali u mnogo čemu nisu nalazili zajednički jezik. On je volio kuglanje, ona ga je mrzila. Ona je uživala u pripravljanju finih jela, a Frank je sa zadovoljstvom jeo pizzu. Oboje su se željeli vjenčati, no Frank je želio djecu, a Janet ne. Njena karijera bila je na prvom mjestu. Frank je vjerovao da je posao posao i da o njemu treba razmišljati samo za vrijeme radnog vremena.

Nakon što je dobro razmislio o svemu, shvatio je da on u stvari želi novu djevojku. Vrijeme koje je proveo u razmatranju odnosa s Janet nikako nije bilo uzalud potrošeno, jer je počeo shvaćati kakvu djevojku želi. Frank je napisao novu listu.

#### *ŽENA KOJOM BIH SE VOLIO OŽENITI:*

1. Da ima dobar smisao za humor.
2. Atraktivna i njegovana.
3. Ne gnjavi oko jela.
4. Želi djecu.
5. Voli kuglanje.
6. Uživa u kampiranju.
7. Dobrog srca.

Frank je s većom pažnjom preispitao i druge stvari s liste. Već neko vrijeme želi poraditi na svojem tijelu. Čak je nekoliko puta posjetio teretanu u blizini svojeg stana. No, njegova je želja bila da opremu ima kod kuće, da vježba kad god poželi. Kad je izračunao koliko stoji

oprema kakvu želi, iznos se zaokružio na tisuću i četiri stotine dolara.

To je bilo daleko više nego što je mislio, pa je odustao od kupovine. Ali sada, nakon što je pregledao listu, počeo se pitati želi li više opremu za vježbanje ili drugi godišnji odmor. Shvatio je da ima izbor i da može odabrati, ali da može unijeti i nove mogućnosti, koje će odražavati njegove istinske želje.

Kad raščistite sa sobom što želite, da biste započeli odaberite nešto s popisa koje nije niti na vrhu liste niti na dnu, već negdje u sredini. Odaberite nešto što bi vas jako obradovalo da dobijete ili da se dogodi, no zbog čega ne biste bili očajni ako se ne ostvari. To također treba biti cilj čije ispunjenje ne ovisi o drugoj osobi. Kad odaberete, napravite slijedeću vježbu da biste uvježbali očitovanje.



### Vježba br. 25

### DA BI SNOVI POSTALI STVARNOST

U ovoj ćete vježbi koristiti tehnike *Uzemljavanja*, *Otpuštanja* i *Povezivanja* koje ste već svladali, zajedno s novom vizualizacijom. Odaberite vrijeme kad ćete biti neometani, smjestite se na svoje sveto mjesto i pozovite svojeg anđela da vam se pridruži. Ako se, na primjer, radi o vašem mjestu za stanovanje, ili stoga što želite novi stan ili stoga što ga želite preurediti, možete pozvati i anđela okoliša ili okružena. Razmislite koji još mogu najbolje doprinijeti izvršenju onoga što imate na umu, pa i njima zaželite dobrodošlicu.

1. Zatvorite oči. Uzemljite se, centrirajte i povežite sa svojim anđelom/ima.
2. Otpustite sve prepreke, i one za koje znate i one za koje ne znate, a koje bi mogle stati na put u postizanju vašeg cilja. Zamolite svojeg anđela da vam pomogne rastvoriti ih i odaslati duboko kroz vaše korijenje u Zemlju.
3. Zamislite svoj cilj i osjetite kako ga doživljavate. Zamislite kako se događa ono što želite i obratite pažnju kako se osjećate, kako ste odjeveni i reakcije ljudi koji svjedoče

uključivanjem barem četiri svoja osjetila, oživljavajte svoju



oživljavate svoju vizualizaciju i dešifrirate poruku svojeg fizičkog tijela.

4. Smjestite ovu sliku u srce. Zamolite svojeg anđela da je blagoslovi i primite blagoslov. Osjetite toplinu i zadovoljstvo što ste postigli ono što želite.
5. Zahvalite za primljeno.
6. Premjestite sliku iz svojeg srca u ruke anđela i vizualizirajte svojeg čuvara kako je uranja u mjehur ljubičastog svjetla.
7. Promatrajte kako mjehur lebdi, podiže se, a zatim odlijeće u svemir.
8. Kad ga više ne vidite, otvorite oči.

Protegnite se i prošećite. Ne razmišljajte više o tome, budite spremni za primanje znakova da se željeno počinje materijalizirati.

### • OBILJE •

Svi mi želimo razne stvari, svi želimo uživati u životnim radostima, ali isto tako svatko od nas ima svoju zamisao kako bi to trebalo biti. Nekima riječ "obilje" predstavlja odmor na Havajima i dugačke limuzine, raskoš i debeli račun u banci. Sasvim očito, riječ je o materijalnim vrijednostima.

Za druge je to uravnotežen život, u skladu sa svime, s dubokim i iskrenim prijateljstvima i odnosima, s obiljem entuzijazma, radosti i dobrog zdravlja. Ovdje se, dakako, radi o duhovnim vrijednostima. Obilje na duhovnoj razini dolazi iz nutrine i – odozgo. Obilje na materijalnoj razini je izvanjsko – i odozdo. No, nema razloga da ne obilujete i jednim i drugim.

Suradnja s našim anđelima stvara uvjete koji nam omogućuju uspjeh, cvjetanje, rast i razvoj naših vrijednosti i vrlina. Drugim riječima, otvorenost, dobrohotnost i zahvalnost.

Nadalje, kroz svakodnevni kontakt s anđelima čuvarima širi se naša vizija s "ja" na "mi", od osobnih interesa do brižnosti prema drugima i dobrobiti našeg planeta.

Što se više okrećemo svojim anđelima, tim se snažnije razvija naše duhovno obilje. Postajemo zahvalnijima za ono što imamo, a iz toga pak proizlazi dobar temelj za obilje i na materijalnom planu. Kad znate



iskrenih želja, otvarate se obilju Univerzuma i načinima na koje se ono očituje na fizičkom planu. Tada razumijete i istinski znate da vrijedite.

Andrewa je njegov anđeo Sargolais podsjetio da u traženjima i molitvama za obilje moli za svakoga. Jedan od načina na koji to možete učiniti u molitvi ili afirmaciji je da dodate frazu – “za sveopće najviše dobro”. Od svojeg anđela LNO, Alma je dobila poruku da je “sve što prima dar, ako ima dosjetljivosti i mudrosti da to prepozna.” LNO je nastavila: “Ne mora ti se uvijek svidjeti ono što dobiješ, no sve što ti dolazi je namijenjeno tvojem najvišem dobru i daje ti mogućnost za rast i razvoj.”

Kad svoje anđele zamolite za pomoć, dopustite im da oni odluče na koji će se način to ostvariti. Zamolite ono što želite – ili još bolje – ono što će se dogoditi, za sveopće i najviše dobro.

Jasnoća je jedan od mnogih darova koje nam donose anđeli, a veliki dio rasvjetljavanja je u otpuštanju misli i osjećaja koji nas mogu sprečavati u ostvarivanju ciljeva. *Osnovna vježba otpuštanja* (str. 127) je pritom vrlo važno oruđe, no ponekad će se dogoditi da nećete imati dovoljno vremena za cijeli proces. Ako ste usvojili osnovnu tehniku, tada ćete moći primijeniti slijedeću kraću verziju.





### Vježba br. 26

## BRZO ČIŠĆENJE I OTPUŠTANJE

Ova je vježba vrlo prikladna kad nemate mnogo vremena ili kad trebate otpustiti samo jednu stvar. U žurbi je možete izvesti i stojeći, no najbolje je sjesti, sa stopalima na podu. Zaključili smo da je ovo izvrsna vježba za otpuštanje otpora, prepreka, iscrpljenosti i vibracija drugih ljudi. Prije nego počnete, zamolite svojeg anđela za pomoć.

1. Stopala neka budu ravno položena na pod, a zatim duboko udahnite. Pri svojem prvom udisaju, pošaljite korijenje duboko u Zemlju.
2. Dok ponovo udišete, osjetite što želite otpustiti iz svojeg tijela. Dok izdišete, vizualizirajte i osjetite kako to izbacujete kroz svoje korijenje izravno u Zemlju. Nastavite izdisati koliko god dugo možete, sve dok iz pluća ne izbacite sav zrak.
3. Pri slijedećem udisaju okrenite oči prema gore, kao da gledate u vrh svoje glave. Udahnite duboko koliko možete.
4. Dok izdišete, iz vrha vaše glave izlaze niti prema nebu.
5. Dok udišete, vizualizirajte sunčano svjetlo s neba kako utiče kroz vrh vaše glave. Neka ispuni vaše tijelo i neka s vašim četvrtim izdisajem poteče kroz vaše korijenje i do središta Zemlje.
6. Još dva puta ponovite ovaj ciklus disanja, zamolivši svojeg anđela za pomoć. Kad završite, zahvalite anđelima i Zemlji.

Becky je medicinska sestra u bolnici u Connecticutu. Glavna sestra nije joj sklona i uvijek nađe razloga za prigovaranje. Da svoje nezadovoljstvo ne bi prenosila na pacijente, Becky svaki put nakon "razgovora" sa svojom nadređenom odlazi u spremište rublja, zatvara vrata i obavi vježbu brzog čišćenja i otpuštanja, a njezine se kolegice čude kako uspijeva ostati vedra s obzirom na okolnosti.



## • ANĐEO U POREZKOM UREDU •

Ponekad naši ciljevi nisu na velikom planu, već se tiču vrlo praktičnih, mogli bismo reći vrlo običnih stvari. Kad smo počeli raditi na ovoj knjizi, Alma je spomenula poziv u porezni ured. Ispričala nam je kako su je anđeli spasili.

“U početku sam uporno odbijala angažirati anđele ukoliko se nije radilo o nečem uistinu ‘duhovnom’, no tada mi je dano do znanja da se anđeli raduju svakom kontaktu i da uživaju biti na pomoći u najraznovrsnijim prilikama. Moja prvotna reakcija na poziv porezne uprave bio je gnjev. Već su me jednom prije bili pozvali i osjećala sam da su me uzeli na zub. To nije bilo fer.

Odmah sam se obratila LNO, koja me podsjetila da je prethodni poziv bila prilika da preispitam svoje poštenje i iskrenost. Ovaj poziv, uvjerala me, nije samo prilika da potvrdim sebe, već i da me potakne na spremanje računa i uredno knjigovodstvo. I, dodala je u kiseloj primjedbi na dnu stranice, da se ‘malo ohladiš’.

Ispuštala sam paru na sve strane. Zatim sam krenula skupljati sve imalo važne račune koje im mogu odnijeti, pušuci pritom da će oni meni na kraju balade morati vratiti novac. Sastanak je nekoliko puta bio odgođen i prošlo je čak pet mjeseci prije nego sam se srela oči u oči sa svojim poreznikom. Večer prije očajnički sam još jednom prisjećala svakog od milijun svojih računčića. Posao je ipak tekao glatko, a kad neki važan račun ili bankovni izvod ne bih mogla naći, samo bih rekla ‘OK, anđeli, sad je na vama red’, a ja bih potražila nešto drugo. U dva su mi se navrata zagubljeni računi pojavili ispod ruke. Kad god nešto zagubim, jednostavno se obratim anđelima da mi pomognu naći zagubljeno. Rezultati su vrlo često trenutačni; kad nisu, znači da prvo moram shvatiti poruku, a tek potom naći ono što se zagubilo. Otkad nemam otpora prema poreskoj provjeri, nema razloga da zadržavam informacije samo za sebe - i sve što mi je potrebno, nađem.”

Je li to bolje organizirana Alma ili ipak anđeoska pomoć?

“Kad sam razgovarala sa svojim anđelima, zamolila sam ih za pomoć da se u susretu s poreznikom moj nastup bude siguran i jasan. Nisam određivala kako se situacija treba razvijati. Kad sam prikupljala

papire, bilo je to s namjerom da predam sve što je potrebno i da s

time završimo u tom jednom sastanku. Dala sam sve od sebe da bih se dobro pripremila.

Kad sam se pojavila u uredu svojeg poreznika, ispostavilo se da sam pozvana jer je došlo do pogreške na računalu poreske uprave. Završili smo za manje od sata, a moj predmet je zaključen. Kad sam se pozdravljala s poreznikom, zapitala sam ga kako mu je ime. 'Rafael', odgovorio je.

Uspjela sam zadržati ozbiljan izraz. Zahvalila sam i njemu i svojim anđelima. A kad sam stigla kući, ponizno sam odala poštovanje arkanđelu Rafaelu.

Možda mislite da sam se tako dobro pripremila za sastanak da mi anđeoska pomoć nije ni bila potrebna. U ovom sam slučaju prisustvo anđela doživjela na dva načina: nisam bila nervozna kao što sam bila na prošlogodišnjem sastanku, a za razliku od straha koji me mjesecima opsjedao, pred sam sastanak nisam ni trenutka bila zabrinuta. Kad sam smireno prikupila svu potrebnu dokumentaciju, djelići su jednostavno sjeli na pravo mjesto.

Zamolba anđelima za mene je način da ustanovim svoju namjeru – svoj cilj. Pomaže mi usredotočiti energiju i pažnju na ishod koji želim stvoriti. Zatim ga otpustim – što je velika tajna očitovanja – i prepustim Univerzumu da učini ostalo. Kad svoje anđele nešto zamolim, tada sam sigurna da je moja namjera povezana s Najvišom Voljom. Znam da će anđeli uvijek služiti Svijetlu. Pozivajući ih u svoj život, pozivam i Svijetlo koje će sjati nad svime što radim."

Da biste u svoj život doveli svjetlo, prvo ga trebate dobro očistiti. Proces koji slijedi očistit će vaš dom ili ured i stvoriti ozračje u kojem će se i anđeli lakše pojaviti. Ovu vježbu možete primijeniti i na svoj automobil.



## Vježba br. 27

### OSLOBADANJE ZRAKOM

Ovaj proces i doslovno i energetski "pročišćuje zrak". Prozračivanje sobe prije otvaranja anđelima pomaže objema dimenzijama. Na fizičkoj razini prozračivanje sobe povećava protok kisika koji pak pomaže u pročišćavanju misli i potiče cirkulaciju krvi. Na anđeoskoj razini, prozračivanje će pomoći raspršiti svaku negativnost koja otežava uspostavljanje kontakta.

1. Otvorite sve prozore u sobi ili u svojem domu. Pozovite anđele zraka da dođu i pročiste vaš dom. Ponekad ćete osjetiti, dok to činite, da je kroz prostoriju zapuhao svjež vjetar.
2. Ako možete, napravite propuh. S obzirom da su anđeli zraka povezani i s vremenskim uvjetima, obratite pažnju kakvo je vrijeme vani prije i poslije ovog procesa pročišćavanja.
3. Otvorite se i obratite pažnju na promjene ozračenja - znat ćete kad je soba pročišćena. Zahvalite anđelima za pomoć.

Ovaj je postupak koristan kad su pred nama neki organizacijski zahtjevi, na primjer čišćenje stola, ispunjavanja formulara ili plaćanja računa. Ipak, obratite pažnju na svaki papir, jer bi mogao odletjeti kroz prozor!

#### • ANĐELI RADE NA SVOJ NAČIN •

Anne je upravo počela raditi kao samostalni izdavač i ne može si priuštiti još jednog zaposlenika, no uz nju je čitav tim anđela pomoćnika. Jednog je dana trebala stići na poštu do petnaest sati, da bi njena ponuda bila sutradan isporučena. Zamolila je svoje anđele da raščiste poštanski ured prije no što ona stigne, da ne bi morala čekati u redu i da pošiljku preda na vrijeme. Kad je stigla, poštanski je ured bio prazan.

Ohrabrena takvom učinkovitošću, slijedeći ih je put poslala na isti zadatak kad je trebala kupiti poštanske marke. No, kad je stigla, pred

njom je bio dugačak red. Zašto je prvi put radilo, a sada ne? Nekoliko

je dana razmišljala o tome. Zatim je ponovo morala otići na poštu da bi saznala točnu težinu jedne omotnice. Nisu joj trebale marke, samo točna težina. Pred njom je bilo još nekoliko sitnih obveza i sastanak s klijentom. Anne je odlučila pokušati još jednom, na drugačiji način. Jednostavno je zamolila anđele da pojednostave njene obveze, da joj pomognu da obavi sve što treba na najučinkovitiji način. To je bio način koji ostavlja vrata otvorenima – ne određuje kako se što treba odvijati.

Kad je Anne stigla u poštu, tamo je opet bila gužva. "Anđeli, molim vas, sredite to!", rekla je i otišla obavljati druge poslove. Tada je, dok je kupovala u papirnici, na pultu uočila vagu za papir. Položila je omotnicu na vagu, pomnožila težinu s cijenom poštarine i kad je stigla kući, naljepila na nju dovoljno maraka.

### • ANĐEOSKI TRAGOVI •

Je li ovo tek slučajnost? Takve slučajnosti naša prijateljica Sara naziva "anđeoskim tragovima". Anđeoski su tragovi sinkroniciteti, 'slučajnosti' koje se ponavljaju s razlogom i izazivaju osjećaj da postoji netko kome je na umu vaše dobro. Sara živi u osamljenom području Colorado, daleko od najbližeg grada. U predgovoru ste pročitali kako su joj anđeli spasili život. Ona je ta koja je smislila izraz "anđeoski tragovi", a pročitali smo ga u njezinom pismu:

"Neki su anđeoski tragovi toliko fini, gotovo nevidljivi, da biste ih lako propustili kad ne biste imali naviku tražiti ih. Jednog me dana, na primjer, jedna gospođa trebala pokupiti i povesti do grada po namirnice. Nikad se nije pokazala osobito pouzdanom. Prvog me je dana ostavila na cjedilu. Ipak, iz nekog mi se neodređenog razloga to nije činilo lošim. Drugog je dana zakasnila i ja nisam pošla s njom jer više ne bih stigla u trgovinu. Još jednom smo se dogovorile, ovaj put za slijedeće jutro. Uvečer tog istog dana nazvao me suprug koji radi daleko od kuće i grada i rekao da mu što hitnije trebam poslati jednu određenu alatku. Imala sam dovoljno vremena umotati je da bih je sutradan poslala poštom iz grada. Anđeoski tragovi!

Dok sam slijedećeg jutra čekala svoju vozačicu koja je opet kasnila, stigle su neke knjige ranom poštom, za koje mi je kćerka javila da su joj hitno potrebne. Anđeoski tragovi! Da smo krenule na vrijeme, bilo bi

gotovo nemoguće dostaviti i knjige i alatku na poštu. Sve ove "odgode"



bile su sa svojim razlogom. Naučila sam ne uzrujavati se kad izgleda da se planovi ruše. Samo gledam i čekam na razlog – koji vrlo brzo postane očit.

Kad imate poriv nazvati nekoga, a taj vam odgovori - 'Baš sam te htio nazvati! Kako si znao da te trebam?', to je anđeoski trag. Možete to nazvati i nadosjetilnom percepcijom. Ista stvar. Kad vam u ruke padne 'prava' knjiga u 'pravom' trenutku – eto još anđeoskih tragova!"

Ako se osvrnemo na nebrojene trenutke milosti koje smo doživjeli, možemo početi uviđati obrazac dobronamjerne intervencije. Ono što smo nazivali boljim uvidom, šestim čulom, intuicijom, isto tako može biti glas anđela, koji nas uči koristiti se mudrošću koju nam je podario naš Stvoritelj.

Budeći svoju pažnju i pozivajući društvo nebeskih prijatelja, stvaramo ozračje za više "anđeoskih tragova". Takvi ugodni trenuci donose ugodu radosnih iznenađenja i osjećaj sklada. A da biste bili sigurni da će se anđeli pridružiti vašem slavlju, iskušajte slijedeću vježbu.



### Vježba br. 28

### ANĐEOSKI KIŠOBRAN

Kad imate potrebu da vam vaš anđeo bude osobito blizu tijekom dana, otvorite Anđeoski kišobran. Tom se vizualizacijom možete koristiti kad god vam je na umu neki poseban zadatak, ispit, na primjer, ili neki važan razgovor, i kad želite ostati usredotočeni i smireni. Ili kad jednostavno želite uz sebe dragog prijatelja.

1. Okrenite se prema istoku, ispružite ruke i recite: "Anđele, budi sa mnom". Na trenutak zatvorite oči i zamislite svojeg anđela kako stoji iza vas, a njegova vas krila obujmljuju. Ponovite pozivanje okrećući se prema jugu, prema zapadu, a zatim prema sjeveru. Dok to radite, obratite pažnju primjećujete li neku određenu senzaciju u svojem tijelu ili vašem okruženju.
2. Kad završite s invokacijom u svim smjerovima, sjednite i podignite ruke s dlanovima okrenutim prema gore. Zamislite svojeg anđela kako stoji iza vas držeći veliki kišobran sa

žbicama od zlata. Umjesto plana, između zlatnih žbica su

## ZAMOLITE SVOJE ANĐELE

točkice zlatnog svjetla, kao da je iznad vas velika zlatna mreža, kao razasuta nebeska rosa.

3. Niz ovu čipku od svjetla tek u kapi zlatnog i bijelog svjetla, okružuju vas i štite. Pomaknite svoje ruke da biste što snažnije doživjeli ili osjetili učinak zlatnog kišobrana. Recite, "Moj anđeo je sa mnom". Izgovarajte te riječi koliko god puta želite.
4. Kad ustanete, osjetite energetska polja koje je stvorio ovaj poseban kišobran. Zamislite kako vas okružuje dok krećete u novi dan.

U bilo kojem trenutku toga dana možete reći - "Anđele, budi uz mene", a pritom zamislite kako je iznad vas anđeoski kišobran. Za razliku od običnih kišobrana, za ovaj ne morate brinuti da ćete ga zaboraviti u autobusu ili u kinu.

Susan se poslužila anđeoskim kišobranom kad joj je nedostajalo sedamdeset dolara za stanarinu. Ova je vježba umirila njezine strahove i pomogla joj da se prisjeti da nakon kiše uvijek dolazi sunce, da se svi problemi mogu riješiti. Kad je zazvonio telefon, bila je sasvim mirna. Nazvala je susjeda da bi je zamolila da pričuva dijete preko vikenda. Susan je bila slobodna i pristala je. Kad joj je žena platila, Susan je u rukama imala sedamdeset dolara.

### • RECIKLIRANJE ENERGIJE •

U ovom smo poglavlju govorili o primjeni pozitivne energije. Postoji li uopće nešto što možemo nazvati negativnom energijom? I da i ne. Kad biste vizualizirali energiju unutar dugih cilindara, pozitivna bi se energija kretala ravno, dok bi se negativna energija iskrivljavala, vrtuljila ili smotala, poput hrenovke u hot-dogu. Osnovna priroda svih energija je ista, samo im je oblik drugačiji. Ne radi se o tome da postoje dvije vrste energije, već da su dva načina na koje se energija kreće, teče i oblikuje stvarnost. Ako ste spremni stvarati svoju stvarnost, na očitovanje onoga što u životu želite, tada ćete htjeti da je vaša energija bude ravna, usredotočena i jasno usmjerena.

Jedna od pouka koju učimo na fizičkom planu je da svoje smeće ne smijemo bacati bilo kamo, da ne smijemo stvarati predmete koji se ne daju preraditi. Isto je i s energijom. Ne smijemo je nerazumno

razbacivati. Ako se razbacujem njome, odgovorni smo za onečišćenje

nećijeg tuđeg plana stvarnosti, koji nam u tom trenutku nije vidljiv. Svoju energiju možete "izravnati" koristeći se slijedećom tehnikom. Kao što biorazgradivi otpad vraćamo u zemlju kao kompost, tako i energiju pomoću ove vježbe možemo kompostirati.



### Vježba br. 29

### ANDEOSKI USISAVAČ

Ova je vizualizacija zamišljena da je radite sa svojim anđelom, da biste očistili i fizičko tijelo i svoja fina tijela od takozvane negativne ili iskrivljene energije. Cilj je ukloniti iskrivljenu energiju, a potom je izravnati – postupak koji je prilično nalik recikliranju. Kad je oslobođena, poteći će glatko i lako kroz svemir i odrazit će se na skladnom rezonantnom planu bez ometanja. Zatim može biti iskorištena u materijaliziranju vaših osobnih ciljeva.

Započnite s *Osnovnom meditacijom uzemljavanja* (str. 111) ili sa *Centrirajućom meditacijom* (str.139). Nakon toga, krenite slijedećim koracima.

1. Usredotočite se na problem koji želite preoblikovati. To može biti dio vašeg tijela kojem je potrebno iscjeljivanje; misao, osjećaj, sjećanje; fizička ili mentalna neuravnoteženost.
2. Zatvorite oči i uistinu uđite u problematiku ili element koji želite osloboditi. Ne bojte se ući duboko u strah ili bol. Što je stvarniji, to će potpunije biti otpušten. Trebate znati da dio onoga što odbacujete može biti i uvjerenje da nešto nije u redu s vama - ukoliko s vama zaista nešto *nije* u redu.
3. Zatim vizualizirajte svojeg anđela kako lebdi iznad vas. Neka slika postane što stvarnijom. Doživite i osjetite svojeg anđela i njegovu ljubav i brižnost prema vama.
4. Vaš anđeo drži neobičan uređaj. To je usisavač koji će umjesto prašine i smeća usisati vašu iskrivljenu energiju. Slobodno ga zamislite u bilo kojem obliku ili boji. Pri svakom čišćenju može izgledati drugačije, no uvijek je to usisavač sa svojim glavnim dijelom i crijevom, poput pravog. Ipak, kao dodatak usisnom dijelu tu su snažni magneti. Oni ravnaju usisanu izvitoperenu energiju, a zatim je kroz stražnji dio usisavača

izbacuju.

5. Vaš anđeo drži usisavač u jednoj ruci, a u drugoj crijevo. Na kraju crijeva je mali dodatak, koji vaš anđeo usmjeruje prema vašem fizičkom tijelu, prema vašem umu, prema vašim osjećajima i/ili prema vašim finijim tijelima, ovisno o tome čemu je potrebno čišćenje.
6. Dok vaš anđeo prelazi usisavačem preko mjesta ili kroz misli i osjeća je koje želite otpustiti i iscijeliti, osjetite i vizualizirajte kako usisivač iz vas usisava mlazove izvitoperene energije. Unutar usisavača se vaša stara energija mijenja i izlazi iz usisavača kao mlaz briljantnog svjetla, sasvim pročišćena i ravna.
7. Osjetite kako su se rasplinula sva bol, tuga ili zbrka koje ste osjećali. Udahnite duboko. Dopustite si da sjajite i budete slobodni.
8. Ako ste izvitoperenu energiju dugo nosili u sebi, imajte strpljenja dok sva ne bude usisana. Možda ćete trebati ponoviti proces.
9. Kad završite, zahvalite svojem anđelu.

Kako se sada osjećate? Ustanite, prošećite i obratite pažnju ima li lakoće u vašem raspoloženju ili u vašem tijelu. Odajte si priznanje što ste kozmički ekolog, uključen u recikliranje na višedimenzionalnoj razini. I vaše tijelo i vaše iscjeljivanje dio su svemira. Kad iscjeljujete sebe, iscjeljujete za sve. Ako nakon ove vježbe osjećate laganu vrtoglavicu ili se osjećate pomalo neobično, sjetite se da se trebate uzemljiti, a možete pozvati i anđela umrežavanja, koji će vam pomoći da se podignete u pozitivniju sferu. Čišćenje tijela, rad s afirmacijama i održavanje pozitivnih stavova pomoći će vam zadržati unutarnju čistoću.

Jennie je socijalna djelatnica, čiji rad uključuje i kućne posjete. Otkad je naučila tehniku anđeoskog usisavača, donosi je u domove svih klijenata koje posjećuje. "Nevjerojatno kako djeluje", pričala nam je. "Ljudi vidljivo postaju svjetliji i vedriji do vremena kad odlazim."

A ispod trosjeda nema prašine!

Kad odredite svoje ciljeve i proučite što želite u svojem životu, imate mogućnost iscijeliti sebe same od ograničavajućih samonametnutih uvjerenja. U slijedećem poglavlju upoznat ćete i druge načine iscjelji-

vanja s anđelima.



# Rad s anđelima na oporavljanju i iscjeljivanju



**K**ad anđele pozovemo u svoje živote, počinjemo prepoznavati putove koji nas vode k Bogu. Bolest nas vodi prema duhovnom buđenju; ovisnosti također. Njihova zvona za uzbunu zvone poput alarma da bi nas upozorila da smo zaglavili ili skrenuli s puta i da ne možemo napredovati na našem duhovnom putu ako se ne probudimo. Da bismo krenuli prema svojem višem razvoju, moramo otkriti blokade i ukloniti

uzroke. Moramo se iscjeliti na dubljoj razini.

### • STVARANJE ZBILJE •

Jedan od znakova da smo na putu Više Svjesnosti je prepoznavanje da stvaramo vlastitu zbilju. Sve što donosimo u svoj život – a to uključuje i situacije kojima se niti u snovima nismo nadali! – predstavlja mogućnost, ponekad i pravi izazov, da poduzmemo ispravan korak. Ovo razumijevanje oslobađa od stida. A osim toga, koliko smo se puta osjećali krivima, čak s grižnjom savjesti, što smo bolesni ili o nečemu ovisni.

Anđeli nam govore da sve što dolazi u naš život predstavlja učenje, da iz svega možemo izvesti pouku. Rak je već sam po sebi dovoljno opak, pa ne moramo još i sebe kriviti što smo se razboljeli. Pa ipak, često povezujemo bolest sa zločestoćom. Što smo bolesniji, to smo zločestiji. Upravo je ovdje iscjeljujuće prisustvo anđela toliko bitno, jer anđeli nam donose brižno prihvaćanje, bez suđenja, bez kritiziranja. Ovdje su da nam pomognu naći izlaz iz bolesti i nevolja koje smo zacrtali, izlaz do cjelovitosti i ravnoteže. Uz pomoć naših anđela učimo blagosloviti lekciju koju smo dobili, umjesto da proklinjemo stanje. A ono što blagoslivljamo, to se poboljšava.

### • BEZ KRIVNJE •

Povezivanje s anđelima pomaže nam odbaciti stid i krivnju za svoje stanje i omogućuje nastaviti liječenje. Umjesto da se zbog bolesti osjećamo loše, ili je čak pokušavamo zaniijekati, možemo preuzeti odgovornu akciju koja će nas osloboditi i iscijeliti. Kad uključimo i anđele, otvaramo se anđeoskom načinu rješavanja situacije: Nema krivnje, nema stida, nema pogrešaka. Bez obzira što učinimo, anđeli će nam dati do znanja da je sve u redu. Oni nas ne osuđuju, pa kad udružimo snage, naučimo ne suditi ni sami sebi. Tada oslobađamo energiju, koju potom možemo iskoristiti za oporavak i iscjeljivanje. Ova istina vrijedi bez obzira borimo li se s rakom, AIDS-om ili stalnim zlostavljanjem svake vrste – fizičkim, mentalnim, emocionalnim ili seksualnim.

### • DUHOVNA PERSPEKTIVA •

Anđeli nas ne iscjeljuju. Oni nam pomažu da se iscijelimo sami. Njihovo prisustvo omogućuje svakome od nas, bez obzira o kojoj

se bolesti ili ovisnosti radi, da iscijelimo svoje osjećaje odvojenosti i

usamljenosti. Mi nismo sami. Od trenutka kad se povežete sa svojim anđelom, više nikada nećete osjetiti usamljenost. A ne trebate se niti liječiti sami. Anđeli su s vama, oni su dio vašeg osobnog iscjeliteljskog tima, u kojem mogu biti i liječnici, terapeuti i drugi praktičari te članovi skupine koja podržava oporavak. Kao što svaki od ovih pomagača daje svoj obol ili pristup vašem liječenju, anđeli će vas povezati s duhovnom perspektivom, a tada se možete uhvatiti u koštac s razlogom i značenjem stanja koje se očitovalo.

### • IZVORI OVISNOSTI •

Ovisnosti izrastaju iz osjećaja manje vrijednosti, upravo kao što sva zlostavljanja proizlaze iz pomanjkanja brižnosti i poštovanja. To su znakovi koji ukazuju na izostanak ljubavi. Zloporaba alkohola, droge, kofeina, nikotina, seksa, odnosa, kupovanja, kockanja i hrane pokušaj je da ispunimo unutarnju prazninu.

Ovisnosti su načini na koje si olakšavamo nedostatak ljubavi. Kad dijete ne dobiva dovoljno nježnosti, brižnosti, odrasta s pomanjkanjem ljubavi. Ovo pak šteti samopouzdanju i usporava razvitak zdrave ljubavi prema samome sebi. Što manje ljubavi prema sebi imate, to ste skloniji korištenju raznih zamjena za dobro osjećanje. Tada to preuzima oblik nekontroliranog ponašanja. Nekontrolirano ponašanje ili ovisnosti nisu u ravnoteži s pravom mjerom. Kad nemate dovoljno onoga što vam treba, i vaša će akcija kompenzacije doći u neravnotežu.

### • PUT DO BOGA •

Ovisnosti su staze koje mnogi odabiru kako bi našli Boga. Ovdje djeluje Više Sebstvo, vodeći osobu na način koji najviše odgovara potrebama te duše. Možete reći da je to vrlo okrutan put – AIDS, spolno zlostavljanje i drugi teški problemi. Naši nam anđeli kažu da je okrutnost u skladu s razinom upornosti duše da u tome ostane – i njene krajnje snage. Da biste iz zemlje iskopali mali kamenčić, dovoljan vam je jedan prst. Ako želite iskopati stijenu, bit će vam potreban dinamit.

Da bi se prekinuo zatvoreni krug ovisnosti, "dinamit" se ponekad pojavljuje u obliku dramatične situacije, nesreće, bolesti ili katastrofe.

To se toliko često događa, da je općeprihvaćeno vjerovanje da ovisnik

mora doći do dna prije nego započne s oporavkom. Tome nije uvijek tako, no u slučajevima kad kod neke osobe udari "dinamit", više nije bilo drugog načina da se zadobije njena pažnja. Događaj je hitan poziv da se izazove pozornost.

### • KRAJ I POČETAK •

Jedan je takav poziv dobio Bill Wilson u zimi 1934. Prijavio se na odjel za liječenje alkoholičara u New Yorku. Liječnik mu je rekao da je, ukoliko ne prestane s pićem, suočen s teškim oštećenjem mozga i vrlo skorom smrću. Sam u bolničkoj sobi, u dubokom beznadu, nakon niza godina borbe sa željom da prestane s pićem, zavapio je za pomoć Bogu. Odjednom se soba ispunila veličanstvenim bijelim svjetlom. Za Billa Wilsona svjetlo je predstavljalo Prisustvo, biće koje ga je ispunilo radošću i podiglo ga iz beznada do nade i promjene. Više nikada nije pio.

Mnogi znaju za priču dioničara Billa Wilsona i dr. Boba Smitha, kirurga iz Ohia, dvojice osnivača udruženja Anonimni alkoholičari. No, mnogi ne znaju za trećeg osnivača, za svjetlosno biće. Je li to bio anđeo? Bill Wilson nije rekao što misli tko je to bio. No kad je zazvao Boga, pojavio se glasnik, svjetlost vodilja koju možemo nazvati anđelom čuvarom anonimnih alkoholičara (AA) i svih dvanaest koraka programa oporavka. Možda je svjetlosno biće bio Rafael, arkandel čija je specijalnost liječenje. Ako ste u programu oporavka, uz svoje anđele stavite se i pod sigurno krilo Rafaela.

Kao što je biće svjetla došlo Billu Wilsonu, i vaš je anđeo čuvar ovdje za vas, kao izvor iscjeljujuće ljubavi. U trenucima izolacije i straha, kad ne znate kako dalje, otvorite se svojem anđelu i dopustite toj ljubavi, toj brižnosti, toj nježnosti da vas prožme. Ako se borite protiv svoje ovisnosti i bojite se da ćete se okliznuti, pozovite ga da bude uz vas, da vas podrži, da vam pomogne i da vam dâ svu potrebnu snagu. Vi ste vrijedni te ljubavi.

Ako se i okliznete, ne kažnjavajte se i ne padajte u samokritiku i krivnju. Zamolite svoje anđele da vas umotaju u svoja velika, meka krila. Udišite njihovu bezuvjetnu i neosuđujuću ljubav i imajte razumijevanja prema sebi i svojem stanju. Razumijevanje znači brižno prihvaćanje, ne samo svojih djela, već i samoga sebe. Vaši vas anđeli vole upravo takve

kakvi jeste. Vaši vas anđeli ne osuđuju.



• **PROGRAM OD DVANAEST KORAKA**  
**NA ANĐEOSKI NAČIN** •

Ako ste uključeni u program od dvanaest koraka\*, svaki korak možete raditi s anđelima. Možete još jednom pročitati opis različitih vrsta anđela u 8. poglavlju. Osim toga, sjetite se zamoliti Rafaela za posebnu pomoć. Ako ste spremni poraditi na svojim ovisnostima, razmislite o tome da se pridružite grupi u vašoj blizini koja provodi program od dvanaest koraka. Grupa koje daju podršku u borbi protiv ovisnosti ima u svakom dijelu zemlje. Organizirane su kao pomoć alkoholičarima, narkomanima, kockarima ili ljudima koji ne mogu obuzdati potrebu za jelom.

Na **prvom koraku** ovog programa dolazite do shvaćanja da ste nemoćni pred svojom ovisnošću i da ne možete vladati svojim životom. Ovo je najteži korak od sviju koji slijede. Zamolite svojeg anđela pratitelja da bude s vama i da vam pomogne zakoračiti. Osjetite njegovu ljubav i uspjeh ćete uspeti se na tu stepenicu i nastaviti dalje. U ostalim koracima, zamolite svojeg anđela za podršku.

**Drugi korak** vas poziva da prihvatite da postoji Moć veća od vas, koja može povratiti vaše zdravlje. Ovu snagu možete doživjeti kao Boga, Božicu ili svoje vlastito više sebstvo. Bez obzira u što vjerujete, vaši su anđeli most do tog višeg plana. Pozovite ih da bi ojačali vašu povezanost. Također pozovite anđela milosti da napravi rez u vašem životu i da se u vašem srcu ponovo nađe mjesta za Božju ljubav.

U **trećem koraku** donosite odluku da svoj život predate Bogu. Znajući da vas anđeli ljube, pređite preko njihovog mosta do još uzvišenije ljubavi. Anđeo uzoraka može pomoći da se otvorite većem, univerzalnijem planu.

U **četvrtom koraku** od vas se očekuje da napravite moralnu inventuru svojeg života. Pozovite anđela informacija da vas podrži dok to radite, da vam pomogne osvrnuti se na vaš život i da vas podsjeti na sve što ste blokirali ili zaboravili.

Zatim, u **petom koraku**, priznajete Bogu, samome sebi i drugoj osobi svoje pogreške. U ovom teškom zadatku vraćanja u ravnotežu i otpuštanju negativnih misli i osjećaja, koje ste možda godinama zadr-

žavali, na pomoći vam je anđeo procesa.

U **šestom koraku** zamolite Boga da ukloni sve nepravilnosti i smetnje vašeg osobnog inventara. Pozovite anđela reorganizacije u pomoć. Imajte na umu da ne morate sve učiniti sami. Ovdje je od velike pomoći grupa s kojom radite, u koju je uključena i skupina anđela.

U **sedmom koraku** zamolit ćete Boga da vam pomogne ukloniti vaše mane. Pozovite anđela promjene da vas podrži u ovom velikom remontu samih sebe. Zadatak nije lak, no nakon svega kroz što ste prošli, moći ćete i ovo.

U **osmom koraku** trebate napraviti popis ljudi koje ste povrijedili i kojima se želite ispričati. Za pomoć u ovom koraku možete pozvati anđela umrežavanja, da vam pomogne promijeniti stare obrasce ponašanja.

**Deveti korak** zahtijeva od vas da ispravite sve loše što ste učinili ljudima s vaše liste, osim ako bi to povrijedilo njih same ili neku drugu osobu. Pozovite anđele povezivanja koje dijelite sa svim tim osobama, da bi vam pomogli izraziti se na najbolji način.

U **desetom koraku** nastavljate s osobnim inventarom i učite kako da odmah priznate ako niste u pravu. Za ovu biste priliku mogli pozvati anđela mira da vam pomogne razviti osjećaje smirenosti i samoopraštanja.

**Jedanaesti korak** vas poziva da poboljšate svoje odnose s Bogom, u svakom smislu. Pozovite jednog od anđela usklađivanja da vam pomogne u otvaranju, da bude uz vas u molitvama i meditacijama i da vam pomogne shvatiti da je svaki trenutak u svakome danu svet.

**Dvanaesti korak** vas potiče da svoje buđenje, svoje novo rođenje odmah podijelite s drugima, i da svakoga dana u svim životnim situacijama prakticirate dvanaest koraka. Znajte da će vam u ovom koraku anđeli okruženja biti na pomoći. Kad naučite svako mjesto na kojem se nadete učiniti svetim mjestom, ovaj će vam korak postajati sve lakšim i lakšim.

Roger (nije njegovo pravo ime) radi u videoteci. U prvom mjesecu trijeznog stanja svakodnevno je odlazio na sastanke i nazivao svoju sponzoricu\* svake večeri. To mu još uvijek nije bila dovoljna podrška. Da je sastanak AA trajao dvadeset i četiri sata dnevno, Roger bi mu prisustvovao. Sponzorica ga je dovela na jedno od naših anđeoskih oku-

pljanja i Roger je otkrio da su mu uzemljavanje i otpuštanje od velike

pomoći. No, ponekad je bio poput malog dječčića koji prelazi veliko raskršće. Želio je držati nekoga za ruku.

Rogerove ovisničke potrebe nicale su kao lude. Kad nije bio na sastanku AA, nazivao bi prijatelje. Jednostavno nije želio biti sam. Malo pomalo, ostajao je bez prijatelja na koje bi se mogao osloniti. Na jednom sastanku polaznika koji su završili anđeosku radionicu, ispričao nam je kako se osjeća. Rekli smo mu da bi svaki od dvanaest koraka mogao raditi s anđelima. Pokazalo se da je to upravo ono što mu je bilo potrebno da bi razvio osjećaj sigurnosti i prijateljstva za kojim je žudio.

### • OPORAVAK UZ MILOST •

Proces *Milost* pri oporavku može biti izvanredno koristan. Što ste uzemljeniji, to ste prisutniji i svjesniji činjenica. Svakoga jutra kad ustanete prođite *Osnovnu meditaciju uzemljavanja* (str. 111), bez obzira namjeravate li razgovarati s anđelima ili ne. Greta tako radi svakoga jutra prije trčanja. Napravite i *Osnovnu vježbu otpuštanja* (str. 127) i zamolite svojeg anđela da vam pomogne otpustiti obrasce ovisnosti. S obzirom da ste već upoznali svojeg anđela, svoje prvo pitanje možete postaviti i ovako: "Anđele, molim te, pomози mi prepoznati što stoji na putu prevladavanja mojih ovisnosti, da bi to mogao/la otpustiti." Zatim sastavite *Listu prljavog duhovnog rublja* i prođite kroz otpuštanje, usredotočujući se na svoju ovisnost.

Kad god ste uplašeni, zabrinuti ili kad sumnjate da možete promijeniti svoj život, napravite vježbe *Povezivanja* iz 6. poglavlja, da biste se podigli na višu vibraciju. Ljubav i strah ne mogu prebivati na istom mjestu u isto vrijeme – a kad pjevušite s anđelima, strahovanju nema mjesta.



Razgovaranje s anđelima može vam dati uvid u prirodu vaše ovisnosti i u oporavak, osvjetljavajući pritom vaše ponašanje na toliko nježan i drag način, da vam postaje mnogo lakše unijeti potrebne promjene. Svakog jutra, prije nego ode na posao, Roger nekoliko minuta provede u čavrljanju sa svojim anđelom, bilježeći pritom natuknice. Osim toga, našao je vrlo korisnim iznova pročitati te vesele duhovne razgovore, osobito u danima kad se osjeća obeshrabrenim.

Nakon pet mjeseci svojeg trijeznog perioda, Roger se našao oči u oči s izazovom. Njegov se najbolji prijatelj Todd ženio i Roger je bio zadužen za organiziranje momačke zabave. Christy ga je upozorila da je to za njega opasna situacija – Rogerovi prijatelji vole popiti. Roger je bio siguran da može vladati sobom. No, usprkos svojim najboljim namjerama, popio je jedno piće i – posrnuo. Slijedećeg jutra bio je ispunjen stidom i gađenjem prema samome sebi. Zbog svojeg osjećaja manje vrijednosti udaljio se od grupe s kojom je naporno radio da bi prevladao ovisnost, ali i od svojeg anđela.

Jednog je dana ipak smogao snage i nazvao Christy. “Nemoj odustati. Jednostavno počni dolaziti na sastanke”, rekla mu je bez optuživanja. Podsjetila ga je da zamoli svojeg anđela za pomoć i preporučila mu vježbe uzemljavanja i otpuštanja, koje je naučio u radionici. Uzemljavanje ga je smirilo. Otpuštanje mu je pomoglo otpustiti veći dio krivnje i samooptuživanja. Nakon što je tjedan dana ostao trijezan, osjetio se dovoljno vrijednim za ponovno povezivanje sa svojim anđelom. Njihovi svakodnevni razgovori pomogli su Rogeru da postigne “devedeseticu”, tri mjeseca svakodnevnih sastanaka sa svojom grupom anonimnih alkoholičara. Još uvijek svakodnevno radi i na Procesu milosti, a u vrijeme kad smo ovo pisali, proslavio je svoju prvu trijeznu godinu.

### • PREHRANA S ANĐELIMA •

Poput droge i alkohola, i zlorababa hrane izaziva samomržnju. Hranom se istovremeno i nagrađujemo i kažnjavamo. Ako ste osoba koja se baca na hranu, možete osjetiti više samookrivljavanja, srama i gađenja prema samome sebi od nekoga tko ovisi o drogi ili alkoholu. Iako ih ne preporučujemo, droge i alkohol nude privremeno olakšanje

od naporne samokritike, koja je upravo ta koja ljude i potakne na prvo



uzimanje. "Naliju" se da bi sami sebe lakše podnijeli, što im nakratko i uspijeva. No većina "hranoholičara" je bolno svjesna svojeg negativnog glasa prije, tijekom i nakon pretjerivanja s hranom. To je pakleni krug: prejedanje, izazvano željom da prikrijemo bol, opet uzrokuje bol. Čin se pretvara u pravi mazohizam, želje za užicima potaknute, a zatim nezadovoljene. Šlag na torti – krivnja.

Ako imate problema s prejedanjem, tada vas muči i dodatno optećenje: težina. Vaša se ovisnost vidi. Tada postaje izvorom srama i poniženja, što se pretvara u problem koji hrani ovisnost i izgleda kao da iz tog zatvorenog kruga nema izlaza. Ali ima. Čak je i vrlo jednostavan, iako ne lak. Trebate voljeti sebe. Sama dijeta neće pomoći. Da biste ponovo zavoljeli i prihvatili same sebe, trebate istražiti gdje leži uzrok vašem ponašanju s jelom i razotkriti obrasce povrijeđenosti, straha, ljutnje, samokažnjavanja i stida. Kad god je to moguće, potražite profesionalnu pomoć - psihoterapeuta ili osobu koja je obučena za pomoć pri poremećajima u prehrani. Teško se s time boriti sâm, jer upravo naše osobno osuđivanje i nijekanje okružuju ponašanje kojeg se stidimo. I to je trenutak u kojem na pozornicu mogu doći anđeli.

Jedan od razloga zbog kojih anđeli s oduševljenjem ulaze u naše živote je taj što nemaju fizička tijela. Film Wima Wendersa, *Krila želje*, govori o anđelu koji postaje ljudskim bićem da bi mogao iskusiti tjelesne užitke. I veći dio nas rado bi se mijenjao za njihova "laka" tijela, osobito kad stanemo na vagu.

### • KRILATI ČUVARI TEŽINE •

Anđeli ne mogu rastopiti vaše kilograme, no možete ih pozvati da vam pomognu doći u stanje otvorenijeg srca i veće ljubavi prema samima sebi, što je temelj svakog uspješnog programa oporavka. Zamolite svoje anđele da vam budu na pomoći u osmišljavanju i osvještavanju dijete i da budu uz vas pri vježbanju. Pozovite ih da vam prave društvo dok jedete, dok pregledavate jelovnik ili dok kupujete namirnice. Razmišljajte što bi anđeo unio u svoje tijelo kad bi želio održati zdravlje i težinu. Kako bi žvakao svoju hranu? Bi li je gutao ili uživao u njoj? Kad trčite ili vježbate, rastvorite svoja krila da vas podignu. Bi li anđeo gundao i propuštao sklekove ili trčanje? Ili bi svoje mišiće energizirao i

osvježio, upućujući u njih svjetlo?

Osim svojeg anđela čuvara, možete pozvati i anđela iscjeljivanja. Upoznali ste se s njim u 8. poglavlju i možete ponovo pročitati nešto o njemu. Oni će vas ohrabriti da vidite da je svaki korak koji poduzmete korak prema osvježavanju vašeg tijela i održavanju dobrog zdravlja. Zamolite anđele da vas nastave podsjećati da ste odabrali poboljšati svoje fizičko stanje.

### • MUČI VAS GLAD?

#### • POZOVITE SVOJEG PRIJATELJA ANĐELA •

Ako vas muči želja za hranom ili neki emocionalni stres povuče okidač želje za prejedanjem, sjetite se pozvati svojeg nebeskog prijatelja. Odvojite nekoliko minuta i sjednite mirno, osjetite prisustvo svojeg anđela. Zamolite ga da uđe u vaše tijelo, da vas smiri i ispuni mirom. Osluhnite riječi utjehe koje bi vam mogao uputiti. Dopustite da vas ispuni ljubavlju i poštovanjem prema vama samima. Zamolite da vam pomogne naći odgovarajuću zamjenu za glad, nešto što će uistinu ispuniti vaše potrebe. Slijedeća će vam vježba pomoći da anđele imate na oku svojeg uma.



#### Vježba br. 30

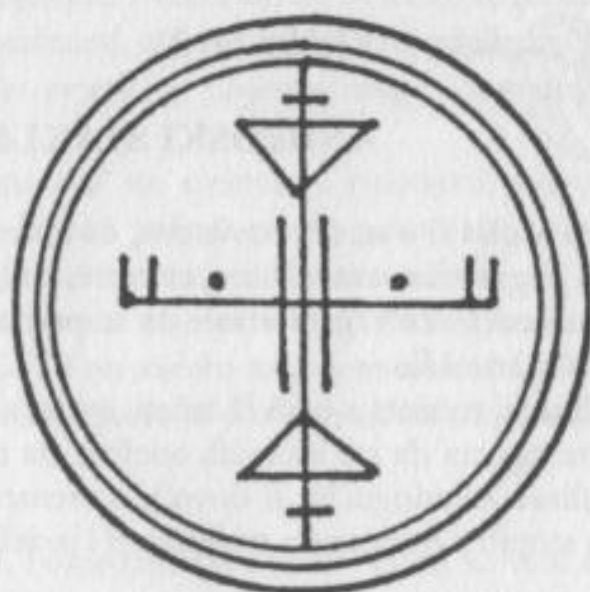
#### USKLAĐIVANJE TREĆEG OKA

Mandale su okrugli oblici ili tvorevine koje simboliziraju Svemir i sveukupnost ili cjelovitost. Nastale su u istočnjačkim religijama i korištene su kao pomoć pri centriranju i meditiranju. Crtež koji vidite dobili smo od anđela. Zamišljen je

- da nam pomogne uskladiti dvije polutke našeg mozga (linija u sredini);
- da nas podrži u uzemljavanju (dva trokuta predstavljaju tijek energija iz Zemlje i neba);
- da nas poveže s našim unutarnjim vidom (dvije točke) i s našim fizičkim tijelom (središnja okomica).

Ova je mandala vizualni način povezivanja s vašim anđelom. Ako želite, prije nego započnete raditi s njom možete je precrtati ili prenijeti

crtež na drugi papir.



1. Držite crtež mandale ispred sebe, u visini trećeg oka na sredini čela, no dovoljno daleko da je vidite cijelu.
2. Ne skidajte pogled s mandale dok je ne upamtite.
3. Osjetite kako se preslikala na kožu preko vašeg Trećeg oka.
4. Zatvorite oči i zamislite kako mandala pulsira na vašem čelu i stapa se s kožom. Zamislite da je utetovirana ispod kože. Zamislite je u bojama koje želite.
5. Osjetite kako ovaj crtež zrači iz vašeg Trećeg oka, poput testne slike na televizoru, odašiljući signale vašem anđelu koji mu govore da ste spremni povezati se s njim.

Crtež mandale možete naljepiti na vrata hladnjaka, na zrcalo u kupatnici, u automobilu ili na ploču u svojem uredu, da bi vas tijekom dana podsjetila na povezanost, ne samo s vašim anđelom, već i s vašom nakanom.

Betty je izgubila trideset kilograma. Pred njom je cilj izgubiti još dvadeset. Nije joj lako i kad se osjeća usamljeno i tužno, često pomišlja otići do ugla po sladoled. Mandala joj pomaže ostati usredotočenom na svoj cilj i da se sjeti zamoliti svojeg anđela za ljubav i podršku. Tri puta tjedno odlazi na vježbanje, a svakodnevno radi i duhovne vježbe procesa *Milost*.



### Vježba br. 31

### ANDEOSKI STAKLENIK

Ako osjećate da ste zaglavili u starim navikama, da tonete u svoje tijelo i da ste preplavljeni negativnim emocijama, tada ste, u stvari, spremni za rast. Slijedeća vizualizacija će vam pomoći da se prebacite i preusmjerite svoj život na nježan način.

Pri ovoj vizualizaciji možete sjediti ili ležati, ovisno o tome što vam je ugodnije. Budite sigurni da ste isključili telefon, da nećete biti ometani. Poslije vizualizacije omogućite si dovoljno vremena da biste se u potpunosti mogli stopiti s osjećajima smirenosti i iscjeljenja.

1. Zatvorite oči i duboko dišite. Opustite se i počnite otpuštati svaku napetost iz tijela. Osjetite svoje mišiće i kosti, budite svjesni svojih unutarnjih organa. Budite vrlo mirni, da biste mogli osjetiti kako u vašem tijelu pulsira život.
2. Zamislite da sjedite usred velike, kristalne strukture nalik stakleniku. Okruženi ste divnim rastućim biljem, drvećem i cvijećem. Tu je i jezerce sa svjetlucavim raznobojnim ribicama i fontana svjetla u bojama duge.
3. Prepustite se svojim osjetilima. Čujete li zvukove fontane? Osluškujte zvukove ptica i vjetra. Osjećate li blagi povjetarac na svojem čelu? Omirišite sladak zrak, miris ljiljana, karanfilića i ruža.
4. Osjetite ili spoznajte približavanje vašeg anđela, koji sjaji zeleno-zlatnim svjetlom. Nježno polaže svoju ruku na vaše rame, na vašu leđa i vaše lice. Dok to čini, osjetite kako njegovo iscjeljujuće zeleno-zlatno svjetlo ispunjava vaše tijelo.
5. Dok zeleno-zlatno svjetlo utječe u vas, doživite osjećaj lakoće u svojem tijelu, osjetite se mekšima i prozračnijima. Postajete vitalni i prelijepi poput svih živućih, rastućih bića u vašem anđeoskom stakleniku.
6. Sad je vaše srce ispunjeno zeleno-zlatnim svjetlom. Struji kroz vaš krvotok, ulazi u svaku stanicu vašeg tijela, od vrha glave do vršaka nožnih prstiju.

7. Ako u vašem tijelu postoji neko određeno mjesto kojem je



potrebna dodatna pažnja, zamolite svojeg anđela da tamo položi svoje ruke i vrške krila i otvorite se primanju nježnih dodira i brižnosti, osjetite kako se povrijeđena i bolna mjesta ispunjavaju svjetlom. Osjetite snagu i ugodu, iscjeljenje i ravnotežu.

8. Kad osjetite da ste cjeloviti i iscijeljeni, zahvalite svojem anđelu za brižnu pažnju prema vašem tijelu, umu i duhu, i promatrajte kako nestaje u blistavom lišću.
9. Polako postanite svjesni svojeg disanja, osjetite da ste u svojem tijelu i na mjestu na kojem sjedite. U svoje vrijeme i na svoj način vratite se u svoje uobičajeno stanje probuđene svijesti.

Otvorite oči. Pogledajte oko sebe. Kakvi su vam dojmovi? Ustanite i protegnite se, prošećite. Osjetite kako zračite iscjeljujućim zlatno-zelenim svjetlom, zelenim poput trave i lišća sa zlatom anđeoskih titraja.

Betty se mučila s preostalih dvadeset kilograma. Budući da je dugo nosila tu preveliku težinu, izgubila je osjećaj za svoje tijelo. Kad je napravila vježbu s anđeoskim staklenikom, osjetila je nevjerojatno strujanje energije kroz tijelo, koja se podizala i spuštala kroz ruke i noge. Golicalo ju je i grijalo, a Becky se osjećala sretnijom i življom. Po prvi put je došla u dodir sa svojim tijelom. Zeleno-zlatno svjetlo je strujalo njenom nutrinom i ispunjavalo je energijom. Bio je to dodatni poticaj da ustraje.

Kad god vam je potrebna utjeha i povratak na pravi put, vratite se u anđeoski kristalni staklenik.

### • DUHOVNA DIMENZIJA ISCJELJIVANJA •

Rad s anđelima ni na koji način ne isključuje potrebu za profesionalnom zdravstvenom njegom. No može omogućiti iscjeljivanje na finijim tijelima, koje je vrlo važan dodatak radu u fizičkom svijetu. Kad nismo svjesni negativnosti koje zadržavamo u svojim tijelima i kad ne znamo kako da ih otpustimo, mi u svoj život pozivamo bolesti.

Zapitajte svoje anđele o duhovnim uzrocima koji dovode do neravnoteže i što možete poduzeti da biste ih otpustili. Kad znate što ga je uzrokovalo, stanje može nestati ili biti izliječeno mnogo brže. Kad

svoje anđele zamolite za podatak o bolesti, oblikujte svoje pitanje na

otvoren način, na primjer: "Čemu u meni treba iscjeljenje?" ili "Što trebam naučiti iz ove bolesti?" Ne postavljajte pitanje kao - "Trebam li poći na kemoterapiju ili da krenem s terapijom sa sokovima?" Na pitanja kojima je odgovor da ili ne – pitanja koja uključuju izbor – obično će odgovoriti vaš um. A kad ste bolesni ili ovisni, s umom se poigrava strah.

Evo, na primjer, što je Leonardu rekao njegov anđeo kad je zapitao što treba znati o svojim žučnim kamencima: "Svaka će ljutnja koju zadržavaš u tijelu otvrdnuti i zapriječiti protok. Vrijeme je da otpustiš svoju ljutnju. Vrijeme je da je oslobodiš s ljubavlju prema sebi što si je imao i s ljubavlju prema drugima na koje si ljut. Ti znaš tko su oni. Ne moraš im ništa izravno reći. Napiši im pismo i nemoj ga poslati. Vjeruj svojim anđelima da će isporučiti poruku. A vjeruj i da će tvoj liječnik učiniti ostalo. Osim toga, mogao bi probati jesti više zelenog povrća."

#### • ISCJELJIVANJE S ANĐELIMA •

Što bolje osjećate prisustvo svojeg anđela, to će vašem anđelu biti poticajnije da s vama podijeli svoju energiju. Kad ste tužni, umorni, bezvoljni ili osjećate da vam je potrebno iscjeljivanje, osjetite kako vas anđeo obujmljuje svojim krilima. Zagrljaj anđela već sam po sebi može biti iscjeljujuć. Osim toga, sa svojim anđelom možete raditi na čitav niz načina. Evo kako to čini Andrew: "Kad idem k liječniku, zamolim svojeg anđela da pođe sa mnom. Osjećam njegovo prisustvo u liječničkoj ordinaciji, a osjećam i liječnikovog anđela. To što sam ih svjestan usklađuje situaciju i podiže je na višu frekvenciju. To pak poboljšava svaku dijagnozu i liječenje."

Tijekom tretmana akupunkturom vidim i osjećam kako moj anđeo lebdi oko mene, isijavajući zlatno svjetlo u vrhove iglica. Osjećaj je izvanredan i produbljuje opuštanje i liječenje."

#### • SVAKA JE POMOĆ DOBRODOŠLA •

Kad donosite odluke glede liječenja, iskoristite sve mogućnosti koje su vam na raspolaganju, uključujući savjete svojeg liječnika, razmatranje svojih razmišljanja i razmišljanja vaših prijatelja, podatke koje možete

dobiti od organizacija ili ljudi koji se bave tom bolešću.

Pozovite svoje nebeske prijatelje da vam pomognu raščistiti i prevladati strah da biste se vi mogli posvetiti odabiru liječenja koje vam odgovara na svim razinama – na fizičkoj, mentalnoj i duhovnoj razini. Uočavanje bolesti i prepoznavanje i prihvaćanje vaše ovisnosti prvi je korak liječenja. S anđelima na vašoj strani, možete naučiti pozdraviti sve manifestacije kao dio svojeg iscjeljivanja. Pozivanje svojih osobnih anđela čuvara će vas ispuniti ispravnim stavom, stavom razumijevanja i suosjećanja, neutralnosti i prihvaćanja. Pozivanje anđela otvara vas ljubavi koja liječi.

Ako je određenom dijelu vašeg tijela potrebno liječenje, pozovite prisustvo svojeg anđela pratitelja. Promatrajte i osjetite kako iz vrhova njegovih krila na to mjesto isijava iscjeljujuće zlatno svjetlo. Pozovite anđele iscjeljivanja i promatrajte kako okružuju vaš ležaj, donoseći ljubav i podršku. Svojeg anđela možete zamoliti i za savjet kako da s tom situacijom radite na energetskej razini. Još jednom ističemo, ovo ne zamjenjuje rad s ovozemaljskim liječnikom. Prije možemo reći da s duhovne perspektive doprinosi liječenju.

Ako ste podvrgnuti bilo kakvom medicinskom zahvatu, budite mirni jer je soba ispunjena anđelima – vašim anđelima, anđelima sviju koji su prisutni u prostoriji i čitavom svitom anđela iscjelitelja. Svaki put kad vam je potrebno iscjeljivanje, otvorite se iscjelitelju u vama. Vi niste žrtva onoga čemu je potrebno iscjeljivanje, vi ste učenik koji iz toga uči. Kad u učionicu ulazite sa svojim anđelima, energizirate mogućnost da učite i uvećavate mudrost koja vam prilazi.

Večer prije nego što je trebala posjetiti zubara radi čišćenja zubnog korijena, Valerie je sjedila u tišini i vizualizirala svojeg anđela kako joj šalje energiju u zub. Zatim je uzela dva aspirina i otišla u krevet. U prethodnom posjetu, zubar je pregledao rendgenske snimke zuba u rekao da joj predstoji dugo i zahtjevno liječenje. No, slijedećeg dana, kad je bušilicom ušao u zub, velikog problema kojeg je vidio na snimkama jednostavno nije bilo. Završio je s radom za dvadesetak minuta. Dr. Nathanu ništa nije bilo jasno, a Valerie je bila zahvalna. Kad je stigla kući, upalila je malu svijeću i opet u miru i tišini od srca odaslala zahvalnost anđelima.

### • ANĐELI I LIJEKOVI •

Bilo koja vrsta lijekova, vitamina, minerala ili ljekovitih trava koje uzimate može biti obogaćena i usklađena s vašim tijelom zahvaljujući vašem anđelu.

Uzmite u ruku bilo koji lijek koji koristite. Pozovite svojeg anđela i promatrajte ili zamislite kako svojim krilima dodiruje bočicu s lijekom. Gledajte kako anđeosko svjetlo pročišćuje sadržaj, energizira ga i usklađuje s vašim tijelom da ne bi izazvao neželjene posljedice i da bi što bolje odgovarao vašoj potrebi.

### •PREPORUČUJE SE: LJUBAV •

Ako je netko koga poznajete bolestan, vizualizirajte ga okruženog anđelima iscjeljenja, iz kojih sjaji meko zeleno-zlatno svjetlo.

Iscjeljivanje nije isto što i liječenje. Iscjeljivanje znači "biti cjelovit" na svakom koraku od rođenja do smrti. Ponekad upravo kroz bolest i usred nje postajemo cjeloviti. Ponovo cjelovitima možemo postati na mnogo načina.

I ne zaboravite na anđele umrežavanja. Upoznali ste ih u 8. poglavlju. Ako želite, pročitajte poglavlje još jednom. Ponekad je ono što smatramo bolešću samo krivo dijagnosticiran slučaj premrežavanja.

### • POSJET S ANĐELIMA •

Kad idete u posjet nekome tko boluje, pozovite sa sobom i anđele iscjeljivanja. Promatrajte i osjetite ili doživite kako ispunjavaju sobu i ostavite ih tamo kad odlazite.

Imajte na umu da oni mogu doći samo kad ih mi pozovemo. Ako osoba koju posjećujete prihvaća razgovor o ovim nebeskim liječnicima, podijelite s njom svoje znanje i kako su pomogli vama.

Ako osoba nije spremna prihvatiti takva razmišljanja, ne namećite svoja iskustva, ali uvijek možete otvoriti svoja krila i ispuniti sobu anđeoskom energijom.

To će činiti dobro svakome tko uđe u sobu, liječnicima, medicinskim sestrama, obitelji i prijateljima.



### • ISCJELITELJICA KOJI JE RADILA S ANĐELIMA •

Pokojna dr. Cecelia Musso iz New Yorka bila je nadahnuti iscjeliteljica s izvrsnim rezultatima. Ta je draga liječnica kiropraktičarka specijalizirala liječenje metodom koju nazivaju kranio-sakralna terapija. No Cecelia je činila mnogo više od namještanja kostiju. Ona je radila s anđelima.

Razgovarali smo s Cecelom prije nego je preminula i zamolili je da zbog knjige podijeli s nama svoja iskustva. Njezin prvi susret s nebeskim bićem nije bio s anđelom, ispričala nam je, već s arkandelom – s Mihaelom. Pojavio se jednog dana dok je radila na pacijentu i predstavio se prilično službeno, govoreći da je ovdje kako bi joj posudio svoju energiju, da je vodi i štiti te da bi joj pomogao u daljnjem radu.

Kranio-sakralna metoda uključuje i rad na auri i na finijim tijelima, a od praktičara zahtijeva veliku osjetljivost na više energetske frekvencije. S obzirom da je Cecelia sebe doživljavala kao kanal kroz koji stiže ono što je pacijentovu tijelu potrebno, bila je otvorena svijetu anđela. Jasno je razlikovala anđele od vodiča, bestjelesnih bića koji, kako je rekla, "pomažu ljudima da lakše prožive svoj život". Jedna od razlika, primijetila je, je u tome što je "glas anđela poput najsladje glazbe".

Nakon nekog je vremena, nakon prvotnog susreta s Mihaelom, počela 'vidjeti' anđele kako se tijekom terapije pažljivo kreću prostorijom. Prema Cecelijinom mišljenju, pojavljivali su se kad su bili potrebni pacijentu. Kad je nekome nedostajalo životne radosti, pojavljivali bi se mali kerubini, upravo poput onih na čestitkama, šireći oko sebe radost. Jednog se dana pojavio arkandeo Gabriel, najavljujući da je ovdje da bi pomogao određenom pacijentu. Iz područja svojeg solarnog pleksusa odaslao je plavo-ljubičastu zraku izravno u pacijenticu. Zatim se obratio Ceceliji, rekavši joj da pacijentici, koja ga nije mogla osjetiti, kaže da i sama može koristiti plavo-ljubičasto svjetlo za samoiscjeljivanje. Žena je poslušala Cecelijine riječi i postigla iznimno osobno ispunjenje.

Cecelia nam je objasnila da su anđeli koje ona viđa vrlo nalik ljudima.

"Oni koje ja viđam uvijek su muškog spola, iako su njihove energije nesumnjivo androgine. Pretapaju se iz muške energije u žensku i obratno, no vrlo su snažne. Tiha, vrlo jasna snaga." Gabriel joj dolazi kao svjetlokosi mladić, a Mihael je tamnopus. Vrlo su visoki, a odjeveni su

su nešto što nalikuje prozračnoj, ali neprozirnoj halji.

“Što je s krilima?”, pitali smo. “Imaju ih”, odgovorila je, “no to, u stvari, nisu krila. Izgledaju kao dio njihovih ruku i pojavljuju se i nestaju kad pomiču ruke.”

Cecelia se prisjetila slučaja HIV pozitivnog mladića. Kad je došao na terapiju, pratila ga je čitava svita radosnih anđela koji su joj rekli da su ovdje “zbog velike avanture”. Našla je način da svojem pacijentu, koji tada nije bio spreman na anđeoska posla, kaže da ih u ime terapije čeka “velika avantura”. “Može!”, veselo se složio, iako nije znao zašto ga je to toliko obradovalo. Nedugo poslije toga upoznao je svojeg anđela i sada radi s njim da bi unio svjetlo Duha u živote onih koji se bore s tom bolešću.

Cecelia nam je rekla da ne dolaze svi njezini pacijenti u pratnji svojih anđela. Zamolili smo je da nam kaže postoji li nešto zajedničko onima koji dođu s anđelima. “Ljubazno služenje”, rekla je bez oklijevanja. “Svi oni služe čovječanstvu na ovaj ili onaj način.”

Sigurni smo da dr. Cecelia Musso i danas radi u dobrom društvu. S anđelima.

### • ISJCJELJIVANJE SRCA •

Srce je vitalni organ, ključan za naše fizičko, emocionalno i duhovno dobro. Povezuje nas s našim anđelima. Kad im se otvorimo, širimo kapacitet za ljubav i suosjećajnost.



Svatko s vremena na vrijeme ima "nevolja" sa srcem, kao što su osamljenost, povrijeđenost, odbačenost ili stid. Radeći sa svojim anđelima, ove osjećaje možemo iscijeliti i razviti veće samopouzdanje, veće prihvaćanje samih sebe i drugih. Slijedeća vježba pomoći će vam iscijeliti svoje srce.



### Vježba br. 32

### ISCIJELITE SRCE RADEĆI SA SVOJIM ANĐELOM

Za ovu će vam vizualizaciju biti potrebna dva stolca okrenuta jedan prema drugom i malo vremena u tišini, da biste bili sami sa svojim anđelom. Prije nego počnete, svakako napravite *Osnovnu meditaciju uzemljavanja*. Da biste rastvorili svoja krila, poslužite se tehnikom opisanom na str. 146. Osim toga, najbolje je snimiti upute da biste kroz proces mogli prolaziti zatvorenih očiju.

1. Udobno sjednite na jedan od stolaca. Zatvorite oči. Počnite disati polako i duboko. Opustite ramena i čelo. Otvorite svoja krila.
2. Osjetite prisustvo svojeg anđela. Osjetite kako sjedi na stolcu sučelice vama. Osjetite kako zajedno dišete, dok on otvara svoja krila i pruža ih prema vama.
3. Usmjerite pažnju na svoje srce i osjetite kako kuca u središtu vaših grudni. Položite ruke na prsa i nekoliko minuta osjećajte pulsiranje srca u grudima. Nastavite disati polako i duboko sa svojim anđelom.
4. Udite u osjećaje svojeg srca koje želite iscijeliti. Dopustite si osjetiti ih u potpunosti.
5. Osjetite srce svojeg anđela, izravno nasuprot vašeg. Promatrajte i osjetite kako pulsira u toplom, radosnom svjetlu.
6. Izvan ovog pulsirajućeg svjetla koje je srce vašeg anđela, zraka svjetlosti počinje sjati i teći prema vašem srcu. Toplo, predivno svjetlo. Pogledajte kakve je boje. Osjetite kako ta zraka ulazi u vaše srce, grije ga i ispunjava.
7. Vaše je srce ispunjeno tim svjetlom. Stjenke vašeg srca i svaka njegova klijetka sjaje. Svjetlo se kreće u sva ranjena mjesta

srca, rastapa vaš zaštitni oklop, iscjeljuje stare rane.

## ZAMOLITE SVOJE ANĐELE

8. Ako postoji netko kome trebate oprostiti, usmjerite prema toj osobi ovo svjetlo. Zamislite kako ta osoba prima iscjeljujuću svjetlost.
9. Dopustite da svjetlo unutar vas rastapa određene osjećaje koje ste dugo zadržavali i dovodi vas do točke na kojoj si možete oprostiti svaku bol koju ste prouzročili drugima.
10. Neka ovo svjetlo pročisti vaše srce i ispuní cijelo vaše tijelo. To je svjetlo anđeoske ljubavi i sada ste ispunjeni njime. Ono se prelijeva preko vašeg tijela, obavijajući vas sjajnom svjetlosnom ovojnicom.
11. Zahvalite svojem anđelu za dar iscjeljujuće ljubavi. Vratite pažnju na svoje disanje i na sebe u stolcu. Kad ste spremni, polako i nježno otvorite oči.

Ovu vježbu možete ponavljati kad god osjećate da je vaše srce stisnuto. Ako postoji duboka i dugotrajna povreda, bilo bi korisno da vježbu radite često. Ovu vježbu možete raditi i da biste došli u bolje odnose sa samim sobom.

Sandy predaje u gradskoj školi u prilično opasnom dijelu grada. Većina njezinih učenika, ako se uopće i pojave, problematičnog su ponašanja. Sandy ih naziva "hodajući ranjenici". Sa svojih petnaest godina već izgledaju doživotno oštećeni. Frustrirana i očajna, Sandy je odlučila jedan od svojih razreda poučiti ovoj vježbi. Cijelo su se vrijeme smijali, no na to je već naviknuta, pa je vježbu ponovila i slijedeći tjedan.

S obzirom da već neko vrijeme radi s anđelima, Sandy nije se previše iznenadila kad je u tom razredu primijetila promjene. U skladu s vježbom, dala im je zadatak da napišu što u svojem životu žele iscijeliti. Bol o kojoj su pisali istovremeno ju je i šokirala i dirnula. Nije ni pomišljala da u nju imaju dovoljno povjerenja da bi bili toliko iskreni. Tijekom godine ponavljala je vježbu, a čak je i ravnatelj uočio promjene u njihovu ponašanje. Ove godine Sandy sve svoje učenike poučava kako da iscjeljuju svoja srca.

### • ANĐELI ROĐENJA I SMRTI •

Rođenje i smrt daju nam mogućnost da radimo s anđelima na vrlo učinkovite načine. Ti su događaji ulaz kroz koji naša duša ulazi i izlazi

našeg fizičkog tijela. U stvari, oni su toliko značajni za svemir da



zadužuju posebnu kategoriju anđela, koji dolaze iz vrlo visokog reda. Flower A. Newhouse, koja je mnogo pisala o anđelima početkom prošlog stoljeća, vjerovala je da anđeli rođenja i smrti dolaze iz reda nebeskih dušebrižnika, poznatih kao moći. Ovi su anđeli iznad arkandela, pa čak i iznad principala.

U umjetnosti su moći često prikazivani kao svjetleće munje. Newhouse nam govori da je to stoga što se pri povezivanju duše i tijela pri rođenju i pri odvajanju duše od tijela pri smrti koriste elektricitetom. Njegovateljice, koje su često uz umiruće, govore da u trenutku nečije smrti nerijetko vide bljesak. Ovi anđeli rođenja i smrti zabljesnu svojom ljepotom, a okruženi su snažnom svjetlećom austom. Flower Newhouse smatra da su oni posljednja bića koje vidimo prije rođenja i prvi koji nas pozdrave nakon što umremo. Osobi u tranziciji daruju utjehu i osjećaj sigurnosti.

#### • NA DOLASKU •

Mnogi anđeli prisustvuju djetetovu rođenju. Uz moći, djetetovog anđela čuvara i pratitelje koji su uvijek prisutni, ovdje su i anđeli iscjeljivanja i povezivanja. Igor Charkovsky, ruski ekspert za porodništvo i pionir podvodnog rađanja, rekao je da osjeća kako ruke anđela drže njegove svaki put kad pridržava bebu koja dolazi na ovaj svijet.

Bilo da prisustvujete rađanju ili se porađate, možete povećati anđeoski udio pozivajući ih da vam se pridruže u vašem srcu. Ovo snaži vašu želju da rađanje teče glatko i bez poteškoća za sve koji sudjeluju. Vaše iskreno vjerovanje u najbolji ishod prilično je nalik glazbeniku u orkestru - "note" koje svirate povezuju se s anđelima, a zajedničkim djelovanjem nastaje skladna glazba.

Tijekom cijele trudnoće, Donna i njezin suprug Sal vizualizacijom su svojoj nerođenoj bebi slali anđeosko pročišćujuće svjetlo i ljubav, osobito uvečer prije spavanja. Snimili su svoju omiljenu glazbu da bi je Donna slušala dok je u trudovima. U svoj kovčežić sa stvarima za bolnicu stavila je sličicu anđela, koju je Sal kasnije prilijepio na zid u rađaonici. Nekoliko sati nakon što se rodio, sestra je malog Kirbyja donijela Donni. "Evo vašeg malog anđela", rekla je. Donna je pružila

prema njemu i nasmiješila se. "Kako ste znali?", zapitala je.

## • NA ODLASKU •

Kao što je rođenje radostan ulazak u život ispunjen učenjima koja pridonose rastu duše, tako i smrt može biti napredak u evoluciji, veličanstven prolaz do povezivanja i razumijevanja. Smrt je mnogima iscjeljenje koje im u životu nije bilo moguće. Ona omogućuje duši koja je zaglavila ili onoj koja je ispunila svoju zadaću, da se podigne do sljedećeg stupnja.

Naša kultura podržava mišljenje da je život kratak, a smrt da je vječna i da je se treba plašiti. To nikako nije andeoski stav. Oni nam govore da smo besmrtni duše, koje se razvijaju čak i nakon smrti.

Ako ste bliski s nekim tko će uskoro napustiti fizički svijet, možete poraditi sa svojim anđelom i anđelom čuvarom te osobe da joj pomognu da smrti pristupi s mirom, znajući da je to tek sljedeći korak na razvojnem putu. Zamolite anđele da vam pomognu prepoznati potrebe vašeg prijatelja na razini razumijevanja i suosjećanja. Znat ćete je li prikladno s tom osobom podijeliti riječi koje dobijete od svojih anđela. U nekim slučajevima je ono što dobijete kroz komunikaciju s anđelima namijenjeno podizanju vaših osobnih vibracija, da biste postali osjetljiviji instrument Više moći.

Zamolite svojeg anđela da vas ispuni svjetlom kad god ste uz umiruću osobu da bi vaše prisustvo bilo umirujuće – smireno, otvoreno i puno ljubavi. Prije nego uđete u prostoriju s umirućim, svakako primijenite tehniku uzemljavanja i otpuštanja. Iako ste tamo da biste slavili prijelaz i usprkos tome što je čast svjedočiti tom prijelazu, znajte da je normalno ako osjećate tugu. Zamolite svojeg anđela da vam pomogne izraziti osjećaje na način koji u potpunosti podržava osobu koja je u prijelazu. Dok ste tamo, otvorite se većoj svjesnosti anđela i svjetlosnih bića koja prisustvuju. Ako vi sami zaključite da je prikladno spomenuti njihovo prisustvo, vašoj dragoj osobi može biti utješno znati da su uz nju. U svakom slučaju, ovo može biti pravi trenutak da ohrabrite svojeg prijatelja da podijeli s vama što proživljava.

Ako ste sami suočeni sa smrću, zapitajte svojeg anđela trebate li još štogod završiti u ovom životu prije nego odete i kako da to izvedete. Znajte da je vaš anđeo u svakom trenutku uz vas i opustite se u sigurnosti njegovog zagrljaja. Svaki put kad se uzemljite, osjetite kako vlakna

iz vrha vaše glave sežu sve dalje i dalje, do samih nebesa. Ako se pojavi strah, napravite vježbu otpuštanja. Uočit ćete da je povezivanje s vašim anđelom lakše nego ikad jer ste mu bliži nego što ste bili prije svojeg rođenja. Kad se pripremite za ulazak u bestjelesni svijet, cijelo vrijeme možete razgovarati sa svojim anđelom. Vaš će vas anđeo u radosti ponijeti u slijedeću dimenziju.

### • RASVJETLJAVANJE •

Kad se približimo kraju našeg fizičkog života, često smo otvoreniji duhovnom. Neki ljudi doživljavaju mistična iskustva koja ih ostavljaju u potpunom miru ili s unutarnjim svjetlom koje blista u njihovim očima. Jedan od takvih je i Andrewov prijatelj Fred, koji je bolovao od AIDS-a.

U vrijeme kad je došao u bolnicu, na Fredu se bolest još nije vidjela. Bio je kuhar, travar i *shiatsu* maser, koji je niz godina posvetio holističkom liječenju. Ubrzo nakon što je primljen u bolnicu, posjetilo ga je Biće svjetla. Reklo mu je da je njegovo novo tijelo spremno i da ga čeka. Fred je to preko telefona ispričao Andrewu, kao mješavinu čuđenja i sasvim ozbiljne činjenice. Mogao se izvući od upale pluća i vratiti se kući. Moglo mu se poboljšati stanje i vratio bi se na posao. No riječi njegovog anđeoskog posjetitelja bile su jasne i snažne. Znao je da se može prepustiti. Nije bilo potrebno da svojem partneru i svim svojim prijateljima zadaje bol dok bi gledali kako se polako gasi. Dva dana kasnije Fred je otišao. Vratio se u Svjetlost.

### • IDEMO DALJE •

Ponekad, kad prirodni proces smrti iz ovog ili onog razloga ne teče glatko kao što se očekivalo, u pomoć stižu anđeli čuvari. Timothy se sjeća neobičnog slučaja koji se dogodio dok je odavao poštovanje preminuloj poznanici.

“Bila je to jedna od onih najmanje očekivanih smrti. Jean je bolovala tek nekoliko dana. Primljena je u bolnicu ‘za svaki slučaj’ i, na zaprepaštenje svijetu, umrla je nekoliko sati kasnije. Dan-dva kasnije otišao sam u elegantnu mrtvačnicu na Madison Avenue da bih joj odao posljednji pozdrav, ne stoga što sam je dobro poznao nego iz nekog dubljeg,

neobjašnjivog osjećaja da sam tamo potreban.

Kad sam ušao u prostoriju, ugledao sam lijes s otvorenim poklopcem, tako da se vidio gornji dio Jeaninog tijela. Bio sam sâm, pa sam na nekoliko minuta sjeo straga da bih se privikao na atmosferu i da bih zamolio svoje anđele da mi kažu što se od mene očekuje. Kad su mi se oči privikle na prigušeno svjetlo, postao sam svjestan neobičnog fenomena koji se događao iznad i neposredno oko lijesa. U prvom trenutku je izgledalo kao nejasno svjetlucanje, kao da se ljeska i leluja sama stvarnost.

Zatim sam ugledao ispruženo prozirno tijelo, na tridesetak centimetara iznad lijesa. Obuzeo me snažan osjećaj da se Jean, njeno esencijalno biće, još uvijek na neki način drži za tijelo koje je bilo njeno. U tom mi je trenutku moj anđeo rekao što da radim.

Dok sam se polako približavao ogradi, svjetlucanje se polako smirilo i ja sam, upravo kako mi je rečeno, izgovorio riječi koje mi je dala Radost, moj anđeo. Zatražio je od mene da se obratim Jean na tih i siguran način i da je umirim zbog onog što se dogodilo, te da joj kažem da je umrla u vrijeme velike osobne zbrke. Za života je bila izuzetno praktična žena, koja nije mnogo razmišljala o životu poslije života, ideji koju bi vjerojatno smatrala pomalo šašavom. Sada nije imala apsolutno nikakve ideje o tome što se događa – je li budna, spava li, je li pod anestezijom ili sanja.

Jean je očito imala povjerenja u moj glas, jer je svjetlucanje postalo manje ispunjeno strahom. Nastavio sam joj govoriti. Umirivao sam je i ohrabrivao da krene prema svjetlu. Nakon nekoliko minuta afirmacija, ono što sam doživljavao kao svjetlucanje je prestalo, a ja sam s unutar-njom sigurnošću znao da je njeno pravo sebstvo otišlo, da se vratilo Svjetlu. Kad sam se okrenuo da bih otišao, osjetio sam najsladši miris zahvalnosti, koji me ispunio toplinom.”

Kad radimo s anđelima rođenja i smrti, otvaramo se ljubavi i rastvaramo strah.

### • PUTEVI DO SRCA •

Dok radimo na postizanju stanja jedinstva sa svime, anđeoska nas stvarnost otvara novim putevima do ljudskog srca, do novih razumijevanja unutarnjeg glasa. Naše nas vjerovanje u anđele omekšava i čini

ljubaznijima, oživljava našu nadu i vjeru. A preko dnevnih čuda i razi-



granih očitovanja koja se pojavljuju oko nas, znamo da su i sami anđeli oduševljeni što ih prepoznajemo i što im vjerujemo. Užitek im je služiti nama, možda stoga što njihova pomoć doprinosi daljnjem učvršćenju naše vjere i sigurnosti da smo istinski voljeni od našeg Stvoritelja i da je naše zadovoljstvo istinski užitek samom Bogu.



# Rad s anđelima na svim vašim odnosima



**D**o ovog smo trenutka bili usredotočeni na vaš odnos s anđelima. Sad kad ste počeli komunicirati s njima, možete proširiti ono što ste naučili na sve svoje odnose. Kad dvoje ili više ljudi u odnos dovede svoje anđele, mogućnosti za promjene se povećavaju – što nas troje možemo potvrditi! No bez obzira jesu li vaš partner, prijatelji ili suradnici u dodiru s anđelima ili ne, vi još uvijek možete raditi s nebeskim povezivateljima kako biste poboljšali svoja druženja.

Kao što svatko od nas ima svoje osobne anđele – anđele čuvare ili anđele pratitelje, svoje anđele čuvare imaju i svi odnosi. Ovi nebeski pomagači dolaze iz reda bića koje zovemo Anđeli povezivanja ili

Anđeli usklađivanja (podrobnije smo ih objasnili u 8. poglavlju). Svaki

par i prijatelji imaju svojeg anđela. Anđele povezivanja možete zamisliti kao majke kvočke koje se vrte oko svojih pilića – njihovo prisustvo je toplo i utješno, brižno i sigurno. S obzirom da je njihovo energetske polje veće od našeg, oni nas šire, otvaraju većim mogućnostima sporazumijevanja s drugima. U njihovom smo ogromnom polju i mi (i naši osobni čuvari), što nam osigurava da se družimo bez oklijevanja, nesigurnosti ili stida.

### • DOBRI TRENUCI I TRENUCI U KOJIMA RASTEMO •

U svakom odnosu ima dobrih trenutaka i trenutaka kad se pojave nevolja ili sukobi. Ovi potonji mogu zabrinjavati, ali oni nam u stvari pomažu rasti i iscjeljivati probleme koji su s nama čitavog našeg života.

Svaki odnos u koji ulazimo zasniva se, do određenog stupnja, na prvom odnosu koji smo imali – na odnosu s majkom i ocem. Obrascе odnosa učimo od svojih roditelja, i onim dobrim i lošima. Ako istražimo što nije u redu s našim trenutnim odnosima, uz pomoć svjesnog prepoznavanja naših negativnih obrazaca i bez okrivljavanja druge osobe, imamo mogućnost ne samo popraviti odnos, već i iscijeliti sebe same. Kad radimo s anđelima povezivanja, proširujemo svoj rođenjem dobiveni kapacitet za sreću i iskreno sporazumijevanje. Ako postoji napetost ili krivo shvaćanje, pozvani anđeli povezivanja ublažit će gruba mjesta i raščistiti put do pomirenja.

U slijedećoj ćete se vježbi upoznati s anđelima povezivanja, pa ćete moći razgovarati s njima kad god nekom vašem odnosu zatreba malo dodatnog svjetla.



#### Vježba br. 33

#### USKLADIVANJE S ANĐELIMA POVEZIVANJA

Ako je i vaš partner, ljubavnik, prijatelj, suradnik ili suučenic u kontaktu s anđelima, vježbu možete raditi zajedno. Ako nije, mirno sjednite i zamislite da je druga osoba s vama. Možete presnimiti ovu vježbu. Započnite s *Osnovnom meditacijom uzemljavanja*, a zatim krenite na

na vježbu koja slijedi.

## ZAMOLITE SVOJE ANĐELE

1. Zatvorite oči. Vaš anđeo čuvar je s vama, sjedi iza vas. Budite svjesni njegove osobite energije ili vibracije.
2. Osjetite anđela čuvara druge osobe. Vizualizirajte kako sjedi iza te osobe, bez obzira je li ta osoba fizički prisutna ili nije.
3. Kad imate osjećaj tog drugog anđela, pozovite i anđela povezivanja tog odnosa. Ova će se energija često pojaviti kao velika kugla koja okružuje vas i drugu osobu, te oba vaša anđela. Ili ćete osjetiti kako anđeo povezivanja sjedi između vas dvoje i međusobno vas povezuje.
4. Uskladite se s anđelom povezivanja i neka vaša svjesnost njegovog prisustva raste. Na koji je način njegova energija drugačija od energije vašeg anđela čuvara? Kakva je? Dok istražujete ovo novo prisustvo, znajte da je ovdje zbog onoga što vas veže s drugom osobom. Ovo biće donosi energiju onoga što je najljepše i najskladnije između vas.
5. Kao što ste naučili razgovarati sa svojim osobnim anđelom, tako se otvorite i anđelu povezivanja, primajte njegovu energiju i slušajte što vam govori. Postavite bilo koje pitanje, izrazite moguću zabrinutost ili potrebu. Budite otvoreni njegovim savjetima i mudrosti – riječima, slikama, bojama ili osjećajima, bilo čemu kroz što vam se javlja.
6. Ako vježbi prisustvuje i druga osoba, podijelite međusobno svoje doživljaje susreta s anđelom povezivanja. To će ojačati vašu povezanost.
7. Ako vježbu radite sami, vizualizirajte drugu osobu i znajte da će je anđeo povezivanja nježno taknuti kroz njenog anđela čuvara. Isto tako, znajte da je već sama vaša odluka da radite na tome pokrenula promjene.
8. Kad ste završili, zahvalite anđelu povezivanja, zahvalite anđelima čuvarima, a zahvalite i toj drugoj osobi. Obratite ponovo pažnju na svoje disanje. Kad ste spremni, otvorite oči.

Slobodno kontaktirajte anđela povezivanja kad vaš odnos prolazi i kroz divne trenutke, izrazite mu svoje zadovoljstvo i zahvalnost. Ako se odnos počne ljuljati, sjetite se povezati i zatražiti pomoć. Ovo povezivanje možete koristiti i kad ste daleko od obitelji ili prijatelja i kad se želite povezati s njima na energetskoj razini. Ako su i vaši kolege na

poslu ili u zajedničkim projektima naučili razgovarati sa svojim anđe-



lima, ova vježba može uvelike utjecati na rad i pomoći da se stvari odvijaju lakše, efikasnije i kreativnije.

Kad je Carol počela pozivati anđela povezivanja zbog odnosa s majkom, nestao je dobar dio međusobne napetosti. Kad je prestala nastojati biti "mamina dobra mala djevojčica", počela je otkrivati kakva je izvanredna žena.

U kazalištu su, osim redatelja i glumaca, u predstavu uključeni još mnogi drugi ljudi – kostimografi, šminkeri, ljudi zaduženi za rasvjetu, stolari, scenografi. Kad je audicija, proba kostima ili predstava, Carol poziva anđele povezivanja da rade sa svima koji imaju veze s predstavom. Otkad to radi, njena karijera cvjeta.

Carol je danas na Broadwayu, u slavnoj ulozi. Upravo je nominirana za nagradu Tony. Njeno smo ime izmijenili da bismo zaštitili njenu privatnost, ali da ga čujete, sigurno biste znali o kome se radi.

### • PREKOVREMENI RAD •

Kad smo radili na reviziji knjige, Timothy je bio u New Mexico, Alma na Manhattanu, a Andrew u Brooklynu. Abigrael, anđeo bilježenja koji nas je povezivao, morao je raditi prekovremeno. Alma ima dvije odvojene telefonske linije, pa se često događalo da dok razgovara s Timothyjem ili Andrewom, onaj drugi nazove. Pomoću konferencijske veze mogli smo svo troje međusobno razgovarati. Zahvaljujemo Abigraelu i anđelima tehnologije.

Čak i u najboljim odnosima ponekad krene krivo. Nije uvijek moguće odmah popraviti povredu ili pogrešku, pa mali sukobi mogu prerasti do nepremostivih problema. U tim slučajevima, kad ne možete odmah popraviti ono što je pošlo krivo u nekom odnosu, slijedeća će vježba pripremiti teren da izgladite nesuglasice i održite sklad.



### Vježba br. 34

## VIZUALIZACIJA ZA ISCJELJENJE ODNOSA

Za ovu su vam vizualizaciju potrebne dvije svijeće i tiho, izdvojeno okruženje. Imajte pri ruci svoju bilježnicu i olovku, u slučaju da poželite zabilježiti ono što dobijete.

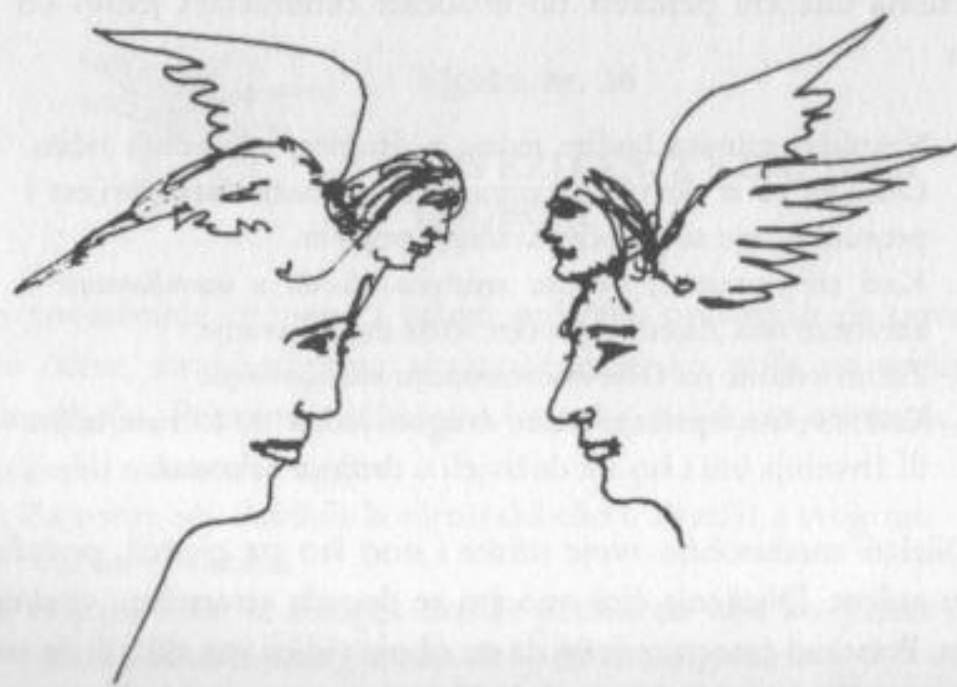
1. Upalite dvije svijeće. Jedna svijeća predstavlja vas, a druga osobu u odnosu koji želite iscijeliti. Kad upalite svijeće, recite: "Pozivam svojeg anđela da mi pomogne pri iscjeljivanju. Pozivam anđela (ime osobe) da pomogne pri iscjeljivanju. Pozivam prisustvo našeg anđela povezivanja."
2. Dok obje svijeće gore, izgovorite. "Držim ovaj trenutak, ovo iscjeljivanje i ovaj odnos u Svjetlu." Udahnite, a pri izdisaju vizualizirajte ceremoniju iscjeljivanja kako ispunjava vaše srce.
3. Vizualizirajte drugu osobu. Gledajte je onakvom kakva ta osoba uistinu jest, dobra, loša, zabavna, tužna – onakva kakvom je poznajete.
4. Kad ste prošli kroz sve facete te osobe, zamolite za impresiju anđela te osobe. Zatvorite oči i dopustite da se impresija oblikuje.
5. Zamolite tog anđela da vama i vašem anđelu kaže što bi trebalo poduzeti da se taj odnos iscijeli. Slušajte što vam poručuje i osjetite ga. Možda ćete dobiti impresiju svjetla, boje ili slike, a možda ćete čuti riječi. Budite otvoreni impresijama koje dobivate i niti jednu ne odbacujte kao glupavu ili smiješnu.
6. Kad impresija izbledi, zahvalite anđelu te osobe. Zatim se otvorite odgovorima svojeg anđela. Zapitajte: "Što treba učiniti da bi se iscijelio ovaj odnos?" Još jednom se otvorite za primanje bilo čega što dođe, bez prosuđivanja.
7. Kad ste primili poruku svojeg anđela, zapitajte anđela povezivanja trebate li još štogod znati.
8. Zahvalite anđelima i zamislite divno umotan dar, dar u kojem su impresije i preporuke koje ste upravo primili. Zamislite kako taj dar uručujete drugoj osobi. Promatrajte njenu

reakciju.

S obzirom da smo svi povezani, svaka promjena u vašem srcu odrazit će se i na vaše prijatelje, ljubavnike, supruga, suprugu ili suradnika. Nakon ove vizualizacije, može se dogoditi da ta druga osoba potakne pomirenje.

Patti je izvršna tajnica i osobna pomoćnica uspješnom tajkunu, dobro poznatom u njujorškim poslovnim krugovima. Poznat je po grubosti i pravim izljevima bijesa. Ubrzo nakon što je Patti upoznala svoje anđela, njezin ju je nadređeni ponizio pred velikom grupom biznismena, vičući na nju zbog neke beznačajne sitnice. Bilo je sasvim očito da mu je cilj bio jedino pokazati svoju moć, jer je Patti vrlo odgovorna u svojem poslu i ne događaju joj se pogreške.

Kad je stigla na okupljanje, koje održavamo nekoliko tjedana nakon svršetka radionice "Otvaranje anđelima", primijetili smo da je njezina uobičajena vedrina prigušena. Ispričala nam je što se dogodilo prošlog tjedna, pa smo joj preporučili vizualizaciju sa svijećama i pozivanjem anđela povezivanja. Nazvala nas je već slijedećeg dana. Napravila je vizualizaciju iste večeri, a kad je slijedećeg jutra ušla u ured, na stolu ju je čekalo dvanaest dugačkih ruža. Poruka od njenog šefa nije bila prava isprika. Na njoj je jednostavno pisalo, "Patti, prava si!"



• OTVARANJE ANĐELIMA  
S DRUGOM OSOBOM •

Jedan od načina na koje možete poboljšati i povećati uživanje s anđeoskim bićima je dijeljenje procesa s drugom osobom. Zajedničko otvaranje anđelima donosi dodatnu energiju, koja olakšava čuti glas svojeg čuvara. Naše iskustvo s grupama pokazuje da prisustvo drugih, u stvari, povisuje osobne vibracije – a sasvim sigurno dovodi više anđela!

Proces *Milost* možete podijeliti s prijateljem, rođakom ili kolegom koji također želi uspostaviti anđeosku vezu. Tehnika koju ste naučili u II dijelu ove knjige ovdje je doručena za korištenje s drugom osobom. *Vježbe otpuštanja* (str. 121, 123 i 127) ostale su iste.



**Vježba br. 35**

**UZEMLJAVANJE S DRUGOM OSOBOM**

Pripremite jednaku smirenu i ugodnu atmosferu kakvu smo prije preporučili i uredite sve da biste bili neometani. Pripremite svoje snimke *Uvoda u uzemljavanje* i *Osnovnih vježbi uzemljavanja*. Sjednite sučelice, koljenima udaljeni petnaest do dvadeset centimetara jedno od drugoga.

1. Nekoliko minuta budite jedno s drugim, otvorenih očiju. Omogućite si dovoljno vremena da odbacite samosvijest i prosudbe koje se u početku mogu pojaviti.
2. Kad ste spremni, pustite snimku *Uvoda u uzemljavanje* i zatvorite oči. Zajedno prođite kroz uzemljavanje.
3. Zatim krenite na *Osnovnu meditaciju uzemljavanja*.
4. Kad završite, ispričajte jedno drugom kakav ste kamen, biljka ili životinja bili i što ste doživjeli u drugim čakrama.

Dijeleći međusobno svoje utiske i ono što ste primili, povećavate svoju radost. Dijeljenje čini ono što se događa stvarnijim, vitalnijim i živim. Ponekad ćete primijetiti da ste oboje vidjeli iste slike ili da su one povezane. To je još jedan znak koliko smo povezani, koliko smo dio



Kad su Robert i Ellis poslije vježbe usporedili svoje bilješke, Robert je bio velika stijena u sredini polja, okružen divljim cvijećem. Ellis se vidjela kao veliku stijenu uz obalu mora, koju su zapljuskivali valovi. Primijetili su i da su oboje kao svoj oblik životinje dobili slike ptica. Robert je sebe doživio kao galeba koji je sletio na stijenu u moru, a Ellis je bila jastreb koji kruži nad poljem. Dok su razgovarali, Ellis se prisjetila da je i ona vidjela veliku stijenu i divlje cvijeće.

Kad se zajedno s partnerom uzemljite i podijelite dojmove, napravite *Listu duhovnog prljavog rublja* i *Osnovnu vježbu otpuštanja*. Iako će se na vašem popisu naći drugačije stvari nego na listi vašeg partnera, ova je vježba učinkovitija ako zajednički otpuštate sve s popisa, izgovarajući glasno i koristeći što snažnije izdisaje.

Nakon otpuštanja možda ćete poželjeti kratku stanku. Ustanite i prošećite uokolo, kružite ramenima, protresite noge i ruke, opuštajući ih. Otvorite prozor i udahnite svježi zrak. Možete i pustiti glazbu i malo plesati. Kad ste spremni za nastavak, ponovo sjednite – ne dalje od dvadesetak centimetara jedno od drugoga. Slijedeća vježba će vam pomoći da uskladite svoje energije prije nego krenete na vježbu *Otvoranje svojem anđelu* (str. 152). Kao i s ostalim vježbama, preporučujemo vam da je snimate, ostavljajući stanke između koraka, da biste mogli slijediti upute.



### Vježba br. 36

#### POVEZIVANJE S DRUGOM OSOBOM

Ovo povezivanje će vama i vašem prijatelju omogućiti da povežete svoje čakre, stvarajući time snažno energetsko polje za anđeosku komunikaciju. Pripremite bilježnice i olovke za Proces otvaranja, koji će uslijediti nakon ove vježbe.

1. Zatvorite oči. Pošaljite korijenje duboko u Zemlju, a svoje niti visoko do nebesa.
2. Osjetite kako se energija Zemlje podiže do vaše korijenske čakre i nebeske energije koja struji do krunske čakre.
3. Kad imate jasan osjećaj energija u svojoj krunskoj i korijenskoj

čakri, vizualizirajte zraku svjetla koja izlazi iz tih čakri i

## ZAMOLITE SVOJE ANĐELE

povezuje se u ravnoj crti sa čakrama vašeg partnera. Osjetite kako vas svjetlo povezuje s partnerovom korijenskom i krunskom čakrom.

4. Otvorite se primanju zrake svjetla vašeg partnera i osjetite kako se ta svjetlosna zraka povezuje s vašom korijenskom i krunskom čakrom.
5. Kad se između vas uspostavila čvrsta veza, pomaknite zemaljsku energiju do svoje sakralne čakre, a nebesku energiju do trećeg oka. Ponovo vizualizirajte zrake svjetla koje izlaze iz tih čakri i povezuju se s čakrama vašeg partnera.
6. Primite zrake partnera u svoje čakre.
7. Kad je povezanost između vaših sakralnih čakri i trećeg oka jasna, pomaknite energije još jednom, ovaj put do solarnog plexusa i grlene čakre. Vizualizirajte kako zrake svjetla teku iz njih i povezuju vas s partnerovim čakrama.
8. Primite ove zrake iz čakri vašeg partnera u svoje čakre.
9. Kad se energije povežu u vašim grlenim čakrama, zajedno pustite glas, oblikujući zvuk om. Ponavljajte om dok oboje ne osjetite kako ton odzvanja u vašim tijelima.
10. Sada zemaljsku i nebesku energiju povedite do svojeg srca i timusne čakre. Pošaljite zraku svjetla iz ovog para čakri u čakre svojeg partnera.
11. Primite zraku svjetla koja dolazi od vašeg partnera u svoje srce i timusnu čakru. Obratite pažnju kako se osjećate. Dopustite si osjetiti ovaj doživljaj što dublje. Budite sigurni da su vaši anđeli već uz vas i otvorite se primanju njihove drage energije.
12. Kad ste spremni, otvorite oči.

Povezivanje s drugom osobom je i snažno i nježno. Nekoliko minuta budite jedno s drugim u tišini, da biste doživjeli potpuno zadovoljstvo vašeg povezivanja. Budite otvoreni za prepoznavanje prisustva svojih anđela.

Rosie i Angie (kasnije nam je otkrila da je njeno pravo ime Angela) nikad nisu jedna drugu vidjele prije nego su se srele na jednoj od naših anđeoskih radionica. Kad su nakon nekog vremena odlučile ovu vježbu provesti jedna s drugom, Rosie je bila uzbuđena i nestrpljiva, no Angie je osjećala nelagodu s obzirom da su se jedva poznavale. Kad

su završile *Povezivanje*, obje su žene sjale od radosti. Zagrlile su jedna drugu.

drugu. Rosie, koja se bavi astrologijom, zapitala je Angie kad je rođena. Otkrilo se da su rođene istoga dana.

Kad ste spremni nastaviti s vježbama Otvaranja svojem anđelu, dogovorite pitanja koja ćete postaviti svojim anđelima. U početku je preporučljivo postavljanje istih pitanja; u drugim prilikama možete postavljati različita. Pitanje "Što nas je dovelo jedno k drugome?" pokazalo se vrlo plodonosnim.

Slijedite korake iz vježbe br.13: *Otvaranje svojem anđelu* (str. 152). Kad dobijete svoje poruke, zahvalite anđelima i ispričajte jedno drugome što ste primili. Lako se može dogoditi da u onom što ste dobili postoje velike sličnosti, da su riječi ili slike istovjetne. Ili ćete otkriti da su vrlo različite. Uživajte u njima, a uživajte i u zajedničkom druženju s anđelima.

Pat i Felicia dobre su prijateljice i rado zajedno istražuju i pohađaju razne duhovne programe i seminare, koji su ovih dana toliko popularni. Obje su već dulje vrijeme u kontaktu sa svojim anđelima. Pojavile su se zajedno jednog dana kad su se obje osjećale tužno i odlučile su otkriti o čemu se radi. Uzemljile su se i dale sve od sebe da bi otpustile svoju tugu i otvorile se anđelima. Iz toga je proizašlo ovo:

**FELICIJIN ANĐEO:** Tuga oslobađa srce. Kad plačeš i osjećaš se tužnom, tada se predaješ i korak si bliže stanju smirenosti. Ovom predajom otpuštaš kontrolu i stavljaš se u otvoreniju poziciju za primanje ljubavi, informacija, stvaralačkog nadahnuća, poruka. Iskrenije slušaš i spremnije dijeliš s drugima. Tvoji te strahovi i tvoje suze nose i podižu do većeg smirenja u samoj sebi.

**PATTIN ANĐEO:** Dopusti svojoj tuzi da te pročisti nježno i duboko i prepusti se spoznaji zašto se tuga pojavila. Čaša vode njeguje tvoje grlo, ispunja ga i teče kao zlatna energija koja prodire u najskrivenija područja tvojih emocija. Ne posustaj; ne prestaj sve dok nježna promjena ne zadrhti u tvom grlu i znat ćeš riječi koje trebaš znati, znat ćeš što znače, što se zbililo i što će tek biti.

Nakon ovoga, obje su bile spremne doživjeti tugu na sasvim novi način.

• **KAKO OD ANĐELA ZATRAŽITI  
PORUKU ZA DRUGU OSOBU** •

Kad jednom uspostavite kontakt sa svojim anđelima, tada se možete otvoriti i primanju poruka za druge ljude. Možete zamoliti svoje prijatelje koji su naučili razgovarati s anđelima, da u vaše ime postavljaju pitanja anđelima, a i vi možete postavljati pitanja za drugu osobu – ali samo *na zahtjev te osobe!*



**Vježba br. 37**

**POSTAVLJANJE PITANJA ZA  
DRUGU OSOBU**

Za ovaj se proces prije svega trebate uzemljiti, otpustiti i povezati. Pripremite svoju bilježnicu i olovku.

1. Sjednite u tišini, sa zatvorenim očima, oko dvadeset centimetara od osobe za koju ćete postaviti pitanje.
2. Pozovite svojeg anđela i zamolite da vam se pridruži i anđeo vašeg prijatelja. Zamolite ove anđele da budu s vama dok se otvarate primanju odgovora koji će poslužiti za najveće dobro svijetu.
3. Zamislite ili osjetite svojeg anđela. Bez obzira što vam se pruži, pozdravite očitovanje anđeoskog prisustva.
4. Dopustite da se pojavi i slika anđela vašeg prijatelja.
5. Promatrajte susret anđela očima svojeg uma. Zamislite da pozdravljaju jedan drugog. Kako to čine? Pozdravljaju li se svojim krilima? Možda se rukuju? Plešu? Možda su službeno klimnuli glavama?
6. Dovedite sliku anđela u svoju srčanu čakru. Zadržite je ondje nekoliko trenutaka, dok ne počnete osjećati toplinu u svojem srcu i dok ne doživite anđeosko prisustvo.
7. Sada sliku anđela smjestite u svoje treće oko pa je i tamo zadržite neko vrijeme.
8. Kad su vaše srce i treće oko ispunjeni energijom anđela, otvorite oči i zapišite pitanje. Zatvorite oči i mentalno ponovite pitanje,

zamišljajući da su riječi zapisane u vašem srcu i u trećem oku.



9. Kad začujete riječi ili dobijete impresiju, otvorite oči i zapišite ono što ste primili.
10. Kad završi primanje poruke, ne zaboravite zahvaliti anđelima.

Nekoliko se trenutaka prepustite energiji koja vas okružuje. Zatim pročitajte što ste zapisali. Ako ustanovite da je ton prijenosa nježan i prihvatljiv, ako ne daje konkretne savjete već nježno vodi, te ako biste i sami rado primili takvu poruku, podijelite je sa svojim prijateljem. Ako se u poruci osjeća prijekor ili se zahtijeva neko konkretno djelovanje, velika je vjerojatnost da se umiješao vaš um. Ostavite takav odgovor po strani i zamolite anđele za drugu poruku. Anđeli ne naređuju; oni nas ohrabruju da koristimo mogućnosti našeg uma, srca i duha i da sami donosimo odluke.

Maria je prolazila kroz grozan period sa svojim mladićem Joséom. Uvijek ju je nečim razočaravao, a često ga je znala uhvatiti u laži. Povjerala je svoje nevolje Josephini i zamolila je da svojeg anđela zapita za savjet. Josephine je lako uspostavljala kontakt sa svojim anđelom, ali nije bila sigurna hoće li uspjeti uspostaviti kontakt s Marijinim anđelom. U svakom slučaju, odlučila je pokušati.

Josephine je zamolila Mariu da sjedne s njom, a zatim je uz snimku prošla kroz sve korake vježbe. Dobila je vrlo jasnu sliku Marijinog anđela, koji je izgledao sasvim drugačije od njenog. A zatim je čula ove riječi:

**MARIJIN ANĐEO:** Maria voli iluzije. Sklonija je iluzijama nego stvarnosti. Razlog tome je njezin odnos s ocem, koji je bio toliko bolan da ga je potisnula u mašti i zamišljala svijet – i muškarce – onakvima kakvima je željela da budu. Maria nikad nije željela prihvatiti stvari i ljude onakvima kakvi jesu. Vezala se za svoje iluzije. Kad se José pokaže onakvim kakav uistinu jest, njezine se iluzije ruše. Postaje razočarana i počinje kritizirati njega, a sažalijevati sebe.

Josephine je bila zapanjena, ali nastavila je zapisivati, pitajući istovremeno što bi Maria trebala poduzeti.

**MARIJIN ANĐEO:** Maria treba otpustiti svoja razočaranja, i glede oca i glede muškaraca općenito, tako da ih može prihvatiti

onakvima kakvi jesu, sa svim njihovim lošim stranama. Maria treba

znati da José nije stigao na ovaj svijet da bi nju učinio sretnom i da nije odgovoran za njezina nezadovoljstva. Kad potpunije prihvati samu sebe i kad se prestane u drugima tražiti svoju sreću, tada će se rascvjetati njezin pravi vedar i sretan duh.

Josephine je nekoliko puta pročitala poruku prije nego je odlučila prenijeti je svojoj prijateljici. Kad joj je ipak rekla, Maria se rasplakala. Sve je istina, rekla je; istina ju je dovela do suza. S vremenom je Marija izgadila odnose s Joséom, a Josephine ju je podučila kako da uspostavi kontakt sa svojim anđelom čuvarom i kako da se sama poveže s anđelima. Iako njezina veza još uvijek ima svoje uspone i padove, Maria je počela sve promatrati na filozofskiji način. Uz pomoć svojih anđela, naučila je voljeti Joséa onakvog kakav je.

Ponekad ćete osjetiti potrebu da svoje anđele zapitate za nekoga tko vam za to nije dao dozvolu. Evo što se dogodilo nekome tko je to učinio.

Ira je bio zabrinut zbog svojeg poslovnog partnera Ralpa, koji je duboko zaglibio u piće. Opijao se i svojim ponašanjem štetio zajedničkom poslu. Ira je postavio pitanje Ralfovom anđelu - "Kako da pomognem Ralpu da se vrati na kolosijek?"

No, nikako nije uspijevaao zamisliti Ralfovog anđela. Vidio je samo mutan sivi oblak. Zatim se sjetio da nije zapitao Ralpa smije li to učiniti. Da je pokušao, Ralph bi mu se nasmijao u lice. Ipak, još uvijek je želio pomoć, pa je umjesto pozivanja Ralfovog anđela odlučio otvoriti se anđelu povezivanja njihovog partnerstva. Odjednom je osjetio toplu, drago prisustvo i sasvim se neočekivano osjetio opuštenim. Za nekoliko je trenutaka "vidio" kraj njihove suradnje i shvatio da dalje treba nastaviti sam. Nikada nije Ralpu pričao o tome, no pripremio se za trenutak prekida suradnje. Kad je nekoliko mjeseci kasnije došlo do toga, bio je spreman nastaviti s poslom i srediti sve zakonske obveze bez problema.

I vi možete napraviti ovu vježbu kad vaš prijatelj ili prijateljica nisu prisutni – ali kao što ste vidjeli na Irinom primjeru, samo kad vas ta osoba zamoli ili vam da dopuštenje da to učinite! Nakon uzemljavanja,

otpuštanja i povezivanja jednostavno krenite na korak 2. Mnogi će od

vas ustanoviti da je čak jednostavnije dobiti odgovor za drugu osobu. To je stoga što nemate osobni utjecaj na odgovor. Neutralnost uvijek donosi jasnoću.

Ako želite dobiti informaciju o vašem odnosu s nekom drugom osobom, a nemate njeno dopuštenje, posavjetujte se sa svojim osobnim anđelom čuvarom i s anđelom povezivanja vašeg odnosa.

U poglavlju koje slijedi naučit ćete kako dijeliti anđele s više ljudi – s obitelji, prijateljima ili grupama.

## Grupni rad s anđelima



**K**ad dvoje ili više ljudi radi zajedno, povećava se energija koja može pozitivno utjecati na svaki problem ili situaciju. Dodajte tome anđele i dobili ste kombinaciju dovoljno jaku da stvori čuda. U ovom vam poglavlju donosimo vježbe i primjere kako udruge anđela mogu doprinijeti promjenama i iscjeljivanjima nas samih i našeg svijeta.

Anđeli nam govore da su određena zračenja, emanacije nuklearnog

otpada i brojna velika planetarna zagađenja naročito otvorena promje-



nama do kojih mogu dovesti razni oblici duhovne alkemije. Vođena vizualizacija je jedna od takvih duhovnih tehnika, a prilično može biti pojačana pozivanjem anđela da pridodaju svoju izuzetno snažnu energiju.

**• RASTAPANJE ATOMSKOG REAKTORA:  
KAKO SU POMOGLI ANĐELI •**

Timothy je 1984. godine bio svjedokom istinitom primjeru sasvim očitog čuda na djelu, ubrzo nakon što je počeo raditi s anđelima na globalnim projektima.

“U zimi 1983. godine bio sam u Velikoj Britaniji, provodeći neko vrijeme u Glastonburyju, za kojeg tamo znaju reći da je srčana čakra Engleske. To je izuzetno snažno i sveto mjesto, u kojem postoji i jaka duhovna zajednica.

Vijest prilično neobične i zastrašujuće prirode stigla je sredinom prosinca. Navodim datume jer su vrlo važni za cijeli slučaj. Nedavno preminula majka (mislim da je bila mrtva nekoliko tjedana) jednog Francuza koji je bio izraziti ateist, navodno je dolazila u njegov san i uporno ga uvjerala da će doći do rastapanja u atomskom reaktoru u Cape de la Hagueu. Dala mu je datum katastrofe: između 16. i 18. siječnja 1984. Noćne vizije postale su toliko česte i uznemirujuće, da je jadni čovjek nekolicini ljudi ispričao što mu se događa. Naravno, njegova upozorenja bila su ismijana, uglavnom od strane onih koji su mogli nešto poduzeti glede toga – od znanstvenika.

No, na sreću, među onima kojima je rekao bila je i žena koja je imala veze s ljudima koji su takve situacije uzimali vrlo ozbiljno, s ljudima koji vjeruju u snove. I tako je vijest stigla i do duhovne zajednice u Glastonburyju. Ubrzo je otkriveno zašto. Kao što i ljudsko tijelo ima energetske linije koje zovemo meridijani, tako ih ima i naš planet. Velike meridijane Zemljine energije koji presijecaju površinu našeg planeta zovemo ‘linijama posebnih moći’. Glastonbury leži upravo na jednoj od glavnih linija posebnih moći, koja teče od Francuske, preko engleskog kanala pa prema sjeveru Engleske. Dogodilo se da je atomska centrala u Cape de la Hague izgrađena upravo na toj liniji. Nikome nije bilo sasvim

jasno što to znači, ali sasvim je sigurno izazivalo loš predosjećaj.

Usljedili su sastanci i zajedničke meditacije. Molili smo za pomoć anđela i vodiča, a razvijen je i plan akcije. Pojedinci su raspoređeni da zakopaju kvarcne kristale na određenim točkama duž linije posebnih moći na kojoj se nalazio reaktor.

Došao je predviđeni dan. Male su grupice sjedile u dubokoj zajedničkoj meditaciji, usredotočivši se na iskrenu želju da povedu atomsku energiju, da je preoblikuju i uz pomoć anđela pretvore u pozitivnu iscjeljujuću emanaciju.

Ishod? Nevjerojatna količina regenerativne i usklađene energije krenula je na određena mjesta duhovne moći. Doživljaj svih sudionika da barem nešto mogu učiniti na vraćanju našeg planeta u sklad i ravnotežu, i izjava osmogodišnjeg dječaka koji je točno iznad poznatog glastonburškog brda, u blizini katedrale, vidio malu skupinu sjajnih letećih diskova, upravo u trenutku najveće navale energije.

Je li djelovalo? Je li to bila naša mašta? Jesu li francuski atomski stručnjaci išta rekli?

Dakle, reaktor se toga dana u siječnju 1984. nije topio. Oni koji imaju uši, neka čuju.

### • ANĐELI I JAČANJE GRUPNE SVIJESTI •

Ako iskreno i pošteno pogledamo u kakvo smo se stanje doveli na ovom planetu, mogla bi nas preplaviti nevjerojatna složenost i međuisovisnost svih čimbenika koje moramo imati na umu kad razmišljamo o globalnoj promjeni. Ne čudi što nam je to nemoguće i zamisliti, a kamoli – postići.

Sve je međusobno povezano i naoko nepromjenjivo. Dupini umiru u Meksičkom zaljevu zbog otpada koje u more ispuštaju sjevernoameričke tvornice. Ozonske rupe na polovima otvaraju se i zatvaraju, ovisno o tome koji deodorant koristimo. Gorenje brazilskih šuma utječe na kvalitetu zraka u Bostonu. Želja za afrodizijacima na Dalekom Istoku ubija posljednje preostale primjerke nosoroga u Africi. Popis je beskrajan, a svakodnevno postaje sve duljim. Sve se doima presloženim za jednostavna rješenja.

Je li tako? Je li moguće da pred našim očima postoji neko sasvim

jednostavno rješenje - samo ga ne vidimo?

### • BRIŽNOST POČINJE KOD KUĆE •

Odgovor *jest* jednostavan. Leži u ljudskoj brižnosti. Sposobnost da osjećamo zabrinutost – i da vodimo brigu – o tuđoj situaciju. I kao mnogo toga, brižnost počinje kod kuće – s nama. Jer ako ne brinemo o sebi, kako da marimo za bilo što ili bilo koga drugog?

Ako marimo, svatko od nas, za to tko smo i koja nam je svrha, ako brinemo jedan o drugome, za život u svim njegovim pojavnim oblicima – o vodama, o zraku, o šumama i životinjama – tada će se sasvim prirodno i ostatak svijeta povesti za nama.

Svima nam je jasno što znači brinuti za nešto. Znamo jer i sami uživamo kad netko brine o nama. No mi si dopuštamo biti hipnotiziranim u zaboravljanju na brižnost. Dopuštamo da nas obuzme i umrtvi strah. A upravo strah tjera brižnost – strah i nezainteresiranost.

Ipak, svatko od nas može ovaj trend preokrenuti u svoju korist. U svakom trenutku, u bilo kojem raspoloženju možemo početi mariti za ono što je ovdje, pred našim nosom. Ako svatko od nas započne i nastavi s tim, taj će jednostavan čin podići val brižnosti koji će uistinu dovesti do globalne promjene koju svi u srcu priželjkujemo. Kad bi svatko od nas sve što radi radio s više brižnosti i kad bismo češće radili ono do čega nam je stalo – ono što najviše volimo – tada bi se istog trena osjetila ogromna i predivna razlika. Osjetio bi je svatko od nas pojedinačno, a zatim i svi zajedno.

Možda ćete reći, “Da, odgovor je jednostavan. Ali kako da dođemo do toga? Kako da se naučimo brižnosti? Kako da počnemo mariti, kad nismo marili jedan za drugoga otkad postojimo?”

I odgovor na ova pitanja je jednostavan. Postoji anđeoska pomoć. Kad se otvorimo svojim anđelima, otvaramo se izvoru beskrajnog obilja ljubavi. I, na koncu konca, nije li ljubav ta koju svi želimo i tražimo?

### • GRUPNI RAD S ANĐELIMA •

Dva su načina na koje anđeli rade s nama na globalnom iscjeljivanju i promjeni. Prvi je izravan, kroz znanje koje nam daju, a koje nas podiže na slijedeću stepenicu u tehnologiji, kulturi i svijesti. Do toga dolazi kad god se otvorimo svojim anđelima i kad razgovaramo s njima. U drugom slučaju radi se o dijeljenju njihove energije, čime se mi ljudi

spajamo u kolektivnu svijest - postajemo jedno srce, jedan um.

Anđeli su kolektivna bića, a s druge strane, prilično su individualni. Mi ljudi smo se stoljećima borili da bismo svoju individualnost doveli u ravnotežu s našom kolektivnom prirodom. U većini kultura, individualci su bivali podređeni kolektivu, no posljednjih nekoliko stotina godina vidjeli smo rastuće usredotočenje na sebe, ponekad u opoziciji prema društvu, a ponekad na račun zajednice, bez obzira je li to bila obitelj, grad ili narod.

Kad vrijeme provodimo s anđelima, čak i kad samo uživamo u njihovoj energiji, osmozom preuzimamo nešto od njihove sposobnosti da budu upravo onakvi kakvi jesu, u skladu sa cjelinom – u skladu sa svime što jest.

Sudionici naših okupljanja dolaze s različitim vjerovanjima. Pozivanjem anđela, koji su prisutni u mnogim vjerskim tradicijama, presijećemo sve razlike, stvaramo zajednički temelj, jednako polje svjesnosti. Energija ovog polja je dublja i šira od bilo koje koju može proizvesti pojedinac. U ovom polju, koje čuva anđeo povezivanja te skupine, ljudi mnogo lakše sretnu svojeg anđela.

Iskreno združeni u tom polju energije, sudjelovanje svakog pojedinca doprinosi mudrosti i viziji da nitko nije sam sebe stvorio. Svaki pojedinac priča drugi dio priče o čovječanstvu; svatko nosi svoj dio sna koji svi trebamo čuti. S vremena na vrijeme, netko će izraziti misao, koristeći se istim riječima kojima bi to ispričala druga osoba. To osvježava i umiruje. Osjećate se potpuno shvaćeno i znate da su slušali vaše riječi. Nije važno kroz čija usta dolaze riječi, ono što je trebalo biti rečeno - rečeno je, a vi znate, s ogromnim olakšanjem, da ne morate sve učiniti sami. Vi niste sami.

Na našim radionicama uvijek iznova otkrivamo da se događaju čuda kad se ljudi povežu s anđelima. Ima smijeha, tuge, nježnosti, ponekad i straha – sve to možemo naći u radosti koju donose anđeli. I pri pisanju ove knjige događala se ista stvar. Ako je nešto trebalo napraviti, uvijek je netko od nas troje bio spreman to srediti. Kad netko od nas ne bi imao ideju ili bi osjećao otpor, onaj drugi bi znao što treba. I tako bi se naš rad nastavio, ispod, oko i kroz naše osobne blokade, sve dok se opet ne bismo prepustili zajedničkom radovanju.

Koliko je ljudi sanjalo nuklearnu katastrofu u Černobilu, ali ni s

kim nisu mogli podijeliti svoj san? Što nas je više otvoreno anđelima



i što više ljudi grupno radi s njima, stvaramo zajednice poput one u Glastonburyju, zajednice koje su sposobne raditi zajedno s anđelima i koje mogu spriječiti velike nesreće.

### • ANĐELI I OBITELJSKE GRUPE •

Dvoje prijatelja koji sjednu zajedno sa svojim anđelima doprinose promjenama u svijetu. Obitelji koje su otvorene anđelima doprinose promjenama u svijetu.

Naši nam anđeli govore da su u dugoj povijesti ovog planeta postojale kulture koje su postale svjesne nebeskog svijeta na toliko fin i iskren način da su stoljećima mogli raditi s njima. Jedan od načina na koji je to postignuto bio je kroz obitelj.

Ponekad, kad bi obitelj postala svjesna svojeg obiteljskog anđela, možda čak kroz vjerovanje da se radi o bogu domaćinstva, anđeo bi se povukao. Kao što znamo, anđeli ne vole kad su obožavani. Ipak, ako se održi ravnoteža kakva je bila, kažu nam, minoska kultura koja je oko dvije tisuće godina prije Krista procvatala na Kreti i tisuću pet stotina godina živjela bez ratova, tada visoko napredna civilizacija može procvasti.

Bi li se vaša obitelj, ili oni među njima koji su otvoreni takvim stvarima, željela okupiti i uskladiti se s vašim obiteljskim anđelom povezivanja? U vremenima stresa i kriza, kao što su bolest ili smrt, povezivanje s vašim obiteljskim anđelom može doprinijeti ozdravljenju i komunikaciji. Ako se selite u novi dom, ako očekujete bebu ili slavite neki radostan događaj, pozovite obiteljskog anđela da vam se pridruži, da se raduje i slavi zajedno s vama.

Tina je sa svojih petoro braće i sestara odrasla u San Franciscu. Sada žive posvuda, od Havaja do Mainea. No svi su oni otvoreni anđelima i svake nedjelje u isto vrijeme, bez obzira gdje su, na petnaestak minuta sjednu u tišini i usklade se s anđelom svoje obitelji. Time su se toliko povezali, da je svih petoro unutar jednog sata nazvalo Tinu kad su joj počeli trudovi.

Ako ste čitajući *Zamolite svoje anđele* zaključili da povezanost s vašim anđelom djeluje iscjeljujuće na vas, podijelite to sa svojim prijateljima i obitelji. Imajte na umu da možete grupno raditi s anđelima i

kad nisu svi iz grupe pročitali ovu knjigu. Na primjer, kad se okupite

za vrijeme obroka, osjetite prisustvo svačijeg anđela čuvara i osjetite prisustvo anđela koji čuva cijelu vašu obitelj. Možete pozvati ova bića, glasno ili samo za sebe, i zahvaliti im što vas čuvaju.

Allan nam je ispričao što je sa svojom obitelji naučio ubrzo nakon što je pohadao anđeosku radionicu. Danas, kad sjednu zajedno za stol, na trenutak svi zastanu da bi pozdravili prisustvo anđela. A više se ni njegovi klinici ne žale da nije "prisutan".

### • BILO KUDA, ANĐEO SVUDA •

Vi možete učiniti isto na poslu, u školi. Kad stignete kamo ste trebali, osjetite prisustvo anđela pratitelja svih svojih suradnika ili školskih kolega. Osjetite i prisustvo anđela koji čuvaju trgovinu, poduzeće, ured ili školu. Pozovite anđele svakog prisutnog na konferencijama, na poslovnim sastancima, na predavanjima, – i naravno, ne zaboravite pozvati anđele povezivanja.

Još nije bio trenutak da Allan podijeli svoje doživljaje s muškarcima zaposlenim u njegovoj trgovini, no kad bi stigao na posao, pozvao bi i anđele. Primijetio je da se tada događa mnogo manje pogrešaka nego prije, a da se rad odvija po planu, što je u njegovom tridesetogodišnjem vođenju trgovine rijetko događalo. Ispričao nam je da zahvaljujući svojem anđelu instinktivno prepoznaje što treba učiniti prije nego išta pođe po zlu.

Svatko ima svojeg anđela čuvara i svatko je od nas dirnut anđelima na načine koje ne razumije uvijek. Postavite na svoj stol ili radnu ploču sliku anđela. To je dovoljno da dirnete u nježnu žicu svakome tko je vidi. A pritom nećete trebati reći niti riječi.

Dok sjedite u autobusu ili čekate u redu u banci, osjetite sve prisutne anđele i pozovite ih da pridu bliže. Mislite o sebi kao o tkalcu koji povezuje niti neba i Zemlje. Kad se otvorite anđelima gdje god se nalazili, ma što radili, u bilo koje doba dana i noći, doprinosite promjeni našeg svijeta brižnošću i ljubaznošću.

Ako tu brižnost poneseo korak dalje, stvaramo proces zamišljen za grupu. Dovoljno je jednostavan da ga svatko može raditi, bez obzira je li sa svojim anđelom uspostavio izravan kontakt ili nije. Ovu vježbu možete provoditi sa samo jednom osobom, no preporučujemo vam da je radite s najmanje dvije osobe da biste uspješnije usidrili anđeosku

energiju u ovaj svijet. Ako ljudi u vašoj grupi znaju za timus čakru,

pozovite ih da osjete kako se mreža energije povezuje sa svakom osobom u krugu, od timusa do timusa.

Korisno je u središte kruga postaviti kristale ili kamenje koje za vas ima osobito značenje, svijeću, cvijeće ili neki drugi predmet, da biste stvorili i oltar i točku na koju će se fokusirati energija grupe. Vrlo je prikladno postaviti sliku Zemlje ili globus.



### Vježba br. 38

### GRUPNA VIZUALIZACIJA ZA PLANETARNO ISCJELJIVANJE

Kad se grupa okupi u krugu, stojeći ili sjedeći, zamolite anđela pratitelja svake osobe da stane iza nje s raširenim krilima, da bi se spojio unutarnji krug ljudi i vanjski krug anđela. Ovu vježbu snimite ili zamolite nekoga da vas vodi.

1. Kad ste u krugu, uhvatite se za ruke lijevom dlanom – ruka kojom primete energiju – okrenutim prema gore, a desnim dlanom – ruka kojom predajete energiju – prema dolje. Budite svjesni prisustva svojeg anđela iza vas.
2. Vaše srce neka bude stanicom primanja i odašiljanja energije kroz krug. Dok osjećate energiju kako ulazi u vašu lijevu ruku, kroz osobu s vaše lijeve strane, zamislite kako prolazi kroz cijelu lijevu ruku i rame te ulazi u vaše srce. Zatim pošaljite energiju iz svojeg srca u desno rame, niz desnu ruku i otpustite je kroz desni dlan u ruku osobe s vaše desne strane.
3. Tijekom cijele vizualizacije osjećajte energiju kako se kreće kroz krug. Udišite duboko kroz nos, a izdišite na usta, tako da pritom čujete vrlo meki zvuk. Ovaj zvuk može pridonijeti usklađenju disanja grupe, tako da svatko u krugu diše istim ritmom. Budite svjesni anđela pratitelja osoba sa svake vaše strane.
4. Dok energija teče kroz krug, zamislite anđele kako lebde nad grupom, raširenih krila, stvarajući iznad sviju vas kupolu.
5. Održavajući kretanje energije, vizualizirajte u središtu kruga zemaljsku kuglu. Promatrajte je zaštićenu, prelijepu, živu i

posvećenu.

6. Svoju pažnju usmjerite na planinske masive, na drveće i vegetaciju. Zamislite bujno zelenilo, svježe zelene prašume i zdravo drveće širom planeta.  
Promatrajte tlo, bogato i rodno. Iz svojeg trećeg oka uputite sliku zdravih, iscijeljenih šuma i radosne Zemlje izravno u središte kruga. A iz svoje srčane čakre uputite zraku energije svoje najdublje ljubavi. Zamolite svojeg anđela da vašu energiju povede na mjesta kojima je potrebna.
7. Sada svoju pažnju usmjerite na vode ovog planeta – na oceane, rijeke, jezera, izvore i akumulacijska jezera. Zamislite ih čiste, bistre, svjetlucave i oslobođene od otpada. Iz svojeg trećeg oka uputite najiskreniju želju da vode opet budu bistre, pročišćene i energizirane. Pošaljite im ljubav iz svojeg srca. Zamolite svojeg anđela da vašu energiju poveže s vodama.
8. Dok iscjeljujuću energiju šaljete u vode planeta, zamislite kitove, dupine, morske lavove, ribe i sva druga vodena bića kako plivaju slobodno i sretno u bistrim vodama. Promatrajte zdrave koralje, alge, šume morske trave i sve što živi u morskim dubinama. Pošaljite ovu sliku iz svojeg trećeg oka i iskrenu želju iz srca, u Zemlju u središtu vašeg kruga. Neka se zatim pojavi slika životinja i ptica našeg planeta. Zamislite ih zdrave i snažne, sjajnog krzna i perja. Dok imate ovu viziju i šaljete svoju ljubav, zamolite svojeg anđela da usmjeri vašu energiju svim vrstama kojima je potrebna.
9. Sada zamislite modro nebo i jasan, čist zrak. Udišite tu sliku, a zatim je izdahnite, šaljući iz svojeg trećeg oka sliku tog pročišćenog zraka u središte kruga. Povežite se s iskrenom željom za čistim i zdravim zrakom i pošaljite izljev energije ispunjene ljubavlju u krug, najdražem planetu Zemlji. Zamolite anđela da vam pomogne u pročišćavanju.
10. I na kraju, iz srčane čakre pošaljite zraku svjetla, ljubavi i zahvalnosti izravno u zamišljenu sliku Zemlje. Promatrajte kako se Zemlja počinje polako okretati, kupajući se u svjetlu. Gledajte bistre i svjetlucave vode, plodnu i bujnu zemlju i šume, kristalno čist zrak i sva sretna i zdrava bića. Zamolite svojeg anđela da vam pomogne ovu zamišljenu sliku prenijeti u stvarnost. U ovom se trenutku zajedno oglasite, da biste





11. U konačnici otpustite ruke i ispružite ih u visini srca, dlanovima prema središtu kruga, da biste osjetili energiju koja je stvorena vašom brižnom namjerom. Skupite tu energiju u svoje ruke, a zatim ruke položite na grudi i pošaljite energiju u svoje srce. Dok to činite, osjetite kako ste okruženi ljubavlju svojeg anđela. Zahvalite svima koji su sudjelovali u ovom ritualu – sebi, sudionicima, anđelima i planetu.

Nakon ove vježbe sjednite s grupom i ispričajte svoje dojmove. Kako ste se osjećali? Što ste vidjeli? Obratite pažnju kako se vaša različita iskustva prepliću, stvarajući veliku tapiseriju. Možda ste dobili poruku da poduzmete neku određenu akciju. Na jednom se okupljanju nekoliko ljudi osjetilo pozvanima da sade drveće. U jednom drugom kružoku sudionici su bili potaknuti da se uključe u skupljanje i recikliranje otpada.

Naša prijateljica LiLi, koja gdje god se nađe donosi radost i čaroliju, pridružila nam se na ovoj iscjeljujućoj vizualizaciji. LiLi je duhovni terapeut i kozmički ekolog. Pomažući ljudima da očiste svoje umove i emocije, radi i na pročišćenju općeg, svjetskog uma. Sve prisutne zamolili smo da budu otvoreni svakoj poruci koju bi mogli dobiti od anđela, imajući na umu osobitu prirodu grupe koja se okupila. Zahvaljujući prijašnjim iskustvima s naših anđeoskih okupljanja, Li Li je pripremila olovku i bilježnicu. Evo poruke koju je dobila:

“Ti si dio grupe duša, jezgra koja će privući i koje poznaješ i koje ne poznaješ, one koje možeš vidjeti i one koje ne vidiš. Opusti se. U ovome ne postoji vrijeme. Postoje samo događaji i evolucije. Budi u miru, mi smo s tobom. Mi smo jedno. Smiješi se i smij. Ti si svećenica radosti.”

Na LiLinoj posjetnici sada piše – *Svećenica radosti u crkvi jednosti!*



### • PRIPREMANJE ANDEOSKIH RADIONICA •

Vježbu br. 38 može se provesti u svakoj grupi. Nije potrebno da sudionici poznaju svoje anđele da bi vježba bila uspješno provedena. Možete je provesti sa svojom molitvenom grupom, s obitelji, s prijateljima. Ipak, postoje određene razine ljudsko/anđeoske izmjene i suradnje, koje za uspjeh zahtijevaju izravan kontakt. Stoga, ako poznajete druge ljude koji su se otvorili anđelima, radite s njima. Ili ćete možda biti potaknuti da sami pokrenete anđeosku grupu.

Sve se vježbe iz drugog dijela ove knjige mogu prilagoditi grupnom radu. Ako, nakon što ste uspostavili jasan i čvrst odnos sa svojim anđelom pratiteljem, osjetite poriv da sastavite grupu, zamolite svojeg anđela za savjet i podršku.

Alma i Timothy započeli su s radionicama jer se njihova komunikacija s anđelima pokazala vrlo korisnom. Zamolili su anđele da im dovedu svakoga kome bi iskustvo moglo pomoći. Otisnuli su i podijelili stotinu letaka. Na prvoj se radionici, 1985. godine, pojavilo tridesetpetoro ljudi. Na početku nisu imali određenu strukturu, no znali su za važnost uzemljavanja i otpuštanja, zahvaljujući radu sa svojim anđelima. Kad se grupa okupila u zajedničkoj meditaciji za pokretanje radionice, otvorili su se vodstvu LNO i Radosti. Neke meditacije i procesi u ovoj knjizi potekli su upravo s te prve radionice.

Kad su ga Cathy i Mindy, dvije prijateljice koje vode dućan s kristalima, pozvale da tamo održi anđeosku radionicu, Andrew je već nekoliko godina individualno poučavao ljude kako da rade sa svojim anđelima. Bio je nervozan i uzbuđen. Pozivnice su otisnute i pojavilo se dvanaestoro ljudi te mnogi anđeli. Bilo je to 1988. Od tada je Andrew vodio mnoge radionice, uključujući i radionice za ljude koji su se borili sa životno opasnim bolestima. Uvijek je iznova otkrivao s koliko su se lakoće te žene i muškarci otvarali svojim anđelima.

Iako su se tehnike kojima smo se koristili razlikovale, kad smo se sastali da bismo napisali ovu knjigu, pokazalo se da su nam principi rada isti. Kako i ne bi, kad su dolazili iz istog izvora.

Vaš će rad biti oplemenjen kroz suradnju s anđelima. Zamolite ih za vodstvo i pomoć. Sve što ste naučili iz ove knjige možete podijeliti s jednom osobom ili s prepunom prostorijom. Uz savjet svojih anđela,

radionicu možete osmisliti i sami. Ako želite, snimate vježbe iz procesa

*Milosti*, koje ćete naći na početku knjige, a možete ih upamtiti i sami voditi grupu.

Kao ni kod razgovora sa svojim anđelom, niti ovdje nema samo jednog ispravnog načina kako raditi – svi su načini dobri. Jednostavno zamolite anđele za upute, kao što smo ih zamolili i mi.

Budite svjesni da će biti i loših trenutaka. Kao što jedinstveno polje grupne svijesti izravnije vodi ljude do anđela, isto tako može na površinu dovesti osobne probleme. Često se događa da jedna osoba u grupi poput magneta privuče svu prisutnu negativnost. Ako vi tu osobu promatrate s kritikom, cijela će grupa izgubiti priliku za otpuštanje. Kad negativnost nije prihvaćena s razumijevanjem i kad je ne otpuste svi, prebacivat će se poput vrućeg krumpira od jedne osobe do druge.

Negativnost se može pojaviti u bilo kojem trenutku, bilo u obliku otpora, dosade ili praznine. Kad dođe do toga, vježba otpuštanja raščistit će put i možete nastaviti s radom.

### • RAD S ARKANĐELIMA – A I DALJE •

S arkandelima ste se već susreli u 8. poglavlju. Iako postoji mnoštvo tih presvijetlih bića, govorit ćemo samo o četvorici koji su osobito uključeni u ono što se tiče ljudi. Kao što smo već spomenuli, s obzirom da su sva ta bića i muškog i ženskog spola, možete razmišljati i o feminiziranoj inačici Uriela, Gabrijela, Rafalea ili Mihaela.

Osim u sporadičnim pojavljivanjima pred iznimno svjesnim pojedincem, ova su viša anđeoska bića udaljena od čovjekova iskustva. Timothy je za potrebe ove knjige razgovarao s Davidom Spanglerom, jednim od osnivača zajednice u Findhornu. Spanglerov rad odnosio se na anđele koji su djelovali u procesu evolucije ljudske vrste. To ga je povelu do zaključka da anđeli koji se bave pojedincima i manjim grupama imaju ljudske kvalitete i da, uistinu, povremeno preuzimaju ljudsko obličje, dok se anđeli koji se bave većim skupinama doimaju, iz naše perspektive, impersonalnim.

Spoznaja timusa, nove čakre u našem tijelu, po prvi nam put omogućuje energetske veze između dviju osoba. Ova poveznica, a i postepena evolucija grupne svijesti, daje nam mogućnost da se povežemo s tim bićima na sasvim nov način. Možemo biti slijepi za njihovo prisustvo kao što smo nekad bili za viruse i bakterije, no kad smo u grupi,

stvaramo energiju i svijest dovoljno jaku da povučemo arkandele.



Zašto ih želimo privući, dovesti u svoj svijet? Je li to neko duhovno odustajanje – izbjegavanje da se suočimo s vlastitim odgovornostima? Ili možda stoga što predstavljaju transformativnu energiju za kojom svi žudimo? Stoga što će nam njihova dubina spoznaje planetarnih promjena pomoći da ogromne promjene izvedemo elegantno i mirno?

Kad se skupina liječnika, na primjer, otvori arkandelima, bit će sposobni primiti informacije o liječenju koje će radikalno promijeniti način na koji vode brigu o pacijentima.

Okupljanje znanstvenika koji su otvoreni anđelima omogućit će primanje podataka daleko naprednijih od onih koje bi dobili izgradnjom milijunima dolara vrijednih teleskopa ili akceleratora čestica.

Stručnjaci za okoliš i ekologiju primit će informacije o čišćenju otrovnog otpada i o stvaranju alternativnih energetske izvora kojima se još nitko nije domislio.

Grupa političara će pozivanjem anđela dobiti bolji uvid u stanje i informacije kako da riješe ključne probleme današnjeg doba.

Bez obzira borite li se s obiteljskim ili poslovnim problemima, s društvenim ili državnim zadacima, kad radite s anđelima, tada podižite razinu na kojoj djelujete i produbljujete energetske mrežu koja vas povezuje s ljudima s kojima radite.

### • ZADACI ARKANĐELA •

Iako se sfere njihovog utjecaja preklapaju i međusobno su povezane, svaki arkandeo ima i samo svoju domenu. Upoznali ste ih u Riječima anđela, a ovdje donosimo detaljnije informacije o njihovim zadacima, da biste znali s kojim se arkandelom trebate povezati kad radite određeni posao.

**Uriel** unosi energiju promjene u um i predstavlja presvijetlo prisustvo koje pozovite ako se bavite naukom, ekonomijom ili politikom. To se tiče i problematike oko onečišćenja, uklanjanja otrova, novih tehnologija, hrane i proizvodnje hrane, izgradnje, medicinskih istraživanja, društvenih jednakosti, političkih reformi, svega što uključuje organizacije, sisteme, strukture i sve što je povezano s radom.

**Gabriel** je zaštitnik emocija, odnosa i kreativnosti. Gabriel

pozivamo u trenucima kad se borimo sa zlostavljanjem, ovisnostima,

poremećajima u obitelji, u težnji spolnih manjina da nađu ljubav i da budu voljeni. Gabrijelovo drago prisustvo pozovite i kad se radi o umjetnosti ili bilo kojoj vrsti stvaralačkog rada.

**Rafael** je presvijetlo biće koje djeluje na području iscjeljivanja, liječenja. To uključuje sve od kirurgije do travarstva, od osobnog do planetarnog iscjeljivanja. Ako ste iscjelitelj ili vam je samom potrebno liječenje, pozovite Rafaela. Njegova moć može pomoći kod fizičkih, mentalnih i emocionalnih oboljenja.

**Mihael** je čuvar duhovnosti i snova, arkandjel koji bdije nad suradnjom i pomirenjima. Vrijeme je da naučimo živjeti u miru i skladu s drugima. Vrijeme je da srušimo prepreke glede razlika u mišljenju, strahova i sebičnih interesa, a koje stoje između naroda, političkih stranaka, vjerskih zajednica, obitelji i osoba. Svi smo mi stanovnici Zemlje, bez obzira na razlike. Mihael je arkandjel kojeg treba pozvati kad želimo krenuti na tu ravan suradnje.

### • SUSRET S ČUVAROM NAŠEG RASTUĆEG ZAJEDNIŠTVA •

Iznad arkandjela je grupa bića koje znamo pod imenom principalni ili anđeli ujedinjavanja. Čuvari su velikih sustava, od vlada do multinacionalnih korporacija. Oni su ti koji nadgledaju naše vođe, oni vode računa djeluju li naše vlade skladno i za dobro planeta.

Prema Abigraelovim riječima, među principalima zaduženim za naš planet je jedan koji nam se dovoljno približio da bismo mogli raditi s njim. Ime mu je Eularia, a čuvar je obrasca harmonične i jednoobrazne Zemlje. Što se više nas poveže s Eularijom, to ćemo snažnije podržavati ljudska prava, miroljubivu suradnju sviju vlada te time doprinijeti zdravom i stabilnom svijetu koji poštuje sve što čini život. Upravo je stoga jedan od njegovih zadataka da bude anđelom čuvarom Ujedinjenih naroda, središta svjetske suradnje.

Promatrajući današnji svijet, mogli biste pomisliti da principalni svoj posao ne rade kako treba. No imajte na umu da se mi moramo otvoriti anđelima. Mi smo jedini koji im možemo dati pristup u naš svijet. Oni

Oni ne mogu surađivati s našim vođama, ako naši vođe nisu povezani s

njima. No zajedno, u grupama, možemo dovesti anđele u svoje živote i stvoriti uvjete da se povežu s nama. U stvari, grupe su osobito učinkovite u povezivanju s Eulariom, anđelom koji nadgleda zajednički napredak nas kao stanovnika svijeta.

### • ANĐEO ZEMLJE •

Sve je veći broj ljudi svjestan hipoteze Gea, koju je osmislio i pojasnio James Lovelock 1979. godine, u svojoj knjizi *Gea: Taj živi planet Zemlja*. Lovelock u knjizi razmatra ideju da su prvi ljudi na ovom planetu vjerovali da je naš planet živo biće, bogata samouravnotežujuća inteligencija. Sve što živi na planetu i sve što čini njegovo postojanje, Lovelock je nazvao "Gea", prema starogrčkom imenu za Božicu Majku svega živućeg na Zemlji.

Što se više razmišlja o teoriji Gea, to je logičnija i očitija – Zemlja *jest* živa. Zemlja je roditelj sviju nas. I kao što svatko od nas ima anđela čuvara, anđela pratitelja, tako ga ima i Zemlja.

Našem su planetu nadijevana brojna imena. Zemlja, Terra i Gea samo su neka od njih. I Anđeo Zemlje ima mnoga imena, ni jedno od njih nije nam poznato, ali na svima nama je da ga otkrijemo.

Iznad principala su još brojni redovi anđela. Na primjer, anđeo Zemlje pripada redu tronova. Svaki planet ima svojeg nebeskog čuvara iz tog reda, jer svaki je svijet "prijestolje" Stvoritelja.

Ako pokušate vizualizirati anđela Zemlje, vidjet ćete ga kao široki pojas svjetla koje pokriva čitavu eliptičnu orbitu našeg planeta, dugu 957.355.000 kilometara. Zemlji je potrebna čitava godina da obiđe Sunce, zajedno s tijelom ovog bića. Kad se povežemo s ovim anđelom, doživjet ćemo jedinstvo vremena i prostora.

### • ISCJELJIVANJE ZEMLJE •

Naš primarni zadatak je iscjeljivanje Zemlje. Zemlja sasvim sigurno zna kako da iscjeljuje samu sebe, pa je na nama samo da se uskladimo s Majkom Geom i anđelom planeta Zemlje i da spoznamo koja je akcija u određenom trenutku odgovarajuća za iscjeljivanje. Kad ćete prolaziti kroz slijedeću vježbu, ne samo da ćete slati iscjeljujuću energiju našem planetu, već ćete obznaniti duhovima prirode i anđelima da ste spremni

Provođenje ove vježbe zajedno s drugima i drugim grupama važan je korak prema iscjeljenju našeg planeta. Ako poznajete ljude koji razgovaraju sa svojim anđelom ili ste započeli voditi anđeosku grupu, osjetite kako se kolektivna energija vaše grupe širi i produbljuje. Kad se to dogodi, bit ćete spremni raditi s višim anđeoskim bićima.



### Vježba br. 39

## RAD S VIŠIM ANĐEOSKIM BIĆIMA

Da biste uspostavili jasnu vezu s ovim bićima, bit će vam potrebne barem dvije osobe koje će vam pomoći uzemljiti vašu osobnu energiju da biste se lakše mogli uspeti ljestvama anđeoske hijerarhije.

Da bi ova vježba uspjela, sudionici trebaju imati snažan osjećaj svojih čakri. Osim toga, trebaju imati blizak odnos sa svojim anđelima. Vježbu možete raditi sjedeći ili stojeći. Možete je snimiti ili odabrati osobu koja će vas voditi.

1. Okupite se u krugu. Uzemljite se, osjetite svoje korijenje kako prodire u Zemlju, a niti iz vaše krunske čakre sežu prema zvijezdama. Osjetite sve svoje čakre. Budite u stanju otvorenog, iskrenog srca. Sada rastvorite svoja krila.
2. Podignite ruke – lijevi dlan okrenite prema gore, desni dlan prema dolje. Osjetite energiju svoje grupe kako struji od ruke do ruke, od srca do srca.
3. Dišite zajedno, udišite kroz nos, izdišite kroz usta. Čujete meki zvuk svaki put kad ispustite zrak. Pomoću tog zvuka uskladite disanje; to ujedinjuje vaše energije.
4. Zatvorite oči. Osjetite kako vaš anđeo pratitelj stoji iza vas, s raširenim krilima. Znajte da ste sigurni i voljeni.
5. Pustite ruke svojih prijatelja i okrenite se prema istoku, pozivajući arkandela Uriela. Osjetite svjetlo njegova prisustva.
6. Okrenite se prema jugu i pozovite prisustvo Gabrijela. Osjetite njegovu ljubav.
7. Okrenite se prema zapadu i pozovite Rafaela. Osjetite njegovo

iscjeljujuće prisustvo.



## ZAMOLITE SVOJE ANĐELE

8. Okrenite se prema sjeveru i pozovite Mihaela. S njegovim prisustvom osjetite mudrost.
9. Sada ponovo spojite ruke i u krug pozovite prisustvo principala Eulariu, čuvara stvaranja nove stvarnosti. Osjetite kako je čitav krug obujmljen njegovim mekim, zlatnim zagrljajem punim ljubavi. Obratite se Eulariji. Recite mu da ste spremni za rad s njim na globalnom iscjeljivanju i za sklad između ljudi i svega što živi na Zemlji. Zahvalite Eulariji za njegovu ljubav i što vam je dao mogućnost da radite s njim.
10. Ako osjećate da u ovom trenutku u svijetu postoje mjesta kojima je osobito potrebno čišćenje i iscjeljivanje, mislite na njih. Izgovorite glasno njihova imena. Vizualizirajte anđele mira, koji rade po nalogu Eularije, kako okružuju ta mjesta i donose im suosjećanje i iscjeljenje.
11. Sada pozovite anđela Zemlje. Osjetite kako naš planet i sve što na njemu živi, lebdi u ogromnom eliptičnom tijelu anđela Zemlje.
12. Dopustite si osjetiti harmonično prožimanje vremena, prostora i rezonance koja proizlazi iz povezivanja s anđelom Zemlje. Udahnite sve zajedno. Zatim sve zajedno i izdahnite, uz blagi zvuk. Neka anđeo Zemlje zna da ćete nastaviti povezivanje s njim.
13. Zahvalite anđelima što su bili s vama. A iz dubine srca zahvalite Stvoritelju što vam je darovao nevjerojatno čudo života – fizičko tijelo i priliku da živite u vrijeme velikog iscjeljivanja svijeta veličanstvene ljepote.
14. Fokusirajte se ponovo na svoje disanje. Obratite pažnju na ruke koje držite. Osjetite zagrljaj brižnih krila svojeg anđela. Pomaknite se u središte kruga da bi se svatko sa svakim mogao zagrliti i uzemljite sve energije koje ste upili u svoje tijelo

Što dalje posežete, to ćete se više trebati uzemljavati, i tijekom rada i po svršetku. Ako poslije ove vježbe netko u grupi osjeti laganu vrtoglavicu ili mamurluk, zamolite ga da stane sa stopalima lagano okrenutim prema unutra i blago savijenim koljenima, da bi se energija spustila niz tijelo, dok mu ostali iz grupe mogu nježno masirati ruke, noge, leđa i stražnji dio glave.

Podijelite međusobno svoje doživljaje. Jesu li nekome anđeli uputili

Podijelite međusobno svoje doživljaje. Jesu li nekome anđeli uputili poruku? Je li netko vidio ili osjetio nešto što želi ispnčati? Otvaranje

ovim bićima daje nam mogućnost da radimo velik nebeski posao, a govorenje o onome što ste doživjeli pomaže da se doživljeno usidri u ovom svijetu.

Sada kad ste naučili kako raditi s višim anđelima i s grupama, nudimo vam posljednju vježbu. Kao što teleskopom možete pogledati u svemir, ovom vizijom možete pogledati ispred svojeg vremena.



### Vježba br. 40

### POGLED U BUDUĆNOST

Ova je vježba Abigraelov dar. Pozvao nas je da je snimimo polako, s dugim stankama poslije svakog koraka. Možete je pustiti na okupljanju vaše anđeoske grupe ili kad ste sami, dok sjedite u svojem svetom prostoru. Bilo bi dobro da se uzemljite prije nego započnete. Zatvorite svoje vanjske oči, a oko svojeg srca širom otvorite, da biste mogli primiti viziju koja vam dolazi kroz Abigraelove riječi.

Okusite je. Dodirnite. Znajte da ste dio njegove kreacije. Osjetite mogućnosti nastajanja novog svijeta kroz svoj odnos s anđelima. Slavite svoj rad koji provodite prema rastvorenom božanskom nacrtu. Znajte da svi mi stvaramo zajedno.



1. Osjetite svoje disanje i kucanje srca. Položite ruke na grudi. Osjetite prisustvo svojeg anđela dok vas umata u svoja krila, ispunjavajući vas božanskom ljubavi.
2. Sa svojim anđelom odlebdite izvan vremena i prostora. Kao što je šetnja prvog čovjeka na Mjesecu promijenila pogled na svijet, povezivanje bilo koje osobe s anđelima dovodi do još veće promjene za cijelo čovječanstvo.
3. Osjetite promjenu do koje dovodite vi sa svojim anđelom. Slušajte kako zvuk vaše povezanosti odjekuje nebesima. Znajte da je vaš zajednički posao stvaranje svijeta harmonije

zajednički posao stvaranja svijeta harmonije i ljubavi.

## ZAMOLITE SVOJE ANĐELE

4. Zamislite rađaonicu. Neka bude prelijepa. To je vaša rađaonica. Vi se ponovo trebate roditi. Svjetlo je blago. Jedini zvuk koji čujete je mirno disanje vaše majke i šapćuća ohrabrenja vašeg oca i prijatelja. Dok diše, vaša majka osjeća kako je obujmljuju krila njenog anđela, a sasvim jasno osjeća i prisustvo vašeg anđela čuvara. Proteklih devet mjeseci vaša majka, otac i prijatelji upoznawali su vas i vašeg anđela.
5. Promatrajte kako ste kliznuli u svijet, u ruke primalje i u krila svojeg anđela. Osjetite ovog anđela, a osjetite i prisustvo zlatnog anđela rođenja. Oni lebde iznad vas i daju vam svoj blagoslov.
6. Na dan vašeg rođenja nebo je vedro. Zrak je čist, a i voda kojom vas po prvi put peru je bistra i čista. Uz pomoć Uriela i velikog tima anđela tehnologije, čovječanstvo je očistilo i iscijelilo planet.
7. Promatrajte kako spavate u svojoj kolijevci. Oko vas je obitelj, a soba prepuna anđela. Osjetite ovo i znajte da će vas kroz cijelo vaše odrastanje podržavati i podučavati o fizičkom svijetu, a istovremeno će jačati i vaš odnos s duhovnim svijetom.
8. Sada ste dijete, sjedite s obitelji za stolom. U vašoj obitelji obrok započinje pozivanjem anđela i zahvalom Stvoritelju. U ovom svijetu je toliko toga za što trebamo biti zahvalni. Svatko ima dom, hranu i posao koji voli. Nema rata. Političari su zajedno s anđelima stvorili nove oblike globalne interakcije koja poštuje prava svakog čovjeka u svakom dijelu ovog planeta. Poštuje se svaka rasa, svaka vjera, dob, spol, spolna opredjeljenja i tjelesne sposobnosti.
9. Promatrajte kako postajete stariji i snažniji, kako se otvarate kreativnosti i blagoslovu života u tijelu. Sa svojim se anđelom krećete slobodno i radosno kroz svijet, s brižnošću prema svemu što živi, od mikroskopski sitnog do kozmičkog.
10. Znajući da je svemir sigurno mjesto, ne bojite se pogriješiti i ne plašite se ljubavi. Gledajte kako ste postali odrasla osoba, koja istražuje osjećaje i odnose čistog i brižnog srca. Vi znate da je ljubav temelj svih bića. Anđeli su prisutni u svakom vašem odnosu.
11. U poslu koji ste odabrali, nebeska su bića s vama. Vi znate zašto ste odabrali svoje rođenje, vi znate zašto ste došli na ovaj svijet i u skladu s planetom gledate kako ispunjavate svoj zadatak.

u skladu s planetom gledate kako ispunjavate svoj zadatak.

12. U cijelom vas životu prate izazovi. No sa svakim izazovom suočavate se hrabro i s ljubavlju, s entuzijazmom i osjećajem čudesnosti svega što život donosi. Vaša su osjetila otvorena i istražujete ih s radošću i oduševljenjem – u prijateljstvu, u ljubavi, u radu i u globalnoj zajednici.
13. Živjeli ste, ljubili i obavljali Božji posao na ovom svijetu, a sada je vrijeme da zaokružite ovaj život. Ispunjeni ste radošću, radošću da ste dirnuli i okusili zemaljska čuda. Svojim posljednjim fizičkim udisajem, u sobi ispunjenoj prijateljima, još jednom posežete prema svojem anđelu. Umotani u njegova krila, kliznuli ste iz svojeg tijela s jednakim oduševljenjem kakvo ste osjećali u trenutku rođenja.
14. Sad udahnite radost koja vas okružuje, a zatim je izdahnite. Neka vas vaš um i vaša osjetila ponese iznad anđela, iznad arkandela, tronova, iznad kerubina i serafina.
15. Zadržite ovu viziju u svojem tijelu. Vi ste dovoljno mudri i snažni, dovoljno veliki da sve nosite. Osjetite ovu viziju u svakom djeliću vašeg uma i tijela. Osjetite kako sjaji u svakom vašem dijelu.
16. Sad otvorite oči. Pogledajte svijet kroz ovu viziju i znajte da je dok postojite usađena u vaše tijelo i da je time postala stvarna.

Obratite pažnju kako se osjećate kad izlazite iz ove meditacije. Osjećate li mir? Radost? Nadu? Zadovoljstvo? Ovo su osjećaji koji će nas osnažiti da stvaramo novu stvarnost. Takva budućnost pripada svima nama – našoj djeci, našim unucima i svakom živom biću našeg planeta.

No, još nismo stigli do toga. U žurbi naše svakodnevice i u naslovima koje hvatamo u novinama i na televiziji, ovu je viziju lako izgubiti. Kad se to dogodi, vratite se i ponovo meditirajte. Zatim, dok još mirno sjedite u tišini, otvorite bilježnicu i zamolite svojeg anđela da vam pokaže što upravo sada možete učiniti da bi ova vizija postala stvarnom u vašem vlastitom životu.

Nastavite s vremena na vrijeme postavljati pitanja, tražiti prijedloge, podršku i informacije. Obratite pažnju kako mir i povjerenje, ljubav i brižnost postaju dio vašeg svakodnevnog života. U zajedništvu sa svojim anđelom vi pretvarate ovu viziju budućnosti u novu stvarnost.



# Pogovor



Veći dio ove knjige nastao je u Alminom studiju, dvadeset i pet katova iznad New Yorka. S njenog prozora možete vidjeti Central Park i Manhattan, a na obzoru se uzdiže Empire State Building.

S ovog smo uzvišenog mjesta promatrali stalne mjene gradskog pejzaža: promet koji se izvanredno pravilno odvijao, svjetlo koje se mijenjalo od sunca do mjeseca, godišnja doba od zime do proljeća, od ljeta do jeseni. A kroz proces pisanja *Zamolite svoje anđele*, promatrali smo kako se mijenjamo i mi sami i naš odnos.

Kako možemo, pitali smo se, sagledati sve promjene koje smo doživjeli otkad smo upoznali svoje osobne čuvare? Danima smo se mučili napisati ovaj pogovor. Konačno smo se sjetili pozvati Abigraela i svoje anđele. Sigurno ste pomislili da smo se, nakon što smo napisali cijelu

knjigu o tome, toga mogli i prije sjetiti!

U trenutku kad smo spojili ruke da bismo pozvali naše anđele, promjena energije mogla se doslovno opipati. Možda smo mi zaboravili na njih, ali oni sasvim sigurno nisu zaboravili nas. Osjetili smo njihovo prisustvo kao preraspodjelu molekula u zraku, kao da gledamo kako nas okružuje kristalni oblik. Nakon što smo nekoliko minuta sjedili u tišini, struktura pogovora nam je postala sasvim jasna, kao da je već napisana, a mi je sada samo čitamo.

### • ANĐELI I PROMJENE •

Uspoređujući bilješke, otkrili smo da u našim iskustvima postoji čitav niz zajedničkih čimbenika iako je svatko od nas troje svojeg anđela sreo na drugačiji način i pod drugačijim okolnostima.

#### **Anđeli se pojavljuju u trenucima radikalnih promjena!**

Svatko je od nas sreo svojeg osobnog anđela kad je bio u nekoj vrsti kolapsa.

Za Andrewa je to bio kolaps njegova vjerskog uvjerenja. Njegova budističko-marksistička filozofija zadovoljavala je um, no srcu je nedostajala toplina i radost kakvu donose anđeli.

Timothy je doživio fizički kolaps, iskustvo bliske smrti, koje ga je katapultiralo u susret s anđeoskim svijetom u kojem je naučio koliko treba cijeliti svoj život.

Do Alminog je kolapsa došlo s potonućem posla s bazenom za plutanje, koji je bio uvod u njeno otvaranje anđelima i početak nove karijere.

Ovakve radikalne promjene ne uzrokuju anđeli. Prije bismo mogli reći da nam prilaze u takvim trenucima da bi nam pomogli odbaciti strah. Dolaze da bi nam pomogli vidjeti obilje i predivne nove mogućnosti.

#### **Anđeli povećavaju naše povjerenje!**

Prije susreta sa svojim anđelom, Andrew je radio u knjižari. Ostao je tamo dvije godine dulje nego je želio, jer se bojavao napustiti sigurnu tjednu plaću. Nekoliko godina kasnije, nakon što je već upoznao Sargolaisa, odlučio je napustiti uspješnu praksu terapeuta masera da

mogao posvetiti pisanju. Ovog su mu puta za provođenje odluke

umjesto dvije godine trebala samo dva dana. Svoju prvu knjigu prodao je samo nekoliko tjedana nakon što se prepustio sudbini.

Timothy je stalno čeznuo za napuštanjem New Yorka i za životom u jednostavnijem, prirodnijem okruženju. Njegovi su ga anđeli, Radost i Ljepota, ohrabрили da povjeruje svojim osjećajima i da slijedi svoje srce, čak ako je to značilo napuštanje života kojeg je gradio dvadeset godina, odvajanje od prijatelja i voljenih. Danas svoje vrijeme provodi između pustinja New Mexica i australskih plaža, baveći se onim što najviše voli: pisanjem, crtanjem i plivanjem s dupinima.

Prije nego je započela suradnju sa svojim anđelom, Alma je mnogo puta intuitivno dobivala informacije o pacijentima na psihoterapiji, no ustručavala se govoriti o svojim spoznajama jer ih je mogla nazvati samo "onim osjećajem". Otkad radi s LNO, naučila je ne samo da treba vjerovati svojem unutarnjem osjećaju, već i da ga treba izreći. A svaki put kad to učini, njezini joj klijenti kažu nešto poput - "Aha! Sad mi je jasno!"

### **Anđeli oživljavaju nevinost i čuda kakva smo doživjeli kao mala djeca!**

Timothy je kao mladić bio nadaren umjetnik. Kasnije je tu svoju nadarenost preusmjerio na arhitekturu, no njegova je kreativnost ustupila mjesto tehničkim zahtjevima ovog posla. No, kad je upoznao svoje anđele, u njemu je ponovo oživjela sva čudesnost i oduševljenje koju je osjećao kao dijete. Anđeli su ga potaknuli da se vrati crtanju, a sada već nekoliko godina radi na seriji vizionarskih crteža svetih mjesta po cijelom planetu.

### **Anđeli produbljuju našu sposobnost suosjećanja i opraštanja!**

Na jednom od Alminih seminara pojavila se žena koja se Almi nikako nije sviđala. No ovog se puta Alma, prije nego zapala u stari obrazac ljutnje i odbijanja, zatekla kako misli: "Ako je ovdje, znači da joj je potrebno iscjeljivanje." Na kraju večeri žena joj je prišla. Alma joj se bez oklijevanja nasmiješila, osjećajući ženinu duboku želju da bude prihvaćena i voljena. U tom je trenutku prema toj ženi osjetila najčišću

Svo troje smo se složili da su suosjećanje i sposobnost opraštanja najveći darovi koje smo primili od svojih anđeoskih prijatelja. Kad smo otvorenog srca, barijere koja postoje između nas i drugih ljudi jednostavno se tope i nestaju – to je stanje koje su nam pomogli stvoriti naši nebeski partneri.

Druženje s anđelima nije nas pretvorilo u druge osobe. Nije nas učinilo boljima ili nadgrađenima. Druženje nam je jednostavno omogućilo da budemo osobe kakve smo oduvijek bili (ili željeli biti) iznutra. To zagubljeno unutarnje sebstvo živi u srcu, a anđeli nas vode upravo u njegovo središte.

Neki misle da vas druženje s anđelima čini pomalo šašavima i smušenima. Upravo suprotno - svo troje osjećamo da smo postali puno usredotočeniji, da svemu prilazimo mnogo temeljitije. Prije nego smo upoznali svoje anđele, naše su aktivnosti usmjeravali drugi. Vladali smo se onako kako su drugi smatrali da bismo trebali, od roditelja i učitelja do partnera i prijatelja. Sada, anđeoski usklađeni, usmjereni smo prema svojoj nutрини – motivirani i nadahnuti očekivanjima svojeg Višeg Sebstva, dolazeći u sklad sa svime što čini život.

### • UDŽBENIK ZA ŽIVOT •

*Zamolite svoje anđele* je prvenstveno namijenjena učenju komuniciranja s anđelima. Vaša vlastita bilježnica je napredniji tekst – ona je udžbenik vašeg života. Koristite se njome da biste pratili svoje promjene i da biste razmotrili svoja postignuća. Pročitajte s vremena na vrijeme svoje bilješke i pratite svoj napredak i rast.

Obratite pažnju koliko ste se promijenili otkad ste prvi put upotrijebili bilježnicu. Što se događalo u vašem životu kad ste počinjali? Gdje ste sada? Što ste tada mislili o anđelima? A danas? Kakva su vaša iskustva glede zajedničkih čimbenika o kojima smo pisali? Zabilježite svoja razmišljanja u bilježnicu.

Kad pogledate što ste sve poduzeli kroz određeno vrijeme, promotrivši sve svoje bilješke odjednom, počinje se pojavljivati veća slika. Omogućuje vam uvid kroz anđeoske oči i daje vam pregled gdje ste bili i kamo idete.

Zamolite svoje anđele za vodstvo u vašem daljnjem životnom putovanju, imajući na umu da sve korake procesa *Milosti* i sve ostale vježbe



ove knjige možete uvijek iznova koristiti. Što ih češće provodite, to će informacije koje dobivate biti dublje i snažnije. Primjenjujte naučeno u svakodnevnom životu i pričajte o anđelima s drugim ljudima.

To što se družite sa svojim anđelom ne znači da će svi vaši problemi čudom i netragom nestati. Ali znači da ćete otkriti mogućnosti i alternative koji će vam pomoći u kreativnom rješavanju tih problema. Veza s anđelima širi naše ljudske sposobnosti i povećava naše mogućnosti.

### • SVI MI STVARAMO BUDUĆNOST •

Otvorili ste ovu knjigu da biste naučili razgovarati s anđelima. Kad ste to učinili, otvorili ste se i bezgraničnoj ljubavi. Snaga bezgranične ljubavi – neki je zovu Bogom – danas iscjeljuje naš voljeni planet.

Naši nam anđeli govore: budućnost je sada. Svaki poduhvat koji poduzmemo sa zahvalnošću i milošću, biva utkan u uzorak koji zajednički tkamo za buduće generacije. Vi i vaš anđeo dio ste rastuće duhovne snage. Vi ste svjetlosni tkalci, koji zajednički rade da bi doveli najvišu viziju naše budućnosti u radosno očitovanje.

Kad razgovaramo sa svojim anđelima, kad se povezujemo s božanskim u sebi, podiže se naša osobna svjesnost, koja zauzvrat obogaćuje naše živote i životne okolnosti. Kad postanemo sposobni povezati se sa svojom unutarnjom božanstvenošću, lakše prepoznamo božansko u drugima. Onog dana kad ćemo svi jedno u drugome vidjeti Boga – tada ćemo znati da smo uspjeli.

Kad surađujemo s našim anđelima, izmjena energije unutar nas stvara posebno zračenje. U umjetnosti je ta energija često prikazivana kao aureola. U životu, to je iskra koja upali plamen naših snova. Dok se krećete svojim svijetom, neka vaše unutarnje svjetlo sjaji da ga svatko vidi. Zračite. Slavite svoje vizije. Znajte da ste i vi i svatko koga vidite voljeno biće koje zrači životnošću, ljubavlju i zadovoljstvom i da ste povezani sa sjajnom svjetlosnom mrežom koja okružuje naš voljeni planet i sjaji do najudaljenijeg djelića svemira.



# Literatura

## • ANĐELI I ANĐEOSKI SVIJET •

- Adler, Mortimer J.: *The Angels and Us*, New York, Macmillan & Co., 1982.
- Bittleston, Adam: *Our Spiritual Companions: From Angels and Archangels to Cherubim and Seraphim*, Edinburgh, Škotska: Floris Books, 1980.
- Bloom, William: *Devas, Fairies and Angels: A Modern Approach*, Glastonbury, Engleska: Gothic Image Publications, 1986.
- Burnham, Sophy: *Angel Letters*, New York: Ballantine Books, 1991.
- *The Book of Angels*, New York: Ballantine Books 1989.
- Carey, Ken: *Return of the Bird Tribe*, Kansas City, Missouri: Uni\*Sun, 1988.
- Corbin, Henry: *Spiritual Body and Celestial Earth*, Princeton, New Jersey: Princeton University Press, 1977.
- Davidson, Gustav: *A Dictionary of Angels*, New York: Free Press, 1980.
- Graham, Billy: *Angels, God's Secret Agents*, Waco, Texas: Word Books, 1986.
- Hodson, Geoffrey: *The Brotherhood of Angels and Men*, Wheaton, Illinois: Quest Books, 1927.
- Kaplan, Aryeh: *Meditation and Kabbalah*, York Beach, Maine: Samuel Weiser, 1982.
- Leadbetter, C.W.: *Invisible Helpers*, Wheaton, Illinois: Theosophical Publishing House, 1896.
- MacGregor, Geddes: *Angels: Ministers of Grace*, New York: Paragon House, 1988.

- Maclean, Dorothy: *To Hear the Angels Sing*, Issaquah, Washington: Morningtown Press, 1988.
- Mallasz, Gitta: *Talking with Angels*, Einsiedeln, Švicarska: Daimon Verlag, 1989.
- Moolenburgh, H.C.: *A Handbook of Angels*, Essex, Engleska: C.C. Daniel Co., 1984.
- Newhouse, Flower: *Rediscovering the Angels and Natives of Eternity*, Escondido, California: The Christward Ministry, 1937. Pretisak.
- Solara: *Invoking Your Celestial Guardians*, Portal, Arizona: Star-Borne Unlimited, 1986.
- *The Star-Borne: A Remembrance for the Awakened Ones*, Charlottesville, Virginia, Star-Borne Unlimited, 1989.
- Spangler, David: *Revelation: Birth of a New Age*, San Francisco, California: The Rainbow Bridge, 1976.
- *Links with Space*, Marina del Rey, California: DeVors & Co, 1978.
- Steiner, Rudolf: *The Influence of Spiritual Beings upon Man*, Hudson, New York: Anthroposophical Press, 1982.
- *The Spiritual Hierarchies*, Hudson, New York: Anthroposophical Press, 1983.
- Swedenborg, Emanuel: *Divine Love and Wisdom*, New York: Swedenborg Foundation, 1982.
- *Heaven and Hell*, New York: Swedenborg Foundation, 1979.
- Taylor, Terry Lynn: *Messengers of Light: The Angel's Guide to Spiritual Growth*, Tiburon, California: H. J. Kramer, 1990.
- Urantia Foundation : *The Urantia Book*, Chicago, Illinois, 1955.
- Valentin, Ann i Essene, Virginia: *The Descent of the Dove*, Santa Clara, California: S.E.E. Publishing Co., 1988.
- Ward, Theodora: *Men and Angels*, New York: Viking Press, 1969.
- Wilson, Peter Lamborn: *Angels*, New York: Pantheon Books, 1980.
- Wulfing, Sulamith: *Angel Great and Small*, Amsterdam, Nizozemska: V.O.C., Angel Books, 1981.
- Wyllie, Timothy: *Dolphins\*Extraterrestrials\*Angels: Adventures among Spiritual Intelligences*, Fort Wayne, Indiana: Knoll Publishing, 1984.

• AURE I ČAKRE •

- Brennan, Barbara Ann: *Hands of Light, A Guide to Healing Through the Human Energy Field*, New York: Bantam Books, 1988.
- Gregory, Laneta i Treissman, Geoffrey: *Handbook of the Aura*, Norwich,

- Engleska, Pilgrim Book Services, 1985.
- Kunz, Dora van Gelder: *The Personal Aura*, Wheaton, Illinois: Quest Books, 1991.
- Leadbetter, C.W.: *The Chakras*, Wheaton, Illinois, Quest Books, 1927.
- Mann, John i Short, Lar: *The Body of Light*, New York: Globe Press Books, 1990.
- Powell, Arthur: *The Astral Body*, Wheaton, Illinois: Theosophical Publishing House, 1925.
- Sharamon, Shalila i Baginski, Bodo J.: *The Chakra Handbook*, Wilmont, Wisconsin: Lotus Light Publications, 1991.

• SNOVI •

- Delaney, Gail: *Living Your Dreams: Using Sleep to Solve Problems and Enrich Your Life*, San Francisco, California: Harper and Row, 1988.
- Faraday, Ann: *The Dream Game*, New York: Harper Collins, 1976.
- Garfield, Patricia: *Creative Dreaming*, New York, Ballantine Books, 1985.
- Krippner, Stanley, ed. *Dreamtime and Dreamwork*, Los Angeles, California: Jeremy P. Tarcher, 1990.
- Lang, Robert: *Decoding Your Dreams*, New York: Ballantine Books, 1988.
- Maguire, Jack: *Night and Day: Use the Power of Your Dreams to Transform Your Life*, Fireside/Simon and Schuster, 1989.
- Reed, Henry: *Getting Help from Your Dreams*, New York: Ballantine Books, 1988.
- Ullman, Montague i Zimmerman, Nan: *Working with Dreams*, New York: Dell Publishing Co., 1980.

• OPORAVAK •

- *Alcoholics Anonymous* (u Grupama anonimnih alkoholičara poznata kao *Big Book - Velika knjiga*), New York: World Services, Inc., 1976.
- *Came to Believe* (ispovijesti ljudi iz Grupa anonimnih alkoholičara), New York: World Services, Inc., 1973.
- Black Claudia: *Double Duty*, New York: Ballantine Books, 1981.
- *It Will Never Happen to Me*, New York: Ballantine Books, 1981.
- Cruse, Sharon Wegscheider: *Another Chance*, Palo Alto, California: Science & Behavior Books, 1987.
- Cunningham, Donna i Ramer, Andrew: *Further Dimension of Healing Addictions*, San Rafael, California: Cassandra Press, 1988.
- *The Spiritual Dimension of Healing Addictions*, San Rafael, California: Cassandra Press, 1988.



L I T E R A T U R A

Farmer, Steven: *Adult Children of Abusive Parents*, New York: Ballantine Books, 1989.

Klass, Joe: *The Twelve Steps to Happiness*, New York: Ballantine Books, 1990.

----- *Living Recovery: Inspirational Moments for 12 Steps Living by Men and Women in Recovery*, New York: Ballantine Books, 1990.

Schaefer, Anne Wilson: *Co-Dependence*, San Francisco, California: Harper Collins, 1986.

Yoder, Barbara: *The Recovery Resource Book*, New York: Fireside, 1990.

# O autorima

## • ALMA DANIEL •

Alma Daniel radi kao iscjeliteljica i psihoterapeutkinja. Uz svoju privatnu praksu, održava tečajeve duhovnog razvoja, grupne meditacije, a osmislila je i promiče intenzivni program pod nazivom Unutarnja putovanja.

Majka je troje odrasle djece, Petera, Anthonyja i Nore. Utemeljila je i čitav niz godina vodi Savjetovalište za ljudske potencijale. Kao Reiki majstor osmislila je i snimila niz meditacija, uključujući i meditativne tehnike *Uzemljavanje i Otpuštanje*, koje se koriste u procesu *Milost*.

Za dodatne informacije i kontakte možete se obratiti na adresu:

Alma Daniel  
c/o Eldorado  
300 Central Park West  
New York, NY 10024  
USA

### • ANDREW RAMER •

Andrew Ramer je pisac, umjetnik i iscjelitelj. Studirao je u Sveučilištu Berkeley u Californiji i diplomirao religijske studije. Diplomirao je i na Švedskom institutu za masažu u New Yorku.

Autor je i ilustrator knjiga *Sličice, Nastupaju dvije flaute i Oruđe za mir*. S Donnou Cunningham napisao je knjige *Duhovna dimenzija iscjeljivanja ovisnosti* i *Daljnje dimenzije iscjeljivanja ovisnosti*.

Anđele osluškuje od djetinjstva, a od 1982. godine s njima razgovara te poučava grupe i pojedince kako da komuniciraju s tim nebeskim bićima.

### • TIMOTHY WYLLIE •

Timothy Wyllie, rođen je u Engleskoj za vrijeme Drugog svjetskog rata. Radio je kao arhitekt u Ujedinjenom Kraljevstvu i na Bahamima, a zatim se pridružio vjerskoj zajednici, te za njene potrebe putovao Europom i Sjedinjenim Američkim Državama. Vjersku zajednicu napustio je 1977. godine i započeo posao u New York Cityju. Od 1981. potpuno se posvetio svojoj životnoj želji, proučavanju duhovnih bića.

Njegova knjiga *Dupini\*Vanzemaljci\*Anđeli* smatra se klasikom na tom području, a napisao je i knjigu *Dupini, telepattija i podvodno radanje*.

### • O UMJETNIKU ILUSTRATORU •

Yanni Posnakoff je međunarodno poznati umjetnik i ilustrator, čija je osobna vizija stvoriti milijun anđela u crtežima, skulpturama ili slikama. Da bi ostvario svoj cilj, Yanni je anđele crtao i na majicama, na vitrajima, oblikovao ih od tijesta, slikao na papiru i platnu. Već godinama je vlasnik Galerije anđela, studija-muzeja-trgovine u New Yorku, u kojoj možete naći knjige, umjetničke radove i glazbu posvećenu isključivo anđelima.

Yanni je ilustrirao originalnu bestseller ediciju knjige *Djeca pišu Bogu*. Trenutno živi u Grčkoj, u Ateni.

# *Zamolite svoje anđele*



**Mnoge knjige govore o susretima ljudi i anđela.  
Brojne su i one koje govore o povijesti anđela,  
o njihovom prisustvu u slikarstvu i književnosti.**

**Ova je knjiga drugačija.  
Naučit će vas kako da se družite i razgovarate  
sa svojim anđelima.**

**AKO JE OVA KNJIGA U VAŠIM RUKAMA,  
TADA SU VAS ANĐELI VEĆ DOTAKLI!**

ISBN 953-6941-07-4

**ARTLOGOS**



**Biblioteka  
ANĐELI**

J. W. Anderson  
**GDJE ANĐELI ŠEĆU**  
Istinite priče o nebeskim glasnicima

Ljiljana Lež-Drnjević  
**ANĐEOSKE KARTICE**  
Alma Daniel, Timothy Wyllie i  
Andrew Ramer  
**ZAMOLITE SVOJE ANĐELE**  
Priručnik za druženje s nebeskim  
Glasnicima

Zvučni zapisi (CD i kazete)  
meditacija, vježbi i vizualizacija za  
rad s anđelima

Anđeli su oduvijek s nama, prisutni su u svakoj kulturi i u mnogim religijama.

Knjiga Zamolite svoje anđele živo bilježi kako nam se anđeli danas približavaju na sasvim novi način, povezujući naš fizički svijet sa svojom čistom duhovnom energijom.

Autori nam kroz vlastita iskustva vođenja anđeoskih radionica i povijesne zapise pokazuju kako se uz anđeosku pomoć možemo povezati s vlastitim unutarnjim svijetom i ostvariti naše ciljeve, bez obzira radi li se o boljim odnosima, iscjeljivanju ili o odvikavanju od raznih ovisnosti.

Da biste se lakše povezali s anđeoskim energetskim poljem i da biste se družili i razgovarali sa svojim anđelima, naučit ćete pet jednostavnih koraka procesa Milost te razne vježbe, meditacije i vizualizacije.

Ovaj će vas dragi vodič upoznati s duhovitošću, mudrošću i toplim prijateljstvom koje proizlazi iz druženja s anđelima, jer oni su ulaz u Božansko u nama samima.