

Znanje

5

elemenata

Autor : Marin Vayu G

Ova knjiga govori o 5 elemenata pa je napisana u 5 dijelova.

1. Dio. Riječi autora
 - Uvod u teoriju 5 elemenata
 - Predgovor
 - Bajka
 - Elementi u prirodi
2. Dio. Gdje kada i kako se znanje o elementima koristilo, prenosilo i skrivalo tokom svijetske povijesti
 - Elementi kroz povijest
 - Elementi u ezoteriji
 - Čakre i simboli
 - Astrologija - Jotish
 - Tantra
 - Joga
 - Ajurveda
 - Vastu
 - Feng Shui
 - I Ching
 - Alkemija
 - Kabala
 - Numerologija
 - Boje
 - 5 osjetila
 - Zanimljivosti
3. Dio Osobine elemenata
 - Uvod
 - Vatra
 - Voda
 - Vjetar
 - Zemlja
 - Eter
 - Svijest i Ljubav
4. Dio Rad sa elementima
 - Ravnoteža elemenata
 - Vatra , Voda, Vjetar, Zemlja, Eter
 - Program uravnoteživanja elemenata
 - Vatra
 - Voda
 - Vjetar
 - Zemlja
 - Eter
5. Dio Zaključak i još koji savjet.
 - Elementi kao vrhunski učitelji
 - Put ravnoteže

1. Dio -

Riječi autora

Iako sam se cijeli život družio sa elementima i promatrao ih kao žive učitelje iz prirode, tek su me prije nekoliko godina oni blagosloville svojim znanjima. Nakon što sam napisao roman „Ples Vjetra“ u kojem sam pisao o elementima počeo sam kanalizirati njihova znanja. Te sam uvide i poruke zapisivao mjesecima, a istovremeno se posvetio i praktičnim upustvima. Kada sam nakon toga tražio informacije o tim znanjima u već postojećoj literaturi naišao sam na mnogo podataka do kojih sam i sam došao kanaliziranjem i proučavanjem tih elemenata. No ono što me još više iznenadilo je da mnogo mojih zaključaka nisam našao nigdje napisano, a tako su jednostavna i logična da se možete sami uvjeriti ukoliko bar malo poznajete prirodu i njene elemente. Jedini razlog tom nedostatku znanja o elementima je taj da se ono izgubilo tokom vremena ili se krivo protumačilo kada se znanje prenašalo s koljena na koljeno.

Pošto sam u jednom mom prijašnjem zanimanju bio predavač, iskoristio sam ta iskustva da sada držim predavanja o elementima jer je to postala moja sudbina i moja uloga u ovom životu. Da predajem njihova znanja. Nakon jednog tog predavanja nekolicina ljudi me potaknulo da napišem knjigu o tome, i to mi je bilo dovoljno da napišem ovu knjigu.

Imao sam dvije mogućnosti: da nađem nekog izdavača koji bi prepoznao potencijal moje knjige o elementima i da možda nakon nekog vremena ona zaista ugleda svoje vlastite korice, ili da ju stavim na Internet ovakvu kakva je kako bi ju što veći broj ljudi pročitali. Nisam nestrpljiv ali pošto ne postoji niti jedna takva knjiga još na tržištu morao sam se odlučiti za varijantu Internet, jer smatram da ljudi sve više teže prirodi i njenoj mudrosti.

I zato ova knjiga nije ispravljena, dorađena, izlektorirana, već ju prihvatite kao njen prvi oblik. Moje su želje dok sam ju pisao bile samo da što brže i na što jednostavniji način napišem njenu svrhu.

Uvod u teoriju 5 elemenata

Predgovor

5 elemenata – zemlja, voda, vatra, vjetar (zrak), eter – osnovni su elementi koje nalazimo u prirodi. Biljke, životinje i ljudi su bića koja žive u toj prirodi, no teško je podijeliti prirodu svemira na žive i nežive tvari, jer je cijeli svemir zapravo jedno živo biće. Čovjek je odavno shvatio kako je sastavljen od istih elemenata kao i priroda, a stare su civilizacije dobro proučile sile koje postoje u cijelom univerzumu pa tako i u čovjeku. Ta znanja postoje još i dan danas iako su većim djelom bila skrivena, zapostavljena, zaboravljena ili izgubljena.

U ovoj knjizi navedene su mnoge činjenice koje govore o teoriji 5 elemenata kao o baznoj teoriji odnosno kao o korijenu svih znanja. Tantra, joga, ajurveda, đotiš, vastu, tibetanska medicina, kineska tradicija, feng šui, i đing, akupuntura, taoizam, budizam, kabala, alkemija najpoznatija su ezoterijska znanja koja imaju isto korijenje znanja a to je teorija 5 elemenata. Čak se i crkva držala te teorije do prije nekoliko stotina godina. O svemu tome moći ćete i sami presuditi kroz brojne činjenice navedene u prvom i drugom djelu ove knjige. Ali osim tog, da tako kažemo, znanstvenog, ili poučnog djela prikupljenih informacija, knjiga se sastoji i od praktično duhovnog trećeg i četvrtog djela gdje su opisani svi elementi i njihova svojstva, odnosno karakter, te na koji način čovjek može upotrijebiti ta znanja i raditi sa elementima.

Bajka

Započinjemo s jednom pričom....

Priča ide daleko u prošlost, u vrijeme kada nije postojalo gradova, kada su ljudi na zemlji živjeli u prirodi. Bili su to ljudi isti kao i mi danas. Živjeli su dnevne rutine i većinu svog vremena posvetili bi preživljavanju (razmnožavanje, prehranjivanje, obrana od neprijatelja i potraga za boljim uvjetima za života.) No jedan je od njih više volio biti sam u prirodi nego u ljudskom društvu. Volio je promatrati prirodu i onako usamljen često bi razmišljao o svrsi života. Nazvati ćemo ga prvim mudracom.

Jednog je dana taj mudrac došao do zanimljivog zaključka. Promatrajući prekrasni zalazak sunca sa vrha jednog brežuljka shvatio je simboliku prirode koja ga je okruživala. Okruglo crveno sunce nestajalo je iza horizonta i sa sobom odnijelo dan. Dok se na drugoj strani neba uzdizao pun mjesec i sa sobom donio noć. Mjesec kada je pun iste je veličine i oblika kao i sunce i uvijek stoji njemu na suprotnoj strani. Mudrac je tada shvatio kako mu nebo želi reći da postoje dvije osnovne sile prirode. Sunce i mjesec predstavljaju dan i noć.

Pojam dualiteta poznat je u svim tradicijama svijeta kao osnovna podjela cijelog postojanja. U kini su to nazvali Jin i Jang. Moderni znanstvenici su rekli da je prvi atom u svemiru bio vodik, a on se sastoji od jednog protona i jednog elektrona, dakle plus i minus dvije suprotne energije. Ti isti znanstvenici danas govore da svaka čestica koja postoji ima i svoju antičesticu.

Kada se mistik vratio u svoje pleme razmišljajući o toj podjeli prirode uvidio je da je i čovjek jednako tako podijeljen. Na muški i ženski rod. Nikada se niti jedno dijete nije rodilo a da nije bilo ili muško ili žensko. Zadovoljan sa tim uvidom odlučio je nastaviti promatrati prirodu i ljude na način da otkriva sličnosti.

Te večeri sjedio je pored vatre i razmišljao kako ona ima iste karakteristike kao i sunce. Daje svjetlost i toplinu. Promatrao je vatru kao živo biće i pokušao joj dati osobine. Odmah mu je bilo jasno da je vatra moćna i vrlo opasna ako ju se dira. Mora ju se cijelo vrijeme držati pod kontrolom inače bi mogla izazvati požar. No idealno je oružje protiv životinja i neprijatelja. Mudrac je razmišljao koja je simbolika vatre. Što ona predstavlja u ljudskom životu. Odmah se stavio promatrati ljude i tražio da

nađe vatrene osobine u ljudskom karakteru. Oko mu je zapazilo momka koji je bio često agresivan baš kao i vatra. Lako bi planuo a ako si mu što rekao odmah bi se naljutio i u nekim slučajevima znao bi druge i ozlijediti. Kada se ljutio činilo bi se kao da kuha iz unutra. Nitko ga nije volio izazivati. Baš kao i vatru ljudi su ga se bojali, ali i poštovali jer je bio najbolji lovac i najhrabriji ratnik a takvi su se uvijek cijenili, pogotovo kada bi ih branio od neprijatelja. Mudrac je bio oduševljen svojim otkrićem.

Sljedećeg jutra otišao je do rijeke i promatrao vodu kako teče. Zaključio je da je voda u potpunosti suprotna od vatre. Možeš ju dirati jer je vrlo blaga. Ljudi su se voljeli kupati u vodi i uživati u njenoj nježnosti. Istog momenta mudrac se sjeti djevojke od onog ratnika vatre. Ona je bila sva nježna i dobra. Brinula bi se o drugima isto kao što se voda brine o svim biljkama i životinjama. Osim što im utaži žeđ, opere ih i lijeći. Takva je bila i djevojka. Svi su je voljeli, a pogotovo kad bi ih izliječila nekom čudnom biljkom. Poznavala je biljke kao što ih voda poznaje. Uvijek je emotivno doživljavala svijet i često bi plakala kao kiša. Njene su suze bile i radosne i tužne. Kao da je imala previše vode u sebi koja bi izlazila na oči, isto kao i nabujala rijeka kada prelije svoje korito. No najbolje od svega je bilo što je djevojka bila prilagodljiva kao što se voda prilagođava terenu kojim teče. Gdje god da vodu staviš ona će poprimiti oblik posude u kojoj se nalazi. Jedino je ona mogla da bude djevojka njenog snažnog i ponekad agresivnog ratnika. Jedino je ona mogla održavati njegovu ravnotežu pomislio je mudrac.

Zatim se mudrac istoga dana popeo na brdo i posmatrao vjetar. Vjetar je treće živo biće u prirodi koji ima svoj karakter. Mudrac je odmah primijetio da je vjetar vrlo pokretan, te da može u trenutku promijeniti smjer. Nepredvidljiv je i brz. Može ići u sve strane pa čak i gore dolje. Slobodan je i neuhvatljiv.

Tog dana mudrac je šetao po selu da nađe osobu koja ima osobine vjetra, no nije ju našao. Sljedećeg je dana ponovo tražio i ponovo ju nije uspio prepoznati. Najzad je mudrac odustao od potrage i krenuo prema brdu da ponovo promatra vjetar misleći kako je nešto krivo razumio. No na putu je sreo čovjeka koji je izlazio iz šume. To je bio njegov prijatelj kojeg je bilo teško uhvatiti, baš kao i vjetra. Uvijek je odlazio na neka nepoznata mjesta nešto istraživati. Taj je pročešljao ovu šumu od glave do pete. Nema stabla na koji se nije popeo, a sve to samo iz znatiželje. Budući da je bio toliko znatiželjan najbolje je poznavao teren i šumu pored koje je pleme živjelo. Govorilo se da je taj čovjek pun znanja, no problem je bio samo to što baš kao i vjetra teško ga je bilo uhvatiti i iskoristiti njegovo znanje. Odmah je pitao mudraca kamo ide jer je bio znatiželjan što mudrac radi. I on je volio istraživati sile svemira te je vrlo dobro poznavao zvijezde. Mogao se i noću kretati pomoću njih. Poznavao je i zemlju i nebo, baš kao i vjetar. Mudrac je bio sretan jer je našao čovjeka koji ima karakteristike vjetra.

Umjesto da ode na brdo mudrac se okrene i vrati u selo. Pritom stane pored polja u kojem je jedna žena kopala zemlju kako bi posadila neko povrće. Tada je prepoznao slijedeći element. Osim biljaka i životinja slijedeće živo biće iz prirode jest zemlja. Svako je pleme znalo da je zemlja živa i da kada je ljuta potresom može uništiti i najsigurnija skloništa. No zemlja je u većini slučajeva vrlo korisna i darežljiva. Zemlja rađa sve biljke a one daju plodove odnosno hranu za život. Zemlja je najtvrdi i najkrutiji materijal pa se od zemlje (gline) grade kućice i skloništa. Kamen, drvo i svi ostali materijali koje rađa zemlja dobri su za izradu nečega što ljudi koriste i imaju. Zemlja dakle pruža sigurnost zaštitu, predmete i čvrsto tlo.

Takva je bila i žena koja je kopala zemlju. Radišna i praktična. Pružala je sigurnost cijeloj obitelji a i šire jer je bila sposobna prehraniti svih i dok su drugi se drugi ponekad bavljali ona bi radila nešto korisno. No zato je ona i najviše imala. Osim najbolje kuće imala je i svakakve alate za upotrebu koje je sama izradila. Znala je praviti posuđe od gline i to je radila za čitavo selo. Ona se smatrala majkom plemena kao prava majka zemlja.

Mudrac je bio zadivljen svojim vlastitim otkrićima od tih 4 ljudi od kojih je svaki prezentirao jedan element iz prirode. No što je sa ostalim ljudima, razmišljao je mudrac. Logično bi bilo da svaki čovjek ispoljava jedan element, jer je svaki čovjek dio prirode. No to nije izgledalo baš tako dok je promatrao i ostale ljude. Ponekad mu se činilo da je netko kombinacija nekih elemenata. Nakon dužeg vremena proučavanja došao je do zaključka da zapravo svaki čovjek ima sve elemente u sebi, i da je njegov karakter kombinacija pojedinih elemenata. Već je poznao ravnotežu dvije osnovne sile, a sada je počeo proučavati ravnotežu svih elemenata.

I taman kada je mislio svoje znanje podijeliti drugima zapazio je jedno dijete koje se nije ponašalo ni slično kao i sva ostala djeca. Mala curica bila je toliko spontana i neshvatljiva da su je svi smatrali čudnom. Ponekad se igrala satima, a ponekad je u tišini provela sate gledajući u prazno. Drugim riječima nije gledala ni u što. Kao da nije bila prisutna. Za nju su ljudi govorili kako razgovara sa duhovima. Posebno je bila osjetljiva na muziku. Kada bi netko zapjevao utonula bi u druge svjetove. Mudrac je shvatio da njene karakteristike ne pripadaju niti jednom od 4 elemenata koje je upravo razotkrio. Njegov je zaključak bio da mora postojati još jedan element koji ima ta svojstva. Nije znao koji je taj element, ali je znao da je apstraktan i da je povezan sa drugim dimenzijama. Te večeri dok je o tome razmišljao gledao je zvjezdano nebo i shvatio kako sve te zvijezde žive u nekom prostoru. Zapravo, shvatio je da postoji prostor gdje se svi ti elementi susreću, jer da tog prostora nema oni se nikada ne bi sreli. Taj je prostor nazvao eterom i dao mu osobine male curice. Eter je dakle peti element.

Mudrac je pronašao 5 živih elemenata u prirodi od koje je priroda sastavljena i u kojoj žive biljke životinje i ljudi. Promatrajući ljudsko tijelo uvidio je da čovjek ima 5 prstiju i 5 osjetila. Ljudsko tijelo nema ničega tri niti četiri. Dakle isto kao i priroda, tijelo čovjeka se može podijeliti na dvije sile koje zovemo lijeva i desna jer ima puno duplih organa poput ruke, noge, oči, uši, itd. a slijedeća je podjela na 5 sila kao 5 osjetila ili 5 prstiju na svakoj ruci ili nozi.

Zadovoljan svojom teorijom odlučio ju je konačno obznaniti. Pozvao je najprije sve one ljude koji su ga asocijali na jedan element. Objasnio im svoja viđenja i naučio ih svemu što je saznao. Od njih je zauzvrat tražio samo da se posvete i drugim elementima, i da prestanu hraniti samo element koji njima očigledno vlada. Htio je vidjeti da li je moguće ljude dovesti u ravnotežu. I zaista svi su ti ljudi s vremenom izbalansirali svoje elemente i postali su puno kvalitetnije osobe. Sve što su radili bilo je puno puno bolje i postizali su sve što su htjeli. Majka zemlja je našla vremena i za uživanje a njezini su alati bili puno bolje kvalitete. Vatrene ratnik nije više bio agresivan jer je u sebi pronašao suosjećanje prema drugima i postao je veliki vođa. Svaki pravi vođa ima sposobnost da se brine o onima koji ga slijede. Svi su ga voljeli i slijedili kao pravog poglavicu. Njegova žena nije više imala teških trenutaka jer je znala kontrolirati svoje emocije, a neuhvatljivi čovjek od znanja postao je čovjek na kojeg se moglo računati i veliki učitelj u plemenu. Pošto je curica bila premala da bi mudrac s njom radio nešto ozbiljno, poslužila mu je kao inspiracija kako bi spoznao druge svjetove. I tako je mudrac oslušujući tišinu pronašao sebe, meditaciju, molitvu ili mantru i postao pravi šaman.

Svaki je od njegovi učenika napredovao i nastavio proučavati elemente u prirodi te ih je uvrštavao u područje svojeg znanja. Tako je vatreni poglavica imenom Jogi učio ljude kako da svojom energijom očiste elemente u tijelu. Jedna je njegova učenica imenom Tantra to radila i kroz seks, dok je druga učenica imenom Alkemija otišla putovati po svijetu i širiti svoje znanje. Priča se i da je jedna učenica od Alkemije imenom Kabala okupila cijeli jedan narod i postavila svoja znanja kao temelj religije.

Žena od vatrene poglavice Jogia poznavala je biljke i njihov učinak u liječenju te je na osnovi poznavanja ljudske prirode po elementima pronašla nove lijekove za pojedine ljude. Shvatila je da nije svaki lijek za svakog čovjeka. Ime joj je bilo Ajurveda.

Čovjek vjetar tada već veliki učitelj imenom Vastu svoja je znanja o elementima kombinirao sa poznavanjem terena te je zajedno sa majkom Zemljom koju je kasnije oženio, proučio kako se sile elemenata kreću u prostoru i na taj način dobio uvide kako se trebaju graditi kuće, s koje strane mora biti ulaz a kuda mora teći rijeka. S majkom zemljom imao je puno djece od kojih su nekoliko postali učitelji. Jednog je sina nazvao Vjetar a jednu kćer Voda i njih su dvoje kasnije otišli živjeti daleko na Istok i podučavali znanje o elementima. (U Kini se Vjetar kaže Feng a voda Shui Feng-Shui . Jedan njihov brat imenom Jotish volio je pratiti noćno nebo. Odredio je 12 konstelacija i svakoj dao osobine pojedinog elementa. Osim Sunca i Mjeseca golim je okom mogao vidjeti još 5 planeta koje su se kretale nebom i svakoj od njih dao je osobine jednog elementa. I tako je nastala astrologija. Njegov drugi brat imenom I, kasnije poznat kao I-Ching također je otišao na istok podučavati znanja o elementima. Volio se baviti proricanjem kao i njegov brat Jotish.

Godinama kasnije nastala su različita znanja koja su ti učitelji prenosili svojim učenicima. Znanja koja još i dan danas postoje nakon tisuće i tisuće godina. Znanja su se naravno dopunjavala, i prilagođavala ljudima i uvjetima u kojim su ljudi živjeli. Mnogi su učitelji elementima davali razna imena i nazivali ih Bogovima. Tako je bilo lakše ljudima objasniti zakone svemira. No neki su ustrajali držati izvorno znanje što jednostavnije. Oni koji su elemente nazivali Bogovima poput boga sunca ili božice rijeka izmislili su razne priče koje mi danas prepoznajemo kao bajke. Njihova je svrha bila da se ljudima približe zakoni prirode i da o tome educiraju čak i djecu. Ipak neki su učenjaci duboko ulazili u poznavanje tih zakona i tko cijeli život posvetili tim naukama o elementima. To su bili i još i danas jesu razni mistici, mudraci i pustinjaci koji svoja znanja predaju pojedincima i tako se ta znanja očuvaju. Moglo bi se reći da su bajke više odgovarale masama, a mase su podložne manipulaciji. U tim masama pojedinci su stvorili religije i na taj način strahom držali mase pod kontrolom. To nije loše, jer je bolje imati masu pod kontrolom nego masu bez kontrole. Prava znanja su se tako potisnula i sakrila od mase, jer su predstavljala prijetnju onima koji su htjeli imati masu ljude pod kontrolom. Što veća kontrola to veća moć. To su znali svi vladari i zato su prihvaćali takva učenja i pretvarali ih u religije. No oni su i dalje poznavali prava znanja i tehnike i držali ih u tajnosti. Još je jedan čimbenik bitan za napomenuti kada objašnjavamo zašto su prava znanja o elementima skrivena od javnosti, odnosno od mase. Mnogi su ljudi skeptični prema religijskim institucijama i proglašavaju se nevjernicima. Ironija je ta što su oni još veći vjernici jer vjeruju u suvremenu znanost. Suvremena je znanost isto proizašla od starih nauka poput astronomije koja je proizašla od astrologije, medicina od ajurvede, kemija od alkemije itd. No suvremena je znanost također korumpirana velikim vođama i zato radi istu stvar kao i religija. Prava znanja skrivaju od mase i serviraju znanja samo ona koja su odobrili lukavi vođe. Ne žele čak ni priznati da su proizašla od starih nauka. Osim manipulacije oko toga se okreće i veliki novac, a sve je to opet samo moć. Dakle ako želimo prava znanja trebamo se odmaknuti od mase, a to znači raditi no što masa ne radi, ići

tamo gdje masa ne ide, razmišljati onako kako masa ne razmišlja i biti što je više moguće neovisan. Tada ćete sresti ljude koji imaju prava znanja i koji će vam ih rado predati. Drugim riječima umjesto da gledate televiziju odite prošetati u prirodu.

No da se vratimo na početak ove priče i dodamo jedno vrlo važno otkriće koje će postati temelj svih nauka i znanja o kojima smo govorili.

Kada je prvi mudrac onog dana sjedio na brežuljku i promatrao zalazak sunca imao je jedan uvid koji će promijeniti shvaćanje cijelog univerzuma. Vidio je da je priroda sve učinila u krugovima. Sve je okruglo i sve se vrti u krug. Sunce je okruglo isto kao i mjesec kad je pun. Zemlja je okrugla i to se znalo oduvijek. Deblo stabla je okruglo, duša čovjeka je okrugla (tada se smatralo da su oči ljudske duše), voda teče prema jezeru ili moru odakle isparava i diže se u nebo, zatim u obliku kiše ponovo padne na zemlju i skuplja se u potok, te tako čini jedan veliki krug koji se ponavlja.

Mudrac tada nije znao da je sve napravljeno od atoma koji su okrugli i identični sunčevom sistemu koji su također okrugli i gdje se planete vrte u krug. I bez tog znanja zaključio je da je i vrijeme sigurno okruglo. Tada još nisu napravili okrugle zidne satove gdje kazaljke idu u krug. Dakle i vrijeme se vrti odnosno ponavlja a to znači da smrt i rođenje zapravo ne postoje nego su to samo neke prijelazne faze iz jednog oblika u drugi. Mudri šaman nije mogao a da ne zaključi slijedeće. Cijelo je postojanje jedno živo biće u različitim oblicima. Dakle sve je samo jedno. To je znanje također objašnjavao svojim učenicima a oni su to na razne načine objašnjavali drugima. Danas o pojmu jednote govore čak i suvremeni znanstvenici koji su kvantnom fizikom počeli razotkrivati da su stari mistici bili oduvijek u pravu. Američki su indijanci govorili da je sve Duh, Druidi su pjevali pjesme koje govore o pojmu jednote. U indiji tu filozofiju nazivaju advaita a to jedno živo biće jedino koje i postoji zovu Brahman, u Kini to nazivaju Tao a mi danas znamo za još mnogo imena poput Energija, Bog, Svijest, itd...

Dakle iz jednote to apsolutno i jedino biće sebe pretvori u razne oblike, u materiju prostor i vrijeme. Najprije podjeli svoje postojanje na dvije osnovne sile(dualnost) a zatim se manifestira u 5 osnovnih elemenata.

Kada je mudrac svoja znanja prenosio svojim učenicima rekao im je i slijedeće. Odveo ih je na brdo s kojeg je pratio zalaske i izlaske sunca i mjeseca. Slavite prirodu i njene elemente jer će vas to uvijek podsjetiti kako ste jedno s prirodom i sa svim ljudima na zemlji. Slavite kada mjesec napravi jedan krug, i slavite kada sunce napravi jedan krug. Taj je dan isti za sve zemljane.

I stvarno danas se još uvijek slavi kada sunce napravi svoj krug (ustvari zemlja je ta koja napravi krug oko sunca ali ako promatramo zalaske ili izlaske sunca nama će se činiti kao da je sunce taj koji se kreće. Svakim se danom penje prema sjeveru do svoje maksimalne točke i zatim se počne spuštati prema jugu. Te dvije krajnje točke zovu se solsticij (prvi dan ljeta i prvi dan zime) a trenutak kada je sunce na polovini tih dviju točki zove se ekvinocij (prvi dan proljeća ili jeseni)).

Svi narodi svaka kultura oduvijek je slavila te dane samo što su neki zaboravili što to slave.

Ova priča o prvom šamanu kojoj ovdje nije kraj potpuno je izmišljena i služi samo kao uvod u istinsko znanje o elementima i da na jednostavan način potakne ljude na osvješćivanje.

Ona je bajka koja služi da objasni bajke.

No kako kaže onaj mudrac i bajke su dio svega što jest !

Možda je prvi šaman dobio sva ta znanja promatrajući prirodu ili mu je šapnuo neki vanzemaljac, sasvim je svejedno. Jer znanje je zaista svugdje oko nas, i svatko ga može proučavati.

Elementi u prirodi

Priroda je sastavljena od 5 elemenata. Oni su živa bića i ljudska duša to može prepoznati.

Kada sijedimo pored rijeke, kada se kupamo u moru, kada promatramo oblake i zalazak sunca, kada šetamo šumom, ili se penjemo na planinu. Tada možemo osjetiti da je priroda živa. Danas, kada je civilizacija napravila gradove od betona i odmakla ljude od prirode, možemo možda više nego ikad cijeniti i zavoljeti prirodu i njene elemente.

Ne tako davno u ljudskoj povijesti nisu postojali gradovi i živjelo se isključivo u prirodi.

Priroda se cijenila i poštivala do te mjere da su joj se klanjali, molili, pjevali i priređivali razne rituale. No koliko su je voljeli toliko su je se bojali. Poplave, požari, potresi i oluje bile su prirodne pojave razbjesnijih elemenata koji su često prouzročili katastrofe i nevolje ljudima. Ona ista voda, rijeka koja ih je pojila poplavila bi i uništila sela i usjeve. Ono isto Sunce koje ih je grijalo ponekad bi prouzročilo suše. Vatra koja im je noću osvjetljavala put, ili im služila za kuhanje, ponekad bi napravila požar, vjetar koji bi ih hladio u toplim ljetnim danima ponekad bi se pretvorio u orkan i otežavao život. Nije ni čudo da su se zato molili njima kao Bogovima.

Elemente su smatrali živim bićima, čak i Bogovima, dali im razna imena i smišljali priče i mitove kako bi educirali svoju djecu o njihovoj moći i postojanju.

Još uvijek možemo vidjeti razne rituale i slavlja koja mala plemena i velike civilizacije na svim kontinentima izvode u čast elementima.

Na primjer: u americi indijanci pale logorske vatre i plešu oko nje. U africi bubnjaju zemlji u čast i mole ju za dobru žetvu. Bubnjevima se također i priziva kiša. U Indiji se rade rituali s Vatrom, kupaju se u svetim rijekama i mole se Suncu. Domoroci diljem svijeta iskazuju poštovanje na razne načine prema prirodi i njenim elementima.

Sve drevne civilizacije promatrale su nebo, zvijezde i planete. Tako su dobili kalendare i pratili vrijeme po prirodnim ciklusima. Takva je tradicija opstala do dan danas. Kalendar kojim se služimo prati prirodne cikluse svemira. Jedna zemaljska godina računa se kada zemlja napravi jedan krug oko

Sunca. Mjesec dana traje koliko treba mjesecu da napravi krug oko zemlje. 7 dana u tjednu obilježavaju sedam planeta vidljivih golim okom. Odnosno Sunce, mjesec i 5 ostalih planeta. Čak su i imena dobili po njima, te su u mnogim jezicima diljem svijeta ostali nepromijenjeni. Evo primjera na latinskom jeziku:

Nedjelja - Solis = Sunce

Ponedjeljak - Lunae = Mjesec

Utorak - Martis = Mars

Srijeda - Mercuri = Merkur

Četvrtak - Jovis = Jupiter

Petak - Veneris = Venera

Subota - Saturni = Saturn

A kako smo već rekli, svakoj su planeti dodijeljene karakteristike jednog elementa.... O tome ćemo kasnije.

4 prirodna događaja

Mnoge kulture imaju svoje kalendare koji također prate prirodne cikluse. U svakom slučaju oduvijek su se slavila 4 velika prirodna događaja koji se dogode u istom trenutku na cijeloj zemaljskoj kugli. To su dva solsticija i dva ekvinocija. Dakle trenutak kada sunce postiže svoju najsjeverniju točku, svoju naj južniju i trenutak kad se nalazi između njih. Nama je to više poznato kao najduži dan, odnosno najkraći dan ili ekvinocij kao ravnodnevnicica odnosno kad su dan i noć isti. Oduvijek se na svim kontinentima slavilo ta 4 događaja a pogotovo solsticij te su se palili krjesovi u slavu Vatre iliti Sunca. Kada je crkva preuzela vlast u rimskom carstvu nije mogla izbaciti te rituale drevnih slavlja iako ih je zabranjivala, ali je zato nametnula svoja vjerovanja kako bi polako ljudi zaboravili što slave i preuzeli nove običaje. Tako je odlučila da se Isus rodio za vrijeme zimskog solsticija, a Ivan krstitelj za vrijeme ljetnog. Razlika od 3 dana i jednog i drugog rođenja u odnosu na solsticij jest iz razloga što za vrijeme solsticija iliti suncostaja sunce prividno stoji 3 dana na istom mjestu. Dakle solsticij traje 3 dana i najčešće se slavio treći dan. Crkva je u tome uspjela i u potpunosti zakopala prava značenja tih festivala. Danas su nam poznate baklje Ivanjske odnosno krjesovi koji se pale Ivanu Krstitelju ali zapravo se to oduvijek slavila priroda, Sunce odnosno Vatra.

Sva sreća da su ljudi još uvijek svjesni 4 godišnja doba. No koliko njih zna da prvi dan jednog godišnjeg doba zapravo je dan solsticija ili ekvinocija. Ljeto, jesen, zima ili proljeće počinju solsticijem ili ekvinocijem. Dakle godišnja doba počinju prirodnim ciklusima, to nisu izmišljeni datumi u kalendaru.

Iako je danas čovjek izgubio ljubav i poštovanje prema prirodi sigurno nije izgubio strah. Čak se i današnje tehnološki napredne civilizacije teško nose sa posljedicama prirodnih katastrofa. Tsunami, vulkani, potresi, poplave i uragani još su uvijek puno moćniji od čovjeka i zahtijevaju potpuno

poštovanje. Danas se ljudi boje prirode baš kao što su se bojali i tisućama godina ranije, samo što su tada ljudi voljeli i poštivali prirodu i iz nje crpili energiju i blagodati koje ona daje. Vrijeme je da se današnja civilizacija ponovo okrene prirodi i njenoj moći. Na svu sreću uspjeli smo nekako preživjeti krizna razdoblja i došli do tehnološkog stupnja razvoja u kojem smo pronašla i sagradili sredstva kojim bi iz prirode mogli izvući ono najbolje što nam priroda nudi, energiju.

Termoelektrane na vodu, solarne panele, vjetrenjače, zemljino zagrijavanje, samo su neki od izuma koji upotrebljavaju moć prirodnih elemenata a pritom ne ugrožavaju prirodnu ravnotežu.

Došlo je vrijeme da se vratimo prirodi i njenim elementima. Svatko od nas može pomoći tom napretku.

2. Dio - gdje kada i kako se znanje o elementima koristilo, prenosilo i skrivalo tokom svjetske povijesti

Elementi kroz povijest

Kada su se ljudi odnosno plemena počeli skupljati u veće grupe i nastanjivati pogodna područja za život bilo je to u dolinama velikih rijeka. Tada su nastale i prve civilizacije nama za sada poznate. Znamo za bar 4 velikih civilizacija oko tih rijeka koje su nastale prije 5 a možda i 10 tisuća godina. To su egipatska u dolini rijeke Nil, sumeranska u dolinama rijeka Eufrat i Tigris, indijska u dolini rijeke Ind i kineska u dolini Žute rijeke. Ta su nam organizirana društva ostavila dokaze da su nekad ljudi štovali prirodu i njene elemente. Zidali su hramove njima u čast i nastavili njegovati tradicije rituala božanstvima prirode koje još i dan danas možemo vidjeti kao dio kulture u spomenutim zemljama.

The Four Old-World River Valley Cultures



Egipćani su štovali Boga Sunca Ra kao vrhovnog Boga i njemu u čast gradili piramide. Danas ima stotine verzija i teorija o piramidama, a nama najinteresantnija jest ta da piramida ima 5 kutova, koji simboliziraju 5 elemenata i postavljena su točno prema elementima po učenju Vastua.

Sjeverna i južna amerika

Piramide su se gradile na svim kontinentima a poznate su nam i one u Meksičkom napuštenom gradu Teotihuacan. Iako se sa sigurnošću ne zna neki arheolozi tvrde da su taj grad sagradili Tolteci, a o njima se zna da su štovali Bogove prirode. Na primjer Qualtzeoalt koji je bio i Bog Vjetra. U Teotihuacanu su sagradili 2 velike piramide jednu posvećenu Suncu, a drugu Mjesecu. Znamo da u mnogim kulturama Sunce simbolizira Vatru a Mjesec Vodu.

Nakon tolteka taj grad naseljavaju azteci, koji također imaju mitove koji su povezani sa elementima prirode. Njihov najpoznatiji mit je o 5 eona ili 5 sunca. To su razdoblja koja određuju neke njima poznate prirodne cikluse.

Prvo razdoblje koje su oni nazvali *zemaljsko sunce* trajalo je 676 godina

Drugo su razdoblje nazvali *zračno sunce, ili sunce vjetra* koje trajalo 364 g.

Treće je bilo *vatreno sunce* (312 g.)

I četvrto *vodeno sunce* (676 g.)

5 doba je ovo doba u kojem sada živimo.

Imali su i imena za neke bogove koji poistovjećuju s elementima. Talok (bog nebeske vode), njegova žena Chalchiutlicue (božica zemljane vode), Hueheteotl (bog vatre), Cihuacoatl (božica zemlje).

Njima susjedne Inke također su slavile Boga Sunca imenom Inti. I njima je sunce predstavljalo element vatre, tako da njihov najveći ritual je upravo ritual vatre na dan solsticija, odnosno suncostaja. Kada sunce stoji 3 dana na istom mjestu gase se sve vatre u carstvu Inka i treći dan kada sunce izađe njegove prve zrake glavni svećenik uhvati u «povećalo» i zapali prvu vatru te godine koja se ne gasi do slijedećeg solsticija. Od te vatre pale se i sve ostale vatre u carstvu putem baklji, nešto slično kao olimpijska baklja nama na zapadu danas poznata.

Ne samo stare američke kulture, već i nama puno poznatija indijanska plemena sjeverne Amerike još uvijek slave sunčev dan ritualom plesa koji traje i nekoliko dana.

Evropa

U Evropi su Kelti imali svoja imena za Bogove elemenata : Dagda (bog zemlje) , Ler (bog mora) , Brigit (božica Vatre) , Lugh (bog Sunca), i još mnoge druge bogove prirode. Njihovi «svećenici» druidi imali su znanja mističnih rituala koji su uključivali prirodne elemente. Jedna od najnovijih religija, Wicca, proizašla je iz njihovih znanja, a temelji te religije su 5 elemenata kojih predstavlja njihov simbol petokrake zvijezde u krugu.

U Grčkoj mitologiji imamo isto kao i u Indijskoj na stotine Bogova i mnogi se mogu povezati sa elementima, ali uzet ćemo primjer grčkog filozofa Empedoclesa koji je prvi govorio o teoriji 4 elemenata. On ih je povezao sa bogovima : Zeus, Hera, Nestis i Adioneus. Tek nekih 100 godina kasnije Aristotel uvodi u ovu teoriju i peti element eter.

Indija

U Indiji su prvi bogovi bili upravo bogovi elemenata: Agni (vatra), Vayu (vjetar), Varuna (voda), Akaša (eter) i Pritvi (Zemlja), te Surya (Sunce) i Indra kralj svih bogova i nositelj 5 elemenata, kasnije poznat i kao bog oluja.

Zanimljivo je i to da se Indra, kralj bogova i vjerojatno prvi Bog u dolini civilizacije Inda, može povezati sa rijekom Ind i Egipatskim bogom Ra (Ind-Ra). Iz toga i još iz stotine drugih primjera znamo da su te civilizacije bile povezane i da se kultura miješala i mijenjala tokom vremena. To ćemo kasnije još primijetiti kada budemo govorili o elementima u ezoteriji.

U Indiji se tek kasnije spominju; Brahma, Višnu i Šiva kao sveto trojstvo i tri vrhovna Boga. No i oni se također povezuju sa elementima jer je Brahma stvoritelj i predstavlja Zemlju, Višnu održavatelj koji predstavlja Vodu i Šiva razaratelj koji predstavlja Vatru.

Još i danas po cijeloj Indiji rade se rituali sa Vatrom koje zovu jagnije, i duhovna kupanja u svetim rijekama da bi se tijelo pročistilo Vodom. U hramovima se često može naići na kamen kojeg oni zovu lingam kao glavno svetište i obličje štovanja Božanstava.

Pošto su civilizacije napredovale a populacija se širila u društvu su mistici i duhovni vođe postajali sve moćniji. Nitko ne zna što se to dogodilo ali čini se da u jednom trenutku ljudi su počeli imati potrebu da se mole tim duhovnim vođama i da njih postave na tron umjesto prirodu i njene elemente. Tako

da su polako ljudi zaboravili da su nekada štovali elemente, kada su im duhovni ljudi služili kao učitelji a ne kao Božanstva. To se danas može vidjeti u brojnim religijama i vjerama. Kada danas neki učitelj, guru ili duhovni vođa pokaže prstom u mjesec rijetki su oni koji zaista gledaju mjesec a većina ih gleda u učiteljev prst.

Jedan od primjera tog promjeni jesu 5 indijskih hramova na jugu Indije koji su sagrađeni da štiju 5 elemenata. U središtu svakog hrama postoji kamen koji simbolizira jedan element, no to danas rijetki Indijci znaju jer su elementi zapostavljeni, a okolo tog kamena i po cijelom hramu stoje kipovi ljudskih oblika i božanstva kojima se ljudi radije klanjaju. Tih 5 hramova smješteni su u 5 gradova : Kanchipuram (Zemlja), Kalahasti (Vjetar), Chidambaram (Eter), Tiruvanamalai (Vatra), Tiruchirapali (Voda).

Sva sreća pa se znanje o elementima nije izgubilo unatoč činjenici da se pomalo izgubilo njihovo štovanje. Indija je najočigledniji primjer te promjene.

Nema zemlje u kojoj ima više znanja o elementima od Indije. Joga, Tantra, Ajurveda, Jotish, i Vastu, 5 su velikih nauka koje baziraju svoja znanja na temeljima poznavanja karakter elemenata. O tome ćemo govoriti kasnije.

Azija

U Kini se baš kao i u Indiji cijela tradicija oslanja na elemente. Njihova znanja govore puno o elementima iako se malo razlikuju od Indijskih. Oni ih isto imaju 5 ali umjesto Vjetra i Etera imaju Drvo i Metal. No svojstva odnosno karakteristike su im jako slične. Neka od najpoznatijih kineskih primjera su tradicionalna kineska medicina te metode koje govore o skladu života sa prirodom: I Ching, Feng Shui, Akupuntura, Tai Chi, Chi Gong, i ostale prakse stare koliko i sami Kinezi. Svi se oni baziraju na sustavu 5 elemenata

Japan također koristi 5 elemenata u svojoj kulturi ali ne kineskih 5 već Indijskih. To je stoga jer je u Japanu jak utjecaj donio budizam a njega su svećenici doveli iz Indije odakle i potječe. U Japanu a i Kini možemo vidjeti njihove hramove koji su napravljeni od 5 katova koji naravno simboliziraju 5 elemenata. Zovu ih Pagode.

U Kambođi također postoji hram posvećen 5 elementima indijske verzije. Ime mu je Neak Pean a nalazi se u kompleksu hramova veličanstvenog i popularnog Angkora. I sam Angkor ima 5 tornjeva koji označavaju 5 elemenata. Angkor je veliki kompleks Kemrskih hramova koji se svrstava u jedno od najvećih svjetskih čuda.

Sve te kulture tako različite a tako slične kao da su proizašle od iste ideje ili plemena.

Ono što imaju zajedničko a to su korijeni štovanja prirode i njenih elemenata. Poznavanje njihovih svojstava i poznavanjem zakona svemira. Naravno da je svaka civilizacija iz tih osnovnih uvida napravila različite teorije, nauke i vjerovanja. Znanje se uvijek nadograđivalo, prilagođavalo, mijenjalo i kombiniralo, no temelji su manje više jednaki.

Njihovo znanje o elementima možda je proizašlo iz jednostavnog promatranja prirode, no bilo kako bilo sasvim je sigurno da su ta znanja širokog spektra sačuvana iz tradicija mistika i naučenjaka. Kasnije su se i zapisivala tako danas možemo dosta materijala pronaći u knjižnicama i na internetu.

Najviše je tih znanja pohranjeno u takozvanoj alternativi ili ezoteriji.

ELEMENTI U EZOTERIJI

Znanje o 5 elemenata je univerzalno znanje na kojima se baziraju mnoge drevne discipline i nauke o životu općenito. Ta se znanja o elementima mogu pronaći u Alkemiji, Kabali, Jogi, Tantri, Ajurveji, Ćotišu, Astrologiji, Tarotu, Vastu, Feng Šuju, Akupunturi, I Ćingu, i mnogim drugim danas poznatijim kao ezoterijskim znanjima. Mnogi od tih navedenih nauka temelje svoja znanja na osnovi poznavanja elemenata.

Odakle potječe znanje o elementima teško je reći. Možda su ga imale neke kulture koje su postojale u pred potopnom razdoblju naše povijesti, možda su ga donijele neke vanzemaljske kulture, ili su jednostavno ljudi sami došli do tih znanja pomoću promatranja prirode i uz pomoć mudraca koji su imali dobru intuiciju. U svakom slučaju ukoliko dobro proučimo sve te nauke usuditi ćemo se reći, kao da znanja o elementima dolaze iz istog izvora. Ukoliko taj izvor postavimo na Himalaje sve dobije veliki smisao.

Naime postoje dvije različite verzije 5 elemenata koje su u svojoj suštini gotovo identične. Jedna je kineska verzija, a druga indijska. Cijeli svijet uključujući stari Egipat, antičku Grčku, Kelte, Maje, Inke, sibirske Šamane, te cijeli Budizam (Tibet, Japan, Indonezija, Tailand, Kambođa, ili kratko rečeno svi osim Kine poznaju indijsku verziju 5 elemenata. Ono što je nama najzanimljivije jest da nakon što je Aristotel ubacio peti element eter čak je i katolička crkva podržavala tu teoriju 5 elemenata sve dok Car Konstantin nije proglasio sva učenja i vjerovanja poganska ukoliko nisu Isusova. A još zanimljiviji su tekstovi stare duhovne zajednice Esena koji tvrde da je i Isus naučavao o znanjima elemenata (pročitajte si knjigu "Evandjelje po Esenima")

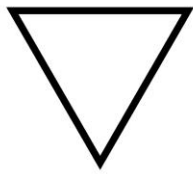
Dakle 5 elemenata Indijske kulture možemo slobodno nazvati jogijskih ili još preciznije tantričkih 5 elemenata: Zemlja, Voda, Vatra, Zrak, Eter.

U Indiji element Zraka nazivaju i Vjetar.

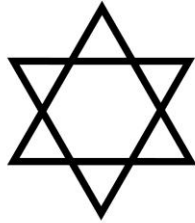
Napomena !

Ovo poglavlje ne govori o naukama ezoterije već o onome što te nauke govore o elementima. Neka vam ovo poglavlje služi samo kao argument da preispitate porijeklo svakog od njih. Ukoliko želite naučiti nešto o tim drevnim naukama preporučamo vam da si nađete učitelja ili pročitate knjige koje su predane tim znanjima.

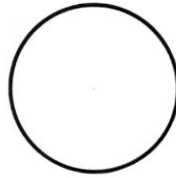
Tantrički simboli elemenata



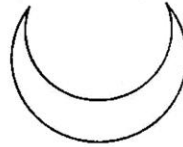
Vatra



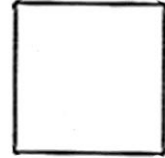
Vjetar



Eter



Voda



Zemlja

Čakre i simboli

U drevnim spisima tantre navodi se da je čovjek sačinjen od fizičkog tijela i astralnog tijela. U astralnom tijelu postoje energetski centri koji se zovu čakre. Rekli smo da se sve kreće u krugovima, no u kozmosu postoje i krugovi u obliku spirala. To su galaksije u svemiru, ciklone i anticiklone na planeti zemlji i energetske spirale u astralnom tijelu čovjeka koje nazivamo čakre. Kao što su svakoj planeti dali svojstvo jednog elementa tako su isto napravili i sa čakrama. Dakle možemo slobodno reći da svaka čakra predstavlja jedan element jer ona to i jest. U svakom crtežu čakri možemo vidjeti simbol tog pojedinog elementa kao centar crteža. Ti simboli iako su najvažniji dio crteža često su manje istaknuti od njihovih ukrasa koji simboliziraju popratne stvari. Svaki simbol elemenata nacrtan je u krugu kojeg kite lotosovi listovi. Pažnju od simbola elemenata nam često odvlače životinje ili neka božanstva koje su ponekad ucrtane u simbolu, a svaka predstavlja jedan element, ili sanskrtski nazivi za pojedinu čakru. No u svakom slučaju ako želite nacrtati čakru onda je dovoljno da u jednom krugu nacrtate simbol elementa kojeg ona predstavlja i da ga okitite sa lotosovim laticama. Svaki element ima svoj broj latica. Postoje 7 osnovnih čakri u tijelu kao i 7 nebeskih tijela (sunce, mjesec i 5 planeta vidljivih golim okom),

Danas se čakre crtaju u različitim oblicima, ali simboli elemenata bi trebali uvijek da budu srž samog crteža, jer sve je ostalo samo kič koji isto ima svoju simboliku, ali ne predstavlja čakru.

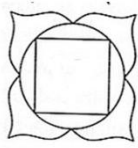
1.čakra – mulodara –zemlja

2 čakra – swadistana- voda

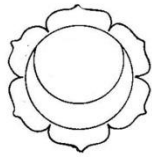
3.čakra – manipura - vatra

4. čakra – anahata - vjetar

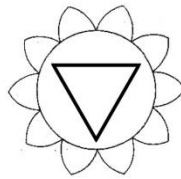
5. čakra – vishudi – eter



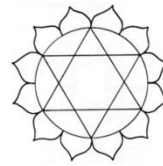
Muladara



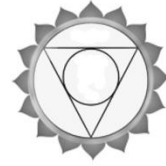
Svadistana



Manipura



Anahata



Višudi

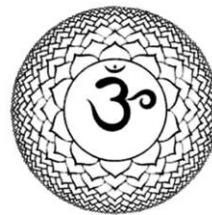
Preostale dvije čakre simboliziraju dvije osnovne sile svemira poput mjeseca i sunca.

6. čakra – ajna - Mjesec

7. čakra – sahasrara – Sunce



Ađna



Sahasrara

Ađna i Sahasrara nemaju u sebi ucrtan simbol elemenata ali u Indiji često crtaju mjesec pored Ađne koja se nalazi na čelu između obrva (treće oko) a Sahasraru crtaju poput sunca koji svojim svjetlom isijava oko sebe. Osim toga Ađna čakra ima dva lista lotusa a broj 2 je broj vode, a Sahasrara ima tisući listova a 1 000 u numerologiji jednako je broju 1. Jedan je broj Vatre.

Čakre se vjerojatno prve spominju u tantrama. Danas prisutne u mnogim tradicijama poput hinduizma ili budizma koji je nastao u Indiji te putem kroz jugoistočnu azijsku i kinu stigao do Tibeta gdje je prepoznao svoje korijene, korijene joge odnosno Tante. Zato su danas Himalaje još uvijek vrhovi mudrosti i znanja, čak i metaforički rečeno vrhovi svijeta.

Čakre su dakle energetski centri u astralnom tijelu čovjeka koji su smješteni uzduž naše kičme. Njihov raspored jednak je rasporedu elemenata u prirodi.

1. Na najvišoj poziciji stoji Sunce, koje simbolizira svijest, predstavlja vatru u najuzvišenijem obliku. Predstavlja svjetlost, i gospodar je dana, isto kao Jang u kineskoj filozofiji Jina-Janga. Njegova je čakra smještena na vrhu glave, kao i sunce na nebu.
2. Drugi je Mjesec koji predstavlja vodu jer dominira plimom i osekom, te je voda suprotan element od vatre. Baš kao i Jin predstavlja noć, a njegova čakra smještena je na čelu između obrva, dakle odmah ispod sunca.

3. Treći po redu je prostor koji predstavlja kozmos, nebo ili element eter, a nalazi se iznad oblaka. Njegova je čakra na grlena.
4. Sljedeći je zrak, ili vjetar koji je visoko između neba i zemlje. Njegova je čakra smještena na visini pluća.
5. Zatim vatra, koja gori iznad vode i zemlje, a vatrena čakra smještena je u području trbuha.
6. Voda koja teži prema zemlji, suprotna od vatre koja teži prema nebu. Njen energetski centar smješten je u razini spolnih organa.
7. Zemlja koja je naniža, jer ispod nje nema ništa smještena je na samom dnu kralježnice.

7 čakri također je povezano sa 7 planeta u astrologiji.

Astrologija (Dotiš)

Oduvijek su ljudi gledali u noćno nebo i promatrali nebesku igru. Dobro su poznavali kretanje nebeskih tijela i tako naučili djelovanje svemirskih sila. Pošto je svemir jedno veliko biće kojeg možemo nazvati svijest ili svemir, i pošto je vanjski svijet samo projekcija iliti ogledalo našeg unutarnjeg svijeta onda nije teško promatranjem pročitati i dešifrirati ono što je zapisano u nama. Ako astrolog pogriješi u interpretaciji onoga što vidi tada nije svemir pogriješio već astrolog koji je interpretirao, a svemir ponekad namjerno sakrije svoje kodove. Kada je jedan znanstvenik upitao poznatog astrologa zašto se astrologija ne može dokazati kao apsolutno točna, tada je astrolog koji u to vrijeme nije ni znao za kvantnu fiziku rekao kako svemir ne želi da otkrije sve svoje karte jer bi ta igra koju je i sam stvorio tada bila gotova.

Skoro pa već svaki čovjek zna što je po horoskopu, ali malo njih zna što to znači.

To znači gdje se nalazilo sunce u trenutku kada se taj netko rodio. Okolo našeg sućevog sistema u kojem kruže planete postoje milijarde drugih sunčevih sistema koji čine galaksiju, a takvih je galaksija na milijarde. Kada ih gledamo golim okom u vedroj noći možemo izdvojiti zvijezde koje čine neke crteže. U astrologiji je tih crteža iliti znakova 12 i oni čine puni krug oko naše zemlje. U trenutku kada se netko rodi sve planete stoje u nekim od tih znakova, odnosno iza svake planete koje se kreću unutar tih znakova postoji jedan znak takozvanog zodijska.

Ali ni najbolje poznavanje planeta u tim znakovima ne može jednom astrologu reći ništa ukoliko ne zna osobine tih planeta i osobine tih zodijskih znakova.

Evo kako je to jednostavno.

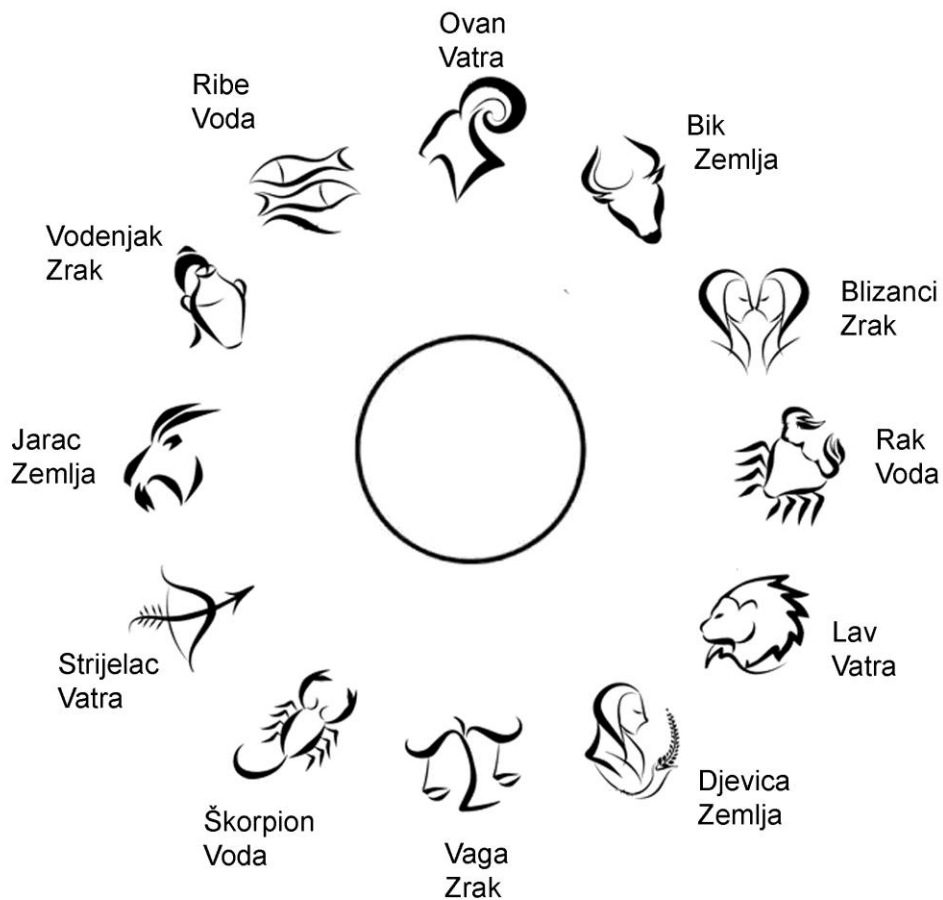
12 znakova podijeljeno je po 4 elemenata, tako da svaki element ima 3 znaka, odnosno 3 slična ali različita karaktera. Kao što i Vatra ima osobine sunca, baklje, logorske vatre i svijeće, ali uvijek je to vatra.

Zemljani znaci – bik, djevica i jarac

Vodeni znaci – rak, škorpion i ribe

Vatreni znaci – ovan, lav, i strijelac

Zračni znaci - blizanci, vaga i vodenjak



(zrak ili vjetar jednoteisto)

Isto tako postoje i 7 vidljivih nebeskih tijela, odnosno sunce i mjesec + 5 ostalih planeta kojima su dali osobine elemenata. U trenutku kada su nastala znanja o astrologiji bile su samo ove planete poznate astrolozima jer su bile vidljive golim okom, i njima se dale karakteristike elemenata.

Kada znamo koje su osobine astroloških znakova i planeta tada dobijemo osnovno znanje odnosno bazu astrologije.

Zapadna je astrologija međutim došla iz Indijske astrologije koja se zove Jotish (čita se đotiš). Jotish je jedan od 5 velikih znanja Indijske kulture. To je znanje puno više od same astrologije, a dobar je đotiši u Indiji poštivan kao duhovni učitelj.

(sunce i mjesec su dva velika vodeća nebeska tijela koji simboliziraju dva velika vodeća elementa)

Sunce - vatra

Mjesec - voda

(5 planeta vidljivih golim okom imaju osobine 5 elemenata)

Saturn - zemlja

Venera - voda

Mars – vatra

Merkur – vjetar

Jupiter – eter

Ovo su planete koje su vidljive golim okom no kada se teleskopom otkrilo još 3 planete zapadni su astrolozi to dodali u svoje karte te planeti Uran dali karakteristike vjetra, Neptunu vode, i Plutonu zemlja sa kombinacijom vode i vatre

Sada možemo vidjeti povezanost između 7 nebeskih tijela i 7 čakri

Sahasrara čakra – planet Sunce – vatra

Ajna čakra – planet Mjesec – voda

Višudi čakra – planet Jupiter – eter

Anahata čakra – planet Merkur – vjetar

Manipura čakra – planet Mars – vatra

Svadistana čakra – planet Venera – voda

Mulodara čakra – planet Saturn – zemlja

Ovu podjelu su mnogi učitelji napravili na drugi način. Skoro pa svaka škola ima svoju vlastitu podjelu čakre po planetima, ali to je iz razloga što nisu razmatrali logiku elemenata. Većina bi stavila da je anahata ekvivalentno Veneri, ili čak Jupiteru, jer ne uzimaju u obzir podjelu po elementima nego kreću iz nekih drugih uvjerenja. Previše je zastupljeno mišljenje kako se Anahata čakra povezuje sa ljubavlju, ali time bi element vjetar predstavljao ljubav i bio bi automatski vrijedniji od drugih elemenata. Pošto element vjetar predstavlja slobodu, ne vezanost, to ga automatski asocira na bezuvjetnu ljubav. No međutim, ljubav i svijest su iznad elemenata. Ljubav se može očitovati kroz svaki element a to ćemo kasnije objasniti. Do ovog presedana u objašnjavanju čakri došlo je vjerojatno stoljećima unazad, ali kada rekapituliramo cijelo znanje i krenemo od njegovih temelja, možemo se polako vraćati na izvor tih znanja i korigirati neke prilagodbe ili propuste.

Na kraju krajeva, ako ostanete pri vjerovanju da je četvrta čakra ljubav onda će ona za vas tako i djelovati, jer ljubav se očituje tamo gdje je svijest o njoj.

Tantra

U Tantri se baš kao i u Jogi sve vrti oko čakri. Moramo biti svjesni da u današnje vrijeme nije lako razdvojiti znanja Tantre od Joge. Zapravo se mnogi autori slažu da je joga proizašla iz tantre.

Danas već svi veliki učitelji joge i sve škole joge govore o kundaliniju kao sastavni dio joge, no međutim taj termin bio je skriven tisućama godina. Prenašale su ga samo Tantričke škole s koljena na koljeno. Kundalini je ogromna količina energije koja leži gotovo uspavana u prvoj čakri, odnosno na dnu kralježnice. Jogiji odnosno Tantrici imaju cilj da probude tu uspavanu zmiju, kako ju često oslikavaju, te da kroz otvorene ili pročišćene čakre (elemente), kundalini dođe do vrha glave odnosno zadnje čakre. Kada se to dogodi tada se događa prosvjetljenje. Prosvjetljenje se još i naziva oslobođenje, mokša, samadi, itd.

U Tantri se upotrebljavaju riječi Šiva i Šakti gdje vrhovni bog Šiva koji je i donio Tantru ljudima predstavlja svijest, a Šakti je njegova žena koja predstavlja energiju.

Postoje brojne tehnike čišćenja, odnosno otvaranja čakri, uravnoteživanja elemenata, i buđenje kundalinija koje prakticiraju mnoge vrste joge i Tantre no u Tantri ima i jedna tehnika koja se u jogi nigdje ne spominje; Seks. Tantra ima dva pravca: lijevi i desni, i dok je desni pravac onaj nazovimo ga ortodoksnim koji zagovara joga, lijevi pravac tantre u svoje rituale smiju uključivati seks, alkohol, pa čak i meso ali samo u duhovnu svrhu. Tantra ima veliko znanje o seksu ili bolje rečeno vođenju ljubavi gdje objašnjavaju kako taj čin upotrebljavati kao duhovnu tehniku, kao i uostalom sve

aktivnosti koje čovjek radi. Indija je jedina zemlja na svijetu čije mnoge duhovne hramove krasi stotina skulptura muškaraca i žena u seksualnim pozama. Danas taj isti narod ti isti vjernici i posjetitelji hramova prolaze pored tih skulptura kao da ih ne vide a otkako su kršćani i muslimani doselili u Indiju za hinduiste je seks posato tabu tema kao i kod nas...

No možda bi se trebali malo više zagledati u Indijski drevni i najpoznatiji simbol Aum i okrenuti ga za samo 90 stupnjeva ...



No da se vratimo na elemente.

Tantra vrlo detaljno opisuje evoluciju elemenata, te njihove osobine i svrhu.

Tantrički spisi imaju toliko znanja o životu čovjeka, da je poznato i to kako se danas Tibetanska medicina bazira na tekst «4 tantre» koje su gotovo identične filozofiji i praksi ajurvede. Medicinske tantre dijele sve bolesti u 4 kategorije. Jedna od tih 4 kategorija je neravnoteža tih 5 elemenata u tijelu čovjeka zbog nepravilnog načina života.

Psihofizičke energije predstavljene kroz 5 elemenata - zemlja, voda, vatra, vjetar i eter – kolaju ljudskim tijelom. Kada su pročišćeni kroz vizualizaciju i tantričku jogu, ti isti element koji uzrokuju bolest, postaju temelj prosvjetljenja.

Osim tibetanske medicine cijela se filozofija tog slavnog Tibeta prežimlje kroz elemente Tantre, Budizma i Bona. Bon je šamanska religija koja se koristila na Tibetu prije dolaska budizma a koja u sebi sadržava tantričke rituale i njena božanstva.

Jedan od vidljivih znakova koji govori koliko je Tibet posvećen elementima govore nam njegove poznate zastavice u boji. Te zastavice na kojima su ispisane mantrе i molitve i koje se vijore na vjetru svakog tibetanskog hrama ili svetog mjesta, simboliziraju 5 elemenata. Uvijek idu po redu: žuta zastavica / zemlja, zelena/ voda, crvena / vatra, bijela / vjetar i plava eter. One su uvijek raspoređene prema tom redosljedu i uvijek su u skupini po 5 zastavica. Po istom su redosljedu raspoređeni elementi u čakrama.

Joga

U Indiji nalazimo 5 velika učenja (tantra, joga, ajurveda, vastu i đotiš) koja baziraju svoja znanja na elementima a Joga je sigurno najpoznatija od njih. Kao što smo rekli teško je odvojiti jogu od tantre ali lako je odvojiti ono što se općenito govori o jogi. Joga je danas na zapadu toliko poznata da je malo onih koji o njoj ne znaju ništa. No budući da je ona toliko veliko znanje i da obuhvaća široki spektar ljudskog života teško da itko zna sve o jogi. Toliko ima pravaca Joge da je problem i nabrojati ih. Hata joga, bakti joga, jenana joga, karma joga, kundalini joga, svara joga, laja joga, krija joga, rađa joga, tantra joga, mantra joga, itd samo su neke od najpoznatijih vrsta te filozofije. Prakticiranje neke od tih vrsta joga može biti i opasno ukoliko vas ne educira dobar učitelj. Kada na zapadu spomenete riječ joga najčešće se misli na hata jogu, drugim riječima na fizičke položaje tijela koji se zovu asane.

Joga ima svrhu da izbalansira elemente u tijelu, da održava zdravlje na fizičkom, emocionalnom, energetskom, mentalnom i duhovnom tijelu. Sve te jogijske tehnike služe da bi se stimulirali i čistili, odnosno uravnoteživali elementi u tijelu. Sve joge djeluju na sve elemente ali neke posebno djeluju na određene... evo samo malog primjera

Hata joga na zemlju

Karma joga na vodu

Solarna joga na vatru

Jnana joga na vjetar

Mantra joga na eter

Kao što smo već rekli svaka od ovih joga djeluje i na druge elemente pa bi se o ovoj podjeli moglo raspravljati.

Jogiji su ljudsko tijelo podijelili na 5 razina, a svakoj razini vlada jedan element :

Fizička razina – element zemlje

Emotivna razina – element vode

Energetska razina – element vatre

Mentalna razina – element vjetra

Duhovna razina – element etera

Pošto se sva joga vrti oko 7 čakri znači da se u stvari joga bazira na karakteristikama elemenata. Asane iliti jogijski položaji koji se izvode u hata jogi osim što rastežu zglobove i mišiće osmišljeni su

tako što stimuliraju i aktiviraju te određene energetske centre, čakre, drugim riječima elemente u našim tijelima.

Ajurveda

Sljedeće veliko učenje na Indijskom poluotoku jest Ajurveda. Ajurveda se bavi najviše zdravljem. Nemoguće je odrediti koje je od ovih 5 znanja starije ali sigurno se isprepliću. Ono što ih povezuje su elementi.

Ako idete na tečaj Ajurvede prvu stvar koja se uči su elementi.

Oni su ljude podijelili u 3 kategorije: vata, pita i kapha, a nazivaju ih doše. Doše nisu ništa drugo nego kombinacije elemenata.

Vata doša – Eter + Vjetar

Pita doša – Vatra

Kapha doša – Voda + Zemlja

U indiji je ajurveda službeno priznata medicina i bavi se isključivo prirodnim znanjima i praksama. Prvu stvar koju doktor napravi jest dijagnosticira problem ili bolest kod pacijenata. Svaka bolest je bolest jedne doše i na osnovu te dijagnoze doktor zna kako se bolest liječi. Ukoliko nije sigurno o kojoj se bolesti radi doktor može to osjetiti kad napipa puls pacijenata. No to nije sve. Ajurvedski doktor pomoću pulsa može odrediti koji je pacijent doša odnosno koja doša dominira njime. Jer po ajurvedi svi ljudi imaju sve doše u tijelu, ali jedna ili dvije su dominantnije od one treće. Kada je odredio dominantnu došu odnosno element pacijenata i kada je dijagnosticirao bolest doktor može liječiti pacijenta onako kako njemu, odnosno njegovoj doši treba. Svaka se doša posebno tretira, dakle za razliku od suvremene medicine gdje svaka bolest se liječi jednako kod svakog čovjeka, kao da su svi isti. No iz prakse znamo da neki lijekovi nekome pomognu dok drugima ne. U ajurvedi jest samo jedan problem odnosno izazov, a to je naći dobrog doktora.

Ajurvedski lijekovi isključivo su prirodni preparati, odnosno lijekovi napravljeni od ljekovitih biljaka. Osim lijekova, doktor može pacijentu prepisati i ajurvedske tretmane kao npr. masaže ili mu dati napatke o vrsti prehrane koju treba konzumirati, odnosno koju treba izbjegavati. Najpoznatiji tretman po ajurvedi jest tretman svih 5 elemenata.

Dakle ajurveda kaže da je zdravlje ovisno o ravnoteži elemenata u nama. Ajurveda ima i načine kako te elemente balansirati i kako ih stimulirati.

Najbitnije je možda reći da za razliku od suvremene medicine ajurveda se brine o očuvanju zdravlja i djeluje 80 % kao preventiva, a tek onda liječi eventualnu bolest.

Ajurveda preporučuje vegetarijansku prehranu.

Vastu

Svatko je od nas bar jednom u životu iskusio ugodu u nekom prostoru a da nije znao razlog te ugodnosti. Bilo to u nekom vrtu, u nečijem uredu ili stanu, dnevnom boravku ili sl. Možda u tom trenutku nismo bili svjesni što nam čini ugodu ili što ovaj prostor ima a možda neki drugi nema. Naime sigurno smo bili milion puta i na mjestima u kojim se nismo osjećali toliko ugodno nego smo gledali kako ćemo otići što prije. Razlika je vjerojatno bila u energiji samog prostora. Svaki atom u svemiru zrači nekakvom energijom, a skupina atoma čine njihovu rezultantu. To naći da svaki predmet, biće ili pojava zrači u svom posebnom obliku. Ako postoji sklad između tih energija onda postoji i ugoda, ako postoji nesklad to se itekako može osjetiti. Dakle svaki prostor ima svoju energiju sam po sebi. Uzmimo za primjer našu spavaću sobu. Još dok su zidovi goli, dok nema namještaja i kreveta možemo osjetiti energiju prostora koja varira iz različitih zbroja stotine drugih energija. Energija oblika sobe + energija kuće u kojoj je soba + energija pozicije u kući gdje se nalazi soba, + gdje su njena vrata, + gdje je prozor, + koje su boje zidovi, + kako je kuća postavljena prema stranama svijeta + okoliš kuće + teren kuće + susjedstvo + podzemnih voda i ostala zračenja iz zemlje, zraka, drugih objekata pored kuće, te energija cijele regije u kojoj se nalazimo. Dakle sve to može utjecati na energiju prostora u našoj sobi. Ali to nije kraj. Zatim krevet koji ćemo postaviti i gdje ćemo ga postaviti, i sve ostale veće i manje stvarčice od ormara do ukrasa na zidu. Sve to ima svoju energiju i stvara sklad ili nesklad sa ostalim energijama u prostoru.

Ako ste se zapitali, ma tko to sve može znati, odgovor je vi i vaša intuicija. Vi već sada znate toliko puno o tome da ni sami niste svjesni. Npr. nećete krevet namjestiti bilo gdje, kao recimo na sredinu sobe, nego ćete malo promotriti sobu i vidjeti gdje vam najviše odgovara. nećete sliku staviti u kut nego na sredini zida. Kupiti ćete zastore boje koje odgovaraju bojama zidova ili recimo ormara. Ako zidate kuću u podnožju planine nećete glavni ulaz staviti da gleda u planinu. Ako živite u hladnim predjelima napraviti ćete veće prozore prema jugu da što više sunčeve svjetlosti uđe u vaš dom. nećete posaditi drveće na ulazu u kuću odnosno odmah ispred ulaza bez obzira što vam ne bi smetao za ulazak u kuću itd.

Neki ljudi više paze na te energije, neki manje, ali postoji i oni koji se bave tim zanimanjem i koji su tu nauku detaljno razradili. Ta je nauka već tisućljećima u kini naziva Feng Shui a u Indiji Vastu.

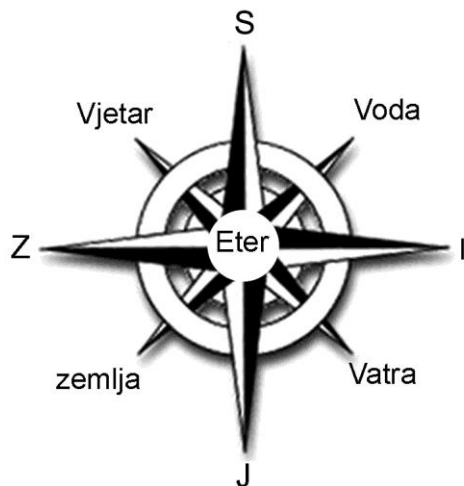
Vastu je dakle još jedna Indijska nauka koja govori o skladu ljudskog života sa prirodnim silama odnosno elementima. Vastu možda nije poznat kao joga ili ajurveda, ali ima tendenciju da postane sve popularniji iz jednog jednostavnog razloga, on je Indijski Feng Shui. Učitelji i oni koji proučavaju Vastu tvrde da je on zapravo preteča Feng Shuia. Naravno da za to nema dokaza, ali ima puno ubijedljivih činjenica, a jedna je i ta da je puno kineske filozofije došlo iz Indije kao recimo budizam. Dakle kako tvrde mnogi autori Vastua, Feng Shui je nastao od Vastua, no tu ustvari nije ni bitno,

bitno je to da i Vastu i Feng šui govore o skladu sa energijama 5 elemenata i bave se najviše uređenjem prostora i okoliša u kojem živimo.

Osnovna razlika između kineske i indijske verzije tih nauka jest to što kineski i indijski 5 elemenata nisu posve jednaki.

Vastu je indijsko znanje i oni govore o istim elementima kao i joga, ajurveda, tantra i jotiš.

No prvu stvar koju se treba naučiti u Vastu i Feng Shuiu i koja je osnova za sva njihova znanja jest podjela strana svijeta po elementima. Dakle kad smo jednom utvrdili koji element vlada na sjeveru, koji na jugu, istoku i zapadu, dobili smo osnovu za razumijevanje pravila igre, odnosno energija.



No tu u samom startu postoji jedan veliki problem. Kad ne bi bilo tog problema ne bi nam bili potrebni niti majstori tog zanata. Problem je taj to što nije lako odrediti koji element vlada kojim smjerom. Naime čak se ni najveći stručnjaci često ne slažu oko toga. Vastu ima svoju podjelu, Feng Shui ima svoju, a neki majstori tvrde da to varira ovisno o tome gdje se taj prostor nalazi.

To su uglavnom i osnovne razlike između tih dviju nauka, pa čak i između raznih škola i učitelja tih nauka.

Vastu ima slijedeću podjelu.

Ovdje možemo primijetiti da su elemente svrstali u kutove glavnih strana svijeta, i to možda izgleda čudno na prvi pogled, ali ima i jedna vrlo zanimljiva činjenica. Već smo ranije spomenuli da piramide simboliziraju 5 elemenata jer imaju 5 kutova. Znamo i to da su kutovi bitna stavka kada govorimo o moći piramide, jer znanstveno je dokazano da piramide koje su građene proporcionalno keopsovoj piramidi u Egiptu imaju neka pojačana energetska svojstva. U tom je slučaju jedino bitno da kutovi stranica budu isti kao i od Keopsa.

Svi piramidolozi će piramidu opisati kao građevinu koja je točno postavljena po smjerovima svijeta, odnosno stranice su joj okrenute prema 4 glavna smjera ; sjever istok, zapad, jug, ali ono što mi sada možemo zaključiti je da nisu stranice bitne nego kutovi, i zanimljivo da po Vastu ti kutovi gledaju prema silama elemenata; sjeveroistok, sjeverozapad, jugoistok i jugozapad, te peti kut piramide je u sredini odnosno na vrhu piramide i gleda prema nebu. U vastu se također peti element eter nalazi u sredini prostora i također ta energija dolazi od gore. Kada se po vastu uređuje neki prostor tada se mala piramida postavlja u sredini tog prostora ili kuće. A sada ono najzanimljivije..... najslavnija, najsavršenija i najzagonetnija piramida na svijetu (keopsova) sagrađena je točno u središtu najveće kopnene mase na ovoj zemaljskoj kugli. Dakle, mjesto Keopsove piramide u Egiptu sjecište je

najdulje dužine sjever-jug i najdulje dužine istok-zapad, drugim riječima u centru kopnenog svijeta. Kada shvatimo tu činjenicu onda se nameće pretpostavka da su neki vanzemaljci naselili zemlju i sagradili piramidu u njezinom centru, jer samo se visoko iz zraka odnosno iz svemira može vidjeti gdje se to mjesto nalazi.

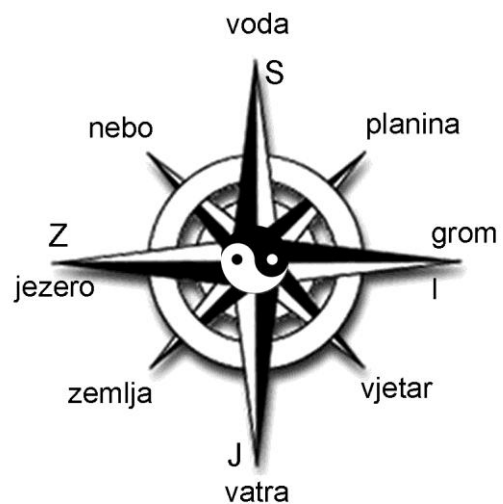
Možda su graditelji piramide gradili te najzagonetnije ljudske građevine po Vastu.

Vastu zagovara da se domovi grade isto tako, da im stranice gledaju u glavne smjerove, jer ne samo po Vastu nego i ostale velike svjetske kulture govore da bi glavna ulazna vrata trebala biti na istoku, odnosno tamo gdje sunce izlazi. Pošto se vrata ne zidaju u kutovima kuće nego na stranicama onda se kuća mora okrenuti rema glavnim stranama svijeta, to dovodi do toga da su kutovi u smjerove sila elemenata.

Kad malo bolje razmislimo to sa kutovima je sasvim i logično jer ako biste na primjer uzidali kuću ona bi najvjerojatnije imala 4 kuta odnosno četverokut i kada biste u nju smjestili 4 glavne prostorije; kuhinju, dnevni boravak, sobu i kupatilo onda bi te prostorije logično legle svaka u svoj kut.

Feng shui

Feng Shui je kineska nauka poznata na zapadu kao sastavni dio kineske filozofije. Cijela se kineska filozofija, medicina, i ostale nauke o životu baziraju na elemente. No za razliku od Indije u kini su slijedeći elementi. Zemlja, voda, vatra, drvo i metal. Ako bi usporedili osobine tih i Indijskih elemenata onda bi vidjeli puno sličnosti istih.



Zemlja – zemlja

Voda – voda

Vatra – vatra

Drvo – vjetar

Metal – eter

Zapravo se svojstva drva i metala miješaju sa svojstvima vjetra i etera, tako da se neki autori slažu sa ovakvom usporedbom a neki kažu da je suprotno.

No jedna vrlo zanimljiva stvar leži skrivena u samom imenu Feng Shui.

Feng Shui u doslovnom prijevodu znači Vjetar Voda. Dakle sam naziv nam govori kako se u izvornom Feng Shuiu itekako poznao vjetar kao element. Ova činjenica odgovara učiteljima Vastua koji tvrde da je Feng shui zapravo došao iz Indije.

Kao i kod Vastua u Feng Shuiu baza cijele nauke leži na podjeli smjerove svijeta po elementima. No u ovom slučaju Feng Shui koristi 8 elemenata koji će biti objašnjeni slijedećem poglavlju, *I ching*.

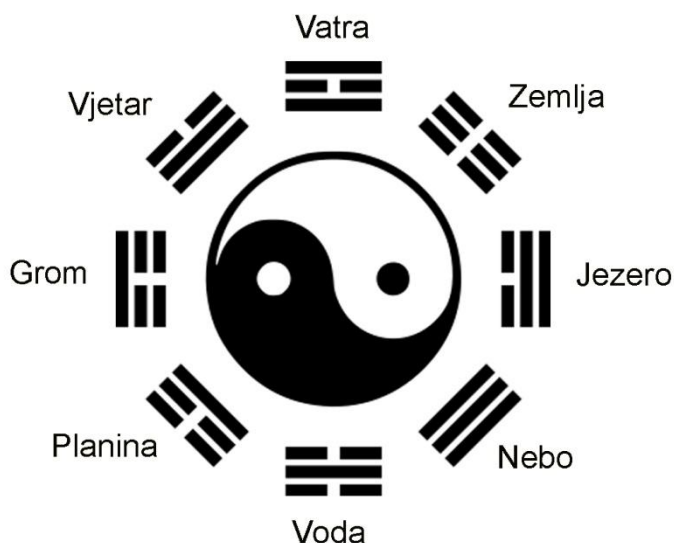
Evo je njihova podjela a više o Feng Shui piše u poglavlju *Vastu*

I Ching

Jedno od najstarijih kineskih metoda ili znanja kako uroniti u tajne zakone ovog svemira. I ching je nauka o proricanju, ali i o životu općenito.

I Ching se sastoji od 8 elemenata odnosno trigrama kako ih oni zovu a to su

Voda, Planina, Grom, Vjetar, Vatra, Jezero, zemlja , nebo.



U I chingu se tih 8 trigrama svrstava u 5 kineskih elemenata.

Voda – Voda i jezero

Zemlja - zemlja i planina

Vatra - Vatra

Drvo - Vjetar i grom

Metal - Nebo

Tehnika ovog znanja jest jednostavna. I Chingu se uputi pitanje i on pomoću ovih karata odgovori. Odgovor dolazi u obliku kombinacije dvaju trigrama. Mogućih rješenja ima 64 odnosno 64 heksagrama koji imaju svaki svoje objašnjenje. I chingom koristili su se svi veliki kineski moćnici i vladari u vojne svrhe a i u privatnim životnim situacijama.

Zanimljivo je možda istaknuti kako su tarot karte za koje se tvrde da su porijeklom iz Egipta metoda proricanja slična I chingu. U kartama tarota postoje velike i male arkane od kojih su male podijeljene u 4 osnovna elementa, vatra, vjetar, voda i zemlja.

Dakle I Ching baš kao i sva kineska tradicionalna umijeća poput Feng Shuia, akupunktura, Tai Chia, Chi gonga, itd zasniva svoja znanja na poznavanju osobine elemenata.

Alkemija

Za nauku Alkemije ne zna se odakle dolazi. Neki stručnjaci tvrde stari Egipat neki govore o civilizaciji sumerana a činjenica jest da alkemija postoji od pamtvijeka i u Kini.

Kao što i sama riječ alkemija kaže da je u srodstvu sa današnjom kemijom. Zapravo bi mogli reći da je kemija nastala iz alkemije. I kemija i alkemija bave se elementima.

U alkemiji ima 4 osnovna elementa (zemlja, zrak, voda i vatra) a u kemiji 3 kategorije (tekući, kruti i plinoviti kemijski elementi)

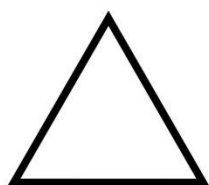
Svrha alkemije i njena praksa govori o pretvaranju ili pokusima pretvaranja jednog elementa u drugi.

Taj proces kemijske preobrazbe razlikuje 4 stupnja ili prapočela, a to su vatra, voda, zemlja i zrak.

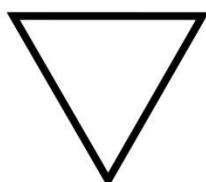
No alkemija nije bila samo to već i cijela nauka o životu, koju su mistici i naučenjaci visokog razumijevanja čuvali kao neku vrstu tajne. Vjerovalo se da oni imaju peći koje pretvaraju obične metale u zlato. Možda i jesu neki alkemičari pokušavali elemente pročišćavati u peći, no vjerojatno je početna ideja bila da se pročišćavaju elementi unutar tijela, dakle ista filozofija kao i naprimjer tantra. U svakom slučaju filozofska strana alkemije jako je slična kabali, tantri, taoizmu, druidima, toltecima, i ostalima koji zastupaju advaitu odnosno kako smo već rekli jednotu. Sve je jedno.

Dakle zanimljivo je kako imamo nekoliko jako slična, jako stara, do nedavno i dobro skrivena znanja o kojima se puno šutjelo ili se nije puno znalo, na svim kontinentima svijeta. Iako tako udaljeni i različiti kao da svi imaju iste korijene.

Alkemijski simboli elemenata su trokuti.



s vatra



voda



zrak



zemlja

A osnovni simbol alkemije je krug u obliku zmaja koji grize svoj rep. U alkemiji se također spominje 5 element iako ne tako često.

Zanimljivo da je trokut simbol elementa vatre u Tantri odnosno čakrama.

Još veća «slučajnost» jest alkemijski simbol kojeg često srećemo u spisima spojeni trokuti vatre i vode koji čine šesterokutnu zvijezdu. Takav simbol u čakrama pripada elementu vjetra, a nama je poznat pod nazivom Davidova zvijezda. Možda je dobro zapitati se odakle židovskom kralju Davidu taj simbol.

Kabala

Biblija je možda jedna od najpopularnijih knjiga svih vremena. Ona je zapravo židovska knjiga koju zapadni svijet naziva stari zavjet. Židovi nemaju u svojoj bibliji novi zavjet odnosno evanđelja četiriju Isusovih apostola, za njih su Noa, Abraham i Mojsije jedini pravi božji proroci. Biblija je, sa Isusom ili bez njega, zapravo životopis Jevrejskih proroka, ali pravo znanje kod Jevreja, znanje o čovjeku, njegovom životu, filozofiji i praksi stoji zapisano u Kabali. U bibliji piše da se na njihovom jeziku Bog zove Jahve (Jhvh) ali Kabala objašnjava što to zapravo znači.

J, H, V, H su zapravo inicijali za 4 kabalistička područja, koja su naravno povezana sa 4 elemenata.

J

H

V

H

VATRA

VODA

ZRAK

ZEMLJA

J -Područje zračenja - vatra

H -Područje stvaranja – voda

V – područje oblikovanja – zrak

H – područje djelatnosti - zemlja

U kabali se kao i u alkemiji ponekad spominje i 5 element mada ne u tolikoj mjeri koliko ostalih 4.

Temelj svih stvari u kabali sastoji se u 22 slova iliti glasa. Ta slova podijeljena su u 3 majčinska slova koja označavaju 3 elemenata.

Alef

Mem

Šin

Zrak

vatra

voda

Numerologija

Brojevi su univerzalni jezik svih naroda. Postoji 9 brojeva odnosno 10 ako priznamo nulu kao broj. Od tih 10 brojeva sastoje se i milijunski brojevi.

Numerologija je umijeće kojim se bave različite kulture. Gotovo da svaka kultura ima i svoju vrstu numerologije. To je sistem koji baš kao i astrologija objašnjava sile ove svemirske igre. Dakle svaki broj ima svoju osobnost odnosno karakter jednog elementa.

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9

eter vatra voda vjetar zemlja vatra voda vjetar zemlja eter

dakle vidimo da svaki element ima po dva broja.

No ne slažu se svi numerolozi sa ovom podjelom. U čestim je slučajevima

Vjetar – 5

Eter – 7, ponekad i 3

Vatra – 9 ponekad i 3

No, takve podjele nisu u potpunosti suprotne jedna drugoj jer se radi o sličnim energijama, odnosno neparnim brojevima.

Postoji osnovna podjela brojeva na parne i neparne.

Parni brojevi su ženskog karaktera, a neparni muškog karaktera.

Također postoji i podjela elemenata na muške i ženske osobine. Zemlja i Voda su ženski karakteri, a vatra i vjetar su muški karakteri. Eter bi bio izvan te podjele.

Naime možda ste primijetili da su sporni brojevi neparni, dok se kod parnih Većina numerologa slažu oko podjele po elementima.

Eter – 0 i 9

Vatra – 1 i 5 – muški

Voda – 2 i 6 - ženski

Vjetar – 3 i 7 – muški

Zemlja – 4 i 8 - ženski

Sada se možete vratiti na poglavlje o čakrama i pogledati koja čakra ima koji broj latica.

Kad smo jednom ustanovili što svaki broj predstavlja dobili smo bazu numerologije.

Svaki broj koji je veći od 9 također predstavlja u konačnici jedan od 9 brojeva. npr. Broj 23 daje broj 5 jer je $2+3=5$

Ako čitav svemir možemo razotkriti u zrnu pijeska ili kapljici kiše onda možemo i u brojevima. Numerolozi se služe različitim sistemima zbrajanja i kombiniranja brojeva tako da dobiju uvide u različite segmente ljudskog života.

Numerolozi su gotovo sve pretvorili u brojeve i na taj način percipiraju svijet. Svako slovo predstavlja jedan broj pa je moguće svako ime odrediti kojim energijama elemenata pripada bilo koje ime, naziv ili riječ.

Dakle i u brojevima se također nalaze osobine elemenata.

Postoje mnoge škole koje različito interpretiraju ove nauke i svaka je na svoj način točna, ovdje smo ukratko opisali ezoteriju kroz elemente imajući u vidu da želimo pojednostaviti komplicirana učenja.

Boje

Ako promatramo svijet očima i percipiramo ga kao dvodimenzionalnog onda ćemo primijetiti da je on sastavljen od boja. Gdje god da se okrenemo vidjet ćemo različite boje u ranim nijansama. Mogli bismo pomisliti kako vrsta boja ima na stotine. To i nije pogrešno ali ukoliko se razumijemo u umjetnost onda znamo da postoje 5 temeljnih boja od kojih se mogu dobiti i sve ostale boje koje postoje, samo jednostavnim miješanjem tih 5 boja.

Crna, bijela, crvena, žuta i plava.

Znanstvenici kažu da postoje samo 3 osnovne boje (crvena, žuta i plava), oni kažu da se sve boje mogu dobiti miješanjem samo ovih 3 boja a da je bijela skup svih triju boja, dok je za njih crna boja odsustvo boja. Za njih crna boja ne postoji. Za bijelu se slažemo, jer nam je poznato da ako pomiješamo sve boje dobijemo bijelu, što je vrlo zanimljivo budući da bijela boja predstavlja

svjetlost, dok se sa crnom bojom ne bi složili da je odsustvo boja. Ne moguće je nacrtati crnu boju na način da ne stavimo niti jednu boju na platno. Pretpostavimo da je platno prozirno, dakle nema boja, ono nije crno već je one boje koja je iza njega. Nazivamo ga bezbojan , a ne crn. Svi znamo što je crno, i da postoji crna boja kojom možemo da obojimo platno ili odjeću.

U svakom slučaju ukoliko smo slikari i želimo nešto nacrtati trebat će nam najmanje tih 4 boja .

Zanimljivo je i to da crna i bijela predstavljaju dvije suprotne boje a one to i jesu. Mogli bi reći da je crno i bijelo jednako dviju osnovnih sila svemira.

Različite tradicije su boje povezivale s elementima, ali pošto se oči promatrača razlikuju nastale su i različite interpretacije. Tako je naprimjer u Indiji boja zemlja žuta jer ona to zaista i jeste budući da u većem djelu indije je zemlja boje pijeska. Vatri su zato dodijelili crvenu boju jer je žuta pripala zemlji, a vatra ponekad može biti i crvena. Kada ju se zagrije iznad 1 000 stupnjeva, ili ponekad vidimo sunce nisko na horizontu u crvenoj boji. Eter se s pak povezuje sa nebom, ali postoji razlika da li ga promatramo danju kad je plav ili noću kad je crn. I puno je takvih sličnih primjera, zato je najbolje da svatko za sebe s obzirom gdje živi pronađe svoje boje za elemente. To kaže i jedan učitelj joge u indiji čija je biharska škola jedna od najpoznatijih u svijetu. Doduše on kaže to za čakre, ali s obzirom da mi znamo da su čakre elementi dođemo na isto.

Evo vam jedan primjer kako su u indiji podijelili boje po elementima:

Žuta – Zemlja

Bijela – Voda

Crvena – Vatra

Plava (sivkasto plava) – Vjetar

Crna – Eter

5 osjetila

Pet osjetila su izravno povezana sa elementima. Budući da čovjek percipira svijet kroz 5 osjetila mogli bi reći da se elementi stimuliraju direktno kroz ta osjetila. U Indiji, odnosno Tantri podjela ide ovako:

Njuh (mirisi) – Zemlja

Okus – Voda

Vid (boje) – Vatra

Dodir – Vjetar

Sluh (zvuk) – Eter

Ova je podjela vrlo važna u indijskoj tradiciji znanja. I po njihovoj logici elementi su nastali po slijedećem redu: Prvo je nastao zvuk,(to kažu i u bibliji „u početku bijaše riječ“) u Indiji kažu prvi zvuk bio je AUM (čita se OM). Zatim je iz zvuka nastao pokret (vjetar iliti zrak) kako se zrak micao nastalo je trenje i izbila vatra. Zatim je ne zna se kako nastala voda i kada se voda zgusnula nastala je zemlji. Tim redoslijedom idu i osjetila. Prvi element eter (prostor) može se samo čuti, ne može ga se okusiti, namirisati, vidjeti, niti dodirnuti. Zatim je nastao vjetar (zrak) kojeg se može dodirnuti. U slučaju da nema vjetra zamahnemo rukom malo brže i na koži osjetimo otpor zraka. Znamo da je koža je osjetilo dodira. Zatim je nastala vatra koju možemo i vidjeti , dok vjetar i eter ne možemo vidjeti niti okusiti niti nanjušiti. Zatim voda koju možemo okusiti ali ju ne možemo nanjušiti i na kraju zemlja koju možemo i nanjušiti.

Ovom rasporedu može se prigovoriti samo jedna dilema. Lako bi se moglo zamijeniti osjetila vjetra i zemlje. Naime po nekoj drugoj logici nama dobro poznatoj zrak se može namirisati, jer se miris i kreće zrakom. Mirišemo ga nosom a to je organ kojim dišemo zrak. S druge strane imamo zemlju kojoj bi po toj logici pripalo osjetilo dodira. Sve to je od zemlje odnosno od krutih materijala mi možemo opipati i znati o kojem se materijalu radi. Uglavnom neka svatko izabere svoju logiku koja mu je bliža njegovim iskustvima. Ako niste sigurni onda se držite Indijske tradicije jer njihove su logike tisućama godina iste i upotrebljavajući njihova znanja doktori ajurvede imaju dobre rezultate.

Zanimljivosti

Katolička je crkva dugo vremena držala teoriju 5 elemenata kao baznu teoriju postojanja svemira. Čak je i hramove radila njima u čast. Pogotovo nakon što je o elementu eter govorio Aristotel.

Danas znamo da su svici koji su u prošlom stoljeću pronađeni na mrtvom moru, službeno priznati kao dokaz da je Isus govorio i radio puno više od onoga što piše u današnjoj bibliji. No i prije tih spisa bilo je puno onih koji su odavno znali puno više o Isusu nego to u cenzuriranoj bibliji piše. Recimo knjiga da je «Isus živio u Indiji» gdje autor navodi činjenice zbog kojih se svaki čitač može racionalno zapitati u tu pretpostavku, još je jedna slična knjiga koja navodi svima poznate činjenice... «Evandjelje po Esenima» . Ta knjiga ima uvjerljive dokaze da mogu tvrditi kako je Isus bio Esen. Eseni su samo jedna grupa duhovnjaka koji su imali znanja slična kabali, alkemiji, tantri. Uglavnom nije to bitno u toj knjizi već njihovo evandjelje u kojem Isus govori o anđelima elemenata. Zapravo se cijela knjiga bazira na tome. On ih naziva anđeo vjetra, anđeo zemlje, anđeo vatre i anđeo vode, i objašnjava na koji način da im se molimo ili na koji nas način oni mogu liječiti. Dakle i Isus je imao znanje i svijest o elementima, što nas uopće ne začuđuje. No da Isus i nije bio Esen, svejedno je veliko otkriće da su Esenci poznavali znanje elemenata. Sada možemo sve zajedno da rekapituliramo i stvorimo sliku povijesti, odnosno sliku kako je to znanje moglo putovati svijetom i pritom se prilagođavati, usklađivati sa okolinom u kojoj se snašlo.

Još jedna zanimljiva stvar. Zvijezda petokraka koja se koristi kao simbol u mnogim tajnim društvima, vrlo je poznata u Indiji, Kini a najstarija otkrića povezuju je sa simbolom Sumerana. Zvijezda petokraka oduvijek je simbolizirala 5 elemenata. Taj su simbol preuzeli mnogi vladari i političari koji

su najvjerojatnije imali znanja tajnih društva, i stavili simbol čak i na svoje zastave. Naravno da se petokraka može interpretirati na razne načine, ali znalci znaju što ona zapravo predstavlja. Priča se da neki masoni upravljaju cijelim svijetom, da su oni osnovali ameriku. Njihovi simboli vide se i na novčanici jednog dolara. Piramida koja predstavlja 5 elemenata, oko koje predstavlja treće oko ili Šivino oko u Tantri. Američki pentagon čini petokraku, a masonski rituali slični su ritualima alkemije, tantre, itd.

Najveći neprijatelji crkve , sotonisti, imaju petokraku okrenutu prema dolje a znanje koje posjeduju identično je znanjima masona, crkve, kabale i alkemije. Sve je to isti izvor samo puno malih varijacija na temu.

Najnovija religija imenom Wicca (često je povezuju sa vještičarenjem)koja svoje korijene vuče od starih naroda (najviše Kelta) radi šamanske rituale sa elementima. Njihov je simbol zvijezda petokraka u krugu.

3.Dio OSOBINE ELEMENATA U LJUDSKOM KARAKTERU

Uvod

Cijeli je svemir sastavljen od 5 elemenata.

Priroda je sastavljena od 5 elemenata

Čovjek je sastavljen od 5 elemenata

Njihova međusobna interakcija, njihov osobni ples čine svemir odnosno svijet kakav mi poznajemo. Oni oblikuju naše tijelo i čine naš karakter. Promatrajući prirodu promatramo sebe samih.

U Indiji kažu da je čovjek sastavljen od 5 razina, a to su: tjelesna razina čovjeka, emocionalna razina, energetska, mentalna i duhovna.

Svakom tom razinom vlada jedan od 5 elemenata.

Elementi su živa bića koja žive u nama. Svaki od njih hrani se našom energijom, percipira svijet pomoću jednog osjetila (vida, sluha, dodira, mirisa i okusa), te izražavaju sebe odnosno svoju kreaciju kroz naš karakter odnosno misli, riječi, dijela, osjećaja i intuicije.

Element	Razina	Percepcija (input)	Manifestacija (output)	Vrline
Zemlja	Fizička	Miris	Djela	Praktičnost
Voda	Emocionalna	Okus	Osjećaji	Suosjećanje
Vatra	Energetska	Boje	Riječi	Samopouzdanje
Vjetar	Mentalna	Dodir	Misli	Razumijevanje
Eter	Duhovna	Zvuk	Ideje	Intuicija

Ako elementi vladaju našim karakterom, tko smo onda mi ?

...Svijest, mi smo svijest koja može da osvješčuje svaki element, njegov karakter i njegovo ponašanje, i na taj način stvaramo njihovu, međusobnu odnosno našu ravnotežu.

Ravnoteža jest savršenstvo ovog svemira, ovog postojanja.

Ljudska je priroda da na bilo koji način teži ka savršenstvu.

Ljudska je mudrost dakle da teži ka ravnoteži.

Ljudska ravnoteža jest ravnoteža tih 5 elemenata.

Naša ravnoteža donosi nam unutarnji mir, sreću, zadovoljstvo, spoznaju, moć, kvalitetu, vrline i svrhu postojanja.

Svaki element ima pozitivnih i negativnih osobina. Kako će se oni ponašati ovisi o njihovoj ravnoteži.

U svakom elementu postoje svih 5 elemenata tako da možemo reći da njegova ravnoteža ovisi o svim elementima. Ako je element u velikoj neravnoteži sa drugim elementima onda on ispoljava svoje mane. Drugim riječima što su više elementi u ravnoteži to više vrlina ispoljavaju.

Vatra

Vatra simbolizira ljudski ego.....

Predstavlja – ambiciju, želje, ciljeve, snagu volje, samopouzdanje, vodstvo, borba, moć, kontrola, natjecanje, imidž,

Vatra je element kojeg se oduvijek cijenilo možda i više nego bilo koji drugi.

Najviša manifestacija Vatre je Sunce. Sunce baš kao i Vatra daje svjetlost, i toplinu.

Vatru su odnosno Sunce slavili svi drevni narodi na svim kontinentima. Najpoznatiji po tome su Egipćani koji su svog prvog, i vrhovnog Boga nazvali Ra. Ra je bio Bog Sunca. Narodi Inke u južnoj Americi su također svoga vrhovnog Boga imali Boga Sunca kojeg su zvali Inti. U Evropi su ga Kelti zvali Rugh, a Grci Helios. U Indiji je jedan od prvih bogova bio Bog vatre, Agni.

Vatra i ego

Element Vatre vlada energetskim tijelom.

Vatra je uvijek u centru pažnje i zato ona u ljudskom karakteru predstavlja ego.

Ego baš kao i Vatra uvijek mora biti u središtu pozornosti i vrlo je opasan ukoliko ga se ne kontrolira. Ako malo skrenemo pažnju sa Vatre ona bi vrlo brzo proširila se i nastao bi požar. Isto je tako i sa našim egom. Ukoliko ga ne kontroliramo, odnosno na trenutak izgubimo svijest o njemu on se vrlo brzo rasplamsa i prouzroči štetu. Postaje agresivan, i nametljiv. U smislu ega agresija ne znači samo fizička, već agresivan ego djeluje najprije energetski, naprimjer kada netko pokušava kontrolirati nas, kada nam prigovara, kada je naporan i kada priča puno postaje dosadan. To je također agresija. Zapravo energetska agresija je uvijek kada nam netko remeti mir. Kada takva agresija pređe na fizičku to je već veliki požar. Ego želi pažnju i spreman je poduzeti bilo što da bi ju dobio. To se najčešće manifestira kroz govor odnosno monolog. Onaj tko priča je u centru pažnje i njegov se ego hrani. Ne postoji govor koji ne dolazi iz ega odnosno vatre, jer dok pričamo uvijek nas netko gleda. Ego se hrani pažnjom bili mi toga svjesni ili ne. Ali u svakom govoru osim vatre ima i drugih elemenata.

Npr:

- Ako govorimo o svojim osjećajima znači da kroz Vatru priča i Voda.
- Ako filozofiramo znači da kroz Vatru govori i naš Vjetar
- Ako govorimo konkretno znači da kroz Vatru govori i zemlja
- Ako govorimo spontano odnosno intuitivno znači da kroz Vatru govori i Eter
- Ako se hvalimo, znači da govori samo Vatra, i taj govor često znamo prepoznati kao ego, no ove druge ne prepoznamo kao takve samo zato što nismo toga svjesni.

Najbolje bi bilo kad bi uspjeli u naše rečenice ubaciti sve elemente, pa ako ne možemo sve odjednom, možemo u više rečenica. Možete probati tako što ćete reći 5 rečenica i svakom elementu posvetiti jednu. Dakle neka vaše rečenice budu mudre, pametne, osjećajne, konstruktivne, motivirajuće, intuitivne, a to ćete postići tako što ćete uravnotežiti sve elemente.

Dakle Vatra se kroz ljudski karakter najviše izražava u obliku riječi.

Kao i kod svih elemenata najbitnije je osvještavanje, jer tamo gdje je svijest tamo je i ljubav.

Morate osjetiti u kojem trenutku vaš slušatelj više ne želi da vi pričate, jer od tog trenutka vi njemu kradete energiju, odnosno iscrpljujete ga.

Ego ne možete ugasiti kao što se ni sunce ne može ugasiti. Kada sunce zađe iza horizonta on ne nestaje već ga mi ne vidimo. Isto je i s egom. Kada ga ne vidimo znači da se dobro prikrio. Najbolji je onaj ego koji je vidljiv, jer se njega može kontrolirati. Kada svog ega niste svjesni, pa čak i kada mislite da ga nema, tada je on najopasniji jer ga ne kontrolirate. Promotrite svoje misli, svoje stanje svijesti, i prije nego izgovorite bilo koju rečenicu probajte uvidjeti što nju potiče, i tko se iza nje krije.

Evo što je jedan poglavica rekao u vezi toga.

Pohvala, laskanje, prenemaganje i prazne riječi nisu bile dio uljudnosti Lakota Indijanaca. Prenemaganje se smatralo neiskrenim, a onaj ko neprestano govori nepristojnim i lakomislenim. Razgovor se nikad nije započinjao odjednom, niti užurbano. Nitko nije ishitreno postavljao pitanje, ma koliko važno ono bilo, i nikoga se nije požurivalo na odgovor. Stanka za razmišljanje bila je uistinu uljudan način razgovaranja. Tišina je kod Lakota Indijanaca imala značenje, a poklanjanje trenutka tišine sugovorniku i vlastiti trenutak tišine prije govora, bili su izraz istinske uglađenosti i uvažavanja pravila da „misao dolazi prije govora“

Luther Standing Bear, poglavica Oglala Siouxa

Vatra i vodstvo

Ako je vatra pod kontrolom onda ona može da daje toliko ljepote, svijetla, topline, žara, samopouzdanja, da svojom veličanstvenošću može okrenuti cijeli svijet. Zamislimo da smo sami u šumi i da zapalimo malu vatru, osjetiti ćemo se sigurnijim. Kontrolirana vatra nas brani od neprijatelja, i osvjetljava nam put.

Vatra je moć, i samopouzdanje koje koristimo kako bi došli do cilja.

Svi veliki lideri, vođe, gurui, političari, vojskovođe, biznismeni itd, svi oni djeluju kroz element vatre. Svi su oni puni samopouzdanja i sposobni da učine velika dijela. Da li će ta dijela biti dobra ili loša to ovisi samo koliko je taj vođa uravnotežena osoba, odnosno koliko su njegovi elementi uravnoteženi. Oni lideri koji imaju samo element Vatre razvijen i snažan, oni brzo gube status lidera i često ih se naziva lošim vladarima. Njih ljudi dugo ne slijede, niti vole. Najbitnija ravnoteža za lidere je ona između Vatre i Vode, jer voda se brine i služi. Ukoliko jedan lider, bio on predsjednik države, duhovni

vođa ili direktor jednog malog poduzeća, nema dovoljno vode odnosno ravnoteže između Vatre i Vode, on neće biti uspješan na duge staze. Veliki lideri i vođe su oni koji vode, oni koji krenu a ljudi ga slijede, a ne oni koji zapovijedaju u pozadini tjerajući svoje ljude da rade nešto što ne žele koristeći se prijetnjama poput otkazima na radnim mjestima, smrću, kaznama i sličnim strahovima. Ovaj svijet je ovakav kakav ga mi danas poznajemo zahvaljujući tim vođama. Ako je vođa zaista veliki i njegova će dijela biti velika, ako nije tada će njegova dijela biti sramotna, ili štetna. Vođe zato imaju veliku odgovornost jer Vatra je moć, moć je kontrola a ljudi naivni i podložni manipulaciji. Pravi je vođa svjestan da ima moć upravljati tuđim životima i zato on mora snositi i tu odgovornost.

Pravog ćete vođu prepoznati po tome što ima sposobnost da se brine, a to je vrlina Vode.

Svaki je čovjek svoj vođa. Svatko ima Vatre u sebi, i jačanjem snage volje preuzimamo kontrolu na svojim životom. I zato je Vatra vrlo važan element u našem tijelu koji upravlja našim željama ambicijama, ciljevima vrlinama i jedino ona ima snagu da se bori protiv naših mana, protiv poroka protiv loših navika i elemenata koji su možda preuzeli kontrolu nad našim karakterom.

Najprije je trebamo osvijestiti, a zatim kontrolirati i usmjeriti ka našoj dobrobiti.

Zato je Vatra naša snaga volje.

Kontakt s Vatrom

Direktni kontakt sa Vatrom uravnotežuje vašu Vatru unutar tijela...

Gledajte zalazak sunca ili još bolje izlazak.

Navečer u vašem domu zapalite bar jednu svijeću.

Ako imate uvjete ugasište televiziju i upalite vatru u kaminu.

Ako imate prilike biti u prirodi zapalite navečer logorsku vatru.

Gledajte u živu Vatru i promatrajte ju kao živo biće.

Dok ovo radite budite svjesni da je vatra živa i da vam daje samopouzdanje, snagu volje i hrabrost.

Jer vanjski je svijet samo simbolika odnosno ogledalo vašeg unutarnjeg svijeta, a vaša će namjera maksimalno povećati učinak rezultata.

Ukratko

Držite Vatru pod kontrolom i jačajte snagu volje !

Voda

Voda simbolizira ljudske emocije.....

Predstavlja: Održavanje, prilagodljivost, poniznost, sljedbeništvo, brižnost, suosjećajnost, senzibilitet, emocije...

Voda je odmah poslije Vatre najpoznatiji element u prirodi. Znanost tvrdi da je prvi element u svemiru bio (vodik).

Voda čini 70 posto površine zemlje. Ako zemlju gledamo iz svemira vidjet ćemo skoro samu vodu.

Voda i emocije

Voda vlada emocionalnim tijelom jer njen je karakter blagi, prilagodljiv i osjećajan. Emocije znaju biti duboke i opasne poput oceana a znaju biti i toliko ugodne da se s razlogom kaže kako se kupamo u moru emocija. Ako imamo previše emocija (vode) one izlaze u obliku suza.

Emocije nam služe da bi okolinu percipirali sa osjećajima a ne kao roboti. Zato je vrlo bitno imati element vode izbalansiran u tijelu. Ukoliko je imamo previše u odnosu na druge elemente, onda bi se lako moglo dogoditi da postanemo preosjetljivi za okolinu. Također je ta situacija opasna da ugušimo našeg bližnjeg zbog pretjerane brižnosti. To je kao da nekog zagrlimo toliko jako da ga ugušimo.

Često se za vodu govori kao o ljubavi, međutim ljubav je iznad toga, o tome ćemo reći nešto kasnije.

Voda je suprotnost od Vatre. Dok Vatra vlada i vodi, Voda se pokorava i služi. No jedan pravi vođa mora imati ta dva elementa u ravnoteži jer ukoliko nema dovoljno vode on se ne brine o svojim sljedbenicima.

Najveća vrlina vode je brižnost.

Voda se prilagodi prostoru u kojim se nalazi. Ako je stavite u čašu ili bilo što ona odmah poprimi takav oblik. Tako i u ljudskom karakteru, ona se prilagođava situaciji i ljudima.

Voda i zdravlje.

Voda služi za održavanje života svim živim bićima.

Prve civilizacije nastale su u dolinama velikih rijeka. Ljudima je služila za život možda i više od vatre. Osim što nam služi za utažiti žeđ, u njoj kuhamo hranu, kupamo se, peremo, navodnjavamo uzgojene biljke u poljoprivredi, no Oduvijek se voda upotrebljava i u duhovnim te zdravstvenim segmentima.

U Hinduizmu se vodom odnosno u svetim rijekama pročišćavaju sve razine tijela.

U Kršćanstvu se svetom vodom obavlja krštenje i čiste prostori kada popovi blagoslovljavaju kuće vjernika.

U Islamu hoće lijeće ljude vodom koju prije toga energetiziraju molitvom isto kao i kršćani.

Nedavno je jedan Japanac (Masaru Emoto) otkrio kako voda stvara prekrasne kristale kada joj se uputi neka lijepa riječ, molitva ili namjera. On zapravo ljudima dokazuje da je voda živa.

Postoje već poznate teorije i prakse odnosno alternativna liječenja gdje oboljeli konzumiraju čistu vodu i oporavak je vidljiv.

Vjernici diljem svijeta govore o iznenadnim nevjerojatnim izlječenjima kada su se kupali ili pili iz nekog njima svetog izvora potoka ili rijeke.

Kontakt sa vodom

Kontakt sa vodom automatski radi na uravnoteživanju vode.

Kupanje u moru, jezeru, rijeci, potoku, stajati na kiši, ispod slapa, tuširati se, ili uroniti u kadu čari su blagostanja kakvog je teško opisati. Ako ste jedan od onih koji ne uživa u tim aktivnostima trebali biste se zapitati da li imate dovoljno vode u vašem karakteru. Ili je možda bolje da to upitate vašeg bližnjeg, jer samo on zna koliko se vi brinete o njemu.

Uz navedene aktivnosti najbolje stoji neko ukusno voće jer je voda direktno povezana sa osjetilom okusa.

Jedite polako i pažljivo i svaki okus dobro promotrite.

Ukratko

Budite suosjećajni i prilagodljivi.

Vjetar

Vjetar simbolizira ljudski intelekt...

Predstavlja: slobodu, pokret, misli, razmišljanje, svestranost, znatiželju, igru, znanje, putovanja, avanturu, ples...

Vjetar je element kojeg ne vidimo, ali osjetimo njegov dodir, njegovu snagu. Odavno su se pomorci služili vjetrom kako bi plovili jedrima po moru i rijekama. Poznavanje vjetrova bio je ključan faktor u plovidbi i prognoziranju vremenskih ne-prilika. Lovci također koriste vjetrove kako bi iznenadili divljač. Letači poput zmajeva i avionskih jedrilica, padobranskog jedrenja također koriste vjetar kao glavni pogon za njihove pustolovine.

Vjetar donosi oblake, kišu, nevrijeme, diže velike valove, određuje smjer vatri, te u pustinjama oblikuje teren zemlje.

Vjetar nam nosi svjež zrak, hladi nas u vrućim ljetnim danima, pokreće nam vjetrenjače i suši nam hranu.

Mnogi drevni narodi davali su razna imena vjetrovima i smatrali ih božanstvima.

Vjetar i um

Pošto je vjetar najpokretljiviji element, za njega kažemo da vlada našim umom jer su misli također najpokretljivi elementi tijela.

Vjetar može da puše u svim smjerovima pa zato kažemo da je svestran. Osoba koja ima jak vjetar puno razmišlja, pa su ti ljudi najčešće filozofi, teoretičari, mislioci, znanstvenici, i ostali mislioci koji upotrebljavaju razmišljanje kao najkorisniji alat. Vjetar je muški element pa ga muškarci gotovo uvijek imaju više od žena.

Kada je element vjetra u ravnoteži sa sobom i ostalim elementima onda nam on daje njegovu najbolju osobinu a to je razumijevanje.

Ako vjetar nije u ravnoteži onda su njegove misli pretjerane i osim filozofiranja ne daju puno rezultata. Najčešće vrijedi pravilo ako je vjetar prejak zemlja je preslaba, ili obrnuto.

Danas se mnoge studije i učenja baziraju na smirivanju uma. Um nam koristi kada je umjeren, baš kao i povjetarac. Samo iskusnim znalcima odgovara malo jači vjetar npr. Windsurferima. To znači da treba imati puno znanja da bi nam um koristio u povećanom intenzitetu.

Ne može se um isključiti, kao ni ego, um treba samo usmjeriti u pravi smjer. Treba ga okrenuti znanju i koncentraciji. Jedna od najboljih vrlina vjetra je znatiželja.

Vjetar i pokret

Već smo rekli da je vjetar najpokretljiviji element. On ide tamo gdje drugi elementi ne mogu, on leti. Zato kažemo da je on slobodan, a tim je ljudima sloboda najbitnija stavka u životu ili u periodu u kojem njime vlada vjetar.

Vjetar je putnik, a znamo i to da ljudi koji putuju vide i iskuse puno više situacija od onih koji su zaključani u sobi. Zato je pokret povezan sa mentalnom, jer više iskustva znači i više podataka u mozgu.

Na kraju krajeva najveća putovanja i otkrića novih kontinenata dogodila su se upravo zahvaljujući vjetrovima jer u to vrijeme nisu postajala druga vrsta brodskih pogona osim jedra. Vjetar je zato najveći putnik, pustolovac, i slobodan poput slobode.

Kontakt s vjetrom

Svaki puta kada izađemo vani iz naših malih ili raskošnih skloništa možemo na licu osjetiti vjetar. No jesmo li toga svjesni ? Samo ako je zaista snažan, pa nam tada čak i smeta.

Vjetar ćemo najviše osjetiti ako se popnemo visoko na neko brdo, zgradu ili visoko stablo koje nije u sjeni nekog drugog. Okrenite se licem u vjetar i osjetite njegov dodir. Dodir je osjetilo vjetra i ako imate prilike skinite što više odjeće sa sebe da vam koža osjeti njegov podražaj. Vjetar će vas na taj način liječiti, kao što vas lijeći sunce ili more.

Ako se nađete u nekoj zavjetrini ili šumi a taj dan vjetar ne puše, možete osjetiti vjetar tako što ćete se kretati. Na kraju krajeva dišite duboko i osjetiti ćete ga u svom tijelu. Najbitnije je to osvijestiti.

Ukratko

Učite i zabavljajte se.

Zemlja

Zemlja simbolizira ljudska djela...

Predstavlja: stvaranje, materijalnost, konstruktivnost, praktičnost, stabilnost, obaveze, obitelj, dom, imovina, sigurnost, mir, rad, odmor,

Zemlja je tvrdo tlo na kojem živimo. Pritom je i sama naša planeta dobila ime po tom elementu, no u našem korištenju termina zemlja ne mislimo na naš planet.

Zemlja je naša majka. Često čujemo izraz majka zemlja ali ni to se ne odnosi na planet već na element zemlje koja rađa plodove. Zato se kaže da zemlja stvara. Ona je jedini element koji može da se oblikuje u neki predmet i mijenja svoju strukturu. Zato je zemlja najkrutiji element i najstabilniji.

Pod elementom zemlja smatramo na sve krute stvari koje nastaju u zemlji ili od zemlje (biljke, kamen, pijesak, glina, kristali, itd)

Svi narodi svijeta štovali su zemlju jer im je ona davala biljke, plodove, hranu, zaštitu. No kao i svaki element zemlja ima pozitivne i negativne strane, odnosno može biti hranjiva ili škrta, laka za obrađivanje ili teška. A ako se naljuti jednim potresom može veliku štetu prouzročiti njenim stanovnicima.

Zemlja i materijalnost

Kuće se ne mogu napraviti od vode, vatre, vjetra niti etera. Kuće, automobili, ceste, televizija ili kutija šibice, sve je to napravljeno od zemlje i zato je zemlja kao element zadužena za imovinu iliti materiju. Sve što posjedujemo pripada zemlji, a mi samo to možemo neko vrijeme koristiti. Zato svaka stvar ima svoju dušu, svaka je stvar živa, od stolne čaše do pješačkog kolnika.

Danas čovjek više nego ikada živi u materijalnom svijetu, jer se koristi sa oblicima zemlje i više nego mu je potrebno.

Ako posjeduje bazen ili ložište za vatru, i tada posjeduje zemlju jer bazen je napravljen od zemlje a voda se samo ulije u njega, isto kao i kamin. Nije on napravljen od vatre jer vatru se ne može posjedovati.

I što više netko posjeduje zemlje, to je više cijenjen u društvu.

Zato se kaže da je materijalnost = sigurnost.

Zemlja nije novac. Vatra je novac jer predstavlja moć. Novac nema toliku vrijednost koliko imaju nekretnine. To današnji biznismeni dobro znaju.

Dakle zemlja je sigurnost, dom, i sve bogatstvo koje možemo opipati.

Zemlja i praksa

Kad bi sve ostalo samo na riječima ili mislima ne bi bilo ničega oko nas. Ideja može proizvesti razmišljanje, o tome se može razgovarati ili čak osjetiti neku emociju, no tek kad se ideja sprovede u praksu dobije svoju najveću vrijednost. Zemlja je jedina koja je praktična i često takvi ljudi ne vole puno filozofirati. Ako i razgovaraju njihove su rečenice konstruktivne, ili bar to pokušavaju izvući iz razgovora. Njima treba puno koristi. Zemlja sve radi iz koristi, i zato se kaže da je zemlja radišna iako možda ne voli rad, ali voli rezultate.

Zemlja se stoljećima cijenila u društvu kao najbitniji element. Još i dan danas se kaže da je netko vrijedan ako puno radi. No zemlja se zna i odmarati. Ona je troma i stabilna kao planina, spora ali snažna kao kamen.

Zemlja nas uči da budemo praktični.

Kontakt s zemljom

Šetnja šumom, po mogućnosti bosi, ili po kamenju, pijesku ili bilo kojoj prirodi. Grliti stabla, penjati se na njih. Penjati se na planine ili spuštati u pećine izravni su kontakti sa elementom zemlje.

Ako imamo mogućnost možemo se i zakopati u zemlju ili pijesak da nam samo glava viri vani. To bi uvelike doprinijelo našem zdravlju.

Ukratko

Radite i odmarajte.

Eter

Eter simbolizira ljudsku komunikaciju (duhovnost)

Predstavlja: duhovnost, apstrakciju, komunikaciju, spontanost, iskrenost, meditaciju, muziku, pjevanje, zvuk, druge dimenzije, intuiciju...

Eter odnosno prostor je element kojeg e često zapostavlja ili ga neke kulture čak niti ne poznaju. On je previše apstraktan da bi ga prepoznali u prirodi. On je sveprožimajući prostor. A prostor je jedino uočljiv kada ugledamo noćno nebo i zapitamo se koliko je velik ovaj svemir. Već i znanost zna da prazan prostor ne postoji. Prostor je ispunjena masa, ili energija koja povezuje sve što postoji. Zato je element eter poveznica sa drugim svjetovima, dimenzijama, i sa Bogom.

Eter i zvuk

U Indiji kažu da je eter prvi element koji je nastao. Također kažu da je prva kreacija ovog svemira bio svuk Aum (čita se OM).Biblija kaže „ U početku bijaše riječ „ .

Eter možemo jedino percipirati pomoću zvuka. Najmoćniji zvuk koji postoji jest tišina. Zvuk tišine itekako postoji i mi ga možemo čuti. Možda nam se dogodilo da smo bili u nekoj prostoriji i osjetili nevjerojatan mir i tišinu. To je vjerojatno bilo u nekoj prostoriji koja je dobro izolirana od svih mogućih zvukova koje čuje naše uho i ono koje ne čuje. Ima puno frekvencija koje mi ne čujemo ali ih naše tijelo itekako čuje i one nas ometaju. Ometaju naš mir i našu komunikaciju sa tišinom.

Mobiteli, televizije, auti, frižideri i ostali kućanski aparati, antene, radio valovi, i ostali zagađivači etera utječu na našu percepciju i zdravlje. Jedan je znanstvenik rekao da ćemo jednog dana morati suzbiti buku kao što smo morali suzbiti koleru.

Ako živimo u urbanim sredinama, kada odemo u prirodu daleko od grada i cesta, osjećamo mir i tada možemo razumjeti što tišina predstavlja.

Zato svi mistici i ljudi koji žive u skladu s prirodom biježe daleko od naseljenih mjesta. Njima je mir prijeko potreban. Pustinjaci, mudraci i jogiji često znaju živjeti u pećinama, jer tamo je tišina prisutna zbog prirodne izolacije.

Evo par riječi o američkih indijanaca o tišini...

Mudar čovjek duboko vjeruje u tišinu – znak savršene ravnoteže. Tišina je potpuna uravnoteženost tijela, um i duha. Onaj tko uspije ostati miran i netaknut olujama postojanja – da mu list ne zatreperi na stablu, niti se valić pokrene na površini sjajnog jezera – ima, po shvaćanju mudraca, savršen odnos i način života. Tišina je temelj karaktera.

Obiyesa (Charles Alexander Eastman) Wabpeton Santee Sioux

No osim tišine, imamo i zvukove koji nisu štetni. A to su zvukovi koji su u harmoniji. Ima različitih zvukova. Najčešće vrijedi pravilo da oni zvukovi koji su prirodni ne štete, već daju ugodu, i suprotno. No i čovjek može proizvesti harmoniju sa zvukovima i to često čini glazbom.

Danas se sve više priča o zvuku i ljudi postaju svjesni da on predstavlja problem tehnološkog društva. Mnogi terapeuti počeli su koristiti zvuk odnosno muziku u svoje tretmane. Koriste instrumente poput nekih drevnih ritualnih instrumenata čije vibracije su toliko moćne da ljude

odnosno njihove mozgove dovode u alfa, theta i delta stanja. I glazba također može djelovati na psihološko stanje ljudi. Opće je prihvaćena Mozartova glazba kao jedna od najboljih u tom smislu. No ljudi slušaju svakakvu vrstu glazbe i svaka od njih djeluje na duhovni nivo čovjeka na svoj način.

Glazba je možda i najpoznatija ljudska djelatnost. Nema niti jednog kvadratnog metra na ovoj zemaljskoj kugli gdje žive ljudi a da se povremeno ne sluša glazba.

Glazba može čovjeka odvesti u neke druge svjetove ili raspoloženja, jer zvuk je eter, a element eter je kontakt sa višim stanjima svijesti. Nije ni čudo onda da se muzika povezuje sa prirodnim opijatima, alkoholom ili drogama. I oni također ljude odvede u neka druga stanja, samo je razlika u tome što je muzika uglavnom bezazlena a opijati previše moćni i teško je njima vladati. Oni su ti koji preuzmu kontrolu nad ljudima, i čine im veliku štetu. Zato su stari mudri šamani koristili biljke samo u posebne svrhe i na poseban način. Neki zvukovi, poput zvuka tišine ili nekog instrumenta mogu dobrog slušatelja odvesti u stanja koje može i droga, samo što droga u tim slučajevima uzima konzumentu ogromnu količinu energije, truje ga supstancama koje tijelo poslije mora čistiti te ponovo utroši ogromnu količinu energije, Isto je i s alkoholom koji znamo da uništi svaki puta tisuće moždanih stanica dok s druge strane meditacija ili određeni zvuk napuni slušatelja pozitivnom energijom i revitalizira njegove stanice.

Eter i komunikacija

Eter upravlja našom komunikacijom, jer kroz zvuk vodi nas u nepoznate i apstraktne svjetove.

No kroz tišinu, taj najmoćniji zvuk odvest će nas do Boga, do prosvjetljenja, do spoznaje i do istine.

Zato se u duhovnosti puno meditira u tišini ili pjeva pjesme bogovima.

U budizmu se meditira, u hinduizmu se najčešće pjevaju mantre ili kirtani, a u islamu i kršćanstvu se moli.

U komunikaciji je najbitnije slušati. Zapravo možemo slobodno kazati da je komunikacija slušanje, a ne dijalog, kako se uglavnom misli. Kada govorimo, to je čista vatra i tu ne komuniciramo. Samo onaj koji sluša komunicira. Zato je eter zadužen za intuiciju. Intuicija je govor, znanje, informacija, ideja, ili misao koja nam dolazi iz nekog drugog svijeta, ili od svemira, ili od nas samih. U svakom slučaju ona nam dolazi a mi je možemo samo čuti ako slušamo. Intuicija nije dvosmjerna razmjena misli, ili razgovor.

Često ljudi misle da razgovaraju s Bogom, a zapravo oni mu neprestano govore nešto. Ili mu se žale, ili ga nešto mole, ili ga gnjave njihovim životom. A rijetko ljudi zapravo komuniciraju s Bogom, jer to znači da oni njega slušaju. Svemir nam neprestano govori, a posebno ako ga nešto pitamo, samo što ljudi u suštini ne znaju slušati.

Nije to samo situacija sa sveprožimajućim duhom, već i sa ostalim ljudima. Ako komuniciramo sa nekim znači da ga slušamo. Kad je red na nama da mu nešto govorimo, u tom trenutku on komunicira, ako zaista sluša.

Znati slušati nije lako i isto se treba naučiti.

U svakom slučaju u razgovorima je najbitnije više slušati nego pričati. Često ćete primijetiti da mudraci samo slušaju, što ne znači da onaj koji sluša jest mudar, ali je na dobrom putu.

Jedna japanska poslovice kaže;

Loš učenik postaje učitelj, a dobar učenik ostaje uvijek učenik.

Čak i ako imate nešto pametnoga za reći zaista je to uvijek manje vrijedno nego slušati, iz razloga što ljudi uvijek, ali uvijek misle da ono što govore je pametno.

Mudraci govore samo kad ih se nešto pita.

Ukratko o eteru

Slušajte i meditirajte

SVIJEST I LJUBAV

Ljubav i svijest dva su elementa samo za sebe. Možemo reći da su oni izvan elemenata, mada se i njih svrstavalo u dva osnovna elementa vatre i vode.

Svijest smo mi, mi promatrajući ove nevjerovatne igre. No naša je svijest mala jer smo tako zaigrali. Ono što mi možemo učiniti jest da širimo našu svijest. Počinjemo sa elementima. Što više osvijestimo elemente u našem karakteru to ćemo više koračati prema ravnoteži. Svijest je nedvojbeno najveća sila koja postoji i ona može činiti čuda. Sve stvari koje smo naveli da možemo raditi kako bismo uravnotežili elemente moramo to raditi svjesno. Bilo što, što činimo, govorimo, mislimo, osjećamo moramo raditi svjesno i na taj način širimo našu svijest. Dok nemamo svijest nad našim elementima oni čine što ih je volja. Oni se međusobno bore i u nama vlada nemir. Što više osvijestimo akcije naših elemenata to je veći sklad između njih i veći mir u nama. To i jest ravnoteža.

Buda je rekao da je ravnoteža najbitniji zakon.

Svijest nam je najbitnija od početka do kraja životnog ili duhovnog putovanja. Najteže je osvijestiti našu svijest odnosno koliko smo nesvjesni. Tada se počinje širiti svijest. Ukoliko mislimo da smo svjesni u potpunosti tada možemo napraviti jedan mali pokus. Sjednemo u tišini, sklopimo oči i pokušamo se kompletno umiriti. Tada, možemo to nazvati i meditacijom, pokušajte promatrati misli. Vrlo brzo ćete shvatiti da nemate kontrolu nad njima, a zatim ćete uvidjeti i da veliki broj misli prođu vašim mozgom a da ih niste uspjeli promatrati. Zapravo niste ih bili svjesni.

Ljubav je tamo gdje je i svijest. Svijest voli samu sebe, a moglo bi se i reći da je njena manifestacija ljubav. Ljubav se može ispoljiti na mentalu, u emociji, na djelu ili na riječima, zato i kažemo da ljubav se može očitovati kroz sve elemente.

Nedavno je skupina znanstvenika podijelila ljubav u čak 8 vrsta, a jedan od najpoznatijih filozofa zapada Erich Fromm podijelio je ljubav u 5 kategorija:

Bratsku ljubav, majčinsku ljubav, ljubav prema sebi, ljubav prema Bogu i erotsku ljubav.

Iako on toga možda nije bio ni svjestan, podijelio je ljubav točno po elementima:

-Majčinska ljubav – bila bi ljubav koja pripada zemlji, jer zemlja stvara i rađa kao i majka. Mogli bi u ovu kategoriju dodati i ljubav prema cijeloj obitelji.

- Erotska ljubav – voda – jer je voda ta koja upravlja emocijama i zakonom privlačnosti između partnera.

- Ljubav prema samom sebi – očigledno vatra, jer predstavlja ego.

- Bratska ljubav – ovu ljubav možemo opisati kao ljubav prema prijateljima i ostalima a često ih nazivamo braćom, što je ekvivalentno elementu vjetra koji predstavlja prijatelje.

- Ljubav prema Bogu – eter, element koji služi za kontakt s Bogom.

Ako smo svjesni sebe tada imamo ljubav prema sebi. Ako osvijestimo da smo dio svega onda imamo ljubav prema svemu.

Jedan je mistik rekao : kada shvatim da je sve iluzija, to je mudrost ; kada shvatim da sam ja sve, to je ljubav.

Ljubav ili svijest mogli bi čak reći da su to zapravo jedno te isto postojanje.

4.Dio RAD S ELEMENTIMA

Najprije ćemo ukratko preći sve elemente kako bi dali jedan uvid u proces uravnoteživanja, a onda ćemo se svakom elementu puno detaljnije posvetiti kroz jedan primjer uravnoteživanja, odnosno kako to može izgledati u praksi kroz jedan program od 5 faza.

Ravnoteža elemenata ukratko

Uravnoteživati vatru

Vatra je uvijek u centru pažnje i ona privlači naš pogled. Zato je njeno osjetilo vid. Gledanjem u Vatru jačamo snagu volje, samopouzdanje i aktiviramo Vatru u našem tijelu da bi jačali energetsko tijelo.

Ako imamo manjak samopouzdanja, ili volje, ako imamo strahove bilo koje vrste znači da moramo jačati Vatru.

Bilo kakva tehnika ili radnja koja jača snagu volje automatski jača element Vatre:

Post, ili gladovanje jedna je od boljih tehnika za rad na Vatri, a šutnja možda i najbolja. Svakako ne propustite hodanje po Vatri. Svi to mogu, pa tko ste vi da ne možete.

Radite na sebi tako što ćete savladati sve svoje nemoći i strahove. Dovedite svoju Vatru do tog stupnja da lako savlada vaše karakterne slabosti. Vatra je moćna, ona se bori i njenu borbu treba usmjeriti prema sebi odnosno svojim manama, lošim navikama, strahovima. U tom će polju ona voditi svoju bitku i boriti se za pobjedu.

Npr. Ako imate neku lošu naviku ili ovisnost o bilo čemu odlučite da nećete to konzumirati neko vrijeme. Vrlo je bitno odrediti vrijeme koje ćete poštivati vašu odluku, i ni u kom slučaju nemojte se predomisli. Ako ste si odredili jedan dan, jedan tjedan, mjesec ili godinu onda se držite toga i kad vam bude najteže. Jer tako jačate vašu Vatru. Ukoliko mislite da to ne možete ili nemate volje, onda je to vaša slabost, odnosno Vatra vam je slaba. Dovedite sebe do toga da vašu najveću slabost nadjačate. Čak i ako ne želite prestati pušiti učinite to na mjesec dana ili godinu da biste vašu Vatru ojačali. Ona će vam biti potrebna za tisuće drugih situacija u životu koje možda nećete biti niti svjesni.

Suočite se sa svojim najvećim strahovima i pobijedite ih. Strah od nepoznatog, bolesti, patnje, samoće, mraka, negativnih energija, strah od sistema, institucija, strahovi od nastupa, neuspjeha, ismijavanja, strahovi od života i od smrti... itd

Ne dopustite da vam strahovi stoje na putu. A život je put.

Vatra ne poznaje riječ ne mogu, ili nemam volje.

Vatra je ona koja sve može.

Vatra je moć

Ukoliko imate problem sa agresijom, ili često držite monologe, to su isto simptomi neuravnotežene Vatre. To bi moglo značiti da imate višak Vatre u odnosu na neke druge elemente ili da niste svoju Vatru usmjerili u pozitivne pravce. Vatra može biti opasna ukoliko je imamo puno a ne znamo ju kontrolirati.

Držati Vatru pod kontrolom znači da je vi usmjeravate, a ne potiskujete i ne gasite je. Njenu snagu samo preusmjerite u borbu sa svojim manama i ukoliko uspijete ona će biti zadovoljna, jer je pobijedila. Vatru se ne može ugasiti. Ego se ne može ubiti. On je majstor prikradanja i uvijek će u nama živjeti. Treba ga samo držati pod kontrolom da nam služi.

Ako ste pak iz nekog razloga javna osoba, poznata, popularna ili trenutno izvodite neki nastup ispred publike, ili ste iz nekog razloga u centru pažnje, tada djeluje vaša Vatra, odnosno ona pleše. Sjetite se da vi kao vođa ili plesač samo plešete ples Vatre koja ima samo jednu svrhu a to je da služi ostalima. Ljudi vole gledati razno razne izvedbe, odnosno plesače, muzičare, glumce, zabavljače i kojekakve predstave, jer nema ljepše stvari od plesa Vatre.

Uravnotežiti vodu

Često se kaže da je vatra ego a voda duša čovjeka. Iako to ne treba shvatiti doslovno, voda najviše odgovara pojmu duše. Kad je netko dobar i brine se za druge kaže se da je duša od čovjeka. Njegove su oči blage i nježne.

Ako osoba ima previše vode, trebalo bi raditi na drugim elementima, posebno Vatri, a ako osoba ima manjak vode trebalo bi da se više brine o sebi i drugima. Za takvu je osobu najpotrebnije da služi. Služenje, služenje, služenje. Ako vam je to malo previše altruistički i nerealno, tada se sjetite da ste vi jedno sa svime, da ste vi zapravo sve i da ako nekom nešto učinite učinili ste zapravo samom sebi.

Nema bolje stvari od biti uslužen. Možda ima jedna bolja stvar od toga, a to je služiti. Kada čovjek dobrovoljno služi, on u tom trenutku postaje najmoćnije biće u univerzumu.

Uravnotežiti Vjetar

Za uravnotežiti vjetar potrebno je kretati se, čitati, učiti, i vježbati koncentraciju.

Dakle ukoliko imamo manjak vjetra, trebalo bi puno čitati pametne knjige i učiti na bilo koje načine. Natjerati se da redovno idemo na putovanja pa makar to bilo šetnja najbližom šumom. Još bolje ako su ta putovanja ili šetnje neodređene, neograničene, i nepoznate relacije. Vrlo je bitno i da se vjetar zabavlja. On je zaigran kao dijete, i kad je takav njegov je um sretan. Ukoliko smo prerasli djetinjstvo i postali preozbiljni prisjetimo se da se i ozbiljni ljudi znaju zabavljati, te učinimo to na bilo koji način koji nas u tome veseli ili opušta.

Ako pak vjetra imamo i previše, kao u središtu ciklone gdje puše u svim smjerovima, onda treba naučiti kako smiriti um, vježbati koncentraciju ili prakticirati bilo što, što umiruje um (meditacija, vježbe disanja, koncentracija, molitva, ili bilo kakva vrsta okupacije koja nam ne daje puno prostora za razmišljanje. Što se meditacije tiče, treba meditirati odnosno kontemplirati samo jednu miso, na taj način vježbamo koncentraciju a koja prethodi pravoj meditaciji.

Na istoku, a i na zapadu je tehnika disanja jedna od najboljih tehnika za postizanje mentalnog mira. U Indiji se ta tehnika zove pranajama. Ima razno razne tehnike disanja, no najbitnije je da se praktikant usredotoči samo na disanje, i da diše duboko, sporo i svjesno.

Kažu da je na dan dovoljno vježbati 15 min pravilnog disanja.

Dišemo zrak, a zrak je vjetar.

Uravnotežiti zemlju

Kad imamo premalo nekog elementa trebamo pogledati koji drugi element crpi previše energije na sebe. Kao što je vatri suprotan element vode, tako je zemlji vjetar. Najčešće ako imamo puno zemlje nemamo vjetra ili obrnuto.

Naprimjer kada nas zemlja preuzme teško nam se pokrenuti i otići na neko putovanje. Ako i idemo onda je to samo iz neke materijalne koristi.

Teško je održavati ravnotežu između elemenata ali to i jest naša zadaća, naš život, naša igra.

Dok vjetar razmišlja, zemlja radi, dok je vjetar filozof, zemlja je praktična, vjetar teži prema slobodi, zemlja ima materijalne obaveze, vjetar je pokretan, zemlja se teško kreće. Zbog slobode vjetar ne voli vezanost bilo kakve vrste, a zemlja koja se ukorijenila u svoj dom voli obitelj i vrlo se lako veže.

Ako su ova dva elementa u ravnoteži onda ni jedan ni drugi ne pretjeruju oko svojih prohtjeva. Takav čovjek može imati obaveza, ali on u svom umu, kojem vlada vjetar, zna da je slobodan.

Ukoliko je manjak zemlje, treba se natjerati raditi. Rad je ono što zemlja najviše cijeni, jer se radom dolazi do rezultata. No čak i ako rezultati ne stižu ne treba odustati od rada, jer zemlja sve vidi i sve zna, a ona nagradi prije ili poslije. U tom slučaju vrlo je bitno uvidjeti da je rad jednako lijep kao i odmor. Uživati se može i u jednom i u drugom, a pogotovo kada odmor dolazi nakon rada. Ukoliko nema rada ni odmor nije kvalitetan odnosno intenzivan.

Jednom je jedan starac posadio nekoliko maslina. Jedan mu je prolaznik prišao te ga upitao. «zašto sadite masline kada njima treba puno godina da dobije plodove. Vi to sigurno ne doživite.» starac mu je odgovorio.

«Istina je ali onu maslinu s koje sam ja jeo nisam je ja i posadio.

Isus je rekao predajte svoju imovinu i krenite za mnom.

Krišna je rekao, sadite sjeme ali plodove prepustite meni.

Ako nam je zelja prejaka, ako stalno radimo i život nam se vrti oko imovine, tada bi trebali početi dijeliti, odnosno davati. Često su ljudi skloni pomisliti kad bi imali puno davali bi, ali zato nikada niti neće imati puno. Treba najprije dijeliti i ono malo što imamo, pa će nas zemlja nagraditi. A ako nas i ne nagradi, sigurno ćemo se dobro osijecati, jer kada dajemo tada dajemo sebi, odnosno kada dijelimo ustvari primamo. Muslimani imaju 5 pravila ili zapovjedi, a jedna od njih je da daju siromasima.

Uravnotežiti eter

Osvijestiti prostor kao jedno živo i sveprožimajuće biće. Slušati zvukove i biti ih svjestan što je više moguće. Izbjegavati elektroničke uređaje i što češće odlazak u prirodu. Slušati zvukove vjetra kad prolazi kroz šumu, cvrkut ptica, valove mora, šum rijeke što teče kroz korito, pljusak kiše i orkestar slapova, pucketanje vatre. Odlazak na neko visoko mjesto gdje je širok vidikovac, i promatrati nebo. Oblake po danu, i zvijezde noću.

Meditirati, slušati tišinu, pjevati, govoriti iskreno, slušati laganu ugodnu glazbu, sve to zatvorenim očima i na mjestima gdje vam nitko ne smeta.

Ako pak imate previše tendencija ka drugim svjetovima, ka apstrakciji, ili Bogu, a nemate nekog učitelja koji će paziti na vas, dobro je odmaknuti se s vremena na vrijeme od tih stvari i baviti se nižim elementima. Vrlo je tanka linija između šizofrenije i prosvjetljenog čovjeka.

Nemojte pretjerivati ni u čemu, ako niste uravnoteženi jer svaka akcija ima reakciju, a možda vam se cijena toga neće svidjeti.

Zato težimo ka ravnoteži i ne izdvajamo niti jedan element iznad drugog, ma koliko on izgleda uzvišeniji.

Sve je jedno, sve je Bog, sve je istina, sve ste to vi !

Svi elementi su u vama.

Boravak u prirodi

Za sve elemente vrijedi otići u prirodu, jer se tamo događa direktni kontakt sa vanjskim elementima.

No svaki element se drugačije ponaša u prirodi.

Onim ljudima kojima u tom trenutku vlada element zemlje, oni će u prirodi obavezno brati gljive, šparoge, trave za čajeve, ili bilo što, što će njima poslije biti od koristi.

Kad bi se umorili rado bi se odmarali uvijek na istom mjestu i po mogućnosti tamo izgradili sebi malu kućicu ili sklonište.

Oni ljudi kojima upravlja element vjetar, oni bi u prirodi uvijek nešto istraživali, i išli putovima kojima još nisu bili. Najradije bi da ne znaju kamo ih taj puteljak vodi.

Ljudi koji su pod utjecajem vatre, najradije bi u prirodi bili lovci. Rado bi se prikradali ili igrali rata.

Oni koji ispoljavaju element vode u prirodi bi grlili stabla i divili se živim bićima. Osjećali bi mirise cvijeća, snagu drveća, šuškanje lišća ili žubor potoka. Mogli bi stajati na jednom mjestu i uživati u njemu.

Oni koji su u elementu etera, lutali bi šumom bez cilja i svrhe, a možda bi i stajali na jednom mjestu, ovisi o tome što bi im tada došlo u glavu. No sigurno je da bi bili spojeni s prirodom i komunicirali sa njenim bićima. Bilo da su to životinje, biljke, patuljci, vilenjaci, duhovi, ili neka druga njima poznata stvorenja. Ili bi jednostavno doživljavali šumu kao živo biće.

Dakle dok radite na jednom elementu onda se ponašajte kako je napisano u prošlom tekstu, a kada prođete sve elemente, onda bi vaš izlet u šumu trebao da ispunjava sve gore navedene uvjete. A to znači:

Doživljavajte šumu kao živo biće i razgovarajte s njom, tražite nešto što se u toj šumi može naći ovisno o vremenu (ljekovite biljke), ako idete istom stazom bar jednom skrenite s nje da vidite što se nalazi iza tog kamena ili puteljka. Dotaknite bar jedno stablo ili pomirišite bar jedan cvijet. Budite oprezni sa životinjama i pokušajte ih izbjegavati. One ne vole da se ih ometa.

Okupajte se u moru rijeci ili potoku, odmorite na nekom vidikovcu, navečer zapalite vatru, a ujutro uhvatite izlazak sunca. Ako imate uvjete hodajte bosu.

Svaka je šuma drugačija i ima svoj karakter. Najbolje bi bilo da u početku idete u šumu s nekim tko je iskusan i tko će vas naučiti kako biti oprezan, čega se paziti, kako i gdje ložiti vatru, koje su opasnosti i kako djelovati u tim slučajevima, kako ne uništavati šumu i kako se ponašati u njoj.

Ovo nije priručnik te vrste te vam savjetujemo da si nađete jednoga.

Želimo vam puno lijepih trenutaka s prirodom

.

Jedna priča američkih indijanaca ide ovako:

Došao dječak sav zabrinut kod svog tate koji je bio i šaman plemena.

Dječak je imao je dva psa, jedan zločesti i jedan dobar ko kruh. Zločesti je pas svakog dana napadao dobrog a ovaj se morao braniti inače bi ga zločesti pas ubio. Svakog dana te borbe bile su oštrije i nakon njih oba su psa bila izgrizena i u sve težem stanju.

Dječak je zabrinuto upitao oca.

Što će se s njima dogoditi? Koji će od njih preživjeti?

Onaj kojeg budeš hranio, odgovorio je šaman.

Dva psa simboliziraju naše pozitivne i negativne strane karaktera.

Kod svakog smo elementa opisali na koji način da radimo na njemu, odnosno kako da ga uravnotežujemo, kako da iz njega izvučemo njegove vrline.

Logično bi bilo najprije uvidjeti na kojem elementu treba raditi, odnosno koji je taj kojeg trebamo hraniti, a kojeg držati pod kontrolom

Postoji puno načina da se odredi dijagnoza našeg stanja, odnosno da uvidimo koji element je trenutno zapušten, potisnut ili slab, te koji je dominantan, i koji ima kontrolu nad nama.

Jedan od tih načina je i introspekcija, odnosno promatranje nas samih. No u praksi se pokazalo da elementi znaju biti toliko moćni da ne dozvoljavaju razotkriti svoju vladavinu, te se odupiru našoj namjeri da ih osvijestimo.

Čak i ako nam netko drugi pomoću neke metode odredi stanje elemenata, bio on točan ili ne, mi smo u stanju zapamtiti ili uhvatiti se za ono što odgovara vladajućem elementu, a sve drugo zanemarimo, ili čak niti ne čujemo.

Drugi problem kod dijagnoze jest što je ona često kriva. Vrlo je važno tko vam čini dijagnozu, kojom metodom, kada i pod kojim uvjetima.

Zbog ta dva problema postoji jedno rješenje koje ćemo u ovoj knjizi istaknuti kao bitan savjet svima koji ga žele....

Savjet je slijedeći: Ne morate uopće vršiti dijagnozu, već samo radite na svim elementima jednako i oni će se sami izbalansirati. Nemojte zapostaviti niti jedan element, ili bar ne za dugo.

Ravnoteža među elementima je bitna iz razloga što svaki element ima u sebi elemente drugih elemenata. Kao što u simbolu jin – jang imate u crnoj boji bijelu točku i u bijeloj boji crnu točku, odnosno u velikom jinu je mali jang i u velikom jangu mali jin.

Dok radite na elementima, primijetiti ćete da vam neke stvari idu lako, da vam je to prirodno, ili da to bez problema činite nesvjesno, ili svjesno. Nemojte se zbog toga umisliti, ili uspoređivati sa nekim kome su te stvari teže nego vama, već je bolje da se koncentrirate na one stvari koje ne

možete, ili su vam teške. Možda neke i ne želite raditi. U tom slučaju dobro se zapitajte zašto je to tako. Sigurno se krije nešto iza toga.

Iz tog je razloga jedan Indijski mistik rekao; *sreća se ne nalazi u tome da radiš ono što voliš, već da naučiš voljeti ono što moraš raditi.*

Što to znači? To znači da će vam život namještatati situacije u kojima ćete imati priliku uravnoteživati elemente. Problem je taj što kada nama vlada jedan element mi ne želimo raditi na ravnoteži i te prilike nastojimo izbjeći pod svaku cijenu. Mi bi radili samo one stvari koje voli element koji trenutno vlada našim karakterom. Ukoliko sami ne dođemo do zaključka da treba prihvatiti izazove koje nam dolaze u život, život će nas prije ili kasnije na to natjerati silom, jer život se brine za ravnotežu svemira. Na nama je samo da naučimo prihvatiti i zavoljeti ono što moramo činiti. To ne znači da moramo učiniti sve što nam šef ili partner naredi, ali ako nam se situacije ponavljaju nešto iz toga moramo naučiti.

Nemojte misliti da vas ovaj program čini jednakima, da ima cilj kako bi svi bili jednaki. Istina je potpuno suprotna. Ovaj vas program čini slobodnijim u smislu da nakon njega možete raditi u životu što god hoćete. Više ste sada jednaki jedan drugima, nego što ćete biti poslije ovog programa.

Ljudske mane čine ljudima sličnim, a vrline ih čine različitim

Radite na svim elementima uvijek, i jednako, i imat ćete puno više «boja u slici.»

Evo vam jedan savjet kako to možete kvalitetno uraditi.

Program uravnoteživanja elemenata

Ovaj program sastoji se od 5 faza. To može biti 5 mjeseci, 5 tjedana, ili nešto između. Savjet vam je da to uradite na 5 mjeseci. Posvetite mjesec dana jednom elementu, odnosno svakom elementu po mjesec dana. Nakon tih 5 mjeseci, možete ponoviti program ali ga skratite na recimo 5 tjedana, zatim 5 dana da bi na kraju došli do toga da svaki dan posvetite svim elementima. Ukoliko budete dobro, odnosno kvalitetno uradili program od 5 mjeseci, neće vam trebati onaj od 5 tjedana, te nakon njega možete prijeći na 5 dana.

Dakle krećete mjesec dana sa jednim elementom.

Potpuno ga proučite. Čitajte o njemu i razmišljajte kad god vam se pruži prilika. Družite se s njim ako možete svakodnevno. Osvijestite ga u vašem tijelu i u prirodi. Pratite što vam se događa i zabilježite si iskustva. Možda ćete naći neka nova, samo vaša iskustva sa tim elementom. Ako radite to u grupi ili sa još nekom osobom tim bolje. Razmjenjujte iskustva, jer će vam tuđa iskustva možda pomoći ili dati nove informacije ili ideje. I zapamtite vaša iskustva su vaša i ne moraju biti kao i od onog drugoga.

Kada završite sa jednim elementom i kada pređete na slijedeći nastavite tretirati onaj koji ste već odradili, i tako ćete zadnji mjesec zapravo raditi na svim elementima. U jedan mjesec ćete toliko naučiti tretirati element da će vam to postati rutina i na to više nećete morati puno razmišljati. Na taj način vaša će energija uvijek biti usmjerena na novi element.

Dok radite taj program, izuzetno će vam pomoći nekoliko poteza na koje biste se trebali natjerati. Nemojte se bojati to uvesti u vaš program. To je samo jedna mala faza u vašem jako dugačkom životu, i kad ta faza prođe ukoliko želite možete ponovo vratiti stare navike i onu svakodnevnicu koju ste imali prije.

Dok traje program:

- isključite televiziju. Nemojte gledati TV. (možda i najbitnija stavka, o kojoj nemamo vremena razglabati). kompjuter također. Mailove možete čitati ali izbjegavajte surfati po portalima, čitati novosti, forume ili tražiti neke zanimljivosti. Dakle izdvojite se od svijeta u kojem živite. Neka on ne utječe na vas. Nemojte čitati novine.
- izbjegavajte kafiće, pogotovo ako ste njihov redovni konzumer. Ako se morate vidjeti sa prijateljima, prošetajte s njima po mogućnosti kroz prirodu.
- Odlazite što češće u prirodu, ako je moguće, svaki dan. (u tome ne možete pretjerati, jer bi najbolje zapravo i bilo da i živite u prirodi.
- Izbjegavajte masu ljudi. Morate se jedno vrijeme povući iz mase kako na vas ne bi utjecale, te vas ometale socijalne sredine.
- Što više vremena provodite sami.
- Pokušajte u tom periodu biti što smireniji, i što sporiji kako biste mogli pratiti što vam se događa.
- Ako ste dovoljno hrabri i odlučni, promijenite sve svoje navike, dnevne aktivnosti, potrebe, poroke, sve ono što inače radite kako biste svu pažnju okrenuli prema svom vlastitom proučavanju sebe i okoline.

Najbolje bi bilo da ovaj program odradite u nekom potpuno novom mjestu. Da se odselite u novi grad, selo ili u šumu. Da otiđete na putovanje ili u neki samostan. U Indiji takva mjesta zovu Ašram, što bi bilo hinduistički samostan. No problem je u tome što svaki ašram ima neku već svoju rutinu, odnosno program koji najčešće određuje učitelj. Vama treba mjesto gdje ćete vi biti vaš učitelj. Ašrami ne trebaju biti unutar 4 zida. Najveći ašram ipak je onaj unutar nama.

Naravno, nema svatko priliku niti volje da otiđe negdje, ali i ne mora. Dovoljno je da se posveti promatranju elemenata u tom periodu. A ako pritom uvede i gore nabrojane stavke u svoju svakodnevnicu, njegov život imat će veliku, veliku šansu da se okrene u nekom drugom smjeru. Da se

vaša svijest malo proširi i da postanete gospodar vašeg života, bar u onoj mjeri u kojoj vam svemir dopušta.

Vrlo ćete brzo uvidjeti koje vam stvari smetaju, koje trebate promijeniti, i koje vam čine život bogatijim.

U sljedećem tekstu pojasnit ćemo neke stavke iz prethodnih tekstova, malo dublje ući u njegovu srž i detaljnije opisati praksu koja se ovdje nudi. Neke će se zato rečenice ponavljati ali to je samo iz razloga da ih bolje upamtimo.

Vatra

Prvi element na kojim biste trebali raditi jest Vatra.

Vatra je moć, snaga volje, samopouzdanje, borba i sve onšto će vam trebati da ostvarite taj program.

Nije lako poduzeti ovaj korak, i ako nemamo jaku vatru, vrlo ćemo se teško nagovoriti da počnemo sa programom. Ovdje postoji mali problem koji ćemo lukavo riješiti.

Počnite sa Vatrom lagano, i postepeno pojačavajte tretman.

Svako jutro kad se probudite izađite vani ili na prozor i **pozdravite sunce**.

Oдите gledati **zalazak sunca**, kad god možete. Gledajte u sunce i razmišljajte kako sunčeva energija ulazi u vaše tijelo i budi energiju vatre. Budi vatru koja ima moć da učini sve što želite. Npr. Želite za ovu prigodu isključiti TV ali je ta ovisnost jača od vas. Samo jaka vatra može bez problema donijeti odluke koje tijelo mora poslušati. Ako nemate jaku vatru teško će vam biti ugaziti TV a da ne kažemo neke ostaviti pušenje, ili neki drugi porok. Vaše navike, a pogotovo one u kojima uživajte trebali biste ih privremeno odbaciti, i zato je Vatra najbitniji element za odraditi u početku.

Dakle **gledajte u sunce, ili svijeću ili u vatru** vašeg kućnog kamina. I zamišljajte si da postajete sve moćniji, sve odlučniji, i sve jači, jer zaista se gledanjem u vatru to i postiže. Osvijestite tu vatru kao živo biće, volite je i zahvalite joj se.

I kada budete spremni na prve korake odricanja, promjene navika, ili sl. Učinite to bez predomišljanja. Najbitnije je za vatru da kada nešto odlučite da nikako ne promijenite odluku, jer bi to značilo da je vaša slabost nadjačala vatru i da vatra gubi svoju snagu. Ako naprimjer odlučite da prestanete pušiti, učinite to postepeno ukoliko niste sigurni da to zaista i možete. znači odlučite da nećete zapaliti cigaru jedan dan. Taj dan nikako ni pod koju cijenu ne smijete zapaliti cigaru. Nemojte se zavaravati sa mislima ja to mogu nije tolika frka i onda zapalite jednu jer ionako ste shvatili da to možete. Nemojte ju zapaliti zato jer ste rekli da nećete i ako prođe dan a da niste posegnuli za duhanom vaša će vatra pobijediti i dokazati svoju moć, te će se time znatno nahraniti i osnažiti. Sljedeći je korak naravno 2, ili 3 dana, itd.

(napomena, ako gledate u zalazak sunca ili izlazak, trebalo bi gledati postepeno 10 sekundi prvi puta i svaki puta povećati za 10 sekundi. Više o tome proučite na internetu pod imenom «solarna joga». Sa svijećom ili vatrom u kaminu ne morate gledati na sat. Svijeću stavite na jedan metar od sebe u visinu očiju. Do 15 min gledanja sasvim je dovoljno. Držite kičmu ravno dok sijedite i gledate jer je to položaj vatre i pravi se ratnici tako drže, a energija vatre će lakše teći kroz vaše tijelo.

Ako nemate kamin, navečer upalite svijeću. Još bolje je ako isključite električnu rasvjetu, cijelu večer, odnosno da je uopće niti ne palite.

Uglavnom , cilj vam može biti da svakog dana ujutro gledate izlazak sunca, a navečer uz kamin ili svijeću odete spavati.

Započnite dan s vatrom i završite ga s vatrom.

U međuvremenu dok gledate u vatru, promatrajte što se zbiva u vama, i da li vaša moć odluke postaje snažnija. Svaki dan nametnite si neke male testove.

Sljedeća bitna stavka je pričanje. Vatra je ego, a on voli da priča ili na bilo koji način da dođe u centar pažnje. Najbitnije za vatru, odnosno za pričanje je kontrola. Idealno bi bilo da **šutite**, ali tko ,može i tko ima mogućnosti da šuti mjesec dana. Možda samo onaj tko živi u prirodi, ili će ovaj program odraditi negdje u nekom drugom mjestu gdje ga nitko ne poznaje. Dakle pričajte samo ono što morate. I jako, jako dobro promatrajte koje rečenice izlaze iz vaših ustiju. Ako ne možete biti u društvu a da ne pričate puno, nemojte niti biti u društvu to vrijeme. Kroz pričanje vatra se hrani tuđom pažnjom ali gubi svoju snagu, jer za uzvrat najčešće ne daje ništa. To je kao kod logorske vatre. Ako ju se ne kontrolira ona bi pošla u sve smjerove i izazvala požar. Taj bi požar kratko trajao jer bi vatra vrlo brzo iscrpila svoje resurse, a pritom bi i naštetila okolini. Isto je sa riječima. Riječi su moćne i treba ih držati pod kontrolom.

Odaberite si jedan dan i odlučite da taj dan nećete ni s kim pričati. Ako treba izolirajte se u kuću, šumu ili odite na jednodnevno putovanje. To će isto tako ojačati vašu snagu volje. Ukoliko ni to ne možete, probajte se ograničiti u riječima. Što manje pričati.

Oblačite se taj mjesec jednostavno i ničim ne skrećite pažnju na sebe. Budite usmjereni prema sebi, odnosno unutaranjem biću. **Budite neprimjetni.**

Dok ste u društvu, promatrajte kako se svaka vatra, svaki ego samo bori da kaže nešto kako bi bio u centru pažnje. Svi jedva čekaju da dođu do riječi, a ono što će pričati zaista je nebitno. Ili o sebi, ili će tračati drugoga, ili će govoriti kao da su oni najpametniji, ili će htjeti podijeliti svoja iskustva, ili reći svoja mišljenja, što na kraju uvijek dođe do istoga. Sasvim je svejedno o čemu se priča, jer onaj tko priča uvijek je u centru pažnje. Nitko ne priča ako ga se ne sluša. Ako vas upitaju da i vi nešto kažete, pokušajte bez puno riječi, postaviti im neko pitanje i oni će ponovo pričati.

Ovo će za neke vjerojatno biti i najteže odricanje programa, ali za takve je to i najbitnije. Ne bojte se to je samo period od mjesec dana, i zatim se možete vratiti čemu god budete željeli se vratiti.

Vatra gubi svoju pravu snagu kada priča ono što nije potrebno. Slična je poslovice iz židovske biblije gdje kažu: ne spominji božje ime uzalud.

Dobro je reći nešto ako nas netko pita, ili na taj način pomoći nekome, ali u protivnom sve je to samo gubitak energije, jer samo sebično uzimamo pažnju, a ne dajemo ništa zauzvat.

Primjer vatre je da ona pleše i na taj način privlači pažnju no isto tako i daje nešto tim promatračima, daje im ples. Ples je nešto što ljudi vole gledati jer se njihov um umiri.

Možete i sami provjeriti ovu vatrenu razliku. Promatrajte logorsku vatru dok pleše ili onu u kaminu, i vidjet ćete da vas to umiruje, te da biste mogli satima buljiti u nju i uživati. S druge strane probajte slušati nekoga tko voli puno pričati i voditi monologe. Taj će vas vrlo brzo umoriti, jer crpi vašu energiju a ne daje vam ništa, čak vas i tjera da razmišljate ono što možda ne želite. Kad morate razmišljati nešto što ne želite, tu gubite veliku količinu energije, postajete nervozni i iscrpljeni.

Zato možete umjesto pričanja pažnju privući nekom vrstom plesa i na taj način dati ćete tim promatračima nešto za uzvrat.

Možete izvoditi neke **predstave i nastupe** tipa glume, plesa, sportske egzibicije, žongliranja, i bilo što, što će vas ljudi rado gledati. I zapamtite da to radite zbog njih, odnosno da im služite.

Ako jedan nogometaš misli da su na utakmicu ljudi došli zbog njega, u velikoj je zabludi, on neće biti uspješan, on je taj koji je na stadion došao igrati za njih. Da bi oni uživali. Da to nije tako on nikada ne bi dobio novac za to što radi.

Ako ne radite ništa od toga onda vam preporučujem jedan izvrstan ples s vatrom.

Možete birati između štapa i poi. Poi je ljepši za žene a štap za muškarce. Naučite vrtiti poi (2 lanca ili špage oko pola metara do jednog metra duge, na kojima je na kraju pričvršćena neka loptica) ili štap visine od ramena do brade na kojim je sa svake strane također omotana krpa ili neka manja težina radi bolje vrtnje.

Kada ovladate tu vještinu možete na rubovima poi ili štapa, odnosno umjesto krpe i loptice omotati kevlar (aklo nemate kevlar možete neki drugi prirodni materijal koji gori ...npr pamuk). Umočite ga u parafin i zapalite vatru.

Ovaj ples sa vatrom odnosno dok vrtite tu vatru oko vas ljudi obožavaju gledati, a vi ste u kontaktu sa vatrom.

Ova je vještina toliko moćna da će vas očarati čim prvi puta zaigrate s vatrom.

Ako se bojite još bolje, neka vam ta tehnika posluži za razbiti strah s vatrom.

Pazite samo da si ne zapalite kosu, odjeću i ono najvažnije, držite spremnik sa parafinom daleko od vas i zatvorite ga odnosno zaštitite.

Nemojte paliti vatru u zatvorenim prostorima, niti u prirodi gdje je opasnost od požara velika. Budite oprezni s vatrom.

Moć vatre treba upotrijebiti da bi služila drugima, da bi ih vodila, a ne kontrolirala i zapovijedala.

Postoji još jedan kontakt s vatrom koji možda više jača snagu volje od bilo čega drugog.... **Hodanje po žeravici.**

Nemojte to propustiti. Saznajte gdje se to odvija i otiđite na to iskustvo s vatrom.

Mnogi su ljudi ti prošli i sve više ih prolazi. Svi to mogu samo treba odlučiti.

Kada budete imali dovoljno snage volje poduzmite neke veće korake, kako biste dokazali vatri da je ona postala još moćnija.

Pobijedite neke svoje **mane ili strahove.**

Sramota je jedan dobar izazov. Svi se mi sramimo, netko manje netko više. Ako mislite da vas nije sram ništa probajte pitati nekog vašeg prijatelja da vas izazove na tom području, ali vjerujte u startu već ste izgubili. Nemojte raditi sulude akcije bespotrebno. Budite racionalni i taktični. Budite stratege, jer ukoliko se igrate previše sa vatrom mogli biste završiti u ludnici, a to nije nikako dobro za vas. Ako netko zaista ima hrabrosti da prošeta gol po svom gradu, i da obavi veliku nuždu pred svima, te da se malo poigra sa tim stvarima što izađu iz tijela, a pritom da pjeva neku dječju pjesmicu, ili nešto slično zaista ne bi smio to učiniti. Samo ako ima namjeru otići iz tog grada, ili ako mu nisu bitne posljedice. Ljudi su nesvjesni a masa ljudi je jako primitivno živo biće i mogao bi vam naštetiti.

Postoje niz drugih manjih ali nimalo lakih testova da se ispita vlastita sramota. Može se napraviti jedan timski igrokaz na tu temu, a zabava je zagarantirana. U svakom slučaju mnogi ljudi imaju velikih problema sa sramotom, a to ne bi trebali imati. Ako nam je vatra dovoljno snažna onda ona ima toliko samopouzdanje u sebe da joj ne smeta niti ako joj se cijeli svijet ruga. Jaka vatra ne mora nikome ništa dokazivati. Samo slaba vatra ima potrebu da se dokazuje, jer zna da je slaba i ne želi sebe odati takvu.

Dok radite na vatri probajte si nametnuti bar jedan test sramote i pokušajte nadjačati taj osjećaj manje vrijednosti. Sjetite se da su svi ljudi jednaki i da nitko nije bolji ili lošiji zbog bilo čega.

Isto to napravite i sa svojim strahovima, jer svatko od nas ima neke strahove a vatra je jedina koja ih može uništiti.

Otkrite svoje strahove i kad budete spremni suočite se sa njima. Jer vatra sve može, pa čak i pobijediti svoje strahove.

Učinite ono što niste mogli prije učiniti, jer su vas strahovi kočili.

(evo nekoliko strahova koje imaju mnogi a koji nisu opasni po život:

strah od gubitka,

strah od nastupa

strah od nepoznatog

strah od visine

strah od mraka

strah od toga što će nam netko reći

strah od neuspjeha

Vatra je povezana sa sportom zbog same prirode sporta a to je natjecanje. Vatra je ta koja se natječe, ali samo zato da bi se dokazivala.

U ovom segmentu budite pažljivi. Ukoliko se bavite nekim sportom ili bilo kojom vrstom natjecanja, nemojte to činiti taj mjesec. To će biti već dovoljan trening vatre, jer ona želi takmičenje. Ukoliko se oduprete tom izazovu vatra će ojačati. Ako ste pak onaj koji nema dovoljno samopouzdanja za natjecanje vama ne bi škodilo da zaigrate neku utakmicu bilo čega, ili se prijavite na natječaj bilo čega i svjesni da ćete izgubiti neka vam to bude sasvim nevažno. Važno je **pobijediti samog sebe**.

Evo još jedne male pomoći. Ako se natječete, bez obzira koliko vatre imate neka vam cilj bude da izgubite.

Uvijek je važno samo pobijediti svoje slabosti.

U periodu vatre dobro je otići na neke radionice ili bilo kakve seminare, škole osobnog razvoja.

Post je još jedna dobra praksa za Vatru. Jedan dan odlučimo ništa ne jesti. Najbolje u nedjelju, na dan sunca ili utorak na dan vatre. Taj dan nemojte jesti ništa čak i voće. Možete piti samo običnu vodu. Nemojte misliti kako je to ekstremno. Muslimani poste mjesec dana svake godine, doduše samo po danu, a kad padne noć onda jedu. No i taj je post moćan dovoljno. Neki postovi traju 21 dan, a neki ljudi navodno ne jedu nikada. Poznato je da se ta potreba za hranom nadomjesti solarnom energijom odnosno tehnikom gledanja u sunce.

Jedan dan u tjednu bit će vam sasvim dovoljno. To će itekako pojačati vašu snagu volje.

Zatim odlučite da taj mjesec, nećete upražnjavati seks. Mjesec dana **apstinirajte**. To će također jačati vatru, jer sve čega se odričete a tijelo vam prkosi tome, dobro je za jačati snagu volje. Sljedeći mjesec prije nego počnete ponovo upražnjavati seks dobro proučite element vode jer će vam ona nešto u vezi seksa objasniti.

Na kraju, vaša moć odluke mora biti toliko jaka da sve što vam padne napamet možete to i učiniti.

Kupati se zimi u moru, ili tuširati hladnom vodom. Gledati izlazak sunca, postiti koliko želite, provesti dan pa čak i noć sami u šumi. O prestanku ovisnosti poput alkohola, droga, cigareta i kava ne moramo ni pričati. Na to će se uvježbana vatra samo slatko nasmijati.

Ima ljudi koji sve to mogu, a zašto vi to ne biste mogli ?

Razlika je samo u snazi vaše osobne volje.

Volja je pokretač svega. Volja je iskreirala ovaj svemir.

Ako zamišljamo da je neko biće poput Boga iskreirao ovaj svijet, onda je sigurno to učinio snagom volje.

Kada vaša snaga volje bude dovoljno jaka da preuzme život u vlastite ruke, vaše će namjere biti od tada realizirane.

Vatra je povezana sa osjetilom vida, pa je najbitnije gledati u vatru ili sunce, ali isto tako možete trenirati vid tako što ćete promatrati boje. Pogledajte u ovom trenutku oko sebe, i probajte promatrati boje, umjesto predmete koje vidite. Ne jednu boju po jednu već sve boje odjednom. To trenirajte svakodnevno, kad god se sjetite, jer je takva vrsta promatranja toliko moćna da o njoj sada nemamo toliko vremena da ju objašnjavamo. Jednostavno **promatrajte boje**.

Kada budete radili sa vatrom, sve što odlučite napraviti taj mjesec, najprije odredite koliko ćete to raditi i na koji način, i držite se toga kao svog vlastitog zakona. Zadnji tjedan u mjesecu neka bude najzahtjevniji. Svaki dan postavite si nove granice, nove **izazove**, jer ćete nakon toga u životu lakše rješavati probleme. Riječ problem možete preimenovati u riječ izazov i tada je sve puno lakše.

Vatra voli izazove jer ona je ta koja ih može svladati.

Postavite si velike izazove, jer nakon tog mjeseca vatre, svi ostali mjeseci zaista su lagani. Ni jedan drugi element nije zahtjevan kao vatra.

I zapamtite, da sa svom tom snagom volje, sa svim uspjesima koje ste postigli radeći sa vatrom, vi niste nimalo bolji od drugih. Vi ste samo drugačiji.

Vatra je nakraju uspjela pobijediti svoje slabosti i svoje mane. To je njen uspjeh, njena veličina i moć.

Jedan veliki indijski guru, Sai Baba je rekao «nije znanje moć, već karakter»

Dakle, **odricanje** bilo koje vrste, bilo čega jača snagu volje, odnosno vatru. Što su vam odricanja teža tim bolje. Ako vam neko odricanje ide lako, nađite neko teže, sigurno ga imate. No najbitnije je odreći se vaših poroka, odnosno one stvari koje vam u životu smetaju ili vas koče, ili su loši za vas na bilo koji način.

Zamislite da se lagano rukom približavate vatri dok gori i osjetiti ćete kako vam vatra govori Neeeeee. Ona vas upozorava, govori vam nemojte me dirati. Ona je opasna, za razliku od vode koja vas mami i govori vam DA, uzmi me.

Dakle najbitnija riječ u mjesecu vatre neka vam je NE.

Osim stvarima kojima ste se posvetili, osim programa koje ste si prepisali, osim vaših izazova nemojte raditi ništa drugo. Provedite mjesec dana što više sam sa sobom i svima drugima, i drugim stvarima kažite NE. Naravno pazite da nekog ne povrijedite ili da ne budete arogantni. Odbite ih na lijepi način. Objasnite im da iz nekog razloga ne možete se družiti s njima. Ako to učinite samouvjereno, odlučno i s puno poštovanja prema drugima oni vam neće zamjeriti. Ima onih ljudi koji teško nekome kažu NE. Za njih je ovo najvažnije.

Kada prođete program vatre i pređete na vodu, nemojte zapostaviti vatu.

I dalje se družite s vatrom, gledajte sunce, palite svijeće, kontrolirajte svoj ego, svoje govore. Borite se protiv svojih mana i ne tražite za njih priznanje i poštovanje. Jaka vatra zna svoje moći i ne mora to nikom dokazivati, jer dokazivanjem samo gubi povjerenje u sebe.

Voda

Sljedeći mjesec posvećen elementu vode, je vrlo bitan kao protuteža vatre.

Ako ste odradili vatru kako treba, napunili ste energije i sada ju morate usmjeriti u pravi smjer. To znači da vam je potrebna voda kako ne bi došlo do krivih poteza u smislu ovog programa.

Voda je ponizna, prilagodljiva, nježna, brižljiva i sve ono što vatra nije. Dok je vatra sebična voda će žrtvuje. U mjesecu vatre usmjerili ste se prema sebi i svemu ostalome rekli ste NE, sada je vrijeme da se posvetite drugima. Sada je vrijeme da svima i svemu kažete DA. Prihvatite stvari koje vam budu dolazile ovaj mjesec.

Voda ima jednu veliku vrlinu kojoj je potrebno i vatri kako bi ju ljudi voljeli i slijedili. Jer vatra zna voditi, ali ukoliko nema vode odnosno njenu najveću vrlinu onda će to vodstvo biti kratkog vijeka. Najveća vrlina vode je sposobnost da se brine.

Voda se brine o svim živim bićima na ovoj zemaljskoj kugli i održava njihov život.

U mjesecu vode trebamo se posvetiti brizi i njezi, sebi i drugima.

Dakle prva i osnovna stvar u mjesecu vode jest **svjesno piti vodu**. Na taj način početak ćemo se družiti s vodom. To možda izgleda jednostavno i lagano u početku, ali voda se pije nekoliko puta na dan, i trebalo bi se uvijek prisjetiti da ju pijemo svjesno. Što to znači:

Osim što pratimo svaki gutljaj kako prolazi kroz naše unutarnje organe i ne mislimo na ništa drugo osim njega, trebamo toj vodi koju pijemo iskazati zahvalnost i ljubav. Iz jednostavnog razloga, jer tijelo treba vodu da bi održavalo život. Voda sposobnost da upije sve informacije koje joj se upute i da djeluje kako joj se kaže.

To znači da bi prije prvog gutljaja vode trebalo uzeti čašu ili flašu u ruke i dati joj pozitivne misli. Ukoliko pijete vodu iz špine ili izvora upotrijebite svoje ruke, da bi voda prošla kroz vaš kontakt i prikupila informacije. Neki narodi u Africi vodu piju kroz ruku čak i iz čaše. Nije to razlog što ne znaju piti iz čaše već znaju moći elementa vode.

Voda može da izliječi svaku bolest, samo ju treba dobro naputiti. Već smo ranije spomenuli da se muslimani vodom služe na taj način, i da njihovi hođe često liječe druge ljude običnom čašom vode, ali su joj nešto izmolili prije upotrebe.

Možete vodi dati bilo koju informaciju ili namjeru, ali i ne morate. Dovoljno je da joj predate ljubav i zahvalnost.

Japanski istražitelj Masaru Emoto napisao je više knjiga o tome i pokazao kako voda radi prekrasne kristale ako joj se usmjeri pozitivna misao.

Izbjegavajte piti kupljenu vodu iz plastičnih boca, jer plastika ispušta otrovne plinove kad se zagrije na 50 stupnjeva. Problem tih boca jest prijevoz i skladištenje gdje su nekad temperature dovoljne da plastika zagadi dobru vodu. Ako vam voda iz vodovoda nije čista kupite si one bokale sa filtrima. To se za sada pokazalo kao najbolje rješenje za vodu.

Danas je sve teže naći izvor dobre vode, pa je zato i sve bitnije da ju malo tretiramo prije nego ju popijemo.

Osim što ćemo u mjesecu vode piti vodu svjesno, možemo se koncentrirati na njen **okus**, jer element vode ima osjetilo okusa. Mala je razlika okusa od vode do vode, ali dovoljna da je tijelo prepozna. Taj mjesec možemo posvetiti osjetilu okusu. Sve što jedemo i pijemo moramo što više odvajati okuse i proučavati ih svjesno. To je radio i Leonardo Davinci. On je usavršavao sva osjetila i možda zato postao genijalac.

Najviše jedimo voće, a trebalo bi što više izbjegavati meso. Ako niste **vegetarijanac**, budite to tih mjesec dana. Ukoliko imate moć vatre koju ste u prošlom mjesecu ojačali to vam neće predstavljati nikakav problem. Vegetarijanci su bili i Leonardo Davinci, Nikola Tesla, Albert Anstajn, Sokrat, Platon i mnogi drugi učitelji istoka i zapada.

Posvetite se taj mjesec **zdravoj prehrani** i zdravlju uopće. Ako ne znate puno o tome, vrijeme je da saznate. Pitajte, čitajte googlajte, izmjenjujte informacije i družite se sa ljudima kojima briga zdravlju u životu svakodnevnica.

Kada jedete, jedite što polakše, žvačite hranu što duže i obratite pozornost na njene okuse. Ako inače brzo jedete hranu onda će vam ovaj zadatak biti problematičan. Kako biste izbjegli brzo se hraniti, jedite prije nego ste ogladnjeli, i žvačite toliko dugo i sporo dok vam ne tijelo upije svu vrijednost hrane i prije nego ju proguta. Na tečaju makrobiotičke prehrane, najprije se uči žvakati.

Treća stvar je **kupanje u vodi**. Dakle, u moru, jezeru, oceanu, potoku, rijeci, izvoru, ispod slapova, ili kadi. Ako slučajno niste od onih ljudi koji se svakodnevno tuširaju, obavezno to učinite ovaj mjesec. Tuširanje pod obavezno, ali i što češće kupanje u kadi ako nemate priliku u prirodi. I dok to radite, budite svjesni vode, i njene nježnosti. Neka vas valovi mora nježuju, neka vam tijelo lebdi u blagostanju vode.

Toplu i hladnu vodu također bi trebali koristiti redovno. Što topliju, i što hladniju, jer na taj način nećete tek tako razmišljati na bilo što drugo osim vode, i biti ćete potpuno tu i sada. Hladna voda osim toga probuđuje naše tijelo koje možda i spava. Znae i sami da ako se ne možete probuditi čak i ako se vaše tijelo dignulo iz kreveta to može sigurno uraditi hladan tuš. Ali za to treba puno volje koju smo možda dobili od vatre.

Probajte tjedan dana svako jutro istuširati se hladnom vodom i vidjet ćete kako vam odmah dan izgleda puno kvalitetniji. Učinite to tako što ćete se najprije tuširati sa jako toplom vodom, da se tijelo ugrije, i da ispere prljavštinu koja se krije u koži, a zatim ćete pred sam kraj tuširanja ručicu okrenuti skroz na plavu boju. U početku će nekoliko sekundi biti sasvim dovoljno da tijelo polije hladna voda. Odmah nakon prvog tuširanja osjetiti ćete bitnu razliku u vašem energetsom tijelu.

Dok se kupate u kadi ili ispod tuša, izbjegavajte šampone koji nisu prirodni, jer ih voda jednostavno ne voli, a ljudsko zdravlje još manje.

Dakle svakog jutra u mjesecu vode prvu stvar kojoj se morate posvetiti jest voda. Ili se istuširajte čim se dignete, ili još bolje ako idete gledati izlazak sunca, pored mora ili rijeke da se u njoj okupate. Zimi također.

Navečer je najbolje topla kupka u kadi, ili topli tuš. Dakle započnite dan s vodom i završite s vodom. (nemojte zaboraviti na vatru).

Pošto je voda zadužena za **očuvanje zdravlja**, trebali bi se taj mjesec posvetiti svom zdravlju. Otiđite na bilo kakve tretmane koje vam mogu u tome pomoći. Pijte puno čajeva, i izbjegavajte sokove sa konzervansima.

Masaže, saune, i ostale **tretmane njege**, voda jednostavno obožava, a vi ćete time postati senzibilniji i osjećajniji. Ukoliko ste čovjek, naročito muškarac, koji se malo brine o tim stvarima, teško će vam biti podvrgnuti se nježnostima vode, ali takvima je vjerujte to i najbitnije. Uživajte u tom hedonizmu zajedno sa partnerom ili obitelji ili prijateljima s kojima ste emotivno povezani, ili se želite povezati.

Što se tiče zdravlja, od svih tretmana mogli bismo izdvojiti jedan jer je direktno povezan sa vodom. **Klistir.** Jako je dobro povremeno očistiti crijeva, i zato odite u ljekarnu, kupite si potrebnu spravu i učinite to u mjesecu vode. U ajurvedi je to sastavni dio pripreme liječenja tijela kad je u pitanju neki veći tretman. Eseni također tvrde da je Isus govorio o klistiru kao jedan od 4 načina očuvanja zdravlja, ili liječenja. Uputstva za klistir dobit ćete u kutiji sa posudicom. Uglavnom, napunite posudicu 2 litre mlake vode. Umetnite si drugi kraj cjevčice u anus i opustite se dok vam voda teče u crijeva. Kada osjetite da više ne stane, doći će vam automatski da odete na wc.

Jedan dobar tretman vodom koji također preporučamo je čišćenje jetre. Uputstva o tome možete naći na internetu.

Voda bi trebala ublažiti vaš oštri karakter i aktivirati **više osjećaja i nježnosti**. Ukoliko toga imate i previše, moć vatre poslužiti će vam da kontrolirate svoje emocije i uvedete ih u red. Nije grijeh zaplakati, dapače vrlo je čarobno proliti suze, ali je teško isplivati iz velikih dubina ako se prepustimo emocijama kao oceanskim strujama. Treba naučiti plivati. Plivanje nije besmisleno mlataranje rukama i nogama i urlanjem upomoć. To rade ljudi kada se tope a ne znaju plivati. Isto je sa emocijama. Treba se smiriti, uzeti puno daha u sebe, i ne paničariti, jer biste mogli učiniti velike pogreške.

U mjesecu vode najbitniji su osjećaji i na njih treba obratiti pažnju. Cijelo vrijeme kroz period programa vode pitajte se i promatrajte kako se osjećate. Nemojte o tome razmišljati već pokušavajte osjetiti.

Ljudi uvijek donose drastične odluke pod velikim emocijama. Zato uvijek trebamo biti **blagi prema emocijama** kao što je voda blaga prema nama.

Evo jednog primjera. Posvađate se sa vašim partnerom i u velikim izljevima emocija kažete mu nešto ili napravite nešto što kasnije požalite, te se morate ispričavati. Neke od takvih reakcija nemaju povratka. To se dešava samo zbog emocija. Zato se ne smijemo prepustiti dubokim emocijama. Oceani su jako, jako duboki. I ponekad se znatiželjni ronionci ne uspiju vratiti na površinu.

Nažalost u svijetu ima puno zloupotreba znanja kao što je taj a ljudi pod emocijama čine trivijalne akcije. Tom se zluporabom služe sve institucije koje žele kontrolirati ljude. Čisti primjer vam je religija koja vam od malena usađuje emocije prema svojim božanstvima, potrošačko društvo koji reklame na koje se emocije odmah lijepe kao pčela na med. Političari i državne institucije koji zastavu svoje nacije uzdižu na svakom koraku i koji će kad im zatreba upotrijebiti istu, a zbog t zastave manipulirana će masa otići skroz do svog vlastitog groba. Sve za svoj narod. Odakle tolika emocija prema svom narodu, prema tuđim idealima, i prema običnoj tv reklami. To su programi koji su svjesno stvoreni radi nečijih osobnih ciljeva i interesa.

Zato u vodu treba usaditi ljubav, poniznost, suosjećanje.

U mjesecu vode, trebamo se **posvetiti i drugima** koliko i sebi. Napravite pregled svih vaših bližnjih i upitajte se ili njih da li im što treba da li im treba pomoć, da li su zadovoljni, itd, jer vi i jeste oni.

Ne čekajte od prijatelja da vas pita za uslugu, nego ju vi njemu ponudite. To je uslužnost, to je voda. Voda ne čeka da ju biljke zovu, ne ona je našla put do svake biljke i brine se o njima bez obzira na njih.

U našem današnjem društvu, postoje uslužne djelatnosti, tipa restoran. Onaj tko vas uslužuje odmah dođe do vas da vas posluži, a ne čeka da vi dođete do njega.

Tako bi trebali s prijateljima i voljenima. Uvijek ponudite svoju pomoć, pitajte i brinite se za njih.

Iz tog je razloga jedna vatra, jedan izvrstan vođa koji ima vode, sposobnost da se brine u potpunosti uravnotežen u svom vodstvu. Njega će ljudi slijediti jer ljudi vole da se netko za njih brine.

Biti zbrinut, biti uslužen jest najlijepši osjećaj na svijetu. Možda je samo jedan osjećaj lijepši od biti služen, a to je **služiti**.

Suprotno služenju je sebičnost. Pazite da ne budete sebični kada radite na vodi ili na bilo kojem drugom elementu osim vatre. Evo primjera kako je to lako nesvjesno uraditi.

Jedan se duhovnjak pripremao za molitvu. To je bio njegov svakodnevni ritual i na taj način osijecao se sve bliži Bogu. Zaključao bi vrata, zatvorio prozore, navukao zastore, isključio sve zvukove, mobitel i rekao svojim bližnjima da ga ne ometaju tih pola sata. Samo što nije počeo moliti, kad mu netko zazvoni na vratima. Provirio je kroz prozor da vidi tko je. Nije poznao čovjeka na vratima, te mu nije niti otvorio. Ponovo je sjeo na svoje mjesto i počeo moliti, ali zvono je ponovo zazvonilo. Sada već ljut duhovnjak otišao otvoriti vrata i upitati čovjeka što želi. Stranac je bio prosjak i tražio je od domaćina nešto novaca za kruh jer je bio gladan.

Domaćin mu je s glumačkim osmijehom zatvorio vrata u lice i otišao moliti. Molio je svoju uobičajenu molitvu:

-O bože, molim te ukaži mi se, dođi k meni, kaži mi što da činim, jer ja te volim i ja želim da ti služim.

-

Na njegovo sveopće zaprepaštenje, tog dana čuo je glas koji mu je odgovorio.

- Ja sam ti došao malo prije na vrata, ali ti me nisi pustio unutra. – rekao mu je Bog.
- Ali nisam te prepoznao Bože, oprost mi molim te, tko bi rekao da ćeš mi doći u obliku prosjaka. Daj mi još jednu šansu molim te, dođi mi ponovo.- molio ga je razočarani domaćin. Sljedećeg dana u isto vrijeme on napravi istu stvar. Pripremi se za molitvu kad zvono ponovo zazvoni. Domaćin sav sretan potrči na vrata nadajući se da je onaj prosjak stigao. Otvorio je vrata i ugledao svog susjeda koji je došao na šalicu čaja.

Razočarani domaćin rekao je susjedu kako nema vremena za čaj jer ima nekog važnog posla. Vratio se svojoj molitvi i ponovo prizvao Boga na isti način.

. -O bože, molim te ukaži mi se, dođi k meni, kaži mi što da činim, jer ja te volim i ja želim da ti služim.

-

Bog mu ponovo progovori i kaže:

- Ja sam opet došao maloprije na tvoja vrata ali ti me ponovo nisi prepoznao. Doći ću kad budeš spreman.

Služeći drugima služimo i samom Bogu odnosno sebi samome.

Posebno se voda odnosi na partnere. Odnosi u kojima nema emocije, nisu pravi ljubavni odnosi, i neće trajati dugo. A to se vrlo dobro vidi u seksu. Voditi seks kao sport jest vatrena stvar. Strast u seksu jest čista vatra, i to nema veze sa emocijama i sa vodom. Umjesto upražnjavanja seksa partneri bi trebali **voditi ljubav**. To je skoro isto ali je toliko različito da se u vođenju ljubavi neminovno osjete emocije. O tome postoji cijela nauka koja se zove Tantra. Nećemo sada u potpunosti objašnjavati tantru, ali jedan važan segment vođenja ljubavi za muškarce je ne prouzročiti orgazam, jer je tada gotovo. Ukoliko se zaustavite na vrijeme, s vremenom ćete moći doživjeti puno bolji i puno duži orgazam nego što ste imali prije. Žene su u principu rođene tantriskinje. Zato što je voda ženski element kao što je vatra muški. Pogledajte samo tko služi u domu, tko kuha, pere, i tko se više brine za obitelj i djecu. Ali danas i mnogi psiholozi, i učenjaci pričaju o važnosti vođenja ljubavi, te uvrstavaju taj čin kao temelj zdrave i dugotrajne veze.

Dakle u mjesecu vode, uzmimo neku knjigu o tome, (**tantra**, taoizam) i malo doradimo taj segment.

Kao što vatru predstavlja sunce, vodu predstavlja **mjesec**. On utječe na plime i oseke, i sve vode koje teku na zemlji i ispod nje.

Mjesec je poznat i kao simbol romantike, a voda, odnosno emocije uživaju na mjesecini. Dobro je zato za naše emocije kupati se u moru po mjesecini. Uхватite bilo koju priliku da se družite sa mjesecom, a posebno kada je pun.

Ako na dan punog mjeseca odete pogledati zalazak sunca na neko brdo ili dobar vidikovac, čim sunce zađe s leđa će vam se uzdizati puni mjesec. Bit će u početku blijed, jer je svijetlo dana odnosno sunca još uvijek prisutna, ali već za sat vremena bit će sjajno žut. U slijedećih par dana bit će sve žutiji čim bude izlazio na istoku, no svakim danom izaći će nešto kasnije, pa ga malo pričekajte. Isplati se.

Dakle ljetno noćno kupanje po mjesecini ima svoje temelje romantičnih čari.

Voda je također izvor **umjetnosti**, jer u kvalitetno umjetničko djelo gotovo neizbježno idu emocije. Ako se ne bavite crtanjem ili kiparstvom ili nekom sličnom umjetničkom kreacijom ovo je mjesec u kojem se trebate posvetiti novom hobiju.

I ne zaboravite **poniznost**, jer sada ste možda puni samopouzdanja zbog mjeseca vatre i to bi vas moglo koštati oholosti, ponosa i arogancije. Zato je poniznost vode potreban jednoj vatri.

Zašto poniznost i u kom smislu ?

Spoznaja da je sve jedno, da je svemir živo biće, da su elementi oni koji upravljaju vašim svijetom, daje vam strahopoštovanje prema tom svemoćnom biću. Vi ma koliko bili veliki i moćni morate uvidjeti da ste toliko sitni prema svemiru i životu uopće. Ako vam to nije leglo onda zapamtite ovo:

Pravi je ratnik uvijek ponizan prema širokom spektru mogućnosti.

Voda je ta koja se prilagodi okolini, te tu vrlinu njegujte i vi, tako da budete fleksibilni, i prilagodljivi svakoj situaciji, svakom živom biću i pod raznim okolnostima.

I obratite pozornost na situacije koje vam se nameću jer taj mjesec vi ih morate prihvaćati i zato će vam voda smjestiti iskušenja u tim situacijama. Vidjet ćete da ako budete prihvaćali situacije i ljudi, iako tog trenutka mislite da griješite, nešto će iz toga ispasti pozitivno za vas, ili za njih. Imajte povjerenja u mjesecu vode.

Vjetar

Kada uđete u mjesec posvećen vjetru nemojte zapostaviti vodu i vatru. Na njih se sada ne morate previše koncentrirati jer ako ste radili na njima dugo i intenzivno, urezali su vam se u navike.

Sada je vrijeme da posvetite svu pažnju na vaš mozak, odnosno razmišljanje.

Pošto je vjetar pokret, a misli su najpokretljivije forme u tijelu, naš karakter manifestiran mislima pripada vjetru.

Vrijeme je dakle za **učenje**. Ako do sada niste čitali knjige, uradite to ovog mjeseca. Nemojte uzeti bilo koju knjigu. Uzmite ono što će pomoći vašem razumijevanju samog sebe, i okoline.

Mjesec dana i nije puno vremena za čitanje, stoga dobro izvršite odabir. Preporučamo naravno knjige filozofije, odnosno, preporučamo **ezoteriju**. Tamo ćete naći nešto što će vam dati malo ili puno više informativnog znanja nego ste do sada imali. U tim se knjigama nalaze informacije o elementima, a to bi svakako bilo prikladno čitati u ovom programu po elementima. Ako niste nikada čitali ove stvari počnite sa slijedećim nekoliko najvažnijih predmeta mističnog znanja i znanja o životu:

Tantra i joga

Taoizam

Alkemija

Kabala

Pošto je za mental najveća vrlina razumijevanje, morate biti svjesni da ako nešto ili nekoga ne razumijete, tada je to samo vaš problem. Drugim riječima, ako razumijete zašto se ljudi ponašaju tako kako se ponašaju imati ćete veće tolerancije prema njima i svijet bi trebao biti bolji. Ako oni vas ne razumiju tada vi morate i to razumjeti. Možda je lakše razumjeti nekoga bliskog s kim živimo i s kim provodimo puno vremena, ali pošto je vjetar svestran, i ide svugdje, društven je i otvoren za nova poznanstva. Voli sve što je njemu novo i nepoznato, jer od toga može učiti.

Dakle postoje nekoliko knjiga koje bi svaki čovjek trebao pročitati iz jednostavnog razloga što su to najčitanije knjige svijeta.

Biblija (stari i novi zavjet, odnosno evanđelja)

Kuran

Mahabarata (u njoj je jedan kratki dijalog kojeg zovu bagavat gita; najbitniji dio mahabarate.)

Učenja Bude

Konfucijske analetke

Svaku od ovih knjiga čitalo je ili pročitalo je oko milijardu ljudi.

Ali rijetko je tko pročitao dvije, i zato u svijetu vlada međukulturalno nerazumijevanje.

Čitajući **religije** dobit ćete razumijevanje, a čitajući ezoteriju dobit ćete znanje.

Misli su najteži dio karaktera za posmatrati. Teško je promatrati naše riječi, dijela, emocije, ali najteže je misli. Za to postići treba nam puno, puno koncentracije.

Jednostavno moramo vježbati **koncentraciju**.

Vježbati koncentraciju jednostavno je. Što god radili trebali bi se koncentrirati samo na to. Ne dozvoliti mislima da razmišljaju o nečem drugome. Tu se gubi moć misli. Misli su kreativne, i ono što razmišljamo oblikuje neposredno naš svijet. Zato je za element vjetar najbitnije biti pozitivan, i misliti pozitivno.

Taj mjesec neka vaš komentar na bilo što bude ... **zanimljivo** ! riječ zanimljivo uvedite u svoj život kao mantru i ona će vas natjerati da pozitivno percipirate ovaj svijet i da vam vrati pozornost na razumijevanje.

Kada god prokomentirate nešto kažite, zanimljivo, i onda razmišljajte zašto je to ustvari zanimljivo. Ovaj je svemir iskreiran u tolikim bojama, toliko ima različitosti, a toliko sličnosti. Okrenite se oko

sebe i pogledajte svijet u kojem živite. Pogledajte predmete kakvih su oblika, živa bića koje su im karakteristike, priroda, ljepotu prirode, i nevjerojatno složeno blesavo biće kao što je čovjek. I kad se bilo što dogodi, od susjeda koji prođe pored vaše kuće uvijek u isto vrijeme, do kapljice vode koja curi iz slavine, sve se to događa u ovom svemiru trenutno, jednom, neponovljivo i vječno. Zar to nije dovoljan razlog sam po sebi da vaš komentar na sve bude riječ zanimljivo.

Trenirajte misliti pozitivno. Za nekoga je to lako, ali za nekoga i nije. Za one ljude koji su skloni negativnim mislima, koji se često žale, koji tračaju i pričaju negativno o drugima, koji su u depresiji i koji se rijetko smiju, za njih je vrlo bitno da vježbaju koncentraciju misli.

Postoje razne tehnike koncentracije, a jedna od tih jednostavnih tehnika jest fiksiranje pogleda u jednu malu točku i koncentrirati se na nju. Mnogi fakiri i čarobnjaci istoka istrenirali su moć koncentracije do te mjere da mogu izvoditi čuda i svojevrsnih iluzija da znanost to još ne razumije i ne zna kako.

Svaki dan odradite neku vrstu vježbe koncentracije, i svakog dana postepeno povećavajte vrijeme koncentriranja. Dok gledate u vatru, ili sunce, koncentrirajte se na pogled, dok ste u kontaktu sa vodom, koncentrirajte se na osjećaje, dok radite nešto, koncentrirajte se na to djelo, dok se molite koncentrirajte se samo na Boga.

Jedna od najboljih vježbi koncentracija jest koncentracija na disanje.

Disanje također pripada vjetru jer je vjetar zrak, a taj zrak koji udišemo stvara vjetar u našem tijelu. Dakle kombinacija pravilnog disanja i koncentracije na dah je savršena vježba koja sama po sebi čini čuda, a u Indiji je zovu **pranajama**.

Postoje različite vježbe disanja, razno razne pranajame, koje je čak i moderna medicina usvojila u svoje prakse. Možete si odabrati jednu vrstu i vježbati po 15 min na dan. Budite jako oprezni u tim vježbama. Radite striktno kako vam je u knjizi opisano, ili kako vas je neki učitelj naučio. Nemojte pretjerivati jer je disanje toliko moćno da vam može i ozbiljno naštetiti. U Indiji se znanje o disanju zove svara joga.

Ako ne znate ništa o tome, evo vam jedan primjer s kojom pranajamom možete početi.

Sjednite u udoban položaj sa ravnom kralježnicom. Zatvorite oči. Opustite se i koncentrirajte se nekoliko minuta samo na vaš dah koji postaje sve sporiji i sporiji. Neka vam broj udaha u jednoj minuti padne ispod deset.

Zatim udahnite 3 puta duboko i sporo. Sada možete početi vježbu.

Začepite jednu nosnicu i dišite lagano i duboko minutu- dvije, zatim isto toliko na drugu nosnicu. Nekoliko minuta svakog dana biti će vam dobra priprema za neku pranajamu.

Evo jednog primjera koji ćete moći prakticirati kada se budete osjećali spremnim. Nemojte žuriti, možda će vam trebati i mjesec dana da biste bili spremni za ovu vježbu.

Opustite se kao i kod prvog vježbanja.

Udahnite samo na jednu nosnicu tako što ćete prstima ruke začeptiti drugu. Neka vam udah bude 4 sekunde. Zatim začeptite obe nosnice i držite zrak 4 sekunde, zatim kroz drugu nosnicu izdahnite sav zrak također u i brojite 8 sekundi. Dakle izdah neka vam bude duplo duži od udaha. Čim ste izdahnuli na tu nosnicu odmah kroz istu udahnite ponovo, zadržite zrak i izdahnite na drugu nosnicu. Sada ste napravili jedan ciklus. Ponovite taj ciklus 15 puta. Nemojte se naprezati. Ako vam nije udobno, ili vam je naporno smanjite broj ciklusa. Dok to radite koncentrirajte se samo na disanje i ništa drugo. Ovo je samo jedan primjer pranajame. Postoje mnoge varijacije, samo treba biti oprezan i najbolje bi bilo da vam neki učitelj to pokaže.

Odradite svako jutro, uz kupanje i gledanje u vatru jednu vježbu disanja.

Tokom dana trebali biste se često sjetiti na **disanje**. U tom trenutku dišite duboko.

Pravi udisaj ide tako što ćete najprije ispuniti zrakom donji dio trbuha, pa srednji, pa pluća na kraju. Dakle od dole prema gore. Nemojte nikada forsirati niti se naprezati. Neka vam takva vrsta disanja bude ugodna.

Čak i obična hatha joga, ono što je na zapadu poznato pod joga, uključuje tjelesne vježbe i položaji uz pravilno disanje, zatim pranajamu i meditaciju. Kada radite tjelesne vježbe koncentrirajte se na njih ili na disanje, ili na čakru koja se tim položajem stimulira, kada radite pranajamu koncentrirajte se na disanje, i kada meditirate koncentrirajte se na svoje misli.

Koncentracija na svoje misli naziva se kraljevska meditacija. Jednostavno pustite svoje misli da teku svojim tokom, i pokušavajte osvijestiti ih. Nakon nekog vremena one će se usporiti i biti ćete u tanju uhvatiti svaku misao, zatim će se još usporiti tako da ćete moći svjedočiti vremenu između dvije misli koje će se redovitom praksom povećavati. Cilj ove meditacije da misli potpuno nestanu.

U tom trenutku kada je tijelo budno a misli nema, to stanje nazivamo meditacija. U tom stanju mozak, zapravo ljudsko biće prikuplja ogromnu količinu energije. Puno veću nego kad spava, jer kad spava misli i dalje rade samo što nismo toga svjesni. Ponekad se ne sjećamo naših snova, ali to ne znači da nismo sanjali.

Neki su znanstvenici čak izračunavali koliko ogromno puno energije čovjek gubi razmišljajući.

Dakle što manje razmišljamo to će naše razmišljanje biti kvalitetnije kada ga upotrijebimo. Misli i ego su jako bliski elementi, vjetar i vatra su muške energije i lijepo se slažu. Vjetar je taj koji određuje

kretanje vatre i bez njega odnosno zraka vatra ne može gorjeti. Zato su se mnogi mistici okomili na misli. Kaže se da ako zaustaviš misli i ego nestane.

No misli nije lako potpuno i dugo utihnuti, zapravo to je i nemoguće. Misli su kreativne i kao takve ih treba doživljavati i uvažavati. Treba ih samo u pozitivno usmjeriti.

Mnogi su stručnjaci igrali šah kako bi razvijali svoj mozak, pa tako možete i vi. Šah je igra koja je i početniku kada igra sa početnikom i majstoru sa majstorom jednako zanimljiva.

Družite se s vjetrom. Svakog dana kada se probudite, odite do prozora i udahnite svjež zrak, ma koliko on zagađen bio. Udahnite taj prvi jutarnji vjetar i pozdravite taj element. Cijeli mjesec dišite svjesno, lagano i duboko. Također naučite koji vjetrovi pušu u vašem kraju i svako dana budite svjesni tog vjetra. Odakle dolazi i kakvog je karaktera. osjetite ga na svom licu, na svojoj koži, jer vjetru pripada osjetilo dodira.

Zato je najbolje skinuti odjeću sa sebe i dopustiti vjetru da prolazi kroz vašu kožu.

Pogotovo na jakom vjetru ili čak oluji.

Osim toga budite svjesni dodira bilo čega što dodirujete. Koncentrirajte se na **dodir** pa čak i kada ležite u krevetu. Posteljina, krevet, jastuk, sve su to predmeti koje dodirujete. Tog mjeseca izbjegavajte sintetičku obuću. Nosite samo robu od prirodnog materijala, kao što je pamuk. Na kožu nemojte stavljati ništa kemijski ili kako se zna reći, ništa što ne biste mogli pojesti. To je iz razloga što koža upija sve što se nađe na njoj, i sve to završi u tijelu, bilo da je otrov ili lijek. Zato kao što smo već rekli posebno pazite koje šampone koristite, koje, kreme, ulja, i sličnog mažete po vašem tijelu.

Za element vjetar, odnosno dodir, odnosno kožu najbolji je tretman masaža. I to ajurvedska **masaža** uljima. Odlično je masirati se i masirati nekoga jer i u jednom i u drugom priliku jest dodir.

Vjetar je najveći putnik, pa je stoga najbolje da taj mjesec što više provedete na **putovanju**. Najbolje bi bilo da ste cijeli mjesec na putu. Svakog dana u novom kraju, ali ako vam je to nemoguća misija onda se natjerajte da svakog dana odete nekom drugom cestom, pa makar to bilo u vašem gradu. Putujte, razgledavajte, upoznavajte, i vidjet ćete da je nepoznati svijet puno zanimljiviji od poznatog.

Dok putujete, najbitnija vam stavka mora biti da nešto novo naučite. Nova iskustva gledajte kao iskustva i vaš će život biti puno bogatiji. Nova iskustva potiču snalažljivost, a snalaženje potiče inteligenciju.

Najbolj je jedan dan samo sjesti u auto ili vlak i krenuti u nepoznatom pravcu. Tamo kamo još niste bili. Takvih mjesta ima čak i blizu vaših domova. Prošetajte ulicom kojom još niste šetali, ili još bolje, pođite u šumu i šetajte nepoznatom šumom.

Ako imate priliku najljepše druženje s vjetrom jest **jedrenje**. Ako vas zadesi mjesec koji posvetite vjetru baš na ljetovanju ne propustite otići na jedrenje ili u školu jedrenja na dasci (**windsurf**). Zaboravite ideju o windsurfu kao teškom i zahtjevnom sportu. Uz današnje školske opreme i dobrog instruktora nema ljepše, zabavnije i lakše discipline od ove. Jedrenje na dasci moglo bi vas toliko povezati s vjetrom da okusite njegov prave avanture i ljepote jedrenja.

Vjetar je društvo i zabava, te sada kada ste obavili vatru i vodu, možete se uklopiti u bilo koje društvo i bit će vam ugodno. Družite se, igrajte, smijte se i zabavljajte na bilo koje načine. Dobra zabava je vjetru kao pčeli med. Pogledajte djecu. Oni u potpunosti žive element vjetra. Oni najviše uče. Djeca, dok rastu, pa sve dok se ne prestanu školovati uče i zabavljaju se. **Zabava** im je najbitnija, jer daje protutežu učenju. Nemojte si dozvoliti da nešto shvatite previše ozbiljno. Ozbiljnost vas može navesti na pretjeranu brigu, strah, stres i sve ono što vam u životu nije potrebno. Sve ono od čega dolaze razno razne bolesti. Ako ste preozbiljni, posvetite više vremena smijehu, odite u kazalište s društvom gledati neku komediju, i upamtite; cijeli je svijet jedan veliki igrokaz. Ponekad blag, ponekad oštar i težak, ali kad je glumac svjestan svoje glume glumaca i scenskog podija, njega ništa povrijediti ne može, a ako se glumac nije vezao za ovu predstavu tada ga ni režiser ne može uplašiti otkazom.

To bi u životu bilo isto kao i kad je glumac svjestan da je život prolaznost i da je on puno više od tijela odnosno maske koje trenutno nosi i ime na koje se doziva. A ako se glumac ne veže za ovaj život, čak ga ni smrt ne može uplašiti.

No glumcu je u interesu da odglumi što bolje, jer inače zašto bi bio glumac uopće. Mogao je biti vodoinstalater.

Vjetar je slobodan, pa taj mjesec budite i vi. Probajte odgoditi sve obaveze i nemojte si nametati nove.

Zemlja

Zemlja je element koji je u protuteži s vjetrom. Nakon što smo u mjesecu vjetra upražnjavali slobodu, i igru, vrijeme je da odmah nadoknadimo to s obavezama, radom i ozbiljnošću zemlje.

Zemlja je materijalan element i ona voli sve što vrijedi u materijalnom smislu. Drugim riječima voli imati, posjedovati, voli se osijecati sigurnom u materijalnom svijetu. Postoji samo jedan način da to zemlja ispuni, a to je **rad**. Nije da zemlja voli rad, ali voli njene rezultate, i zato će zemlja raditi bez problema. Postoje i zarade ulaganja ali ona su za zemlju previše rizična, tako da zemlja traži najsigurniji sistem zarade, a to je rad.

U mjesecu zemlje, odmah se primite posla. Budite **praktični**. Ako vama dominira vjetar onda je vrlo vjerojatno da je zemlja potisnuta, te će se to odražavati tako što će sve vaše ideje i razmišljanja ostati neostvarena. Zemlja je ta koja filozofiju pretvara u praksu.

Prihvatite obaveze koje ste u mjesecu vjetra odgodili, i prihvatite se posla. Nemojte na taj rad gledati kao nešto što morate, ili nešto što ne želite, naučite uživati u njemu, naučite ga cijeniti. On je zaslužan za mnogo stvari u kojem uživate jer je rad kreativan.

Jedan je veliki indijski mistik rekao: ne leži sreća u tome da radiš ono što voliš, nego da naučiš voljeti ono što moraš raditi.

Tu postoji jedan problem za većinu ljudi, a to je da smo se umorili od rada. Umor je sasvim prirodan no problem je taj što smo se mi toliko kronično umorili da smo zamrzili rad. Razlog tome je što smo se i previše naradili. Nismo mi krivi. Krivi su lideri, koji su izrabljivali svoje sljedbenike. Krivi su pohlepni kraljevi, krivi su lopovi koji vladaju državama, krivi su direktori tvrtka koji izrabljuju svoje radnike. Zamislite nepravdu. Svi oni koji su ostale tjerali na rad, svi su oni pretjerano bogati, jer se naravno bogate na radu siromašnima. Taj problem mogu riješiti samo oni, odnosno svatko za sebe. Danas se kao i oduvijek takvi lideri hvale svojim bogatstvom, dok njihovi radnici krpaju kraj s krajem, i uopće ne vide sramotno izrabljivanje radnika. Što je žalosno jest da a ni radnici to uglavnom ne vide. Zamislite da cijeli svijet odjednom prestane raditi više od 4 ili 5 sati dnevno. Što bi se dogodilo. Tehnološki razvoj koji se sada razvija nevjerojatnom brzinom usporio bi se, ali ne i previše, jer bi radnici bili zadovoljni ljudi i kvalitetnije bi odrađivali posao. Možda bi i imali manje novaca, ali bi imali i manje potreba, jer zadovoljstvo ne bi tražili u materijalnom svijetu. Mogli bi se puno više posvetiti sebi i nekim drugim vrijednostima života

.

Američki su psiholozi napravili test sreće. Pratili su skupinu bogatih ljudi iz Los Angelesa i skupinu najsiromašnijih beskućnika iz Kalkute. Rezultat je bio zapanjujući. Test je pokazao da sreća ne ovisi o materijalnom bogatstvu. Oni ljudi iz Kalkute koji spavaju na kolniku zajedno sa pacovima imali su sretnih trenutaka i dana isto koliko i oni bogatuni iz Amerike.

Pa čak i ako bi se usporio tehnološki napredak to nikako ne bi bilo loše, jer je upravo prebrz. Takvom se brzinom mijenjaju stvari, donose odluke da se ništa ne stigne provjeriti koliko nas to košta nuspojava. Zato danas imamo zagađenu vodu, zemlju, i zrak. Prostor nam je ispunjen radio valovima neprijatnih frekvencija, a ozon koji štiti zemlju od štetnih svemirskih zračenja, ozbiljno je povrijeđen. Toliko o našoj civilizaciji, koja još uvijek ide tim smjerom, i ne prihvaća odgovornost. Ukoliko se ne zaustavi, odnosno uspori, priroda se neće stići oporaviti i posljedice bi mogle biti katastrofalne.

Dakle 4 sata dnevnog rada sasvim bi trebalo biti dovoljno. Neke zemlje poput Švicarske i Švedske pokušavaju naći rješenje na sličan način.

Kad biste radili manje, ostalo bi vam puno vremena koje možete kvalitetno iskoristiti. Mogli biste raditi još nekoliko sati dnevno nešto što vam se sviđa, ali od toga nemate materijalnu korist.

Naravno da je sistem u kojem živimo izmislio zaštitu protiv te ideje kao veliku prijetnju za njegov opstanak. Uveo je sistem kreditiranja. Vezao je ljude kreditima kao što rade mafijaške organizacije. Oni će vam pomoći kad god se ukaže prilika, i onda ćete im biti dužni cijeli život. Mafija voli da ima

dužnike, jer onda može računati na njih kao na svoje slugu. Tako je sistem napravio veliku reklamu u kojoj najnoviji auto privlači najljepše komade. Ako si ne možete priuštiti taj auto, a slinite za tom idejom, ne brinite sistem će vam posuditi novac da si ostvarite svoju želju. Ali tada ste rob sistema, tada ste mu veliki dužnik, možda i cijelog života. Jer taman kada otplatite taj kredit stižu vam novi. A svaki posuđeni novac vraćate skoro duplo. Ovaj sistem je gori od mafijaša. Ovaj sistem vam najprije usadi želju a zatim vam je prodaje. Isključite tv i vrlo brzo imati ćete puno manje želja.

Ako i imate kredite, nemojte uzimati nove. Bolje biti na ulici nego biti rob svom vlastitom stanu, novom autu, itd.

Da biste postigli taj tempo morate najprije reći dosta svojoj pohlepi. Najteže je reći *meni je dovoljno*. Svi misle da im treba još malo bez obzira koliko imaju. Ako netko ima 10 zlatnika pomisliće, eh kad bi imao 100 bilo bi mi dovoljno. Onaj tko ima 100 pomisliće, eh kad bi mi bilo 1 000 bio bih zadovoljan, onaj sa 1 000 želi 10 000 i tako dalje. Trebalo bi sada u ovom trenutku reći, sasvim mi je dovoljno toliko koliko imam. Sjetite se samo da ima veliki broj ljudi, zapravo neizmjereno veći broj ljudi na ovoj zemaljskoj kugli koji posjeduju znatno manje materijalnih dobara od vas.

Ima jedna priča gdje jedan lokalni ribar svaki dan ode u ribolov znajući koliko mu riba treba za taj dan. Ako mu naručite ribu pitat će vas koliko komada i toliko će vam donijeti. Nikada se nije vratio iz ribolova bez točno onoliko riba koliko mu je trebalo, ali nikada u životu, nije donio niti jednu ribu viška.

Da bi element zemlje ispoljio svoju maksimalnu vrijednost, potrebno je **dijeliti i davati**. Ako imate puno možete puno i dijeliti, ako imate malo, dovoljno je malo i dijeliti. Nemojte suditi drugima, koliko imaju i koliko dijele, jer vi to ne znate. Okrenite se samo prema sebi, i zapitajte da li volite dijeliti i davati ili ste pomalo škrti.

Onaj koji daje, taj i ima. Čuli ste za poslovicu, koliko daješ toliko ćeš i primiti. To je jednostavan zakon ovog svemira, akcija - reakcija.

Taj se zakon ne odnosi samo na materijalnu dobit ili bogatstvo, već i na sve druge aspekte ljudskog karaktera. Sve što dajete, dobit ćete nazad u još većoj količini. To se dešava svakodnevno, no ljudi ne zamjećuju kada nešto primaju. Oni to uzimaju zdravo za gotovo.

Dati ili dobiti možete: novac, osmijeh, pomoć, dobrotu, ljubav, lijepe riječi, zahvalnost, itd. Isto vrijedi za negativne oblike davanja odnosno primanja. Ponekad se ono što dajemo vrati odmah, tako da čak i uspijemo to prepoznati, ali često se to dogodi kasnije kada više niti ne pamtimo zbog čega je to tako. Zbog ovog svemirskog zakona sve drevne kulture vjerovala su u reinkarnaciju, dok kršćanstvo i islam vjeruju u raj i pakao. Sistem je isti, karma ili zasluga uvijek dođemo na isto. Akcija reakcija. Što daješ to ćeš i primiti.

Zato ako želite materijalnu dobit morat ćete ju i davati.

Došao jedan filozof u jedno malo selo i susreo se sa običnim seljakom. Pošto je bio u prolazu i nije jeo već nekoliko dana filozof je seljaku ponudio svoje teoretsko znanje za jedan obrok. Seljak je pristao, zato što je vidio da je čovjek gladan. Kada je filozof ispričao seljaku nekoliko zen priča seljak je bio zadovoljan jer u njegovim krajevima nitko nije poznao zen mudrosti.

Vidjevši da se seljaku sviđa zen, filozof mu predloži:

Hajde ako hoćete ja ću vas učiti zenu a vi ćete me hraniti neko vrijeme dok traje učenje, ili dok vi to budete htjeli.

Seljak se malo zamisli pa kaže.

Ova zemlja koju ja obrađujem nije laka, a ne vjerujem da će mi taj zen olakšati posao. Meni nije potrebna pomoć ali ako hoćeš možeš mi pomoći raditi na zemlji i ja ću te hraniti, a o zenu možemo razgovarati nakon posla, ako ti to želiš. Filozofija nije potrebna ni meni ni tebi, a hrana jeste.

Filozof se uvrijedio što je seljak podcijenio zen i mudrost, i otišao dalje svojim putem.

Nakon nekoliko dana vratio se filozof seljaku i kaže mu ponizno:

Molim vas da mi oprostite na mojoj aroganciji neki dan. Malo sam izglednio ovih dana, i ako vam ikako mogu pomoći na zemlji rado ću to učiniti za komad kruha.

Seljak ga pogleda i upita, a što ćemo sa zenom ?

Spreman sam da i to učim od vas, reče filozof koji će kasnije postati pravi zen majstor.

Poanta priče je da svatko mora jesti. Kada si to čovjek priskrbi, tada se može posvetiti nekim drugim vrijednostima života.

Ako si sami ne posadite krumpir, rižu, pšenicu ili kukuruz, netko to mora učiniti za vas. Bez obzira što ga vi plaćate imajte poštovanje prema onome tko to čini za vas.

Ironija jest što je danas plaća jednog poljoprivrednika jedna od najmanjih plaća u cijelom sistemu. A ono najgore je što ljudi prema njima nemaju niti zahvalnost.

To bi se moglo odnositi na sve ostalo. Kada nešto nekome platite, a to vam je bilo potrebno, zahvalite mu se iskreno, jer da on to vama ne želi učiniti vaš novac ne bi vrijedio ništa. osjetite zahvalnost prema svima i svemu, prema ljudima, i prema prirodi, i pokažite im to.

Zemlja dijeli, pa dijelite i vi. Nemojte misliti da nešto posjedujete. Vi ne posjedujete baš ništa, osim vašeg karaktera. Sve što mislite da je vaše, samo je privremeno dano vam na korištenje. Sve to pripada onome tko vam je to i dao, a to je zemlja. Ništa od svega toga vi ne možete povesti sa sobom na drugu stranu smrti. Što je još gore, ne možete to zadržati niti do kraja vašeg života, ako vam zemlja to ne dopusti.

Netko kupi ili prisvoji zemljište, i misli da je njegovo. Zatim dođe netko jači i preuzme mu to zemljište, tada nastane drama u čovjeku, jer je mislio da nešto posjeduje. To se dešava i s drugim stvarima, kao recimo partnerom. Mislimo da posjedujemo našeg partnera, pa kad nas napusti onda smo u takvoj depresiji da to ne možemo objasniti. Netko sagradi kuću vlastitim rukama, i misli da mu je nitko ne može uzeti, jer je njegova. Dođe potres i kuća se sruši do zemlje. Zatim napravi kuću sa najčvršćim temeljima, dođe rat i osvajači mu je otmu. Čovjek napravi djecu i misli da su njegova. Dođe bolest i otme mu dijete u drugi svijet.

U mjesecu zemlje svakog dana imati ćete prilike da osjetite osjećaj da je nešto vaše. Osvijestite da je to samo program u vašem malom kompjuteru zvan mozak, jer vi znate da to nije vaše. Izbjegavajte riječ moj ili moje.

Zahvalnost prema majci zemlji, koja nam je sve dala što možemo koristiti, i zahvalnost majci zemlji čak i kad nam uzme to što nam je dala, jer smo imali čast da to koristimo neko vrijeme. Ionako ništa od toga nije beskonačno pa čemu se onda razočarati. Razočara se samo onaj tko nije bio svjestan te činjenice.

Zemlja je ta koja voli posjedovati, pa je idealno rješenje da se zemlja zadovolji s posjedovanjem karakternih vrlina. Sve što je više od toga dar je elementa zemlje.

Zemlja daje samo treba posijati sjeme. Sjetite se priče u kojoj je starac posadio maslinu, znajući da neće doživjeti njene plodove. No plodove koje je on jeo dok je bio mlad, netko je drugi, prije njega posadio.

Dakle u mjesecu posvećenom zemlji, treba biti praktičan, i sva vaša dobrota, vaša duhovnost ili svijest mora da se pokaže u praksi. Darujte, dijelite, radite, posadite koje stablo i nemojte očekivati rezultate. U najsvetijoj Indijskoj knjizi Bagavat gita kaže glavni lik : djelujte iz djelovanja, a rezultate ostavite Bogu.

Davajte zbog samog čina davanja, a ne zbog toga jer će vam se vratiti.

Ako volite ležati u udobnom kauču, zamislite si da je taj kauč netko morao napraviti. Ako volite umjetnost, shvatite da iz tog umjetničkog djela stoji nečiji rad. Ako volite filozofiju, onda znajte da je netko i napisao sve te knjige ili prepisao neki tekst, a to je opet rad. Iza svake muzičke izvedbe stoji rad. Dakle cijenite rad jer je on iskoreirao ovu zemlju, kakvu poznamo, a ona i jest element zemlje. Zanimljivo da smo našu planetu nazvali po elementu zemlje, iako vode ima 70 posto cjelokupne površine. Ako je gledamo iz svemira ona je skoro cijela plave boje jer je pokrivena vodom.

Element zemlje je ženskog karaktera, a često se diljem planete može čuti kako različite kulture nazivaju zemlju majkom. Zemlja rađa. Kada posijemo sjeme u zemlju kažemo da ona rodi biljke.

Tako da ako slučajno ne znate kojim biste se praktičnim radom bavili u ovih mjesec dana najbolje bi vam bilo da posadite neko povrće. Tako ćete biti u direktnom kontaktu sa zemljom, dok kopate, sijete i dok berete.

Dok radite na zemlji **hodajte bosu**. Također iskoristite šetnje prirodom, bilo po pijesku, kamenu ili šumom ili livadom. Kroz bosa stopala direktno ćete biti u kontaktu sa zemljom. Dobro je znati i to da što više budete hodali bosu, to će vas manje i manje boljeti stopala. Refleksologija kaže da se na stopalima nalaze sve energetske točke svih unutarnjih organa tijela, te se masažom tih točaka masiraju određeni organi. Nema boljeg nožnog masera od prirodne zemlje. Ukoliko imate priliku zakopajte se u zemlju jer ona vas može izliječiti od mnogih bolesti. Ta se terapija danas radi u toplicama tako što se tijelo namaže blatom, odnosno mokrom zemljom.

Kad smo već kod zdravlja onda možemo navesti da je fizičko zdravlje najbolje održavati fizičkim aktivnostima. Pogotovo ako ne radite ništa fizički. Preporučamo hata jogu, tai chi, plivanje, šetnja, i zatim sve ostalo.

Hata joga je najpoznatiji a sigurno i najstariji oblik fizičke discipline zdravlja. Ima različitih tipova joge, pa će si svatko naći svoju varijantu koja mu odgovara. Hata joga može biti prilagođena djeci, penzionerima, i najvećim sportašima. Današnje uvelike prihvaćene raznovrsne tjelovježbe tipa trbušnjaci, sklekovi ili čučnjevi proizlaze iz hata joge. No hata joga nije samo fizičke vježbe već i cijela nauka o životu, te je stoga puno kvalitetnija od običnih tjelovježbi. Nije samo bitno što se radi, već i na koji način.

5 tibetanaca su vježbe koje su također dio joge.

Najpoznatija vježba u hata jogi je *surya namaskar*, što bi značilo *pozdrav suncu*.

Savjetujemo vam da svako jutro napravite barem tu vježbu pozdrav suncu. Ona može trajati koliko vi želite. To je vježba od 12 laganih položaja koji se izmjenjuju u ritmu disanja brzinom kojom želite. Može biti brzo, a bolje je što sporije. Napravite najmanje 3 ciklusa te vježbe i vidjet ćete kako se vaša energija pokrene u tijelu.

Taj mjesec trebali biste raditi hata jogu svaki dan po najmanje sat vremena, a nakon tog mjeseca možete se držati samo pozdrava suncu jer je on Najmoćniji a vi možda nećete imati vremena za više.

Ukoliko niste nikada radili jogu, obavezno idite kod nekog učitelja da ne biste nešto krivo radili. Joga također može biti opasna ako se ne poštuje svoje tijelo i njene granice.

Tai chi je najpoznatija kineska disciplina koja je nastala s razlogom da budistički redovnici koji su previše meditirali ne zapostave fizičko tijelo.

Dakle bilo koja fizička vježba dobra je za element zemlje. Ali nemojte zaboraviti da se i odmorite.

Odmor je također bitan za element zemlje jednako koliko i fizička aktivnost. Ako radimo lijepo spavamo. U hata jogi se obavezno trening završava odmorom. Legne se u položaj koji se u indiji zove šavasana. Ovaj položaj možete isprobati i bez učitelja.

Legnite na leđa i sklopite oči. Ruke pored tijela i noge prirodno odvojene. Opustite se koliko maksimalno uspijete. Zatim počnite svijeno razmišljati na svaki detalj vašega tijela od nožnih prstiju do vrha glave. Osvijestite svaki dio tijela posebno i dok se koncentrirate na njega davajte mu naredbu da se opusti. Ako treba ponovite mu to 3 puta i osjetite kako se zaista taj dio tijela opušta, čak i više nego ste mislili da je već opušteno. Zatim kažite sebi napr, moja su stopala opuštena. Učinite to sa stopalima, skočnim zglobovima, listovima i potkoljenicama, koljenima, natkoljenicama, bedrima, kukovima, guzovima, donjim dio leđa, srednjim i gornjim, trbuhom, kralježnicom, ramenima, dlanovima, laktovima, bicepsima i tricepsima, svim glavnim unutarnjim organima koje poznajete, vratom, glavom, ušima, očima, nosu, licem, obrazima, zubima, jezikom, obrvama, čelom, mozgom, i tjemenom glave.

Kada ste prošli sve dijelove recite sebi nekoliko puta, *moje tijelo je opušteno* .

Zatim ležite tako još koju minutu ne razmišljajući na ništa, potpuno opuštenu i vježba je završena. Ova se vježba neizostavno radi prilikom svake hata joge, a čak i bez nje. Naravno da je možete i skratiti kako to obično i rade učitelji tako da to opuštanje traje nekih 15 min. No ukoliko imate vremena učinite to 45 min. Tada ova vježba postaje puno ozbiljnija i u indiji se čak i zove *joga nidra*.

Uradite to u temperaturno udobnoj okolnosti i u potpunom miru. Kroz ovu vježbu može vas netko navoditi ili možete i sami. Postoje razni cd-i sa vođenom joga nidrom.

Vrlo je bitno da ležite na tvrdoj podlozi. Možda će vam to u početku stvarati problema ali tijelo će se s vremenom naviknuti i moći ćete odležati sve duže i duže.

Spavanje je također odmor, odnosno dio elementa zemlje. Preporuke su **spavanje na tvrdoj podlozi**, odnosno na nekoj prostirki na podu i po mogućnosti na leđima. Jedan se japanac cijeli život bavio održavanjem zdravlja i napisao knjigu o tome gdje spavanje na tvrdoj podlozi svrstava među prve zakone o očuvanju zdravlja. Mnogi se istraživači tog područja slažu s njime.

Za zemlju je dakle najbitnije fizički umjereni rad, i fizički umjereni odmor.

Element zemlje vlada osjetilom mirisa. Posvetite pažnju vašem njuhu. Kad god se Sjetite, zatvorite oči i probajte osjetiti mirise koji vas okružuju. Dobro je u svom domu paliti mirisne štapiće i ne dopustiti da se neugodni mirisi uvlače u vaš život.

U mjesecu zemlje, najbolje bi bilo što više hodati, **šetati prirodom**. Planinarenje je idealno rješenje. Iskoristite priliku kada ste u prirodi, da dodirujete zemlju ili biljke. Kada šetate kroz šumu pokušajte osjetiti da je svako stablo živo. Sva ta stabla osjećaju vašu prisutnost i vašu svijest ma koliko ona svjesna bila.

Kada već šetate prirodom bilo bi dobro da kroz tu šetnju uberete neke biljke za čaj, gljive ili šparoge, odnosno bilo što, što je i korisno, jer element zemlje je praktičan i voli iz svega izvući korist.

Eter

Kada uđete u mjesec etera već ste odradili sve elemente koji su vam potrebni da živite kvalitetno u ravnoteži. Kad biste tako odživjeli život, održavajući njihovu ravnotežu, ništa vam ne bi nedostajalo, i ništa vam nikad nitko ne bi mogao zamjeriti. Imati uravnotežene elemente vatre i vode, te zemlje i vjetra, garancija je za kvalitetan ljudski život. No ljudski život može dati i nešto više, nešto što je izvan logike kakvu mi poznajemo, izvan našeg svijeta kakvog poznajemo, nešto iz drugih dimenzija, iz drugih percepcija. To nešto nazivamo mistikom, duhovnošću, čarobnjaštvom, vidovnjaštvom, apstrakcijom, itd. To nešto ne trebamo definirati, jer nam je teško izdefinirati i puno jednostavnije pojmove kao što je ljubav, ali ga možemo nazvati nekim imenom da znamo o čemu govorimo. Mi ćemo ga ovdje nazvati duhom, ili svemirom.

Taj duh iliti svemir, jednostavno je sveprožimajući, isto kao i prostor odnosno eter. I zato elementu etera pripada taj dio postojanja.

Element eter, percipira svijet pomoću sluha, odnosno njegova je manifestacija zvuk. U bibliji kažu «u početku bijaše riječ» u indiji kažu da je riječ odnosno zvuk «aum» prva manifestacija ovog univerzuma. Zvuk je sve prisutan isto kao i prostor, no ono što ljudi nazivaju zvuk jest samo ono što naše uho čuje. Naše uho može čuti samo jednu malu skalu frekvencija zvukova, a izvan tog dosega frekvencija naše osjetilo sluha percipira tišinu. Dakle tišina je također zvuk, samo ga mi tako ne percipiramo. Prostor bez zvuka zapravo i ne postoji, jer cijeli svemir vibrira, pulsira, određenom frekvencijom, jer je cijeli svemir živo biće. Do nedavno se „znalo“ kako je prostor prazan, kako u vakumu zvuk se ne može širiti jer nema ničega što bi vibriralo. No danas su znanstvenici počeli govoriti kako je vakum ispunjen nečime što oni zovu super strune, kvantne fluktuacije ili još nekakvim nazivima. To polje sada proučavaju neki znanstvenici ali samo su zagrebli po površini znanja o tome što mistici tvrde oduvijek. Ne moramo čekati da nam znanstvenici kažu kako je svemir živ, ili da je tišina isto oblik zvuka jer bi se mogli načekati, to nam može reći svaki bolji mistik danas isto kao i tisućama godina ranije. Ili još bolje, oni nas mogu čak i naučiti kako ćemo ga i sami spoznati, to biće koje zovemo svemir.

Element eter je dakle zadužen za komunikaciju, jer komunikacija jest slušanje. Kada slušamo našu intuiciju mi zapravo komuniciramo s duhom. Možemo se mi moliti bogu koliko hoćemo ali ako nas on

ne sluša mi s njim ne komuniciramo. Odnosno ako mi njega ne slušamo mi ne komuniciramo. Komunikacija je tamo gdje je slušanje.

Da bi se posvetili dakle elementu etra, potrebno je **otvoriti širom uši**.

Ako zaista otvorimo naše uši vrlo brzo biti ćemo svjesni koji nas zvukovi privlače a koji odbijaju. Isto je i s glazbom. Nemojte se vezivati za vašu glazbu koju volite, jer vi rastete i mijenjate se, pa se tako i vaša odnosno percepcija zvuka mijenja. Ako se vežete za glazbu, to bi vas moglo kočiti na vašem životnom putu razvijanja.

Najprije što možete napraviti u mjesecu etera jest odbaciti glazbu koju inače slušate. Zaboravite mjesec dana na nju, kao da ju nikada niste čuli, bez obzira o kojoj se glazbi radi. Zatim se opskrbite glazbom koju niste nikada slušali, ili bar ne dovoljno. Neka vaš izbor glazbe bude što profinjeniji, laganiji, tihi, ili prirodniji. Evo nekoliko primjera.... klasika, ambijentalna muzika, meditativna, duhovna, ili slično. Ako je neka od ovih muzika vaša muzika, onda je bitno da ju zamijenite sa nekom drugom sličnom koju niste slušali. Zatvorite se u svoju sobu i slušajte tu novu muziku. Probajte čuti svaki instrument posebno, pratite svaki to, nemojte si dopustiti da razmišljate na neke stvarne događaje. **svjesno slušajte muziku**.

Ako imate priliku, ili bolje reći potražite priliku, da slušate neku takvu vrstu muzike uživo. Najbolji u tome su instrumenti koji su sami sebi dovoljni, i kojima ne treba orkestar da bi pokazali svoju ljepotu. Evo nekoliko instrumenata koji bi vas mogli zadiviti njihovim zvukovima: aboriđanski diđeridu, indijski sitar, gong, tibetanske zdjele, šamanski bubnjevi, itd.

Ovi gore navedeni instrumenti, toliko su moćni da se njima služe terapeuti kao sredstva za iscjeljivanje, antistres programe, i ostale primjene sličnih karaktera. Vibracije tih drevnih instrumenata toliko su snažne da ih možete osjetiti fizički ukoliko im se dovoljno približite. Otiđite na neku zvučnu kupku ili tretman zvukom i iskusite te vibracije. One imaju moć da vaš mozak dovedu u alfa, teta pa čak i delta stanje svijesti, a u tim stanjima događaju se čuda. U tim stanjima, čovjek može doživjeti samoiscjeljenje, može doživjeti vizije iz drugih dimenzija, ili iskusiti neka slična djelovanja. To je danas dokazano i znanstveno, te se zato moderna medicina također koristi zvukoterapijom, no terapeuti koji zvuk koriste i u duhovne svrhe, tvrde da određeni zvukovi imaju moć, čistiti aure, probijati energetske blokade, i dovoditi ljude u kontakt s duhom. Nije ni čudno da se sve religije koriste pjesmama, mantrama, molitvama, kirtanima, te ih ponavljaju u nedogled.

U mjesecu etera, **pjevajte** kad ste sami. Najbolja prilika je u autu ili u vlastitoj sobi. Bez obzira da li imate sluha ili ne. Vaš je cilj i smisao da pjevate i da se time oslobodite nekih blokada na duhovnom nivou. Pjevajte neke duhovne pjesme, **mantr**e. Najbolje bi bilo da taj mjesec mantrate ili pjevate cijelo vrijeme, osim kad meditirate. Dok hodate ili radite bilo što mantrajte naglas, ili u sebi. Dok pjevate slušajte svoj glas i s vremenom imat ćete sve više i više sluha.

Ako nemate neku svoju omiljenu mantru onda možete pjevati Himalajsku mantru 5 elemenata. Nema prikladnije mantr e za naš program:

Om na ma ši va ja ! (ovdje je napisano kako se izgovara)

Om je univerzalan i prvi zvuk iz kojeg je sve nastalo, na – zemlja, ma – voda, ši – vatra, va – vjetar , ja – eter.

Ova je mantra ujedno i jedna od najpoznatijih mantri, ali začuđujuće malo onih koji je koriste znaju njeno značenje.

Vježbajte svoj sluh. Uzmite ili posudite neki instrument koji ima široku skalu tonova i svirajte svaki ton posebno. Čak i ako već znate svirati taj instrument učinite to kao da ga imate prvi puta u rukama.

Evo jedan primjer kako se možete igrati sa tonovima ukoliko ne znate svirati instrument. Recimo da imate gitaru. Odsvirajte jedan ton na jednoj žici tako što ćete prstom pritisnuti žicu u određeno polje. Dobro zapamtite taj ton. Odsvirajte ga 10 puta i pažljivo ga slušajte. Zadatak je slijedeći. Morate na svim drugim žicama naći taj isti ton. To nije nimalo lako, jer različite debljine žica različito zvuče. Ako niste shvatili ovo zamolite nekog muzičara da vam to objasni i pokaže kako biste se mogli igrati s time. U početku vaše uho neće prepoznati isti ton odmah, možda ga neće prepoznati uopće, no ako ovu vježbu pažljivo i strpljivo izvodite svaki dan, uspjeh ćete prepoznati iste tonove. Ova igra jako izoštrava sluh i za naš program elementa etera vrlo je bitna. To možete uraditi i sa klavirom ili bilo kojim instrumentom koji ima puno tipki ili žica. Kako budete sve bolji u ovome, dajte si teže zadatke. Pređite na usklađivanje različitih instrumenata, odnosno isti pokus napravite sa dva različita instrumenta. Vaš glas vam također može poslužiti kao jedan instrument. Na ovaj način učiti ćete i pjevati te ćete uvelike poboljšati vaš sluh. Muzičar se ne rađa nego se postaje.

Ima jako puno muzičara koji dobro sviraju svoje instrumente, ali ne znaju slušati jer ih nitko tome nije učio. To nije nimalo lako kako se čini. U trenutku kada muzičar svira, on se mora izdvojiti iz sebe i poslušati svoju melodiju iz daljine, odnosno kao da je slušatelj ili svoja vlastita publika, jer tada je zvuk potpuno drugačiji. Bolji je muzičar onaj koji to bolje može učiniti.

Dakle iz naše perspektive 5 elemenata, zvukovi čiste naše duhovno tijelo.

Iz istog razloga zato moramo izbjegavati, sve zvukove koji nam smetaju ili koje ne čujemo a znamo da su nepoželjni.

U mjesecu etera **izbjegavajte buku** bilo koje vrste; ljudi, automobili, strojevi, kućanski aparati, mobiteli, televiziju i radio, čak i ako imaju muzičke programe.

Znajte da svi elektronički aparati emitiraju frekvencije koje nam štete. Mi smo prva generacija mobitela, kompjutera i ostalih uređaja koja nam zrače u neposrednoj blizini. Pošto smo prva generacija tek, nemoguće je da otkrijemo posljedice toga. Unatoč tome mi se pitamo zašto su neke bolesti poput karcinoma u porastu? Zašto sve više patimo od stresa, iako pazimo na stres. Odgovor možda leži u zvuku.

Već smo otkrili da smo otrovali hranu špricajući biljke i zemlju, da smo otrovali podzemne vode otpadnim stvarima, da smo onečistili zrak ispušnim plinovima, da smo oštetili ozon koji nas štiti od UV zračenja, i sve posljedice tek sada proučavamo, a tek smo na početku. Još samo nam preostaje analiza buke koju smo prouzročili tehnologijom. Tehnologija nije problem nego brzina kojom se ona razvija jest problem. Možemo to usporediti sa ovim primjerom: ako želimo što prije doći u goste našem prijatelju koji živi u susjednoj ulici, tada ćemo potrčati, no ako želimo doći u goste našem

drugom prijatelju koji stanuje u drugom gradu, onda ćemo hodati, a ne trčati, jer ukoliko potrčimo srušit ćemo se od umora već nakon par kilometra.

Zato danas mnogi mudraci predviđaju svjetsku krizu, odnosno civilizacijski krah.

Sada kad znate da ste u kući okruženi bukom kućanskih aparata, i električnim žicama u aparatima pa čak i u zidovima, znate i to da trebate što više vremena provoditi u prirodi. Ako imate neko mjesto u prirodi koje je tiho i mirno, gdje vas nitko ne može ometati smatrajte to kao vaše osobno utočište i provedite tamo što više vremena u mjesecu etera.

Meditirajte ! Meditacija je najmočnija tehnika uravnoteživanja etera. Nemojte brkati meditaciju sa kontemplacijom, ili koncentracijom. Meditacija je sjedenje u miru i tišini i ne razmišljati na ništa.

Ukoliko niste nikada prije meditirali evo nekoliko bitnih uputstva:

Sjednite u udoban položaj sa ravnom ispruženom kralježnicom. Najbolje da sjednete na pod kako bi skupili odnosno savili ih u koljenima. Ima više vrsta sjedenja koji odgovaraju za meditaciju, no najbitnije je da se ne naprežete odnosno da vam je udobno. Turski je položaj sasvim dovoljan. Ako radite lotos pazite da se ne ozlijedite. I kada budete gotovi sa meditacijom nemojte naglo ustati nego lagano najprije ispružite noge u koljenima i zavrtite stopalima kako biste razradili zglobove tetiva.

Zatvorite oči i udahnite nekoliko puta duboko i lagano. Opustite se i nemojte razmišljati na ništa. Naravno da je u početku to nemoguće, ali kad vam misli krenu probajte se ne vezati za njih, nego ih pratite kako dolaze i odlaze. Kad vam dođe misao nemojte graditi priču oko nje, pustite je da ode. U početku možda nećete niti biti svjesni svojih misli, ali to ćete brzo savladati. Ako vam problem predstavljaju zatvorene oči, onda izbrojite koliko sekundi možete izdržati, kako biste slijedeći dan povisili za nekoliko sekundi ili minutu. Neka vam svaki dan meditacija traje sve duže. Meditacija bi trebala najmanje trajati 10 do 15 min a sve šta je više od toga zaista je odlično.

Budite ustrajni i meditirajte svaki dan. Najbolje ujutro prije ili poslije vježbanja, odnosno prije ili poslije ostalih elemenata. S vremenom ćete ovladati tom disciplinom i vaše će misli biti sve rjeđe i rjeđe, a vaša tišina sve duža i duža. U tom stanju potpune tišine, gdje su sva vaša osjetila zatvorila svoja vrata, vaš se duh hrani ogromnom količinom životne energije. Puno više nego dok spava, jer kad spava vaš mozak i dalje radi, odnosno gubi energiju na snove.

Budite promatrač svoje meditacije.

Ima puno različitih tehnika meditiranja, no ova je možda najbolja i zato se zove kraljevska meditacija. Samo promatrajte svoje misli i sve će se samo od sebe odigrati.

Eter vlada komunikacijom. Ta komunikacija odnosi se i na svijet koji vas okružuje. Zamislite si da je okolina vaše ogledalo, jer ona to i jeste. Sve što se dešava vani zapravo je povezano sa vašim unutaršnjim bićem. Kada jednom počnete primjećivati tu povezanost, toj igri nema kraja. Svaki događaj namijenjen je isključivo vama. Svaki trenutak i svaka situacija vam nešto govori. Vi ste ta svijest koja to mora prepoznati i tako ćete komunicirati sa svijetom. U mjesecu etera neka vam to bude svakodnevna

Igra. **Budite stalno svjesni da ne postoji slučajnost.** Ukoliko to ne vjerujete vrijeme je da preispitate svoje umove. Zapitajte se da li je moguće da je u ovom postojanju koje nazivamo svemir prva stvar nastala slučajno. Ta prva stvar možda je bila jedan atom, ili samo jedna energija, ili neka maglica kako ju znanost naziva, ili jedna obična neživa točka. Ako je prije nje postojao samo prazan prostor, onda se zapitajte što je taj prazan prostor. Kako može postojati prostor a da u njemu nema ničega. Ako to možete zamisliti tada već postoje dvije stvari, vaša svijest i taj prostor kojeg zamišljate. Uglavnom da li je moguće da je ta prva stvar bila vječna i da li je njena prva kretnja ili promjena nastala slučajno. Veće gluposti od ove ne postoji niti u tom praznom prostoru. Ok, reći ćemo da se pojavila i ta druga stvar ili energija, iako ne znamo kako, da li je moguće da njihova međusobna reakcija jest slučajna. Tko je postavio zakone što će se dogoditi kada se te dvije sile spoje ili dotaknu. Taj zakon isto nije mogao slučajno nastati. Ovo nije lako objasniti, ali ako ste shvatili onda shvaćate i to da slučajnost u ovom beskonačnom svijetu ne može postojati. Ova svijest koju mi trenutno imamo, odnosno ta svijest i jesmo mi, ona sigurno nije slučajno nastala, niti je mogla nastati. Kako je moguće da je svijest mogla nastati. Svijest je oduvijek postojala, a dokaz tome je što ona postoji. Dakle mi smo oduvijek tu, i ovaj je život samo jedna naša beskonačno savršena igra.

No kada smo to shvatili, igra nije završila, već je samo promijenila svoju igru.

Naravno da nećete odmah prepoznati sve znakove i nećete znati zašto se neke stvari dešavaju, jer svaki početak izgleda kompliciran, no kako vaša percepcija bude imala više iskustva tako ćete postajati sve veći mudrac. Da, mudrac je prava riječ za ovu tehniku.

Ovo je igra o kojoj bi se moglo napisati knjige i knjige, pa je nećemo ovdje objašnjavati, ali ima jedna druga stvar kojom se mudrac služi, a to je intuicija.

Intuicija je sredstvo pomoću kojeg se može igrati ova igra puno kvalitetnije. Intuicija je đoker u kartama. Ona se događa kada bog, duh, svemir, ili onaj dio nas koji se igra na taj način odluči nešto nam reći. Kada nam dođe neka intuitivna poruka, mi je pokušavamo opravdati s objašnjenjima racionalnog uma, ali činjenica jest da to zaista nije potrebno, jer najčešće je objašnjenje krivo. Kada jednom budete naučili besprijekorno razliku između intuicije i vašeg racionalnog zaključka tada ćete joj početi vjerovati i nećete trebati tražiti razloge i objašnjenja.

Budite spontani. Kada radite na elementu etera napravite ono što vam dođe kao neki impuls bez ikakvog opravdanja ili namjere. Ako vam se u jednom trenutku pojavi neka želja da negdje otiđete učinite to. Provjerite zašto vam je to došlo. Budite promatrač situacije ili okoline u kojoj ćete se nalaziti. Sve se događa s razlogom. Kada krenete putem intuicije, putem promatrača tada vas svemir navodi na pravi put.

Uzmimo jedan primjer. Ako vam dođe ideja da otiđete na neko mjesto preispitajte se zašto biste otišli tamo. Postoji puno razloga. Ako vama u tom trenutku upravlja element zemlje, onda je lako moguće da želite otići na to mjesto jer mislite kako ćete imati koristi od toga. Naprimjer htjeli biste otići prošetati kroz jednu šumu jer znate da je sada vrijeme gljiva i da bi ih tamo mogli naći.

Ako vlada element vode, onda vas možda neka emocija privlači na to mjesto, ili mislite kako će vam tamo biti lijepo.

Ako vas vatra vodi na to mjesto onda želite nešto sebi ili nekome dokazati s time da idete tamo. Najčešće se vidite kako kasnije pričate svojim najbližnjima kako ste bili na tom mjestu a oni vas zavidno slušaju.

Ako vas vjetar gura tamo, onda je to vjerojatno iz razloga što ne znate što ima u toj šumi ili na tom mjestu i želite to istražiti. Ili ste čuli da tamo nešto ima što vas zanima a to još niste vidjeli.

Svi ovi razlozi mogu biti podržani od etera, ili ih možete intuitivno osjetiti, ali u mjesecu etera nemojte ići na to mjesto ukoliko vas neki od ovih razloga navodi. Idite samo ako vas na to mjesto vuče neka neobjašnjiva ideja. Dakle ako ne možete si objasniti zašto biste otišli tamo, i ako preispitate gore navedene svrhe ostalih elemenata, tada učinite to, jer tada znate da vam je to došlo iz intuicije, ili etera. Nemojte očekivati da će vam se čuda događati, jer iako će se oni dogoditi vi ih možda nećete primijetiti. Treba naučiti promatrati da bi shvatili i uvidili čuda koja se oko nas događaju. Okolina u kojoj se nalazite j živa i neprestano vam nešto govori ili ukazuje put. Možda će vam na tom malom izletu naići neka osoba koja za vas ima bitnu informaciju. Ponekad nam se to ne čini bitno, ali dobro načulite uši i slušajte i najveće budale što imaju za reći.

Dogoditi će nam se i to da će nas netko daviti sa njegovom pričom, ali pažljivo slušajte, jer u tom beskrajno dugom monologu biti će jedna rečenica koja će vam nešto značiti, a s druge strane oni će uživati da ih netko sluša.

Budite apstraktni. U mjesecu etera izrazite maksimalno svoju kreativnost. Sve što vam padne napamet to i uradite. Pošto ste već transcendirali ostale elemente kojim ćete se služiti za vašu kreaciju, eter će vam dati šlag na torti. Izađite iz svih šablona, i svih mentalno emotivnih procesa i programa, učinite sada apstrakciju. Poslužite se originalnošću kako biste izašli iz procesa naučenog. Vi ste univerzalni kreator ovog univerzuma, vaša je igra toliko kompleksno složena i jednostavna istovremeno da možete uraditi što god vam padne napamet a da pritom ne morate imati objašnjenje. Ako vas netko upita zašto ste to učinili, odgovor je sasvim jednostavan ali prije nego ga izgovorimo potrebno je napomenuti slijedeće.

Kada živite u svijetu etera, i pod njegovim ste pokroviteljstvom tada morate već dobro poznavati ostale elemente i njihova pravila, jer u protivnom mogli biste nanijeti štetu. Da biste živjeli bez pravila, najprije morate naučiti pravila. Živjeti eter je kao svirati đez. Đez je vrsta muzike koja se znatno razlikuje od drugih po tome što je bitna značajka đeza improvizacija. Improvizacija muzičara je s vremenom postala toliko tolerantna da je đez postao muzika sa sve nepravilnijim ritmom i sve složenijim. Tako je i kod etera. Nepravilnost jest ono što eteru daje svrhu i umjetničku notu. Ta improvizacija, spontanost, originalnost, i nepravilnost toliko su jednostavni da ih svatko može izvesti. No velika je razlika između izvođača đeza koji iza sebe ima i znanje o pravilnim ritmovima, i jednog amatera koji pokušava svirati đez. Srećom po ovih amatera pa ljudi nemaju dobro razvijen sluh i ne čuju njihove nekvalitetne izvedbe, već slušaju melodiju đeza zbog imiđa. Isto je i sa izvođačima etera. Ako niste dobro savladali pravila ostalih elemenata, nemojte pretjerati sa improvizacijom etera i ne

činite baš sve što vam dođe napamet, jer loš đez je najgora glazba koju možete slušati, kao i loš improvizator životnih situacija. Posljedice tih akcija nitko ne želi proživljavati.

Možemo navesti jedan banalni primjer za one koji možda nisu shvatili o čemu se radi.

Recimo da dođete u situaciju da pred drugim ljudima kažete nešto što će nekoga uvrijediti ili će sve ljude oko sebe staviti u nezgodnu situaciju, samo zato jer vam je tako došlo da učinite. Nemojte to učiniti jer to se ne radi. Samo ako ste majstor tog zanata, odnosno ako ste toliko uravnotežena osoba da si to možete priuštiti. No u tom slučaju vaše će improvizacije biti uvažene kao vrlo zanimljive ili čak pozitivne ludorije.

Ako ste vi jedni koji je razumio vašu improvizaciju onda niste napravili dobru improvizaciju. Ako ju morate objašnjavati također niste uspjeli, i zato jedini savjet kojeg možemo dati glede toga jest nemojte improvizirati u društvu. Nemojte raditi to da bi skretali pažnju na sebe, i nemojte si umišljati da si to možete dozvoliti.

Ovdje smo naveli blagi primjer, ali isto vrijedi za sve situacije improvizacije. Neke od njih mogu zaista biti negativne, pa čak i opasne.

Majstor improvizacije je majstor ravnoteže svih elemenata. I zato su njegove improvizacije u skladu sa svemirom. Njegove su improvizacije kao najbolje đez skladbe. Svatko ih može s užitkom slušati ili bar razumjeti.

Sada kada smo pojasnili ovo vrlo važno poglavlje možemo odgovoriti na pitanje koje vam je jedan promatrač postavio: Zašto si to učinio ?

Odgovor je ; a zašto ne ?

Istim odgovorom bi Bog odgovorio na pitanje zašto je stvorio cijeli ovaj univerzum, svijet, ljude, vanzemaljce i cijelu ovu igru ?

A zašto ne.

Vježbajte improvizaciju sebe radi i budite sami sebi nepredvidljivi.

Možete početi tako što ćete u svojoj sobi uzeti neki improvizirani instrument tipa kuhinjskih lonaca, ili neki pravi instrument i svirajte apstraktnu muziku.

Ukoliko crtate, crtajte apstraktne slike i time ćete razvijati eter.

U mjesecu etera odlazite što više na visoke planine ili nebodere i gledajte u nebo i horizont. Budite svjesni i povezani s prostorom u kojem jeste.

Provedite vrijeme u samoći. osjetite samoću i dosadu. To su vaši najbolji prijatelji jer vas uče istini. Ako ste onaj koji to teško može, onda je to za vas izuzetno potrebno. Jačati će vašu vatru. Morate

naučiti biti sami, i ne se osijecati loše. Počnite nakratko, i malo pomalo produžujte vrijeme. Znajte da je sve oko vas živo i da nikada niste sami. Znajte da u svemiru postojite samo vi i da ste ustvari uvijek i bili sami.

Ljubite dosadu, jer će vas ona natjerati da otkrijete tajne koje su skrivene duboko u vama. Ljudi izmišljavaju svakojake akcije jer se boje dosade, boje se da se ne otkriju. Ali vi se ne morate bojati toga jer vi razumijete tko ste iako se niste potpuno razotkrili. I kada se to dogodi, tada vaše akcije postat će izvanredne.

Vi ste na kraju krajeva i smislili cijeli ovaj svemir. Snaći ćete se i u dosadi.

Sada kada ste dobro apsorbirali sve elemente, možete biti i iskreni. Iskrenost je također vrlina etera. Budite iskreni prema samom sebi i prema drugima. Nemojte trpjeti ili zadržavati nešto u sebi. Budite protok ideja, misli, riječi, osjećaja i djela.

5.Dio ZAKLJUČAK

Dakle, ukratko što možemo izvući iz ovog teksta;

Cijelo je postojanje jedno živo biće kojeg možemo nazvati kako hoćemo ali upotrijebiti ćemo riječ Bog kako bi 90% ljudi mogli prihvatiti taj pojam. Taj Bog je svemoguć, i vječan. Sve što postoji jest on izmislio, odnosno u sve se to postojanje on manifestirao. Pretvorio se u prostor, materiju, svijest, ljubav, dušu, kamen, drvo, čovjeka, komarca, bolest, misli, osjećaje, i sve što mi možemo zamisliti. Pretvorio je sebe u neznanje, oduzeo si je svijest, oduzeo si je moć, znanje i vječnost. Oduzeo si je sve kako bi bio ništa. Izmislio je igru da iz ništa otkriva sebe. Kao što se planinar polako penje do vrha planine odakle ima pogled na cijelu regiju, tako se i Bog iz svog ništa penje prema svojoj svijesti. Putem se razotkriva, dobiva sve više svijesti, moći, znanja i spoznaje da je možda ipak on vječan. Mi smo ON na tom njegovom odnosno našem putu, na našem usponu i cilj nam je da se u potpunosti razotkrijemo, da se u potpunosti spojimo sa Bogom, da se popnemo na vrh planine. Ali vrh planine nije svrha, on je samo cilj. Svrha je put koji se prolazi, jer kada penjač dođe do vrha, malo se odmori, predahne, uživa u svom pogledu, ali se nakon nekog vremena ponovo spusti dolje odakle je počeo penjati, kako bi se ponovo penjao. Možda neku drugu planinu, ili istu planinu nekim drugim putem, ali on će ponovo penjati baš kao što i Bog igra na milijarde svojih igra. Zapitajte se što biste vi radili da ste Bog. Odgovor leži u vama, samo ga trebate pronaći. Vi biste svojom maštom izmislili milijarde svjetova, dimenzija, pravila, igre,

života i sve biste to radili samo da iskusite sve što vam padne napamet. Jedna od tih igra, jedan od tih svjetova sigurno bi izgledao baš kao što izgleda sada vaš život, jer vi ste taj koji ga je stvorio.

U ovom svijetu vi ste stvorili sunce i mjesec koji predstavljaju dvije sile svemira, dva zakona dualnosti. Kao što su dva oka koja zajedno vide samo jednu sliku, stvorili ste dobro i loše, a loše ste stvorili samo da biste iskusili dobro, i da vas to loše tjera ka vrhu planine, ka razotkrivanju, ka prosvjetljenju. Jer da niste stvorili izazove, boli i nezadovoljstva vi biste bili kao jedan planinar koji je zapeo negdje na početku i nikada ne biste došli do vrha planine. Oni koji sada misle da ne propuštaju ništa ako se ne penju na planinu, imaju potpuno pravo, no nakon nekoliko milijardi godina možda im dosadi šetati se oko planine, pa se odluče popesti, ali ne brinite jer ako čitate knjige iz alternative, ako tražite znanje i mudrost, ako ste se zbližili sa prirodom i vašom dušom, tada ste već sigurno zakoračili na planinu. Dug je put do vrha, ali u tom leži ljepota, jer svrha je put, a ne cilj.

Na tom putu, osim dvije sile jina i janga vi ste stvorili pet glavnih sila, pet entiteta kojima ste podarili različite karaktere i uloge. Tih 5 elemenata su vaši učitelji na tom putu ka vrhu planine, to su vaši životni pratioci. Oni su kao djeca u vašem eteričnom tjelu i kao roditelji u prirodi koja vas okružuje. Vi morate učiti od prirode, da biste stavili u red vašu djecu.

Elementi su živa bića i treba ih osvijestiti. Oni žive u nama i kontroliraju naš karakter dok ne preuzmemo svijest nad njima i u njih ulijemo ljubav.

Priroda je vanjska slika našeg unutarnjeg bića dakle naše osobno ogledalo.

Putem 5 osjetila čovjek percipira život i svijet te zato moramo više pažnje posvetiti tom inputu.

5 ljudskim razinama vladaju elementi i oni trebaju biti u ravnoteži kako bi naše postojanje bilo što kvalitetnije; kako bi bili mudriji, pametniji, zadovoljniji, moćniji, kako bi se uspjeli popesti do vrha.

Ravnoteža jest osnovni zakon svemira, i kako se mi približavamo ravnoteži elemenata tako više ispoljavamo njihove vrline. Bez ravnoteže teško da možemo šetati po ravnoj šumi, a da ne govorimo po strmoj planini. Jer planina, što se više približava vrhu to je strmija i zahtjevnija.

Vrline nam služe da bi hodali putem prema savršenstvu.

Taj nevjerovatan krug života jest naša igra, naša manifestacija postojanja.

Element	Razina	Percepcija (input)	Manifestacija (output)	Vrline
Zemlja	Fizička	Miris	Djela	Praktičnost
Voda	Emocionalna	Okus	Osjećaji	Suosjećanje
Vatra	Energetska	Boje	Riječi	Samopouzdanje
Vjetar	Mentalna	Dodir	Misli	Razumijevanje
Eter	Duhovna	Zvuk	Ideje	Intuicija

Sve je u ovom postojanju povezano, pa tako i priroda koja nas okružuje povezana je sa našom unutarnjom prirodom. Ako se družimo s elementima iz prirode oni utječu na elemente u tijelu, ako radimo na elementima u tijelu oni oblikuju našu okolinu. Ma koliko to zvučalo nerealno mi svi duboko prepoznajemo ovu istinu. Opće prihvaćena izreka u tom smislu jest:

kad promijeniš sebe, promijenio si svijet !

Svijet koji pohlepom i ubrzanom tehnološkom razvitku prema energiji ide u krivom smjeru. Civilizacija je malo zapostavila i čak ugrozila ono prvobitno što nam priroda daje a to je život. Zbog prevelikog preubrzanog tehnološkog napretka, civilizacija je došla u situaciju da sama sebe uništava.

Voda je prljava, ozon je oštećen, šume su sve rjeđe, zemlja otrovana, i zrak zagađen. Osim što štetimo prirodi koja to neće zauvijek tolerirati štetimo i ljudskom rodu. Hrana koju jedemo je puna kemikalija i otrova, voda koju pijemo je zagađena otpadom, ili je uništena skladištenjem u plastičnim bocama. Zrak je pun otrovnih ispušnih plinova automobila tvornica i cijele industrije. Eter je također zagađen zvukom odnosno vibracijama mobilnih uređaja, televizija, i raznih frekvencija koje niti ne čujemo a uvelike nam štete. A na kraju ovaj način života tehnološkog društva stresan je sam po sebi dovoljno da izazove kojekakve bolesti.

Pa gdje je glavni problem tom trenutnom stanju neravnoteže?

Problema ima više, no u svakom slučaju rješenje bi bilo da se ubrzani tempo života uspori. Jedan planinar mora polako hodati po puteljku, jer ako trči, umorit će se i pasti, a ako traži prečac riskira da padne u neku provaliju.

Ako civilizacija napreduje uravnoteženim tempom onda ona ima vremena da prati događaje i da ispravlja greške. Između ostalog kada idemo polako daleko možemo stići za razliku od kratkog puta koji prevalimo kada trčimo. Još je jedna prednost u tome da idemo polako, a to je da tada uspijemo vidjeti i proživjeti sve što nas na tom putu okružuje, i sve što susrećemo.

Sada je vrijeme kada bi se čovjek trebao ponovo okrenuti osnovnim stvarima i uz pomoć tehnologije koju je napravio stvoriti bolji svijet, sebi i elementima u prirodi. Sada je vrijeme da čovjek ponovo živi u skladu s prirodom, jer u protivnom uništiti će sam sebe.

Mi možemo helikopterom doći na vrh planine, ali što smo time dobili, ništa, jer tamo gore vrijeme ne postoji. Samo smo izgubili iskustvo penjanja, koje je predivno unatoč tome što zna biti teško.

Što to u praksi znači ?

Promijeniti sebe, znači promijeniti svijet. Ako usporite svoj vlastiti život, usporili ste svijet. Osvijestiti sebe i svoju okolinu osvijestili ste komadić svijeta. Osvijestiti elemente u vama osvijestili ste i prirodu svemira.

Vanjska projekcija elemenata jest odraz našeg unutrašnjeg stanja ravnoteže elemenata. Svijet oko nas jest naše vlastito ogledalo. Mijenjati sebe znači mijenjati naš karakter; naše ideje, misli, riječi, dijela i osjećaji.

Oni su povezani zapravo kontrolirani od 5 elemenata i na nama je samo da njih uvedemo u ravnotežu. Rezultat njihove ravnoteže izražava se kao karakterna vrlina.

No kako bi mogli držati unutarnje elemente pod kontrolom odnosno u ravnoteži moramo učiti iz prirode, od istih elemenata u prirodi. Oni su naši najveći učitelji.

Elementi kao vrhunski učitelji

Svaki dan elementi nam pripremaju razno razne male testove koje mi svakodnevno prolazimo i padamo. Život je kao jedna velika škola, a elementi su naši učitelji. Od njih možemo puno naučiti, ali kad nešto naučimo onda nas oni preispituju svakodnevno dok nismo sigurni da je gradivo položeno. Kada položimo neko poglavlje učenje se nastavlja. Ako ne položimo neke ispite ponavljati ćemo gradiva dok ih ne savladamo. Zato nam se u životu neke situacije ili problemi ponavljaju. Tek kada naučimo lekciju i potvrdimo njeno znanje tek tada napredujemo i ti nam izazovi više ne dolaze u život. Ako i dođu mi ih s lakoćom rješavamo jer ih znamo riješiti. Sve se događa s razlogom i sve su životne odnosno dnevne situacije izazovi za određena iskustva. Stoga možemo reći da je život škola, odnosno čovjek je izmislio sustav školovanja jer je to njegova vlastita priroda.

Ne moramo kriviti druge za naše stanje, ili nezadovoljstvo, jer oni su samo sredstvo kojim se svemir služi da nas nečemu nauči ili testira.

Uzmimo jedan primjer:

Buda je rekao : *kada ti netko ukaže na tvoje mane gledaj na njega kao da ti je rekao gdje se nalazi blago.*

U tim situacijama život testira naš ego, naš element vatre. Kada nam netko ukaže na mane ego bi se odmah branio i opravdavao, bez obzira da li je optužba istinita ili nije jer ego voli misliti o sebi da je savršen, ili najbolji, a kad mu netko ukaže mane, tada ta slika o sebi samome kao o nečemu uzvišenome postane ugrožena. I zato se ego brani ili čak počne napadati neprijatelja jer napad je često najbolja obrana.

Ovdje moramo biti jako oprezni da ne krivo shvatimo poruku koju je Buda rekao. On nije rekao da drugima ukazujemo na njihove mane. Svaki puta kada nešto uradimo mi snosimo odgovornost za to i

to će nam se vratiti, bilo ono loše ili dobro. Ako ste nekog povrijedili, učinili ste loše, jer povrijediti nekog riječima, duhom, ili fizički identična je stvar.

Ova je igra savršena i ona ne dopušta greške. Ako se nekog povrijedi ili mu nešto otežali, onda je ta osoba sigurno to morala iskusiti zbog svojih učenja i svojih testova, ali to je njihova priča, i ona nema nikakve veze s vama. Ta spoznaja vam može dati utjehu na sve stvari koje ste dosad učinili, jer nositi teret krivnje jest kao da nosite vreću kamenja dok putujete, ali ta vam spoznaja neće oprostiti to što ste uradili, i vi ćete svoju školu odraditi. Činiti loše je loše čak i u ovom bespriječnom sustavu karme. Dakle ono što ste drugome učinili vratiti će vam se.

Ali Buda je ipak rekao : *kada ti netko ukaže na tvoje mane gledaj na njega kao da ti je rekao gdje se nalazi blago.*

S druge strane ako ste vi taj koji je povrijeđen, nemojte kriviti onoga koji vas je povrijedio. On ima svoj test, svoju školu i svoju igru sa ovim svemirom, a vi vašu. Vi ste taj koji je povrijeđen i to ima veze samo s vama. Nemojte drugome govoriti „to se ne radi, ti si me povrijedio i ne bi smio t činiti jer to je loše. To će ti se vratiti, ... „ ili nešto slično. Riječi ili djela koje su upućene vama samo su riječi ili dijela koje su upućene vama. Vi imate svoju školu. Morate dobro proučiti što vam život želi reći. Koju lekciju morate naučiti, i u tome leži cijela mudrost. Zato je Buda rekao da na to gledate iz perspektive dobroga (kao da vam je rekao gdje se nalazi blago). Jer na kraju krajeva, u životu najveći neprijatelj su naše mane, a mi ih nismo niti svjesni. Promatrajte se kako reagirate na takve slične situacije. Jer istina boli, a ukoliko u takvim optužbama nema ni trunka istine, vaša će se duša lagano nasmiješiti.

Izbjegavanje učenja ili one situacije koje nam se nameću, je samo odgađanje učenja. Čak i ako nam život prođe, nastavit će se u sljedećoj inkarnaciji.

Put ravnoteže

Sve tehnike koje smo nabrojali kao npr. meditacija, pranajama, joga, gledanje u sunce, molitva vodi... nisu kratice koje nas vode do cilja, kako to mnogi naivni duhovni praktikanti misle, već one služe da bi izbalansirali elemente i da bi radili na njihovoj ravnoteži, jer što je ta ravnoteža bolja to je taj naš put učenja, naš život, lakši, i kvalitetniji. Ili da kažemo to drugim rječnikom ; duhovne tehnike poput meditacije služe nam da bi se nahranili energijom koja nam je potrebna da se uravnotežimo.

Dok nema ravnoteže, ljudski se život vrti u jedan beskonačan krug, i skače s jedne noge na drugu, s jedne krajnosti u drugu. Da bi izašli iz tog kruga, da bi došli bilo gdje ili učinili bilo što potrebna je ravnoteža. Ravnoteža donosi mir, i moć koncentracije zapažanja. Imate dvije noge lijevu i desnu, a vaša ravnoteža hodanja ili stajanja daje vam moć da bilo što uradite. Kada izgubite ravnotežu padate, odnosno nemate sposobnost da bilo što u tom trenutku uradite kvalitetno, ili da dođete do cilja. Isto tako imate i dvije polutke mozga, koje su podijeljene na dvije osnovne sile svemira (jin – jang, muško – žensko, da i ne, razum i osjećaji, itd...). Kada imate ravnotežu između lijeve i desne noge vi možete ići bilo gdje. Kada imate ravnotežu lijeve i desne sile svemira vi možete raditi bilo što i to što radite bit će kvalitetno. Taj su princip ravnoteže zagovarali mnogi a među njima i Buda, Leonardo Davinci, Platon itd.

Da bi dijete naučilo hodati potrebno je da ovlada svojom ravnotežom, no ne uči dijete hodati da bi znalo hodati već uči hodanju jer zna da tako može ići bilo kuda. Dakle ravnoteža nam služi da bi mogli doći do nekog cilja. Taj cilj može biti bilo što; uspjeh, zdravlje, mir, prosvjetljenje, itd.

Uravnotežiti te dvije sile možemo jedino tako što ćemo raditi na svim elementima, odnosno uravnotežavanjem tih elemenata uravnotežujemo dvije osnovne sile svemira.

Kao što postoje 2 osnovne sile svemira (dan i noć, sunce i mjesec, toplo i hladno, muško i žensko, pozitivno i negativno, plus i minus, čestica i anti čestica....) tako možemo reći da postoje i dva životna puta, a to su put prihvaćanja i put odricanja.

Zapravo put odricanja i put prihvaćanja dvije su velike krajnosti i zablude duhovnog tragača. Kada bi zaista u potpunosti prakticirali odricanje ili prihvaćali sve što nam dolazi poginuli bi ili umrli u roku od nekoliko dana ili tjedana. Jedan indijski mistik kaže u roku 7 dana. Dakle nemoguće je u potpunosti ići putovima krajnosti a težiti ka njima krivi je put. Krajnosti postoje da bi mogli shvatiti sredinu. Sredina je put ravnoteže. Dakle savršen put je put između odricanja i prihvaćanja, a mudrost je raspoznavanje što treba prihvatiti a što odbiti, odnosno kada treba reći NE a kada DA.

Dvije osnovne sile svemira često simbolizirane kroz sunce i mjesec, predstavljaju vatru i vodu. Vatra kaže NE, a voda kaže DA. Kada se približite vatri ona će vam reći NE, nemoj me dirati, ja sam opasna. Što god da stavite u nju ona to neće prihvatiti te će ga pokušati spaliti. Vatra je hrabra i dovoljna sama sebi, i ona nema potrebu za ničim, osim za samu sebe. Ona predstavlja ego koji je sebičan i koji voli samo sebe. On bez problema svemu kaže NE. Nažalost mnogi duhovnjaci poput većine jogija odriču se materijalnog posjedovanja, seksualnog užitka, osobne ambicije, znatiželje i slobode, te odu u šumu ili u neki samostan gdje se bore sami sa sobom u svom vlastitom zatvoru kojeg su stvorili jer idu putem odricanja. Iako su oni uvjereni da je to dobar put, nisu svjesni da lažu samog sebe, jer se nisu totalno odrekli života. Mole za novac, sanjaju žene jer im je seksualna energija potisnuta, žude za prosvjetljenjem kao što sportaš žudi za uspjehom, i ne može se odreći svojih misli. Oni svemu govore NE, oni idu kroz život kao vatra kroz šumu. Spale sve što im dolazi u susret. Na kraju će se ugasiti jer neće više biti šume, a oni neće doći tamo gdje su naumili otići. Put odricanja je krajnost koju je nemoguće živjeti. Kada bi se odrekli svega tada bi se trebali odreći i hrane, kisika, i života. No ako takav tragatelj napravi samoubojstvo ponovo će se roditi i ponovo će ga čekati izazovi koje nije uspio prepoznati i savladati.

Druga krajnost je voda, koja prihvaća sve što joj dođe. Ako bilo što stavite u vodu ona će to prihvatiti. Ona uvijek kaže DA. Ona se prilagodi svakoj posudi u kojoj se nalazi ili mirno slijedi kanal koji joj je netko iskopao. Ona je naivna jer svakom vjeruje i često se isprži na suncu kada zaglavi u neki krivi smjer. Danas mnogi duhovnjaci misle da je put prihvaćanja pravi put. Oni misle da svemu što im dolazi u susret oni kažu da, međutim oni su naivni kao voda jer ne vide da sami sebe lažu. Kada bi zaista prihvatili svaku situaciju, svaku svoju misao i povelili se tim osjećajem poginuli bi ili zaglavili vrlo brzo. Zamislite da neki vegetarijanac koji je izabrao taj put sretne nekog tko mu nudi da pojede meso, ili još gore, sretne ubojicu koji mu naredi da i on nekog ubije, ukoliko i to prihvati postao bi ubojica. Ovaj je primjer možda ekstremni, ali i put prihvaćanja je ekstremni put. Reći svemu NE ili reći svemu DA jednostavno je nemoguće i nikako ispravno. Zlatni je put, put ravnoteže. U Indiji se kaže da čovjek mora imati moć razlučivanja, a to znači da mora razlučiti kada i čemu treba reći DA a kada NE. Život nas tako svakodnevno testira sa izazovima koje trebamo prihvatiti i sa kušnjama koje trebamo odbiti. Moć razlučivanja dolazi iz nas samih. Pravo razlučivanje koje vam je potrebno u tim

situacijama ne dolazi iz racionalnog uma, niti iz intuicije. Racionalno zaključivanje nije uvijek loše niti je intuitivno uvijek dobro. I tu treba paziti. Zamislimo da smo došli na raskrižje dvaju puteva. Ne znamo kamo bismo pošli lijevo ili desno. Na desnoj je strani šuma, a na lijevoj planina. Po Tantri desna je strana muška racionalna strana, a lijeva je ženska intuitivna. Zamislite da stojite na tom raskrižju zajedno sa vašim sinom koji svom silom želi ići desnim putem jer po njegovoj logici kroz šumu se lakše prođe nego preko planine. To isto vama govori i vaš logičan um. No, vi se pouzdate i u vašu intuiciju koja vam tog trenutka kaže da je ipak bolje otići lijevim putem jer je desni opasan i nešto bi se ružno moglo dogoditi. Vi ste stariji i imate pravo odlučiti, no odlučite li poći lijevo put će biti težak, vaš će vas sin mrziti cijelim putem jer vam neće vjerovati kad mu kažete da ste imali loš predosjećaj. Misliti će da ste namjerno odlučili suprotno samo kako ne biste išli kuda je on rekao. Time ćete narušiti vaš odnos i povjerenje. Međutim ukoliko izaberete desni put vaš će sin biti sretan i ponosan na vas. Ukoliko se bude dogodilo nešto loše naučiti će svoju lekciju o životu i intuiciji. Prema vama imati će više poštovanja i više će vam kasnije u životu vjerovati.

Dakle iz ove situacije možemo zaključiti da je i jedan i drugi put ispravan i da i jedan i drugi imaju svoje prednosti i mane. U tim situacijama upotrijebiti ćemo moć razlučivanja koji promatra vašu intuiciju, i promatra vaš razum. Bez obzira što odlučite u tim trenucima morate znati ono najvažnije, a to je da ne možete pogriješiti.

Zamolite vjetar da vam pokaže put !

Slava prirodi i njenim elementima.

Riječi autora

Nadam se da vam je ova knjiga nečemu poslužila. Nadam se da ste iz nje izvukli neku vama važnu informaciju, i da vas je potaknula na razmišljanje i na neke nove odluke, odnosno promjene. Nadam se i to da ste ju isprobali u praksi i da vam je donijela lijepa iskustva, kao što je i meni. Ukoliko imate bilo kakvim pitanja, prijedloga ili komentara možete mi poslati na mail hrast.rovinj@gmail.com

Ukoliko ste knjigu dobili od nekoga putem maila a niste pogledali njenu web stranicu, možete to učiniti na ovaj link, <https://sites.google.com/site/about5elements/knjiga/donacije>

gdje prikupljamo donaciju za štampanje knjige. Ako mislite da bi ova knjiga trebala dospjeti i u ruke onih koji ne čitaju knjige preko interneta imate priliku pomoći nam vašom donacijom. Ili možda imate nekog izdavača u obitelji ;)

u međuvremenu tražimo dobrovoljne lektore, prevoditelje, ilustratore i onih koji mogu pomoći.

Hvala na razumjevanju !

Marin Vayu G

