



W naszych centrach energetycznych chodzi o utrzymywanie harmonii i równowagi. Wówczas ciało jest zdrowe, umysł spokojny, a dusza może tworzyć w życiu to, czego pragnie doświadczyć. Różne blokady (ból psychiczny) powodują, że czakry są zbyt mało lub zbyt bardzo aktywne, co utrudnia lub zupełnie uniemożliwia spokój umysłu czy świadomą kreację.

Jaka jest różnica pomiędzy medytacją i uzdrawianiem energią a transformacją świadomości?

Medytacja prowadzona, w której odrywasz swoje myśli od codziennego życia i pozwalasz umysłowi podążyć za opowieścią, pozwala mózgowi przestawić się na fale alfa, które powodują ogólne odprężenie. Częste powtarzanie takiej praktyki może pomóc Ci w doraźnym redukowaniu codziennego stresu. Nie ma to jednak nic wspólnego z transformowaniem Twojej świadomości, choć może przyczynić się do zwiększenia Twojej gotowości na transformację.

Medytacja prowadzona, której celem jest to, abyś skontaktował(a) się z doznaniem w swoim ciele, następnie podłączył(a) do nich świadomość emocjonalną, a potem wyraził(a) te emocje z ciała, ma już więcej wspólnego z transformacją świadomości, choć brakuje w niej elementu zaopiekowania przez żywego człowieka, Twoja relacja z osobą prowadzącą jest tutaj jednostronna.

Głęboka medytacja w ciszy, która – podobnie jak hipnoza – wprowadza Twój mózg w fale theta, ma już moc wyjścia Twojej świadomości poza ciało i poza świadomy umysł, poza myśli i emocje. Może to spowodować zmiany w programach Twojej podświadomości, możesz też doświadczyć spełnienia niektórych swoich intencji umieszczonych w polu kwantowym. Jednakże to również nie jest procesem transformacji Twojej świadomości, ponieważ **nie dochodzi tu** do świadomego spotkania z Twoimi konfliktami wewnętrznymi powodującymi blokady w energii, ani do ich rozwiązania poprzez uwolnienie ładunku emocjonalnego, który im towarzyszy.

W głębokiej medytacji możesz również dostać się do poziomu Czystej Świadomości, która jest nielokalna i nieskończona, bezkształtna, poza czasem i przestrzenią, jakiej znamy, i która nie potrzebuje żadnych transformacji. Transformacje dotyczą bowiem pracy z ego (jaźnią, poczuciem odrębnego Ja), które jest oddzielone od Źródła, żyje w dualności i niezintegrowanych biegunach, oraz jest doświadczeniem Twojej świadomości podczas życia na ziemi, w materialnym świecie. Taki stan Czystej Świadomości w medytacji nie jest możliwy do osiągnięcia u osób z mocno zablokowaną czakrą podstawy i sakralną. Potrzeba bowiem mieć dużo oparcia w sobie i zaufania do siebie (lub do Siły Wyższej, jakkolwiek pojmowanej), żeby móc powierzyć siebie w całości i doświadczać połączenia ze Wszystkim, Co Istnieje na

poziomie duchowym (potrzebne jest najpierw połączenie z Ziemią, żeby w dalszej kolejności móc połączyć się z resztą Wszechświata).

Uzdrowianie energią może doprowadzić do zniknięcia objawów chorobowych i osiągnięcia stanu harmonii w Twoich czakrach, natomiast jest to metoda doraźna, dająca krótkotrwałe efekty. Nie powoduje trwałej transformacji świadomości, ponieważ blokady z czakr pozostają nieruszone na poziomie ich realnych źródeł. Nikt nie wykona tej pracy za Ciebie, nikt nie zdejmie z Ciebie bólu, który jest utknięty w Twoim ciele i Twojej podświadomości, choć w ramach uciekania od niego możesz bardzo wierzyć w taką moc uzdrowicieli i różnych technik pracy z podświadomością. **Tylko Ty możesz spotkać się z samym sobą na coraz głębszych poziomach**, mądry przewodnik może Ci jedynie pomóc tam się dostać i dawać Tobie wsparcie wtedy, gdy będzie bolało. Cała odpowiedzialność za ten proces spoczywa jednak tylko na Twoich barkach.

Czym zatem dokładnie są transformacje świadomości?

Są głęboką pracą z blokadami energetycznymi, które pod postacią utkniętych w ciele i zazwyczaj nieświadomych emocji utrudniają Ci życie. Bez pracy z Twoim ciałem i uwolnienia zgromadzonego w nim bólu (wstydu, rozpacz, smutku, gniewu, nienawiści, strachu, przerażenia), bez połączenia tego procesu z Twoim sercem i świadomością tego, czego dotyczy konflikt, nie ma mowy o realnym wznoszeniu się świadomości na wyższy poziom. Poprawa nastroju czy chwilowy stan błogości, które towarzyszą medytacji prowadzonej lub oczyszczeniu czakr, nie są transformacją świadomości. W niej nie chodzi bowiem o poprawę nastroju, lecz o trwałe uwolnienie ciała od napięć, które nosisz w sobie od poczęcia lub od pokoleń, czego rezultatem będzie głębokie osadzenie Ciebie w materialnej rzeczywistości. To dzięki solidnemu ugruntowaniu w niej możesz wznieść się do swojego wewnętrznego nieba i dalej. Wznoszenie się tam w odcięciu od ciała i materii nie jest transformacją świadomości i raczej prowadzi do pogłębiania zaburzeń psychicznych i obłądki, nie do oświecenia.

Transformacja świadomości jest pracą z Twoim ego (Wewnętrznym Dzieckiem), co **zawsze** oznacza pracę z Twoim cieniem, Twoim wewnętrznym szambem, z tym wszystkim, co w sobie odrzucasz i od czego odruchowo uciekasz. Kiedy opuszczasz mroczną część siebie i kierujesz się tylko w stronę światła, tak naprawdę pogłębiasz wewnętrzny podział i tak naprawdę ma to niewiele wspólnego z miłością. Bo miłość to przecież przyjęcie i akceptacja **wszystkiego**, prawda? Nie tylko tego, co fiołkowe i motylkowe. Transformacje świadomości nie są wybiórczym skakaniem po mapie Hawkinsa, lecz rzetelnym, skrupulatnym przechodzeniem przez każdy poziom po kolei, coraz głębiej i głębiej, po to, żeby zintegrować go ze swoją świadomością. Podróż ta trwa przez całe życie, ponieważ proces poszerzania świadomości nie ma końca, więc odpuść sobie fantazję, że po weekendowych warsztatach czy nawet po roku intensywnej pracy zauważysz już wielkie postępy. Pierwsze lata zazwyczaj przypominają orkę na ugorze – jest dużo pracy, a to dopiero przekopywanie fundamentów. Kiedy jednak na takiej ziemi coś posadzisz, będzie miało to szansę na zdrowe i piękne dalsze życie, o ile oczywiście nie przestaniesz wkładać równie wytężonej pracy w dalszą pielęgnację swoich upraw i nie porzucisz ich na żadnym etapie...

Transformacje świadomości a psychoterapia

Transformacje świadomości w moim rozumieniu są czymś więcej niż akademicka psychoterapia, choć przede wszystkim na niej się opierają. Nauka zachodnia nie wymyśliła do tej pory bardziej skutecznej metody głębokiej integracji poodrzucanych części samego siebie. Jednakże połączenie zachodniej psychoterapii z totalną biologią, seksuologią, fizyką kwantową i filozofiami Wschodu oraz traktowanie człowieka w pełni holistycznie, poświęcając tyle samo uwagi ciału, co umysłowi, duszy oraz – uwaga – duchowi (Siła Wyższej, jakkolwiek ją pojmujesz), zapewnia nam właśnie realną transformację, czyli coraz głębszą integrację tych wszystkich obszarów człowieczeństwa.

Inaczej mówiąc, żeby zintegrować w człowieku wszystko, co się na niego składa, warto, żeby rodzaj pracy z nim był również integralny, czyli maksymalnie holistyczny, potrafiący dać tyle samo uwagi każdemu z czterech wymienionych obszarów. Integrowanie ich **w doświadczeniu** (a nie tylko w ramach intelektualnego przetwarzania czy zdobywania wiedzy o tym, jak to działa), przekłada się na Twoją życiową wędrówkę od szamba do Źródła. Od głębokiego podziemia po sam kosmos i złote światło. Nie zawsze jest możliwe doświadczenie wszystkich tych etapów w ciągu jednego życia, ale jeśli posuniesz się w tej podróży choćby o jeden poziom dalej, to znaczy, że wykonałeś kawał solidnej roboty.

Realne transformacje świadomości rozpoznasz po tym, że kiedy przyjdą kolejne kryzysy – a na pewno przyjdą – to zauważysz, że poradzisz już sobie z nimi inaczej. Nawet, jeśli będą głębsze, to przede wszystkim będą trwały coraz krócej, coraz mniej będą wytrącały Cię z wewnętrznej równowagi i coraz prędzej będziesz z nich wychodzić. Inaczej będziesz też przeżywać emocje. Nie będą Cię już zalewały i odbierały chęci do życia, będą po prostu przez Ciebie przepływać, a Ty będziesz ich doświadczać w pełni i adekwatnie do danej sytuacji tu i teraz – przez chwilę.

Transformacje świadomości zwiększą Twoje poczucie odpowiedzialności i idące zaraz za nim poczucie wolności i wewnętrzного spokoju, nawet w niespokojnych okolicznościach zewnętrznych. Twoje życie będzie wyglądało jak na obrazkach poniżej. Zapewniam Cię, że fascynujące jest świadome przejście każdego etapu tej podróży, choć do najłatwiejszych nie należy...



I tym właśnie są podróże pt. „Od szamba do Źródła”.