

## **Voimme valita ilon ja onnellisuuden!**

Meillä ihmisillä on vapaa tahto ja me voimme itse valita tunteemme ja ajatuksemme. Teoriassa asia on näin. Meidän kannattaisi tietysti aina valita ilo ja sydämellisyys. Käytännössä me olemme useimmiten energiakehomme tukkoisuuksien vankeja ja alempien tunteidemme johdattamia. Ja se polku viekin useimmiten alakuloon ja tyytymättömyyteen. Tästä loukustakin on uloskäynti: se on energiakehomme syvälinen puhdistus, ja varsinkin negatiivisten ajatusmuotojen poistaminen energijärjestelmästäme.

### **Kehojärjestelmämme**

Ihmisen kehojärjestelmää tutkittaessa siitä löytyy eri tasoja: fyysinen keho, energiakeho (eli eeterinen keho), tunnekeho (emotionaalinen), ajatuskeho (mentaalinen) ja syykeho (kausaalinen).

Tämä lisäksi voimme jaotella ihmiskokonaisuuden kolmeen osaan: keho, mieli ja henki. Keho-osa koostuu fyysisestä kehosta ja energiakehosta (eeterisestä kehosta); mieli koostuu tunne- ja ajatuskehoista; ja henki koostuu syykehosta (kausaalikehosta). Jos jokin näistä osa-alueista toimii heikohkosti, me tunnemme sen kehossamme ja mielessämme. Olo ei tunnu onnelliselta ja vahvalta....

### **80% ratkaisuista löytyy energiatasolta**

Elämänkin voi jakaa eri osa-alueisiin: terveys, taloudellinen tilanne, työ, ihmissuhteet, suhde Korkeimpaan Voimaan jne. Jos jokin näistä osa-alueista toimii heikosti, meillä on onneton, voimaton, surullinenkin olo. Ratkaisu ongelmiimme näillä kaikilla osa-alueilla löytyy energiatasolta.

Master Choan opetusten mukaan ongelmat syntyvät energiatasolla, ja sieltä ne sitten ajan kuluessa levittäytyvät myös fyysiselle tasolle näkyäkseen kipuina, sairauksina tai epäonnena. Kun alamme purkamaan sotkuista elämäntilannetta tai etsimään parannuskeinoja sairauteemme, meidän tulisi yrittää purkaa vyyhtiä energiatasolta 80% verran ja selvittää fyysisistä tilannetta 20% verran.

Löytääksemme itsestämme onnellisuuden tai menestyäksemme maailmassa, meidän täytyy siis selvittää asioita energiatasolla huomattavasti enemmän kuin hoitaa fyysisen maailman asioita. Mutta toki puhelinoimit, hakupaperit, keskustelut, rikkinäisen putken korjaaminen ym ym ovat kaikki tärkeitä. Ne ovat noita 20% asioita. Niihin ihmiset tavallisesti keskittyvät. Taustat ja syyt energiatasolta jäävät usein vähemmälle huomiolle – ja kuitenkin ne muodostavat 80% koko ongelman ratkaisusta!

Tässä meillä pranic healereilla on etulyöntiasema. Me olemme oppineet käyttämään tehokkaita työvälineitä energiatason korjauksiin. Pranic Healingin peruskurssilla meitä opetetaan pitämään energiakehomme puhtaana ja vahvana, mikä sitten tuo meille

terveyttä (=kehotaso). Värikurssilla ja mielenhoitokurssilla opimme pitämään tunteemme ja ajatuksemme puhtaina ja terveinä (=mieli). Arhatic joogassa opimme vahvistamaan yhteyttämme Jumalaan ja edistämään henkemme kehitystä (=henki-osa meissä).

### **Rajoitukset ovat meissä itsessämme**

Meistä itsestämme löytyvät syyt ongelmiimme. Rajoitukset, jotka näyttävät elämän meille asettamilta, ovatkin omassa energiajärjestelmässämme. Olkoon ongelma mikä tahansa, sen voi itse asiassa ratkaista oman itsensä kautta. Vain ja ainoastaan. Tämä katsantokanta vaatii meiltä tiettyä kypsyyttä, koska on niin helppo asettua uhriksi ja nähdä vika muissa. Meidän on vain päätettävä valita onnellisuus ja ilo ja ryhdyttävä purkamaan energiatasolla olevia sotkujamme. Pranic Healing kursseilla opimme löytämään ratkaisuja energiatasolta. Tämä saavutetaan sekä kursseilla saamamme tiedon kautta että kursseilla koetun tietoisuuden kohoamisen kautta.

### **Monilla on taloudellisia huolia...**

Monilla ihmisillä on pelkoja taloudellisen tilanteen kantavuudesta, varsinkin viime aikoina, kun uutiset ja sanomalehdet ovat keskittyneet vahvistamaan tätä katsantokantaa päivittäin. Mutta meidän ei tarvitse pelätä mitään. Meidän täytyy vaan kehittää positiivista ajattelua ja luottamusta elämään – ja puhdistaa energiakehoamme jatkuvasti vanhoista negatiivisista ajatusmalleista. Riippumatta konjunkttureista ja raha-maailman heilahduksista, me selviämme.

Meidän täytyy vain muistaa puhdistaa energiakehoamme; pitää ajatuksemme ja tunteemme positiivisina ja puhdistella pois köyhyystietoisuutta ja pelkoja; lisäksi meidän tulee auttaa muita, niin vähäosaisia kuin henkisen kehityksen projektejakin, myös rahallisesti. Silloin saamme ”taivaiselle pankkitilillemme” hyvän karman pisteitä.

### **Vaikuttamalla itseesi voit vaikuttaa muihin**

Nämä Pranic Healingin opetukset toimivat myös ihmissuhteiden hoidossa. Kun pidät energiakehosi puhtaana, niin tuo 80% ihmissuhdeongelmista on sillä hoidossa! Suhteesi työtovereihin, koulukavereihin, ystäviin, sisaruksiin, vanhempiin, lapsiin toimivat ja ovat antoisia.

Muita et voi muuttaa. Et voi kontrolloida muiden ihmisten tunteita ja ajatuksenkulkua, mutta voit aina puhdistaa omaa energiajärjestelmääsi. Sillä lailla saat ihmissuhdeongelmatkin pienenemään ja pystyt kestämaan tilanteen paremmin.

Kun tunnet ärtyväsi tai vihastuvasi ja kun näet syyn ainoastaan toisissa ihmisissä (mikä on inhimillistä!), niin yritä kohottaa tietoisuuttasi hieman ja saada sydänchakrasi aktivoitumaan. Silloin pystyt katselemaan tilannetta myötätuntoisemmin. Siinä mielentilassa sinun on myös helpompi ”kääriä hihat ylös” ja alkaa käyttämään Pranic

Healing tekniikoita sekä omien ajatusmalliesi että oman stressin puhdistamiseen ja kahden ihmisen välillä olevan energian puhdistamiseen.

### **Mitä siis voimme tehdä?**

Yhteenvetona voimme koota tehtävälistaa asioista, jotka auttavat meitä saavuttamaan ilon ja tyytäväisen mielentilan, ja samalla myös terveyden ja onnistumisen... Kaikki eri energiakehomme on puhdistettava ja chakrojen pohjimmaisiet sopukatkin perin juurin puhdistettava, jotta energiajärjestelmästäme saadaan kaikenlainen harmaa, jumiuttava, tukkeuttava energia pois.

Fyysisen kehon ja eetterikehon (=energiakehon) tasolla meidän olisi puhdistauduttava mahdollisimman syvällisesti ja samalla vältettävä asioita, jotka kuormittavat energiakehoamme tukkeuttaen sitä. Paastoaminen säännöllisesti auttaa tässä, tupakan ja alkoholin välttäminen myös – ja tietysi huumeiden ehdoton välttäminen, koska niiden kautta kehoamme tulee karkeaa värähtelyä. Kannattaa syödä mahdollisimman puhdasta ruokaa, luomuruoka on energiatasolla puhdasta, sekä välttää ainakin sianlihaa, koska siinä on myös kovin alhainen ja raskas värähtely ja sen energialaatu on tikkuisen oloista ja tuhrusta. Pranic Healing hoitoakaan ei kannata ohittaa, koska sillä lailla saa puhdistettua tehokkaasti vanhoja energiajälkiä kehosta.

Puhdistamisen lisäksi keho tarvitsee lisää elinvoimaa, mitä se saa hyvälaatuisesta luomuruuosta, praanahengityksestä ja energiahoidoista.

Tunnetasolla eli emotionaalisen kehon tasolla meidän olisi sekä lopetettava negatiivisten tunteiden luominen (itsehän me ne aikaansaadaan, se on meidän valintamme), puhdistettava vanhoja negatiivisia tunne-energioita että keskittyttävä aikaansaamaan positiivisia tunteita. Sitä voi harjoitella sillä, että aina yrittää löytää vaikeastakin asiasta valoisa puoli.

Mentaalikehon eli ajatuskehon tasolle asti on tuo puhdistusprosessi myös vietävä. On yritettävä olla tuhraamatta omaa energiakehoaan negatiivisilla ajatuksilla, sekä koskien minua itseäni että koskien muita ihmisiä.

Ajattele hetken, miten monia negatiivisia ajatuksia olemme ehtineet luoda elämämme aikana... Joku on joskus arvioinut, että keskivertoihminen ajattelee tuhansia yksittäisiä ajatuksia päivittäin – ja että näistä suuri osa on laadultaan negatiivisia: arvostelevia, ärtyneitä, surullisia, kateellisia, masentuneita, vihaisia tai sitten vaan neutraaleja. Mitä jos puolet noista saisi korvattua positiivisilla, kannustavilla, iloisilla ajatuksilla?

Pranic Healing menetelmillä, varsinkin mielenhoidolla ja sinisellä kolmiolla, voidaan poistaa tätä ajatusmoskaa, jota olemme saattaneet kerätä jo 30 vuoden tai 50 vuoden ajan kehoamme. Samanaikaisesti täytyy tietenkin taas vahtia ajatuksiaan, ettei loisi lisää negatiivislaatuisia ajatuksia, vaan täysin tietoisesti kehittäisi ajatteluaan positiiviseen suuntaan. Tässäkin Pranic Healing auttaa, koska voimme vahvistaa jo energiatasollakin positiivisia ajatusmalleja itsessämme.

”Taivainen pankkitilimme” eli hyvä ja huono karmamme löytyy kausaalitasolta. Jotta sekin puhdistuisi ja löytäisimme ilon, meidän tulee vähentää tai lopettaa negatiivisen karman luominen. Tässä on harrastettava rehellistä itsetutkimusta, jotta huomaa päivän aikana tekemiensä tekojen todellisen laadun. Ja itsekuria tietysti tarvitaan, jotta pystyy lopettamaan sen, mikä ei olekaan karmallisesti hyväksi. Tähän asti aikaansaatu negatiivinen karma on yritettävä neutraloida ja puhdistaa ja päivittäin on yritettävä tietoisesti luoda hyvää karmaa eli tehtävä hyviä tekoja, jotka auttavat niin läheisiämme, aivan vieraita ihmisiä kuin koko ihmiskuntaakin.

## **Rauhan ja terveyden meditaatio puhdistuskeinona**

Jotta nämä kaikki kehot saadaan puhdistettua, voidaan käyttää kaikkien pranic healereiden tuntemaa Kaksoissydän meditaatiota eli Rauhan ja terveyden meditaatiota. Tuon meditaation aikana me luomme hyvää karmaa siunamalla maapalloa. Sen teon aikana kausaalikehomme puhdistuu jo jonkin verran.

Edellä jo viitattiin siihen, miten paljon aikaa elämästämme ja päivän hereilläolohetkistä me käytämme negatiivisten ajatusmallien luomiseen ja vahvistamiseen. Me saatamme miettiä pitkäänkin uutisissa kerrottuja asioita ja pohdiskella niitä vielä ääneen naapurien ja työtovereiden kanssa. Silloin me tuhraamme omaa energiakehoamme. Tällaiseen saattaa monilta kulua suuri osa päivästä. Entä miten paljon aikaa käytämme positiivisten asioiden kertomiseen ja niillä ”herkutteluun”?

Kaksoissydän meditaatio vaikuttaa kaikkiin kehoihimme, kaikilla tasoilla.

Se puhdistaa energiajärjestelmästäme negatiivisia ajatuksia ja tunteita ja ohjelmoi uudelleen vanhoja ajatusmalleja. Meditaation aikana me käytämme 20 minuuttia pelkästään positiivisten asioiden ajattelemiseen ja tuntemiseen, voisi melkein sanoa, että niillä ”hehkutteluun”. Kun me teemme tätä säännöllisesti, niin meille tulee siitä tapa ajatella positiivisesti!

Keskivertoihmisen sisempi aura on tavallisesti noin 15 cm paksu, mutta meditaation tuoman energialisäyksen ansiosta se kasvaa metriinkin tai joskus jopa useankin metriin. Jos meditaatiota ei säännöllisesti toisteta, niin tuo ylimääräinen lisä hupenee nopeastikin, mutta toistettaessa energia kumuloituu kehoomme – ja tuo meille silloin lisää ”polttoainetta” soluillemme ja sen myötä hyvää terveyttä.

## **Pranic Healing kurssijärjestelmä ja henkinen kasvu**

Pranic Healing kurssit on suunniteltu niin, että ne kehittävät kutakin energiakehomme tasoa. Peruskurssin tekniikoilla ja tiedoilla voimme tehdä fyysisen kehomme ja eetterikehomme vahvaksi ja puhtaaksi.

Värikurssin menetelmillä saamme chakrat suuremmiksi ja aktiivisemmiksi, jotta tehokkuutemme päivän aikana lisääntyisi.

Mielenhoitokurssilla opimme ohjelmoimaan uudelleen vanhat energiamallit, jotka saavat meidät ajattelemaan negatiivisesti. Näin me voimme myös poistaa heikkouksiamme kehojärjestelmästä.

Arhatic jooga auttaa meitä luonteenkasvatuksessa ja meidän henkisen puolen kasvattamisessa. Se on kuin ”henkisyiden moottoritie” sille, joka haluaa nopeuttaa omaan kasvuaan tässä inkarnaatiossa. Arhatic joogan harjoitusten kautta voimme kasvaa kantamaan vastuumme ihmiskunnan kehityksestä!

Pranic Healing on lahja niille, jotka haluavat valita ilon ja tyytyväisyyden!