



Įvadas

Kaip jūsų gyvenimas pasikeistų, jei žinotumėte, kad visi teigiami ir tariamai neigiami nutikimai teikia jums didžiausią naudą. Kas būtų, jeigu jūsų pačių gyvenimas tai patvirtintų ir galėtumėte pasinaudoti begale aukštesnių informacijos šaltinių, kurie yra čia pat ir laukia, kad jums padėtų kilus kiekvienam sunkumui ir ne tik rodytų teisingą kryptį, bet ir priverstų pakeisti maršrutą, jei nuklysite ne ten, kur reikia?

Apskritai nėra nei atsitiktinumų, nei sutapimų. Yra tik aplinkybės ir nutikimai, kurių prasmės savo gyvenime mes dar nesupratome. Išmokę atskleisti ir suprasti ženklus bei sinchroniškumus, kuriuos mums siunčia visata, mūsų angelai, vadovai ir dvasiškai mylimi žmonės, mes galėsime sustiprinti savo tikėjimą, patirti gyvenime daugiau džiaugsmo, o pats gyvenimas mums virstų ne kančią keliančiu chaosu, o stebuklų seka.

Netrukus prasidės jūsų gyvenimą pakeisianti kelionė. Man tenka didelė garbė ir privilegija būti jūsų vadove. Žinau, kad kai

tik pradėsite pastebėti ženklus ir sinchroniškumą, jūsų gyvenimas pasikeis, nes taip nutiko man. Mačiau, kaip pasikeitė mano mokinių ir klientų, su kuriais kasdien dirbu, gyvenimai. Jūs paėmėte į rankas šią knygą neatsitiktinai, nes tikite ženklais bei sinchroniškumu ir norite savo gyvenime tapti pastabesni. Bendravimas su visata ir Anapilin išėjusiais mylimais žmonėmis suteiks jūsų gyvenimui daugiau stebuklingumo. Jei paklysite kelyje, toks bendravimas parodys jums kryptį. Jei žengsite teisingu keliu, įsitikinsite, jog gyvenime viskas yra tikslinga ir kad niekada nesate vieni. Manau, tai suteikia mums, šio labai nepastovaus pasaulio gyventojams, šio tokio pastovumo. Bendravimas su mylimais Anapilin išėjusiais žmonėmis patvirtina, jog gyvenimas palikus fizinį kūną iš tikrųjų tęsiasi, mes grįžtame į tikruosius namus pas Dievą arba į Šaltinį. Jūsų mylimieji niekur nedingsta. Jie mato ir žino viską, kas mums nutinka gyvenime. Nesvarbu, ar jūs tai suvokiate, ar ne, bet jie nuolat stengiasi jums pranešti esantys netoliese.

Mokydama kitus pastebėti ženklus ir sinchroniškumą, aš dažnai sutinku žmones, kurie prisipažįsta, jog negauna jokių ženklų, bet norėtų juos gauti. Kiti kai ką pastebi, bet tuo abejoja. Treti gauna kai kuriuos ženklus, bet norėtų jų daugiau. Būkite tikri – kad ir kokiai grupei save priskirtumėte, ši knyga jums padės. Be to, svarbu pažymėti, jog nereikia būti aiškiaregiu, mediumu ar turėti išlavintą intuiciją tam, kad visata ir dvasiškai artimi mylimi žmonės pradėtų jums kalbėti. Žinau tai, nes pati dar gerokai anksčiau prieš sąmoningą intuicijos lavinimą pradėjau pastebėti savo gyvenime ženklus ir sinchroninius įvykius. Nesu nei praktikuojanti aiškiaregė, nei mediumė. Dauguma žmonių, su kuriais dirbu, taip pat tokie nėra. Tad pamėginkite. Pažadu – jums pavyks.

Iš tikrųjų visata, jūsų angelai, vadovai ir mylimieji jau bendrauja su jumis, nuolat jums siunčia ženklus ir kuria sinchroniškumus. Tačiau jūs jų nepastebite, vadinatė sutapimais, arba, kai problema

tarsi savaimė išsprendžia, sakote: „Šiandien man tiesiog pasisekė.“ Tačiau, pasak Alberto Einšteino: „Sutapimas – tai Dievo būdas likti nežinomam.“* Už kiekvieno sutapimo ar sėkmingos dienos slypi jūsų angelai, vadovai, visata ir mylimi žmonės. Jie dirba jums, kad jūsų gyvenimas šiame fiziniame pasaulyje būtų lengvesnis ir linksmesnis. Jums iš tikrųjų neskirta šiame gyvenime būti vieniems. Ir nors kartais atrodo, kad esate vieni, patikėkite – taip nėra. Kažkas jums vadovauja, saugo ir labai myli. Pradėję tai pastebėti, susiderinsite su visata, išsiaiškinsite jums siunčiamus ženklus ir jūsų požiūris į gyvenimą ir vietą jame neišvengiamai pasikeis į gerąją pusę.

Jūs jau esate susivieniję

Jūs iš prigimties esate dvasiškai susivieniję su visata, Dievu, Šaltiniu, Dvasia ar Aukštesniąja Jėga – kad ir kaip tai pavadintumėte. Svarbu tik žinoti, kad jie visada yra ir dirba jums. Niekada negalėsite nuo jų atsiskirti, nes visada esate susivieniję. Tačiau jei ryšys nebus palaikomas, laikui bėgant jis gali nusilpti. Tai nutinka tada, kai mus įtraukia kasdienybės chaosas ir mes pamirštame susisiekti su aukštesniu šaltiniu. Užuoat įsilieję į nepaliojiamą džiaugsmo, meilės ir dėkingumo srautą, srūvantį iš šio dieviško šaltinio, mes pasiduodame baimei ir nerimui. Laikui bėgant ryšys pradeda trūkinėti, panašiai būna su mobiliojo telefono kroviklio laidu, kai plastikas suskyla ir laideliai išlenda į paviršių. Srovė tebeteka, bet norėdami įkrauti telefoną, turime sustumti laidelius atgal į vietą.

Kai jūsų ryšys su visata bus tvirtas, ji siųs ženklus ir sinchroniškumus į jūsų gyvenimą – lengvai juos atpažinsite ir suprasite. Tarp jūsų ir visatos bei dvasiškai artimų žmonių nusistovės grįžtamasis ryšys. Žinosite, jog kai tik paprašysite visatos pagalbos, ji visada atsilies

* Siegel, *Love, Medicine and Miracles*, 214.

ir duos tai, kas jums bus geriausia. Be to, žinosite: kad ir kas nutiktų jūsų gyvenime, visada būsite saugūs. Sutvirtinti tokį ryšį nėra sunku, nereikia vyksti į dviejų savaitių žygį per kalnus ir kur nors medituoti. Norėdami susiderinti su visata ir palaikyti su ja ryšį, galite kasdien atlikti nesudėtingus veiksmus. Apie juos papasakosiu šioje knygoje. Jie padės ne tik atsiverti ir pastebėti jums siunčiamus ženklus, bet ir sustabdyti jūsų gyvenimą darkantį chaosą, pajausti daugiau džiaugsmo ir dažniau išreikšti tai, ko norite ir ko nenorite.

Kaip naudotis šia knyga

Šioje knygoje pateikiami pratimai padės jums ugdyti sąmoningumą ir atsiverti ženklų bei sinchroniškumo stebuklams, kad ir kaip būtų – dar niekada negavote mylimo žmogaus ženklo ar nepastebėjote sinchroniškumo arba jau juos gaunate ir norite gauti daugiau. Skaitydami šią knygą sužinosite ne tik apie kitų žmonių patirtis, kai jie pastebėdavo ženklus ir sinchroniškumus, nors aš ir naudoju kai kurias istorijas savo mokymui iliustruoti. Ši knyga parodys, kaip patiems atsiverti ir suprasti ženklus bei sinchroniškumus, nutinkančius jūsų gyvenime. Galite perskaityti visas įkvepiančias pasaulio istorijas ir sužinoti, jog ženklai bei sinchroniškumai iš tikrųjų egzistuoja, tačiau norėdami suprasti stebuklingą tokio bendravimo galią, patys turite tai patirti.

Padalijau šią knygą į dvi dalis. Perskaitę pirmos dalies įvadą sužinosite, kokį vaidmenį visatos dovanos atlieka jūsų gyvenime, kaip jos atrodo kasdienybėje ir kaip atskirti, kas tuos ženklus siunčia. Tuomet jums bus lengviau suprasti visatos kalbą ir tai, ką kitapus esantys mylimi žmonės bando jums pasakyti. Vienas pratimas net išmokys jus įsilieti į ženklų srautą. Jūs taip pat išmoksite įveikti savo gyvenimo chaosą ir pradėsite labiau pastebėti subtilaus bendravimo ženklus – tai svarbus žingsnis, reikalingas siekiant ne tik gauti ženklus ir pastebėti sinchroniškumą, bet ir sustiprinti savo intuiciją, išreikšti

savo norus ir net pagydyti savo kūną. Antroje dalyje nurodomi penki žingsniai, kuriuos turite žengti, norėdami, kad tai pradėtų veikti. Sužinosite apie svarbiausius nurodymus ir būdus, kuriais naudodamiesi galėsite susiderinti su visata ir jums siunčiamais ženklais.

Labai patariu pradėti skaityti knygą nuo pirmo skyriaus ir perskaityti visą iki galo, nepulti tiesiai prie antros dalies, nors žinau, kad jums tokia pagunda kils. Sudariau šią knygą kaip tik taip todėl, kad pirma dalis suteiks jums pagrindą, kuris bus reikalingas gilinantį į penkių žingsnių esmę ir darant pratimus, pateikiamus antroje dalyje. Taip pat patariu pratimus atlikti eilės tvarka, kaip nurodyta knygoje, nes jie išplaukia vienas iš kito. Jei norėsite perskaityti visą knygą ir tada imtis pratimų, tai irgi bus naudinga. Knygos gale rasite priedą su patarimais, kaip naudotis dauguma šioje knygoje aiškinamų metodų bei pratimų sudarant dienotvarkę ir jos kasdien laikantis. Antrame priede pateikiamas arkangelų, Pakylėtųjų Mokytojų ir kitų padėjėjų sąrašas bei nurodomos sritys, kuriose jie veikia, – tad įvairiais gyvenimo atvejais žinosite į ką kreiptis.

Be to, skaitydami knygą pastebėsite, jog dažnai sakau, kad jūsų mirę mylimi žmonės dvasiškai yra kitapus arba iškeliauvę į amžinybę. Taip vadinu pomirtinį gyvenimą. Kartais aš įvardiju jūsų angelus, vadovus ir mylimuosius, o kartais, norėdama kalbėti glaustai, vartaju vieną žodį „visata“. Tiesiog žinokite, kad „visatos“ terminu apibendrinu visas sąvokas, atskirai jų neminėdama.

5 žingsniai

Antroje dalyje išmokysiu jus žengti penkis žingsnius ir susiderinti su visata. Kiekvienas jų pažadins jūsų sąmoningumą ir padės pastebėti aplinkui vykstančius ženklus bei sinchroniškumus. Kiekvienas žingsnis pateiks įvairių patarimų, metodų ir pratimų, kurie bus naudingi gilinantį į esmę. Schema būtų tokia:

- 1 – suformuluoti ketinimą;
- 2 – ištarti „Taip“;
- 3 – pastebėti;
- 4 – užrašyti;
- 5 – paaukštinti virpesį.

Iš pradžių reikia nustatyti sąmoningą ketinimą savo ir visatos atžvilgiu, kad labiau pastebėtumėte, kas jums bus bandoma pasakyti, o gavę ženklus, užuot nepatikėję jais ir aiškinę racionaliai ar nepaisydami sinchroniškumo, galėtumėte ištarti „Taip“. (Prisipažinkite nuoširdžiai, juk taip praeityje elgėtės.) Paskui išmokysiu jus įvairių metodų, kurie padės pastebėti ženklus ir juos užrašyti, kad ne tik prisimintumėte kiekvieną iš jų, bet galėtumėte atsigręžti ir ateityje pastebėti daugiau sąsajų. Jūs patys susikursite savo ženklų sistemą, nes visata ir jūsų mylimi žmonės su jumis bendraus išskirtiniais būdais. Paskutinis žingsnis labai svarbus, nes išmoksitė tikslingai paaukštinti (arba palaikyti) savo virpesius ir energinį lygmenį, kad aiškiai suvoktumėte, kas jums duodama. Mes taip pat mokysimės pašalinti kai kurias kliūtis, kurios gali trukdyti gauti ženklus.

Pagaliau, prieš pradėdami skaityti šią knygą, žvilgtelėkite į nuorodų skyrių, kuriame gausite papildomos informacijos apie filmus ir garso įrašus internete – jie padės suprasti mano siūlomo mokymo turinį. Noriu, kad kiekvieną žingsnį žengtumėte linksmi, nes man nėra didesnio stebuklo už dvasinį bendravimą su visata ir mylimais žmonėmis. Kai tik pradėjau pastebėti ženklus ir sinchroniškumus, mano gyvenimas pasikeitė ir aš labai noriu, kad tai nutiktų ir jums. Jūsų angelai, vadovai, mylimieji ir visata laukia jūsų. Tad pirmyn!

Papildoma medžiaga

Norėdama padėti jums įsigilinti į šios knygos turinį ir pastebėti bei suprasti ženklus ir sinchroniškumus, sukūriau meditacijų garso įrašų bazę, kurioje yra ir filmuotos medžiagos apie pasitikrinimą kūnu bei Kirtan krija meditacija. Jų ieškokite

www.theuniverseistalkingtoyou.com

Turinys

Padėka 13

Įvadas 15

PIRMA DALIS. ĮVADAS Į ŽENKLUS IR SINCHRONIŠKUMĄ 23

1 skyrius

Kaip mano motina pasakė man tiesą apie gyvenimą po mirties 25

2 skyrius

Ženklų ir sinchroniškumo magija 41

3 skyrius

Sinchroniškumo pastebėjimas 61

4 skyrius

ŽenklaI yra visur 77

5 skyrius

Chaoso įveikimas 99

ANTRA DALIS. PENKI TĖKMĘ IŠJUDINANTYS ŽINGSNIAI 125

6 skyrius

Pirmas žingsnis. Suformuluok ketinimą 127

7 skyrius

Antras žingsnis. Išstarkite „Taip“ 139

8 skyrius

Trečias ir ketvirtas žingsniai. Pastebėkite ir užrašykite 151

9 skyrius

Penktas žingsnis. Paaukštinkite savo virpesius 165

10 skyrius

Blokų panaikinimas 195

Tai dar ne pabaiga 219

Pirmas priedas

Suderinta diena 221

Antras priedas

Pagalbos iš aukščiau vadovas 223

Bibliografija 230

Pratimai

Kaip pakeisti sąmonę ir pasąmonę

Požiūrio keitimas 50

Maldos prašant pagalbos iš aukščiau 57

Kaip pradėti pastebėti sinchroniškumus

Mano gyvenimo istorija 75

Kaip pradėti gauti ženklus

Paskirkite ženklą 97

Kaip grįžti į dabarties akimirką

Minutės pertraukėlė 106

Energijos kaupimas

Kvėpavimas pilvu 110

Dėmesingas vaikščiojimas 111

Bendraukite su gamta 112

Įžeminimas 113

Eteriniai aliejai 114

Jogos poza „Pakeltomis kojomis prie sienos“ 115

Kristalai 116

Karūnos čakros suderinimas 118

Žemės energijos meditacija 119

Energijos išsaugojimas ir išvalymas

Skydas 121

Ketinimo gauti ženklus suformulavimas

Posūkio malda 131

Ryto malda 137

Kaip pastebėti sinchroniškumą praityje

Sekite savo pėdsakais 156

Kaip pastebėti ženklus ir sinchroniškumus kasdien

Pakartok dieną 161

Kaip paaukštinti ir išlaikyti virpesius

Trijų minučių nuotaikos kėlimas 170

Pripildykite džiaugsmo 177

Kirtan krija meditacija 185

Pakartotinio susivienijimo vizualizacija 188

Oro valymas 191

Maisto ir gėrimų virpesių patikrinimas

Kūno testas su partneriu 182

Savarankiškas kūno testas 183

Saistančių įsitikinimų, kurie blokuoja ženklus, pastebėjimas

Kūno testas su partneriu 200

Savarankiškas kūno testas 201

Saistančių įsitikinimų, kurie blokuoja ženklus, išvalymas

Abejonių išsklaidymas tapšnojanč 205

Valymas atliekant Ho'oponopono 214

Sąmoningumo žadinimas

Sąmoningumą žadinantys kristalai 163

Malda į arkangelą Hanielį 215