

Uvod

Poštovani čitatelji, evo nekoliko uvodnih riječi koje će vam dati uvid u sadržaj ove knjige i zbog čega sam je napisao.

Naslov *Samoozdravljenje* govori da se ovdje neće nuditi rješenja koja su izvan našeg tijela i uma. Samoozdravljenje znači da svaka osoba ima sposobnost da proizvede bolesti i poremećaje, ali isto tako da ih sama i riješi. Ovo znanje nije bilo dostupno široj javnosti do prije nekoliko desetljeća kad je drevna mudrost s Istoka započela polagani put prema Zapadu. Znanje iz kojeg sam dobio inspiraciju za pisanje ove knjige naziva se vedsko znanje a zasniva se na drevnoj filozofiji *Veda*, podrijetlom iz prastare Indije, onda zvane Bharata-varša, koja je i kolijevka svih civilizacija današnjice.

Vede proučavam posljednjih petnaest godina iz prijevoda A. C. Bhaktivedante Swamija Prabhupade, duhovnog učitelja koji je krajem 1960-tih iz Indije došao u Ameriku, preveo brojne vedske spise na engleski jezik i stekao veliku popularnost među iskrenim tragateljima za duhovnim naukom. Njegove knjige prevedene su i na hrvatski jezik i danas su dostupne svakome tko želi saznati nešto više o *Vedama*. Na kraju knjige možete naći kontakte i adrese gdje se Prabhupadine knjige mogu nabaviti. Također, možete i sami putem interneta potražiti informacije o

Prabhupadi, njegovim knjigama i filozofiji koju je poučavao.

Spomenuo sam *Vede* iz razloga što ćete u ovoj knjizi naići na tvrdnje koje se pozivaju na vedsku filozofiju jer se čitava ideja samoozdravljenja bazira na *Vedama*. Stoga savjetujem svima koji nisu čitali *Vede* da to svakako urade. Količina znanja koju *Vede* nude ogromna je i neprocjenjiva. Vedsko je znanje vrlo praktično; svaka tvrdnja i filozofska poanta može se primijeniti u svakodnevnom životu. Zapravo, *Vede* nas upućuju na to da ne vjerujemo nikakvim teorijama koje se ne mogu praktično dokazati i primijeniti bez obzira o kome se radilo. Znanje koje se u *Vedama* nudi namijenjeno je svim ljudskim bićima i nikakve posebne kvalifikacije nisu potrebne osim spremnosti da sami isprobamo tvrdnje i sve teoretsko znanje koje tamo možemo naći.

Postoji nekoliko aksioma koje *Vede* naglašavaju iznad svega ostalog, činjenice bez kojih vedsko znanje ne bi imalo smisla. U ovom uvodnom dijelu navest ću neke od tih aksioma jer ću ih koristiti kroz knjigu.

Prvi vedski aksiom je činjenica da se razlikujemo od tijela u kojem se nalazimo. Opisano je da smo mi duhovna bića smještena u materijalnim tijelima poput vozača smještena unutar nekog vozila. Samo zato što vozač upravlja vozilom ne znači da su vozač i vozilo jedno te isto. Ukoliko se vozilo pokvari i postane neuporabljivo, vozač može promijeniti vozilo

a da ne promijeni samoga sebe, odnosno svoj izvorni identitet. Vozilo je mrtva, nesvjesna i nepokretna materija, i za razliku od vozila (tijela), vozač (duša) ima svjesnost i slobodnu volju te je stoga superioran bilo kojem vozilu.

Kaže se da je promatrač uvijek različit od promatranoga. Na primjer, ako promatramo stablo, mi smo promatrač a stablo je promatrano. Nije teško shvatiti da mi nismo to stablo koje promatramo. Sve što možemo promatrati, nismo mi. Duša je promatrač unutar tijela i može doslovno promatrati sve što se u tijelu događa. Duša može promatrati tijelo u ogledalu ili čak bez ogledala. Možemo vidjeti svoje ruke, noge, trbuh i nos te možemo na taj način zaključiti da, ako promatramo svoje tijelo, mi zapravo nismo to tijelo, već promatrač unutar tijela. Isto tako, možemo promatrati svoje misli i emotivna stanja. Možemo vidjeti kako se misli redaju jedna za drugom i kako nam se emotivna stanja mijenjaju tijekom dana. Sve to dokazuje da mi nismo ni fizičko ni mentalno tijelo. Mi smo odvojeni od svega toga i shvatiti tu činjenicu ne zahtijeva velik napor niti veliku inteligenciju. Sve što promatramo, nismo mi. *Vede* opisuju tog promatrača kao vječnu duhovnu dušu, odvojenu i različitu od onoga što promatra. Mi nikad ne možemo postati ono što promatramo i na taj način zauvijek zadržavamo svoj identitet promatrača. Promatrač je detaljno opisan u vedskoj

literaturi i toplo preporučujem svim čitateljima da prouče neke od *Veda* kako bi imali što bolji uvid u to tko smo mi (promatrači) i koja je naša prava priroda.

Drugi vedski aksiom je tvrdnja da je duša vječna, da nikad nije rođena i nikad ne umire. Dok tijelo stari i mijenja se, duša unutar tijela ostaje nepromjenjiva. To možemo vidjeti na vlastitom životu: iako su se tijelo, misli i emocije radikalno promijenili od djetinjstva, mladosti pa sve do starosti, promatrač (duša) unutar tog tijela ne osjeća nikakvu promjenu. Mi se uvijek osjećamo kao “ja”, i to se “ja” nikad ne mijenja. Čak i ako su nam nekim nesretnim slučajem oduzete ili amputirane ruke, noge, uši, oči i neki drugi dijelovi tijela, duša unutar tog tijela ne mijenja svoj osjećaj jastva. Mi ostajemo “mi” čitav život, dok se materijalno tijelo neumoljivo mijenja i konačno uništava. Starac koji gleda svoju fotografiju dok je bio mlada osoba potvrdit će da je to on. Iako su njegove misli, ideje i shvaćanja potpuno drukčiji, i iako je tijelo potpuno drukčije, osoba unutar tijela doživljavat će samoga sebe na isti način i shvatit će da je nešto ostalo nepromjenjivo, iako se tijelo potpuno promijenilo.

Taj nepromjenjivi identitet smo mi, promatrači unutar tijela, nepromjenjive i vječne duše koje nisu ubijene kad je tijelo ubijeno. Mi nastavljamo sa svojim svjesnim postojanjem i nakon uništenja

tijela. Ovo je doista radikalna činjenica koja potpuno mijenja naš stav o smislu života i o smrti.

Treći vedski aksiom, koji je vrlo važan, jest činjenica da duša ima svoj izvor, kao i sve ostalo što postoji. Ništa ne može nastati samo od sebe, iz ničega. Sve ima svoj izvor, svoj uzrok, pa tako i duhovne pojave kao što smo mi. U *Vedama* je potanko objašnjeno kako je izvor svih duša sam Bog, odnosno Vrhovna Duša. Mi smo Njegovi djelići kao što su kapljice oceana djelići oceana i, kao takve, kvalitativno su jednake oceanu. Iz samo jedne kapi možemo saznati kvalitetu čitavog oceana iako je ocean neizmjereno veći od svoje kapljice. Na sličan način, mi smo isto-vjetni samom Bogu, ali u maloj, sićušnoj mjeri. Ta mjera ograničena je na tijelo u kojem se nalazimo. Kao što je Bog opisan kao vječan, svemoćan i potpuno slobodan, tako smo i mi vječni, moćni i slobodni, ali samo unutar našeg osobnog postojanja, bilo da je to u ovome materijalnom tijelu bilo u duhovnom tijelu. Bog ima utjecaj na čitavu Svoju kreaciju, dok mi imamo utjecaj samo na ovo tijelo u kojem se nalazimo. No, za dušu je to dovoljno, budući da nema kapacitet niti moć vladati cijelom kreacijom jer to nije njezina izvorna priroda. Duša je potpuno zadovoljna svojom slobodnom voljom i moćima koje je naslijedila od svog izvora, samog Boga. Sada je samo pitanje jesmo li svjesni tih moći i svoje prave prirode. Ako nismo, onda se nalazimo u iluzornom stanju

postojanja, a od te iluzije nastaju svi problemi koje možemo zamisliti.

Dakle, uzrok svih problema koje imamo jest pogrešno shvaćanje našeg identiteta i naše prave prirode, baš poput vozača koji se poistovjećuje s vozilom kojim upravlja. Ukoliko se vozač ponaša kao da je vozilo, imat će niz problema. Ako mislimo da smo automobil, posegnut ćemo za benzinom ili motor-nim uljem kad ogladnimo i to će nam stvoriti velike probleme. Ako nam netko ogrebe auto, osjećat ćemo se povrijeđeno i ispaštati nepotrebno.

Na sličan način, kad je duhovna duša unutar tijela uvjerena da je ovo materijalno tijelo, nastaje niz nepotrebnih problema koje možemo vrlo lako izbjeći.

Kroz ovu knjigu ukratko ću dotaknuti neke od vedskih tema, no kako su one dosta opsežne, neću ići u sve detalje jer bi za to bilo potrebno tisuće stranica teksta. Detaljnije ću se osvrnuti samo na zdravstveni aspekt vedске mudrosti i pokušat ću vam približiti znanje koje nam omogućuje da doslovno izliječimo sve bolesti i poteškoće i da uklonimo sve vrste problema iz našeg života, bili oni tjelesne ili mentalne prirode.

Proces samoozdravljenja vrlo je jednostavan i inteligentno je ugrađen u naše tijelo i um. Nije potrebno biti doktor ili filozof da bismo shvatili kako riješiti zdravstvene probleme. Dovoljno je imati volju da proučite ovu knjigu do kraja i, ukoliko imate pitanja

ili sumnji, da se slobodno javite na moj broj telefona ili e-mail adresu (na kraju knjige). Bit ću više nego sretan da vam mogu još dublje pojasniti neke stvari koje se tiču samoozdravljenja i čitave filozofije koja podržava ovu metodu.

Moj je osnovni motiv za širenje ove tehnike samoozdravljenja to što sam i samog sebe izliječio od kroničnih bolova u leđima, vratu i ramenima koje sam podnosio punih 9 godina. Bilo mi je potrebno 45 minuta da se svega oslobodim. Shvativši moć ovog znanja, odlučio sam ga podijeliti sa svima vama. Iskreno se nadam da će neki od vas razviti istu želju da to znanje nauče i pomognu drugim ljudima. Samoozdravljenje je sposobnost koja je ugrađena u naše postojanje, baš poput hodanja, pisanja i govora. Svatko ima pravo dobiti ovo znanje jer smatram da nitko ne zaslužuje bespotrebno ispaštati.

Zahvaljujem na podršci i vremenu koje ste odvojili da proučite ovo znanje. Osobno sam uvjeren da svatko od vas može riješiti sve probleme ukoliko pravilno shvati i primijeni ovo znanje.

Ovim bih putem od sveg srca zahvalio i svom duhovnom učitelju A. C. Bhaktivedanti Swamiju Prabhupadi za njegov nesebični trud da prenese ovo zadivljujuće znanje *Veda* našem zapadnom svijetu.

Također bih zahvalio doktoru Johnu E. Sarnu koji je svojim dugogodišnjim radom na istraživanju bolova u leđima došao do zaključka koji je u potpuno-

sti u skladu s *Vedama* i koji je mene nadahnuo da dalje proučavam ovu metodu izlječenja kako bih pomogao i sebi i drugima.