



nosih, se neha počutiti kot žrtev in predpražnik. Zakaj vidim rešitev v 'žrtvi'? Ker je nelagodje v takšnem odnosu prej ali slej prehudo. Pri večini se najprej upre telo. Takrat se začnejo obracati vase in iskati rešitev. Tisti, ki po večini jemlje, ima za zdaj dovolj energijskih zalog in ne vidi razloga za spremembo, saj se redno napaja. Kar je v resnici prej razlog za globoko sočutje kot sodbo. Danes tem ljudem pripnemo naziv čustveni vampirji, a naj bo jasno, da nas to dela žrtve. Ključno si je odgovoriti, ali smo žrtve ali ustvarjalci svojega življenja. Prevzeti odgovornost za to, da smo ustvarjalci, se zdi marsikomu grozno težko, a zato smo si dani. Da se primemo za roko, ko je to potrebno.

Pravite, da se zaradi nelagodja najprej upre telo. Kako ste odpravili zakrčenost telesa in poskrbeli za pretočnost energije? Vam je pri tem pomagala kundalini joga?

Kundalini joga je odlična tehnologija, ki prinaša mno-



go novega zavedanja. Ne gre zgolj za fizično tehniko in umirjanje uma, temveč za pravo tehnologijo obujanja duha in nevtralnega uma. Ko se namreč umiri umsko preigravanje negativnega in pozitivnega uma ter okusimo tišino, razsodnost in sočutje nevtralne plati brezmejnega uma, se pomirimo z življenjem. Takrat zavijamo rokave in ga živimo polno, prisotno in ljubeče. Moja pot je zelo dinamična, nekdo drug si lahko zamisli povsem drug scenarij. Skupno nam je, da nosimo v sebi radost tudi, ko boli, saj vemo, da nov izziv prinaša nova cenjena vedenja. In to ne le nam, temveč celotni mreži duš. Individualno pa delam z ljudmi s tehniko Zdravljenja Srca in Duše, ki tudi meni izjemno pomaga pri tem, da še poglobim svoje telesno in duhovno izkustvo. S tem, ko poiščem v preteklik ujete dele duše in jo varno vrnem v trenutek, se zdravi celotno stvarstvo. Že en človek z močno namero, da zmore celovitost duha, duše, telesa in uma, lahko naredi kvantni preskok preostalih delcev celote.

Sarabraj je s svojo knjigo, čarobno zmožnostjo opažanja neprecenljivih sporočil zrcalne slike drugih in s soočanjem z lastno ranljivostjo v moje srce prinesla svež veter ljubeznivosti, pristne naklonjenosti do sočloveka in odnesla bremena preteklosti in tujih, negativnih energij, ki me navdajajo z občutki krivde in sramu. Njeno knjigo sem odložila pomirjena, saj me je objela misel, da nisem edina, ki jo je predhodno pretirana skrb za druge skorajda obromila, in vedno znova sprožala potrebo po ugajanju. In da nisem edina, ki si srčno želi živeti, in ne zgolj preživeti.

Ranljiva ni le zgodba o potovanju po poteh Camina, temveč je potovanje po koticikih duše mimo omejenega uma in ega, do pogumnega, čistega, z ljubeznijo prepojenega srca. Je potovanje od 'delovati' do 'biti'. Od gosenice do čudovitega metulja. Hvaležna sem, da sem se povezala s Sarabraj, saj me je spomnila, da je soočanje z lastno ranljivostjo ključ do popolne svobode biti in polnega življenja. S