

Copyright © Katerina Angelovska, Radovan Vitošević, 2022

Copyright © za srpsko izdanje Sezam Book, 2022

Katerina Angelovska

Radovan Vitošević

BUĐENJE SVESTI

kompletan vodič
za lični i kolektivni preobražaj

Sezam Book
Zrenjanin, 2022

POSVETA

Ovo delo su stvorila dva božanstvena bića. Zajednički život Katerine i Radovana piše stranice o njima kao najboljim prijateljima koji su posvećeni svom ličnom i duhovnom razvoju. Moćna dvojka s ljubavlju svesno stvara svoju imperiju života i zajedno prevazilaze izazove sa kojima se suočavaju.

Buđenje svesti je poklon svim divnim bićima koji su posvećeni samospoznaji i svim moćnim parovima koji zajedno i svesno stvaraju svoju budućnost.

Svaka reč, svaka misao u ovoj knjizi je kao da ronite u najdublji, najmagičniji i isceljivim ritualima postojanja.

Sadržaj

UVOD	9
UNIVERZALNI ZAKONI	13
TEMELJI SVEPOSTOJANJA	
SVE JE ENERGIJA	18
Kvantna fizika i svet ispod mikroskopa	
ZAKON VIBRACIJE	25
Mi smo vibraciona bića u svetu koji vibrira	
ZAKON PRIVLAČNOSTI	31
Svako od nas može privući sve što poželi na ovom svetu	
ZAKON UZROKA I POSLEDICE	41
Dajte i biće vam dato, jer kakvom merom merite takvom će vam se meriti	
UPZOSNAJ SEBE	49
KO SMO MI	
PARADIGME	54
Promena paradigmi je ono što nam je potrebno kako bismo počeli da menjamo svoj život	
MISAO	62
Postajemo ono o čemu najviše razmišljamo	
EMOCIJA	69
Dozvolite da emocije budu vaš vodič ka višoj vibraciji	
DUH I FORMA	81
Razvijanje intuicije	
ENERGETSKO TELO	92
Uravnotežite svoje energetske centre i postanite pravi kreativni kanal	
BUĐENJE SVESTI	101
EVOLUCIJA SVESTI U DUHOVNOJ SVESNOSTI	
KOLEKTIVNA SVEST	105
Mi smo promena koju želimo da vidimo u svetu	
PREUZIMANJE ODGOVORNOSTI	117
Preuzmite potpunu odgovornost za svoj život i sopstvene rezultate i donesite odluku o promeni	
POZITIVNE AFIRMACIJE	125
Svaka rečenica koju počinjemo sa „Ja sam” stvara ono što jesmo i ono što želimo da budemo	
MEDITACIJA	136
Povežite se sa svojim višim ja	

SVESNO SUSTVARANJE	144
MANIFESTACIJA ŽELJENE STVARNOSTI	
PRIMARNI I SEKUNDARANI CILJ	147
Otkrijte svoju čežnju i osećajte se dobro sada	
VIZUALIZACIJA	159
Sve što naš um može da zamisli, on to može i da ostvari	
ZAŠTO NASUPROT KAKO	168
Kada otkrijemo svoje zašto, kako je samo šetnja parkom	
SVESNO DELOVANJE	173
Svako dugo putovanje počinje jednim korakom	
STANJE LJUBAVI	182
VISOK NIVO SVESNOSTI	



UVOD

Živimo u jednom stvarno uzbudljivom vremenu, vremenu u kome se na najdubljem nivou svesti događa radikalna duhovna transformacija. Suočeni smo sa izazovom da zamениmo stari način života, koji ne funkcioniše, sa novim načinom postojanja. U prvobitnom shvatanju života bili smo potpuno posvećeni spoljnim faktorima i verovali smo da je materijalni svet jedina stvarnost. Sve je to činilo da se iznutra osećamo prazno i usamljeno i nije nam donelo osećaj potpunosti, zadovoljstva, radosti, ljubavi i harmonije, za čim oduvek i tragamo. Razumevanjem prave suštine života dobijamo novu dimenziju postojanja, a to je biti sada i biti ovde. Njena osnova egzistiranja podrazumeva svesno razumevanje da u univerzumu postoji visoka inteligencija, stvaralačka snaga i moć, koji predstavljaju izvor i osnovu sveukupnog postojanja. I mi smo jedno s univerzumom.

Knjiga *Buđenje svesti* je vodič za lični i kolektivni preobražaj. Ova knjiga je avantura isprepletana univerzalnim

znanjem, kojim ćemo vam omogućiti da spoznate sebe, da se probudite i da svesno stvarate. Svi mi imamo određenu misiju i kada bismo je svi izvršavali s ljubavlju i radosti, tada bi svet bio jedno divno mesto za život i rad, u kome će svaki pojedinac nadahnut vlastitom izvanrednošću dati doprinos sveopštem saosećanju, miru i ljubavi. Zato je izuzetno važno da verujemo svojoj intuiciji i da pratimo svoje srce. I tada ćemo videti željenu promenu u svetu. Verujemo da je ovo način na koji se događa evolucija svesti. Individualna svest je deo kolektivne svesti. Kada mali, ali značajni deo individualaca bude prešao na novi nivo svesti i kada bude promenio način ponašanja, ta će se promena odraziti i na kolektivnom nivou. Budući da je svet naše ogledalo, on se menja kada se i mi menjamo, sa našom vlastitom promenom.

Naša avantura ličnog i duhovnog razvoja traje više godina i za nas predstavlja mogućnost povratka *kući*. Mi smo otvorenim umom i otvorenim srcem prihvatili ovu promenu koja se već dešava našoj planeti. Ovo putovanje ima prošlost, sadašnjost i budućnost i predstavlja pravu potragu u samospoznaji. Principi koji su deo ove knjige već su isprobane efektivne metode za dostizanje sledećeg nivoa svesnosti. Sada su dostupni i vama, i ukoliko ih prihvatite i svakodnevno primenjujete, pomoći će vam da postignete novu svesnost, da budete delotvorni kanal univerzuma i da živite život onako kako ste zamislili. Ova knjiga je putovanje u potrazi za istinom, i to ne bilo kojom istinom, već vašom ličnom istinom. Lična duhovna transformacija daje nam mogućnosti da prepoznamo i osvestimo naše paradigme, verovanja i vrednosti. U godinama iza nas svaka reč, svaka misao, suočavanje sa našim najdubljim strahovima, neraščišćenim odnosima, nataloženim

emocijama, programima, svaka prolivena suza otvorili su naše srce i probudili našu svesnost o životu u svetlosti. To isto želimo i vama, dragi čitatelji, na ovom putovanju, u raskošu božanstvenog postojanja, da se desi sinergija vaših duhovnih čula i prave svesnosti, da spoznate da je život jednostavno uzbudljiv, da je sve što nam se događa sudbina koju sami stvaramo. Celo znanje i iskustvo koje smo stekli je veličanstveni način da vam pokažemo kako da prevaziđete svoje granice, da živite svoju misiju i da budete promena koju biste hteli da vidite u svetu.

Što ste odlučniji da se oslobodite tereta koji nosite iz prošlosti, pre ćete izaći iz komforne zone u kojoj se nalazite. Ljudski um nije raspoložen da se toliko jednostavno oslobodi verovanja, vrednosti, navika, misli i emocija. Kratka priča o dvojici monaha, Tanzanu i Ekidu, na jednostavan način predstavlja nam istinu o tome da ljudi žive u prošlosti.

Tanzan i Ekido išli su seoskim putem, koji je bio blatnjav nakon velikog nevremena. Hodajući, u daljini su videli devojkicu obučenu u svileni kimono koja se mučila da pređe blatnjavi put. Tanzan se bez razmišljanja uputio ka devojkici, podigao je u ruke i preneo preko blata. Zatim su dvojica monaha nastavili da koračaju u tišini. Nakon pet sati, Ekido nije mogao da se uzdrži i pitao je svog prijatelja: „Zašto si preneo devojkicu preko puta? Mi, monasi, ne bismo trebali da radimo takve stvari“. Tanzan mu je odgovorio: „Ja sam ostavio devojkicu pre pet sati, a ti je još uvek nosiš u sebi“.

Informacije koje nosimo u sebi, kao talasi koji se nalaze na površini, određuju naše ponašanje. Ne postoji način da talas upozna more sve dok se talasa samo na površini; treba da zaroni u dubine i tada će stvarno postati jedno sa morem.

Pravi izvor patnje u svetu su strah, bol i neznanje. To se dešava kada nismo u dodiru sa univerzumom, kada nismo u harmoniji i balansu. Sve dok projektujemo moć van sebe i nismo u mogućnosti da prepoznamo unutrašnju silu koja nas istinski isceljuje, podržavamo čitavu patnju koja se dešava svetu. Treba da podstaknemo ličnu i duhovnu transformaciju, da se oslobodimo tereta koji nosimo u sebi, da postanemo svesni vlastitih programa i da radimo na njihovom osvešćivanju, da otpustimo i oslobodimo mesta u svom srcu za ljubav koja će nas potpuno isceliti. Ne treba da budemo savršeni da bismo bili kanal univerzuma. Potrebno je samo da budemo svoji, istinski i spontani. Da postanemo svesna i božanstvena bića koja će dozvoliti kroz sebe tok veće količine stvaralačke moći. Neće uvek biti lako i prijatno, ali što se više isceljujemo, čistiji i jasniji biće stvaralački kanal i uživaćemo u neograničenom izobilju univerzuma. U procesu buđenja, postepeno ćemo se oslobađati lične boli i straha. Istovremeno će se i svet oslobađati boli i straha. Kao što ćemo se mi isceljivati, tako će se isceljivati i celo čovečanstvo.

Pozivam vas da zajedno razradimo ovu ideju o *buđenju svesti*. Želim da svako pogleda unutar sebe, da pronade svoju žudnju, svesno da stvara realnost kakvu želi i da bude ljubav. Naša želja vama je da s radošću prihvatite novu promenu, koja je već prisutna svuda oko nas, kako bi zavladali harmonija i ljubav na našoj planeti.



UNIVERZALNI ZAKONI

TEMELJI SVEPOSTOJANJA

Nadamo se da ćemo u ovom poglavlju uspjeti da vam pomognemo da dobijete neka nova sagledavanja i spoznaje ili, jednostavno, da se prisetite nekih znanja koja ste nekad stekli, a možda ste ih zaboravili.

Verovali ili ne, sledeće informacije imaju veliki značaj za vas, možda isto toliko koliko vam je bitna religija, politička stranka, porodica, prijatelji, obrazovanje ili posao. Zašto je to tako? Zato što se ova materija ne izučava detaljno u školi, a izuzetno je važno da je znate, jer će vam pomoći u svesnom razumevanju univerzuma, u procesu buđenja i svesnog *sustvaranja*. Sigurno vas interesuje zašto kažemo *sustvaranje*, a ne stvaranje. Zato što je Tvorac jedan, ali u isto vreme, mi putem svog postojanja doprinosimo da se u našoj stvarnosti manifestuju kreacije, da se u njoj ispoljavaju. Zato kažemo da smo *sustvaraoci*, jer doprinosimo izgledu sveukupnog univerzalnog dela svepostojanja. A na koji način *sustvaramo*?

To će biti podrobno objašnjeno kasnije, a reč sustvaranje biće korišćena u celoj knjizi.

Počnimo od kosmosa. Šta je kosmos? Reč kosmos je grčka reč koju su koristili stari antički filozofi da bi definisali i objasnili poredak i pravila univerzuma¹. Izučavanje pravila funkcionisanja univerzuma je oduvek pomagalo ljudima da izgrade holističku percepciju i da bolje razumeju svet i svepostojanje. Mi kao ljudska bića² smo deo kosmosa i kao takvi deo smo poretka i pravila postojanja. Univerzum nije samo jedan veliki haos koji funkcioniše po principu slučajnosti i neobjašnjivih događaja, već radi precizno kao sat, po zakonima koji su univerzalni, koje možemo da definišemo i opišemo, te da odlučimo da li ćemo verovati u njih i da li ćemo ih poštovati. Odluka je uvek naša, ali pre nego donesemo odluku u šta da verujemo i šta treba da poštujemo, imamo pravo da prvo saznamo kakva su pravila prema kojima funkcioniše univerzum i koje su posledice u slučaju da ne poštujemo ove zakone.

Fizički svet je materijalan svet i rukovođen je fizičkim zakonima, koji se istražuju i dokazuju od strane fizičara. Ti zakoni su: zakon gravitacije, zakoni kretanja, zakoni termodinamike, teorija relativiteta i mnogi drugi. S druge strane, opet, imamo kosmičke ili univerzalne zakone koji su iznad fizičkih zakona. To su principi univerzuma zapisani u antičkom tekstu *Hermetika (Corpus Hermeticum)*, koji objašnjavaju

-
- 1 Univerzum – prostor, vreme i svi sadržaji, kao što su planete, zvezde, galaksije i sve druge forme materije i energije. Univerzum je sinonim za vasionu.
 - 2 Biće – postojanje, življenje, život, živost, realnost, aktuelnost, suštinska priroda, izvor energije, vitalna snaga, entitet; priroda i suština ličnosti; duša, duh, priroda, esencija, supatanca, unutrašnje biće, psiha, srce; Biće (2:7) „I stvori Gospod Bog čoveka od praha zemaljskog, i udahnu mu u lice dah života, i čovek postade duša živa.“ – Biblija (Sveto pismo):Stari i Novi zavet.

svepostojanje u više dimenzija, a ne samo u materijalnoj. Ovi tekstovi potiču iz kasne antike i predstavljaju dijaloge u kojima autor i učitelj Hermes Trismegist prosvetljava svoje učenike svojim učenjem. U ovim sačuvanim zapisima govori se o: božanstvenom, kosmosu, umu, prirodi, reinkarnaciji, dobru i zlu, kao i o doktrinama koje predstavljaju temelj religije hermetizma i kasnije zapadne ezoterije. Legenda kaže da se ova filozofija zasniva na principima koji su podeljeni od strane egiptaskog boga mudrosti Tota, koji je, opet, u grčkoj civilizaciji isto tako poznat kao i bog Hermes, poistovećen sa autorom zapisa. Zakoni Hermesa opisani u ovim antičkim tekstovima bave se odnosom između energije i materije i predstavljaju životne principe pretočene u *Sedam Hermesovih zakona*:

- ⊙ *Zakon jednosti*
- ⊙ *Zakon analognosti /saglasnosti/sličnosti*
- ⊙ *Zakon vibracije*
- ⊙ *Zakon polariteta*
- ⊙ *Zakon ritma*
- ⊙ *Zakon uzroka i posledice*
- ⊙ *Zakon polova*

Veruje se da su ovih sedam kosmičkih ili univerzalnih zakona, kao i ostali zapisi, temelj svakoj religiji, filozofiji i civilizaciji u modernijoj istoriji. Prva tri univerzalna zakona su osnovna. Oni su večni, konstantni i nepromenljivi. Božanstveni su jer postoje otkad postoji kosmos i vladaju svime u univerzumu. Zakon jednosti kaže nam da postoji jedan univerzalni um i jedna univerzalna svest. Da sve na ovom svetu potiče od jednog izvora i fizički se ispoljava iz sveta

nevidljivog. Kaže da je naš um spojen sa univerzalnim i da je naša realnost manifestacija našeg uma. S druge strane, opet, zakon analognosti kaže nam da ne postoji podela između fizičkog, mentalnog i duhovnog sveta. Kaže da je sve u harmoniji i korespondira u tri dimenzije postojanja. Ovaj zakon nam pomaže da upoznamo sebe, ko smo kao ljudska bića i kakva je naša egzistencija. Mi nismo samo telo i postoji više od onoga što vidimo. I poslednji od osnovnih zakona, zakon vibracije kaže da univerzum vibrira i da je sve energija koja vibrira na različitoj frekvenciji. Kaže nam da sve što osećamo putem naših pet čula, iskušavamo preko vibracije. Pa čak i da su naše emocije na nivou vibracije! U novije vreme to je i naučno dokazano. Kod ova tri zakona nema mesta manipulaciji, oni su objektivni i daju nam istinu o postojanju i o načinu na koji percipiramo i iskušavamo realnost.

Ostala četiri zakona su sekundarna, ali su podjednako bitna kao i osnovni. Oni su više primenljivi nego promenljivi, tj. daju nam dinamiku postojanja i pokazuju nam da postoji više od jedne strane života. U toj dinamičnosti susrećemo se sa dualnostima, suprotnostima, polovima, ritmom, ciklusima, pa se tako stvara put i smer kretanja. U procesu stvaranja manifestuju nam se relativnosti i subjektivnosti u većem ili manjem razmeru, na primer: godišnja doba, opadanje i rast, dobro i loše, svetlost i tama, rat i mir, ljubav i mržnja, muški i ženski princip, uzrok i posledica, niska i visoka vibracija. Zbog toga sekundarne zakone možemo koristiti svesno u cilju stvaranja jedne ili druge željene realnosti. U delu *Hermetika* to se naziva umetnost polarizacije, budući da imamo mesta i moć da utičemo i doživljavamo više od jedne apsolutne realnosti. Možemo da transformišemo naše misli od mržnje u ljubav,

emocije od straha u hrabrost, te da svesno podignemo našu vibraciju.

Svi univerzalni zakoni su međusobno povezani i funkcionišu u jednom harmoničnom toku. Veliki deo ovih doktrina opisane su u Bibliji i u svetim spisima ostalih svetskih religija, a dalje korišćeni su i u zakonima koje je pisao čovek. Danas je identifikovano više od sedam univerzalnih zakona, između kojih je i jedan od najbitnijih – zakon privlačnosti. Iako se ne pominje kao Hermesov zakon, on nije manje značajan. Naprotiv, zadržaćemo se najviše na njemu jer on teče kroz svih sedam zakona i pomoću njega možemo lakše razumeti i ostale. Što više znamo i učimo o ovim principima, to će nam oni omogućiti da više otvorimo um i da vidimo stvari iz drugačije perspektive. Kada ih budemo jednom razumeli, prihvatili, poštovali, i kada budemo pravilno praktikovali ove principe, naš život će se potpuno preobraziti. Oni će nam omogućiti jednu drugačiju dimenziju postojanja za čije prisustvo ranije možda nismo bili sasvim svesni. Pokazaće nam kako da se probudimo i svesno da sustvaramo. Da uživamo u životu i da se osećamo divno svakog trenutka. Pomoći će nam da postignemo lični uspeh u svim oblastima života i doprineće da lakše saznamo svoj životni cilj i svoju misiju. Ova znanja pokazaće nam put ka novoj dobi postojanja i otvoriće nam um i srce za nove životne mogućnosti.



SVE JE ENERGIJA

Kvantna fizika i svet ispod mikroskopa

Možda se pitate kako je kvantna fizika povezana sa vašim životom. Kvantna fizika³ je važna zato što u današnjem vremenu predstavlja most između fizičkih i univerzalnih zakona. Prvi put nauka je delimično uspela da nam dokaže da su univerzalni zakoni uistinu deo našeg postojanja i da je svet energije realan i postoji. Ova testirana teorija ne samo što objašnjava sveukupno postojanje i razvoj svih stvari u ovom svetu već nam objašnjava kako naša verovanja, ideje i misli mogu uticati u procesu stvaranja rezultata koje ćemo iskusiti u sopstvenom životu. Eliminise sva oklevanja i daje nam potpuno samopouzdanje da možemo svesno ostvariti sve što poželimo. Uči nas da smo povezani, da smo svi deo jedne

3 Kvantna fizika – svet objašnjen kroz prizmu najnižeg energetskog nivoa stvari, preko kretanja subatomske čestice: elementarne ili osnovne čestice i strukture ili složene čestice i njihove interakcije. Kvantna teorija polja je fundamentalna fizička teorija, osnova standardnog modela u fizici koji svrstava elementarne čestice u kvarkove, leptone, fermione i bozone.

celine i ništi iluziju da smo odvojeni. Daje nam spoznaju o tome kako su duh, um i materija povezani, da smo sustvaraoci zajedno sa Stvoriteljem⁴ i daje nam znanje o tome kako se stvaranje događa. Kvantna fizika nas može naučiti kako da živimo život onako kako smo zamislili, umesto po slučajnosti.

Hajde da krenemo iz početka. Verujemo da se sećate prve lekcije iz fizike u školi. Svaka materija je stvorena od ćelija, ćelije od molekula, molekuli od atoma, a atomi su sastavljeni od atomskog jezgra u kome su protoni i neutroni. Oko protona i neutrona kruži elektron, koji je jedna od najmanjih elementarnih čestica otkrivenih do sada od strane naučnika. Osim elektrona, postoje i druge elementarne nedeljive čestice, a ukoliko ste zainteresovani, o tome možete više saznati u knjigama iz fizike. Nauka je do sada sa svojim instrumentima dokazala da je bukvalno sve na ovom svetu sastavljeno od grupisanih elementarnih čestica. Jedina razlika je u tome što su ove elementarne čestice različito grupisane ili vibriraju različito, i zato predstavljaju različiti osnovni elemenat ili nekakvu materiju predstavljenu u obliku čvrstog predmeta, tekućine ili gasa. Kaže se da ključ osmišljavanja našeg života po vlastitoj želji leži upravo u znanju o tome kako funkcionišu ove grupisane elementarne čestice. Elementarna čestica nije fizički predmet i nije strukturna čestica koja se može razložiti kao, na primer, zrno peska. Elementarne čestice su samo verovatnost postojanja ili verovatnost za više postojanja. Ovi skupovi elementarnih čestica, ili elektroni, snopovi su energije ili vibracija koji se nazivaju još i kvant. U univerzumu je sve

4 Stvoritelj – sinonim za Boga, Gospoda, Tvorca, Oca, Velikog arhitektu; Svemoćni, izvorna energija, izvor, univerzalna inteligencija, univerzalna kreativna svest, univerzalna svest, neograničeno polje energije.

napravljeno energijom, vibracijom ili frekvencijom. Možda nam sve oko nas izgleda kao zbir čvrstih predmeta, a to je zbog naše individualne i kolektivne percepcije. Drveće u parku, automobili na parkingu ispred naše zgrade, naš pas, hrana koju jedemo, naša tela, misli, svetlost i sve ostalo, iako izgledaju kao čvrsti predmeti, tekućina ili gas, oni nisu ništa drugo te veliki skupovi elementarnih čestica ili koncentracija energije. Elementarne čestice su osnova svega što je stvoreno i svemu što će biti stvoreno. Čak su i sunčevi zraci sastavljeni iz fotona koji su takođe elementarne čestice. Zato je od ključnog značaja pitanje od čega su sastavljeni. Sve je energija. Nisu napravljeni od energije – oni *su* energija. Ili zapitajte se čime se drži elektron kada kruži oko atomskog jezgra? Odgovor je elementarna energija, vibracija ili frekvencija.

Ako redukujemo naše telo do same osnove, otkrićemo da u suštini nismo ništa drugo do same energije, kao uostalom sve oko nas. Naš duh i naš um oblikuju elementarnu subatomsku energiju u fizički oblik koji nazivamo telo, jer elementarne čestice ili energija formiraju atom i najzad materiju. Ova energija može postojati ne samo kao elementarna čestica već i u vidu talasa u vremenu i prostoru. Ali čak i kad budemo primenili moć posmatranja, ovi talasi se pretvaraju u elementarne čestice koje postoje u određenom vremenu i u određenom prostoru. A čim prekinemo moć posmatranja, ove elementarne čestice se ponovo pretvaraju u talase. Šta to znači? Znači da naša svesnost, moć posmatranja i naša namera da nešto uradimo crpu ovu energiju iz neoblikovane forme i oblikuju je kao predmet ili događaj u vremenu i prostoru. Ništa što izgleda da je čvrsto, nije čvrsto. Napravljeno je iz milion brzih, munjevitih snopova energije. Sevaju unutar i