

Jasmuheen, živi od svetlobe

Če verjamete ali ne, že dve leti nisem pojedla popolnoma nič



Avstralka Jasmuheen je že kot triletna deklica začela odklanjati meso in se borila z materjo, da ji ga ne bi bilo treba uživati. Za razliko od svojih vrstnikov je od rane mladosti rada hodila v cerkev, saj je tam začutila božansko energijo. Zelo zgodaj je ugotovila, da svetovne religije ne povezujejo, ampak ločujejo. Posvetila se je meditaciji, jogi, vegetarijanstvu in zbujanju sočutja v ljudeh do soljudi. Pravi, da to zaznamuje, pomlajuje in bogati. In res, pri 46 letih je videti neverjetno mladostna in zdrava, čeprav po mnenju večine sploh ne bi mogla biti več živa. Jasmuheen namreč trdi, da od leta 1993 živi od svetlobe, že dve leti pa ni pojedla niti grižljajčka. Zaradi tega tudi ne potrebuje spanja, pove, ostaja pa ji ogromno energije in časa. Posveča ga pisanju knjig in potovanju po svetu. Skupaj s svojim možem predstavljata življenje z meditacijo, jogo, mantranjem, zdravo prehrano in obrednimi pesmimi, s čimer naj bi se prebujala v ljudeh božanskost. Seveda je zaradi vsega tega doživela veliko zasmehovanja in nejevere, a kot pravi, se je tudi na to že navadila.

Pravite, da že dve leti ne jeste. Kako je to sploh mogoče in od česa živite?

Že dve leti ne jem popolnoma nič. Medtem sem sama sebi dokazala, da me hrani nekaj drugega. Če jem, zgubljam energijo in potrebujem spanje, ko ne jem, je ravno nasprotno.

V znanosti je doslej veljalo, da je atom sestavljen iz 99 odstotkov nič, ampak to dejansko ni nič. Gre za neko vrsto zavesti, jogiji temu pravijo univerzalna življenjska sila, prana ali chi. Človeško telo je energetski sistem in ima ogromne potenciale, zdravniki pa razumejo manj kot dva odstotka te fiziologije. Uporabljamo samo 10 odstotkov zmogljivosti možganov, preostalih 90 je neizkoriščenih in neznanih. Prav ta del zanima mene in moje somišljenike. Do kod sežejo naši potenciali, kako telesa osvoboditi staranja, prehranjevanja, pitja in spanja. Eksperimentiramo in svoja dognanja širimo naprej. Nekateri na Vzhodu že tisočletja živijo od prane, v Indiji in Tibetu to ni nič nenavadnega. "Trenutno živi od svetlobe okoli 20.000 ljudi. Neki 78-letni učitelj joge v Nemčiji zadnja štiri leta uživa samo vodo, neka Parižanka že dvajset let ne je in ne pije.

Tudi vode ne pijete?

Kadar potujem, pijem vodo, doma ne. Po svetu je namreč zelo onesnažen zrak. Veliko energije porabim za izganjanje polucije iz svojega telesa.

Potemtakem ne uporabljate stranišča? Odvisno od načina življenja. Ker veliko potujem - kar osem mesecev na leto sem zdoma - se onesnaženost nabira v telesu, zato se vsakih nekaj tednov znebim drobnih gumijastih iztrebkov. Ljudje, ki živijo v zelo čistem okolju, recimo v Himalaji, in ne jedo in ne pijejo, nimajo teh strupov v telesih in jih tudi ne izločajo.

Se odrekate tudi drugim užitkom, recimo seksu?

Nekateri živijo kot jogiji, drugi v celibatu, midva z Jeffom sva poročena že 20 let in sva se odločila za prakticiranje tantričnega seksa, ki naju prenese na višjo, spiritualno energetsko raven. Veliko ljudi, živečih od svetlobe, dela podobno. Razlika od običajnega seksa je ogromna. S tantra ni izgube spolne energije; če par ne želi ustvariti novega življenja, ni ejakulacije in tudi ni menstruacije, telo pa v obliki višje energije sprejema, kar sicer potrebuje za razmnoževanje.

Za vse to je treba imeti ogromno časa. Ljudje, ki hodijo v službo, bi težko živeli tako. Seveda bi lahko. Deset let sem

bila samohranilka, 80 ur na teden sem bila v službi in vzgajala sem dva otroke. Vstajala sem ob petih, eno uro meditirala, potem uro in pol telovadila, saj si nisem mogla privoščiti, da bi me pokopal stres, pa tudi brez dohodkov nisem mogla živeti. Jedla sem zelo zdravo hrano, telovadila in meditirala, tako da sem bila kos vsem nalogam.

V čem je razlika med anoreksijo in življenjem od svetlobe?
Mi se ne postimo in nismo anoreksični. Ne gre za to, da ne bi jedli. Alternativnim virom prehrane dovolimo, da tečejo skozi celice in atome. Prehranjujemo se, ampak ne s hrano. Pri anoreksičnih dekletih gre za pomanjkanje ljubezni do sebe. Izhaja iz čustvenega neravnotežja energij v njihovem sistemu. Živeči od svetlobe delamo ravno nasprotno. Naše početje je plod ljubezni do sebe, ta pa prihaja iz našega božanskega jaza.

Kaj bi se zgodilo, če bi sedaj nenadoma zadišalo po vaši najbolj priljubljeni hrani?

Najprej moram povedati, da nikoli nisem lačna, zato mi hrana ne pomeni veliko, tudi če bi mi jo zdaj sem prinesli. Ljudje, ki živijo od prane, nikoli ne postanejo lačni. Organizem deluje drugače. Želodec se skrči, metabolizem se spremeni. Seveda naša telesa še odgovarjajo na vonjave, občutki za vonj ne izginejo, zato si tu pomagamo z aromaterapijo, uporabljamo eterična olja.

A če bi vseeno začutili lakoto? Nikoli je ne čutim.

Če bi jo začutili?

Potem bi rekla svojemu telesu, naj me nahrani. Rekla bi božanskemu v sebi: bog, nahrani me!

Od kod in od kdaj imate božansko v sebi? Ko sem bila stara tri leta, sem pod močnim duhovnim vodstvom na ravni instinkta hotela kontrolirati svoje telo - kaj gre vanj in kaj iz njega. Mama se zelo dobro spominja, kako sem zavračala meso in se borila, da mi ga ni bilo treba jesti. Poleg tega sem zelo majhna že rada hodila v cerkev, ker sem bila globoko povezana z Jezusovo energijo in njegovim naukom. Ne gre za romantično ljubezen, niti za ljubezen do svojih otrok, ampak

za božansko ljubezen. Ljudje morajo biti resnično močno povezani s tistim, ki ga imenujejo za svojega boga. Ko greš v znanosti v atom, najdeš v njem ves univerzum. Ko ta božanska energija resnično potuje po tvojem telesu, te hrani. To ni dieta, ampak spiritualna izkušnja. Kdor jo hoče doseči, mora meditirati, vzpostaviti kontakt z bogom.

Zakaj to počnete? V čem je smisel odpovedovanja, če nas je narava ustvarila tako, da za obstoj potrebujemo hrano?

Na podlagi eksperimentiranja sem ugotovila, da je to dobro za moje telo v smislu zdravstvene preventive. Začela sem leta 1993, zgodilo se je povsem po naravni poti kot rezultat zelo osebne spiritualne iniciacije, v katero sem bila vodena. Od takrat ne poznam občutka lakote. Moje telo energijo dobiva od drugod, ne iz hrane, v procesu ustvarjalne vizualizacije in meditacije, s petjem obrednih pesmi, molitvijo, ritmično uporabo svetih besed, mantranjem. Možgani so zelo občutljivi na te stvari in zelo hitro odgovorijo. Znanstveno je dokazano, da dihanje, zvoki in svetloba dobro vplivajo nanje.

Ko sem se o vas pogovarjala s prijatelji, znanci in zdravniki, nihče ni verjel, da res živite od svetlobe.

Vem. Mislijo, da je vse skupaj smešno. Ampak to je le posledica pomanjkanja izobrazbe.

Ali bi vam osebno veliko pomenilo, če bi vam verjeli?

Ste pripravljeni podati dokaze?

Ne. Stvar je že dovolj dokazana. Na svetovnem spletu imam 40 strani dolg dokument z vsemi raziskavami. Avstrijski zdravnik dr. Karl Graninger je dvajset let proučeval ta fenomen, mi pa smo ravnokar šest tednov prebili v Aminabadu v Indiji z zdravniki, ki so delali raziskave. 411 dni so sledili človeku na vsakem koraku, ga opazovali in se prepričali, da je ves ta čas zaužil samo vodo. Torej so vsi dokazi že zbrani. Zbirka je na voljo brezplačno na moji spletni strani in od vsakega posameznika je odvisno, kaj bo storil s tem. Meni je čisto vseeno, če veliko ljudi samo reče, da je to noro in neizvedljivo. Za njih bi bilo res nenavadno poizkusiti kaj takega.

Kakšno je vaše mnenje o tistih, ki ne verjamejo? Včasih niso verjeli, da se človek lahko sprehaja po Luni in so mislili, da je Zemlja ploščata. Znanstvenike so zažigali na grmadi, ker so govorili v nasprotju s cerkvenimi dogmami. Ampak znanost je potem dokazala, da so imeli prav. Čez dvajset let bo to povsem normalen pojav. Samo zato, ker smo prvi, brijejo norca iz nas in ne razumejo naših prizadevanj. Vse je samo posledica nevednosti. Življenje od svetlobe je preprosto daleč pred časom. Ko meditirate, vas preplavi in se pretaka skozi telo toliko ljubezni, da se preprosto počutite izpolnjeni in celostni, oni pa se režijo in raje gledajo svoj nogomet! Ampak počasi se vsakdo navadi na posmeh. Nevednost lahko odpravimo samo z izobraževanjem.

Sodelujete tudi z zdravniki uradne medicine? Da, ves čas. Na Dunaju sodelujemo s šestimi, ki živijo od svetlobe. Veliko zdravnikov je odprtih za novosti in dela tudi z alternativnimi metodami. Imamo popolnoma kvalificirane, uradne doktorje medicine.

Vendar je večina zdravnikov do vas zelo kritična. No, veliko zdravnikov je mnenja, da so farmacevtski preparati edina mogoča rešitev. Zavedati se moramo, da naše delo ogroža farmacevtsko, zdravstveno in prehrambeno industrijo, v katerih se vrti na milijone dolarjev. Kaj bi se dogajalo z njimi, če bi bili ljudje popolnoma zdravi in bi imeli svobodno izbiro pri prehranjevanju? Sprašujejo se, ali naj vsa ta spoznanja pridejo v svet in kako naj to preprečijo. In kako lahko to storijo? S posmehom. Zdravniki ostanejo v položaju moči, denar se še naprej zliva v njihove žepke. V farmacevtski industriji na leto uporabijo okoli 268 milijard dolarjev za tabletko za boljše počutje ljudi. Morali bi se posvečati življenjskemu slogu, ki bi jih ohranil pri zdravju. A vedno več jih je odprtih za spremembe. Trenutno se dogaja revolucija na področju medicine. Po vsem svetu zdravniki ugotavljajo, da farmacevtski preparati ne delujejo in je treba vzpostaviti sisteme preventivne medicine. Znotraj obstoječega zdravstvenega sistema imajo tako majhne zmožnosti za zdravljenje, da se ljudje sedaj obračajo k alternativnim metodam.

Če sem prav razumela, ljudje, ki živijo od svetlobe, sploh ne zbolijo.

Ne, nikoli. Ko človek enkrat živi od prane, nikoli več ne zboli. Nikoli več! Koliko bilijonov dolarjev se vsako leto porabi za zdravila, medicinsko industrijo, za zdravnike in osebje, ker ljudje toliko zbole vajo. Energijo pretočiš skozi telo tako, da ne zboliš in potem vsega tega sploh ne potrebuješ.

Kdaj ste nazadnje zboleli?

Se ne spominjam. Že leta preden sem začela živeti od svetlobe. 25 let sem bila vegetarijanka, meditirala, ukvarjala sem se z jogo, dvigovala uteži, tekla, plavala, kratka živela sem zdravo, kot priporočajo vsi zdravniki in nutricionisti. To deluje, zdravil ne potrebujem. Vse bolezni izvirajo iz čustvenega nezadovoljstva. Ljudje razmišljajo in čutijo toksično ter se tako tudi prehranjujejo. Vse to povzroča bolezni in smrt. Negativno razmišljanje je še posebej nevarno. Znanstveno je dokazano, da pozitivno misleči živijo 20 odstotkov dlje. Tudi kdor za polovico zmanjša dnevno zaužite kalorije! To so dejstva. Takoj ko vase nehamo vnašati slabo hrano, se zdravje izboljša. Če vsaj malo telovadimo, se telo odzove in reče: »Hura! Telovadba! Ljubim te! Dokazano pa je, da te lahko hrani tudi ljubezen!

Če bi kakor koli prišli v stik z obolelim z aidsom, se vi torej ne bi okužili?

No, nekateri pravijo, da ne moreš dobiti aidsa, če imaš dovolj močan imunski sistem. Ampak to je čisto drugo področje. Moje raziskave ga ne zajemajo. Z ljudmi lahko podelim samo to, kar sem sama dokazala: kdor meditira, moli, misli pozitivno, obvladuje svoj um in je vegetarijanec, je bolj zdrav, dlje živi in je bolj srečen. To so izsledki mojih raziskav. Znan je primer neke ženske iz Nemčije z multiplo sklerozo. Ko je začela živeti od svetlobe, so izginili vsi simptomi, sleherna sled. Nekateri z diabetesom, astmo ali drugimi boleznimi so začeli živeti od prane in težave so izginile. Ampak ni nujno, da je tako. Mi si prizadevamo izboljšati kakovost življenja prebivalcev tega planeta, količino življenja, ravni sreče in sočutja, doseči spremembo mentalitete in prerazporeditev virov. To je

področje mojega delovanja. Delam politično, ne pa na tem, kako bi se dalo prano uporabljati za zdravljenje, denimo aidsa.

Življenje od svetlobe temelji na človekovi duši in popolnoma zanemarja dejstvo, da je človek po naravi tudi materialno bitje. Ne, ni tako. Preprosto, odpravlja sistem razmišljanja, ki poudarja pomen prehrane. V naši trenutni družbi menimo, da so vojne, nasilje, stradanje, jeza, revščina in zlorabe normalni. Sami povzročamo bolezni, umiranje pri štiridesetih, petdesetih letih od srčne kapi, raka na črevesju in pravimo, da je vse to naravno. A vojna gotovo ni, nasilje tudi ne. Krivi sta pomanjkljiva izobrazba in nevednost! Z dobro holistično celostno izobrazbo bi lahko odpravili vse zlo, ampak morali bi postati bolj sočutni, altruistični in skrbni. Spremeniti bi morali svoje življenje. Vsako drugo sekundo umre otrok od lakote. Da bi odpravili revščino v tretjem svetu, bi potrebovali sto bilijonov dolarjev. Vse države skupaj zapravijo 900 bilijonov vsako leto za orožje. Samo ena devetina bi bila potrebna, da bi odpravili revščino po vsem svetu. To bi bilo naravno, naše življenje pa ni. Na Zahodu živimo v zelo barbarskem in neciviliziranem svetu.

Zakaj preprosto ne greste v Afriko in naučite stradajočih živeti od svetlobe?

Stradajočim ne moreš dati duhovnosti, ampak le hrano. Duhovnost daš tistim, ki častijo bogove slave, seksa, denarja in moči. Pet odstotkov ljudi Zahoda upravlja s 95 odstotki svetovnega bogastva.

Potrebna je prerazporeditev vseh teh virov. Zahodnjaki preveč jedo, lahko bi samo dvakrat na dan. Tako bi zmanjšali svojo odvisnost od svetovnih virov za 20 odstotkov in živel 30 odstotkov dlje. Takojšnja prednost za nas bi bilo boljše zdravje. **70 odstotkov hranljivosti izhaja iz dihanja** in to zanimivo dejstvo sploh ni znano. V državah tretjega sveta bi se lahko naučili tehnike dihanja za ohranitev svojih teles, a ljudje nočejo spustiti bogastva iz svojih rok. Enajsti september je bil zelo močno sporočilo Ameriki, naj bo sočutna do vseh na svetu. Rada bi videla, da bi se ameriška vlada obrnila k ljudem in zagotovila, da ne bo porabila niti enega centa več za vojne namene in bi ves denar, namenjen vojski, dala za pomoč

tretjemu svetu. Takoj bi zbrisali vse njegove dolgove, jih odplačali in zbrali denar, ki bi odpravil revščino. Po mojem bi bil to pravi izraz moči, ne pa boj proti terorizmu, ki ustvarja vedno več orožja. Izničevanje revščine in težav tretjega sveta terja tako malo od Zahoda, vendar se nič ne spremeni. Zakaj? Ker nimamo potrebne zavesti. Ljudje častijo bogove pohlepa, namesto da bi se uglasili s kanali resničnega sočutja. Življenja na svetlobi ne vidim kot rešitve za lakoto tretjega sveta, prej je to način dokazati ljudem, da imajo dostop do moči v sebi, ki je tako ljubeča, dobra, sočutna. Ko se začne pretakati, se zgodi dvig zavesti.

Kako pa se izognete nevarnosti, da vas na predavanjih ljudje ne razumejo narobe in nimajo zdravstvenih težav, ker ne jedo? Stvar je zelo preprosta. Vsi, ki pridejo k meni, meditirajo in 95 odstotkov jih je že dolgo vegetarijancev. Povprečna starost udeležencev je 45 let. To niso otroci, ampak ljudje z globokimi duhovnimi izkušnjami. Niso labilni in stoodstotno zaupajo v božanski glas v sebi ter eksperimentirajo. Spodbujamo jih, da raziskujejo, pametno ravnajo in se pripravijo na to. Tudi na triatlon ne greš brez predhodnega treninga. Bilo bi neumno. To ni glavna stvar, ki jo predstavljamo. Vse ženske revije v Avstraliji že pišejo o rastlinski hrani, meditaciji in telovadbi. Isto je pri življenju od svetlobe. Moj namen ni promovirati ga, ker svet še ni pripravljen na to. Rada pa delim svoje raziskovalno delo z vsemi, ki jih to zanima. Sicer predstavljam življenjski slog osmih točk, ki vključuje meditacijo, molitve, telesne vaje, vegetarijansko hrano in drugo. S tem programom skušamo odpraviti vojne, nasilje, revščino, krivice in lakoto na svetu. Ljudi učim, kako naj bodo prijazni do drugih, saj ni težko, kako naj uživajo v meditaciji in tišini narave, kako naj pojejo obredne pesmi.

Sprašuje: Tina Horvat

[Ona](#) ; 23.7.2002

[http://www.gape.org/gapes/prispevki/files/prana_jasmuheen .htm](http://www.gape.org/gapes/prispevki/files/prana_jasmuheen.htm)