

Matka sielutasolle

*Laajenna tietoisuutesi Auringon Valolla
matkataksesi sielutasolle.*

*Sielutasolla näet,
miten koko ajan muutut
yhä kauniimmaksi ja täydellisemmäksi valoksi.*

Olet valmis kohtaamaan sielusi ja yhtymään siihen sielutasolla. Mikä on sielutaso? On olemassa monia todellisuuden tasoja aina sinulle tutusta maapallon tasosta korkeampiin ulottuvuuksiin, missä kaikki rakentuu valosta. Maapallon tasolla elämänvoima, aika, aine ja energia muodostavat tietynlaisen, sinulle tutun todellisuuden. Sielutasolla kaikki tapahtuu yhtäaikaa, valo on toisenlaatuista eikä ainetta ole sinun tuntemassasi muodossa.

Voit aistia sielutason ja oman sielusi laajentamalla tietoisuuttasi. On monenlaisia tapoja laajentaa tietoisuutta päästäkseen sielutasolle, esimerkiksi mietiskely, äänen ja hyräilyn käyttö ja oppaan apu. Kaikissa menetelmissä on kyse siitä, että keho on rentoutunut, tunteet ovat tyyriä ja mieli on selkeä.

Seuraavaksi esittelen erään tien sielutasolle. Ei ole tärkeää, että muistat joka askeleen. Tärkeää on sen sijaan, että aiot päästä sielutasolle ja että aistit Auringon Valon.

Auringon Valoon keskittyminen on voimallinen ja tehokas menetelmä sielutasolle pääsemiseksi. Mikä on Auringon Valo? Se on fyysisen auringon sielu. Sitä on myös kutsuttu Auringon Sydämeksi. Se pitää yllä kaikkea elämää sielutasolla, aivan kuten fyysinen aurinko pitää yllä elämää fyysisellä tasolla. Auringon Valo on suuri, loistava Olento. Sen energia ulottuu monille korkeammille tasoille ja läpivalaisee maapallonkin tason. Se on sielutason ja kaikkien sen alapuolisten tasojen,

maapallon taso mukaanlukien, yhteissumma. Auringon Valo on kau-
neuden, täydellisyyden ja rakkauden valo.

Ajattele fyysistä aurinkoa ja kuvittele, että Auringon Valo on kuin
fyysinen aurinko mutta vieläkin kauniimpi ja sädehtivämpi. Koska se
on auringon sielu, sinun on käytettävä sisäisiä silmiäsi ja mielikuvitus-
tasi sen kuvittelemiseen. Jos et saa siihen tuntumaa, voi valita sille mie-
lessäsi jonkin vertauskuvan, jota voit käyttää apunasi matkatessasi koh-
ti sielutasoa. Sinun ei välttämättä tarvitse osata muodostaa mielessäsi
kuvaa tai tunnetta Auringon Valosta, riittää, että vain ajattelet sitä, niin
se laajentaa tietoisuutesi ja ohjaa sinut sielutasolle.

Pyydä Auringon Valoa ympäröimään sinut.

Matka sielutasolle on pikemminkin laajenemista kuin liikkumista. Kun
olet päässyt sielutasolle, voit kohdata sielusi ja sulautua siihen. Aloita
nyt matkasi sielutasolle tiedostamalla Auringon Valo. Tervehdi sitä
kuin elävää, rakastavaa Olentoa. Kuvittele, että Auringon Valosta kul-
kee valosäie suoraan sydänkeskukseesi, joka sijaitsee fyysisen sydäme-
si kohdalla. Tämä rakkauden säie tai virta on se rakkauden energia,
jota vapahtajat lähettävät ihmiskunnalle avoimien sydänkeskustensa
kautta. Sen magneettinen rakkaus vetää kaiken puoleensa. Auringon
Valon lähettämä rakkaus on voima, joka liikuttaa kaikkien sydäntä oh-
jaten jokaisen takaisin kotiin valon ja rakkauden maailmoihin.

Asetu nyt mukavasti. Etsi sellainen asento, jossa olosi tuntuu rentou-
tuneelta. Katsele ylöspäin sisäisillä silmilläsi ja kohdistu katseesi Auring-
on Valoon. Rentoutua leukalihaksesi ja pienet lihakset silmiesi ympär-
illä. Rentouta kaikki kehossasi olevat kireät tai jännittyneet kohdat.
Jätä hetkeksi ulkomaailma kokonaan. Tiedosta sisäiset ajatuksesi ja
tunteesi. Älä ajattele arkeasi tai tulevia tehtäviäsi.

Jatka rentoutumista ja kohoa sielutasolle leikittelemällä hengityk-
selläsi. Hengitä nyt sisään syvään mutta kevyesti. Kuvittele hengittäväsi
Auringon Valoa. Hengitä sitten rauhallisesti ulos. Kuvittele, että lähetät
Auringon Valoa koko maailmaan uloshengityksesi myötä. Toista tämä
muutamia kertoja. Rentoudu joka hengitykselläsi yhä syvemmin.

Kuvittele selkärankasi olevan ontto tanko, johon voi säilöä valoa.
Pyydä Auringon Valoa täyttämään tämä tanko. Ime itseesi Auringon
Valoa, kunnes olet luonut kehoosi valopylvään, joka hehkuu. Valo le-

viää pylvästä peittäen koko kehosi ja muodostaen valovaipan ympärillesi.

Anna valosi levitä yhä laajemmalle. Kuvittele samalla, että voit aistia valoa kaikissa esineissä ja kaikessa elävässä ympärilläsi. Kaikki maailmassasi värähtelee valoa. Sulje silmäsi ja kuvittele, miltä ympäristösi näyttäisi, jos näkisit kaiken valona. Näin tehdessäsi kehität kykyäsi aistia valon herkemvät energiat sellaisina kuin ne ilmenevät kolmiulotteisessa aineen ja muodon maailmassa.

Vedä Auringon Valo DNA:hasi auttaaksesi kehoasi kasvamaan.

Lähetä hengittäessäsi Auringon Valoa valosäie jokaisen solusi keskellä olevaan DNA:han. Kuvittele, että muutat sisäistä elämäkoodiasi niin, että pääset seuraavalle kehityksen tasolle. DNA:si sisältää koodin, jonka mukaan kehosi rakentuu. Silloin kun keskityt Auringon Valoon, kehossasi syntyvät solut muodostuvat hienommasta materiaasta ja sisältävät enemmän Auringon Valoa.

Kokeaksesi sielutason ja oman sielusi tunteidesi täytyy olla tyyniä, pehmeitä ja virrata vapaasti. Tunteesi näyttävät pieniltä, värähteleviltä hiukkasilta, jotka ympäröivät ja läpäisevät kehosi. Voit kuvitella tunteidesi värähtelevän nopeasti, kun olet tavallisessa tietoisuuden tilassasi. Ne kykenevät reagoimaan maapallon tason kaikkiin tunnevoimiin. Sen lisäksi vahvat tunteet ja pelot voivat saada tunnekehosi värähtelemään kiihkeämmin.

Hengitä rauhallisesti tyynnyttääksesi tunteesi, kuten juuri äsken teit. Ajattele Auringon Valoa. Anna sen säteiden koskettaa tunnekehosi värähteleviä hiukkasia ja tyynnyttää ne. Kuvittele Auringon Valon rauhoittavan kaikki murheesi, huolesi ja mieltäsi mahdollisesti kiihottavat tunteesi. Aisti, miten tunnekehosi hiukkasten värähtely tyyntyy. Sinun tulee olla rauhallisessa ja vapaasti virtaavassa tunnetilassa, kun kohtaat sielusi ja sulaudut siihen.

Jatka nyt laajenemistasi sielutasolle luomalla selkeä ja joustava mielentila. Siinä missä vahvat tunteet tyynnytetään tahdonvoimalla, ajatukset muutetaan sitkeydellä. Hengitä Auringon Valoa sisään. Tarkkaille ajatustesi virtaa mielessäsi. Jos haluat päästä jostakin ajatuksestasi, kuvittele sen häviävän uloshengityksesi mukana. Anna kaikkien van-

hojen, rajoittuneiden tai raskaiden ajatusten virrata ulos hengityksesi myötä. Jos jotkin sitkeät ajatukset vaivaavat jatkuvasti mieltäsi, ime niihin Auringon Valoa sisään hengittäessäsi. Ympäröi jokainen ajatus niin suurella määrällä Auringon Valoa, että se muuttuu valoksi. Lähetä siten valoksi muuntuneet ajatuksesi maailmaan uloshengityksesi myötä. Kykenet olemaan tyyni ja rauhallinen kaikista ajatuksistasi huolimatta. Anna ajatusten vain tulla mieleesi ja muuta ne valoksi. Mielesi voi muuttua kuin tyyneksi vuoristojärveksi, joka heijastaa auringon ja taivaan peilin tavoin.

Laajenna tietoisuuttasi Auringon Valon avulla matkatessasi sielutasolle.

Keskity huomiosi Auringon Valoon yläpuolellasi. Anna sen vetää sinut ylöspäin ihmeellisen kauniiseen valomaailmaan – sielutasolle. Näet joka puolella ympärilläsi kipunoivia, liikkuvia valopisteitä. On kuin olisit valomeressä. Tietoisuutesi on laajentunut; se on virtaavaa valoa. Voit matkata minne tahansa liikkuen valopisteestä valopisteeseen. Voit muuttua tilaksi valojen välillä ja liukua niiden alitse. Voit kieriskellä tanssia, hyppiä. Kykenet muuttumaan äärettömän kokoiseksi silmänräpäyksessä ja kutistumaan pieneksi valopisteeksi yhdessä huauksessa. Voit olla jokaisessa valomeren pisteessä yhtäaikaan. Voit olla yksittäinen valopiste meressä tai koko meri. Tällainen on ikuinen, valoisa, rajaton ja ajaton sielutaso. Täällä voit aistia sielusi kaikkein selkeimmin, koska täällä sieluenergia on hyvin vahva.

Sielutasolla ei ole tuskaa tai surua. Täällä on vain rakkautta, iloa ja autuutta. Auringon Valo virtaa sielutasolta ulos ja alas maapallon tasolle. Kun energia virtaa alaspäin, se virtaa samanaikaisesti myös ylöspäin kantaa kaiken elämän takaisin kotiin. Kuvittele Auringon Valon loistavan yllesi, kun olet sielutasolla. Ota sen lämpimät valonsäteet koko olemuksellasi vastaan. Tunne sen ystävällisyys, rakkaus ja ilo. Se on muutoksen valo kaikilla tasoilla.

Kuvittele muuttuvasi yhä kauniimmaksi ja täydellisemmäksi valoksi.

Kuvittele Auringon Valoa mielessäsi niin, että tunnet sen vieläkin voimakkaammin. Kun tarkkailet Auringon Valoa, huomaa miten se muuttuu alati kauniimmaksi ja täydellisemmäksi. Tarkkaillessasi valoa kuvittele, että sinäkin muutut yhä kauniimmaksi ja täydellisemmäksi valoksi. Sisäinen valosi muuttuu kirkkaammaksi, tasapainoisemmaksi, sopusointuisemmaksi ja sädehtivämmäksi. Jokainen Auringon Valossa paistattelemasi hetki auttaa sinua täyttämään erään sielusi tehtävistä: yhä kauniimmaksi ja täydellisemmäksi valoksi muuttumisen.

Käyttämällä Auringon Valoa apunasi voit saada elämässäsi, tietoisuudessa ja henkisessä kehityksessäsi aikaan perusteellisia muutoksia. Auringon Valo on eräs maailmankaikkeuden väkevimpiä voimia. Ajattele Auringon Valoa mahdollisimman usein herätessäsi tai nukahdaessasi. Ajattele sitä päivän mittaan usein. Näin tulet siitä paremmin tietoiseksi ja kykenet sädehtimään sitä voimakkaammin ympärillesi. Voit luoda monia ihastuttavia muutoksia elämääsi tällä tavoin.

Matka sielutasolle

Sielutehtävä

Yhdy Auringon Valoon jollakin tai joillakin allaolevista tavoista laajentaaksesi tietoisuuttasi ja valmistautuaksesi matkaamaan sielutasolle kohtaamaan sielusi ja sulautumaan siihen.

1. Tervehdi Auringon Valoa tänään elävänä ja rakastavana Olentona. Anna siitä lähtevän valonsäteen saavuttaa sydämesi, jotta se heräisi.
2. Pyydä Auringon Valoa tueksesi ja luo ympärillesi valovaippa. Ympäröi itsesi Auringon Valolla koko päiväksi.
3. Kun tänään olet auringossa, tunne miten sen loiste kantaa mukanaan Auringon Valon hiukkasia. Kuvittele näiden Auringon Valon hiukkasten auttavan kehoasi kehittymään.
4. Hengitä sisään Auringon Valoa ja lähetä se uloshengityksesi myötä kehosi jokaisen solun DNA:han. Kuvittele, että muutat sisäistä elämänkoodiasi päästäksesi seuraavalle kehityksen tasolle.
5. Hengitä sisään Auringon Valoa tynnyttääksesi tunteesi. Lähetä Auringon Valoa uloshengityksesi myötä kaikille velloville, kielteisille tai kiihkeille tunteillesi. Jatka kunnes olosi tuntuu rauhalliselta.
6. Ympäröi kaikki epämiellyttävät ajatuksesi Auringon Valolla, kunnes ne muuttuvat valoksi. Ole sitkeä ja tee aina kyseisten ajatusten ilmetessä näin, kunnes niitä ei enää ole olemassa kuin valona.
7. Tarkkaile Auringon Valoa, kun se alati muuttuu yhä kauniimmaksi ja täydellisemmäksi valoksi. Huomaa, miten sinäkin muutut yhä kauniimmaksi ja täydellisemmäksi valoksi.

Sielun kohtaaminen

*Kutsut sieluasi Valaistuneiden Temppeleissä sielutasolla
ja se tulee luoksesi.*

*Sielusi paljastaa Hengen hohtavan valon,
kun matkaat kohti sielusi jalokiveä.*

Sinun on aika kohdata sielusi. Aloita asettumalla mukavasti, jotta voit rentoutua. Ajattele Auringon Valoa ja kuvittele sen lämpimien säteiden koskettavan sinua. Vedä syvään henkeä hengittäen sisääsi Auringon Valoa. Kuvittele Auringon Valon virtaavaan koko kehosi lävitse rentouttaen sen täysin. Jatka Auringon Valon hengittämistä, kunnes valo-vaippa ympäröi sinut kokonaan. Tyynnytä myös tunteesi Auringon Valolla. Hengitä Auringon Valoa ajatuksiisi ja kuvittele vanhojen, rajoittuneiden ajatusten hälvenevän uloshengityksesi myötä. Anna mielesi rauhoittua ja selkiytyä. Tunne, miten Auringon Valon säteet vetävät sinua ylös aina valomereen saakka. Leikittele hetki sielutasolla.

Sielutasolla on paikka, jota kutsun Valaistuneiden Temppeleiksi tai yksinkertaisesti vain Temppeleiksi. Se on paikka, jossa Valaistuneet, kuten Mestarit ja Valo-olennot, työskentelevät ihmiskunnan hyväksi. He auttavat ihmiskuntaa monin tavoin, esimerkiksi lähettämällä rakkautta, iloa, sopusointua, rauhaa ja toivoa. Tässä paikassa tulet tapaamaan sielusi ensi kerran, sillä se on helpompaa saatavilla olevan avun ansiosta.

Vaikka ehkä kuvitteletkin Temppeleissä olevan seinät ja huoneita, se rakentuu todellisuudessa valosta eikä sillä ole muotoa. Siellä ovat Olennot auttavat sinua näkemään tai aistimaan sen muotoina. Se voi joka kerran olla erilainen käydessäsi siellä, sillä se muotoutuu alati muuttuvista valokuvioista. Ehkä et koe sitä lainkaan paikkana; ehkä

koet sen vain valona tai tunnistat sen niistä rakkauden ja sisäisen rauhan tuntemuksista, joita sinulla on ajatellessasi sitä.

Olet tervetullut Temppeliin. Sielutasolla voit matkata mihin tahansa kuvittelemalla päämääräsi. Mene nyt tähän kauniiseen Temppeliin ajatuksesi ja aikeesi voimalla. Huomioi, miltä Temppeli näyttää tai tuntuu lähestyessäsi sitä. Kokeile kuvitella tai tuntea korkeimpien Olentojen rakkaudentäyteinen läsnäolo. Täällä voit olla tyyni ja rauhallinen, onnellinen ja vapaa. Täällä ihanassa paikassa olet turvassa ja sinua rakastetaan.

Kohtaa muiden sydänkeskuksiaan avaamaan tulleiden sielut.

Temppelissä Valo-olento tulee sinua vastaan ja johdattaa sinut keskelle valtavaa pihaa. Katsele ympärillesi ja huomaa muiden sielunsa kohtaamiseen valmistautuvien sielut. Tulet työskentelemään heidän kanssaan usein lukiessasi tätä kirjaa. Jotkut sieluista ovat ystäväsi tai rakkaimpiesi sieluja tai sellaisten ihmisten sieluja, jotka tulet tapaamaan tulevaisuudessasi. Monet ovat tämän kirjan lukijoita. Toisia sieluja et ehkä tapaa koskaan muuten kuin täällä sielutasolla. Sen lisäksi kylvät siemenen monelle ihanalle elämässäsi *myöhemmin ilmenevälle* uudelle ystävyysuhteelle. Tulet tavatessasi tunnistamaan nämä ihmiset välilänne vallitsevista hyvistä tuntemuksista. Monet heistä tulevat olemaan ystäviäsi, jotka ovat kiinnostuneet samoista asioista kuin sinä ja joiden elämänpolku on samantapainen kuin sinulla. Kaikki samassa kehityksen vaiheessa olevat saavat valtavasti voimaa toisistaan toimiessaan yhdessä. Lähetä nyt rakkautesi kaikille läsnäoleville. Huomaa, miten kauniita valokuvia voit saate yhdessä täällä sielutasolla aikaan.

Liity sinua auttavien Valo-olentojen seuraan.

Sielusi kohtaamisen seremonia on alkamassa. Koska seremonia tapahtuu ajattomalla sielutasolla, voit liittyä siihen koska tahansa, sillä se on aina käynnissä. Jokainen joukkoon liittyvä antaa kaikille lisää voimaa oman sielunsa kohtaamiseen.

Valaistuneet ovat pyytäneet Valo-olentoja olemaan paikalla, sillä heidän tehtävänsä on auttaa ihmisiä kohtaamaan sielunsa. Joukkoonne liittyy riveittäin Valo-olentoja, kunnes olette kokonaan heidän kauliini valonsa ympäröimiä. He auttavat teitä voimistamalla kutsua, jota olette lähettämässä sielulenne. He työskentelevät kanssanne vapaasta tahdostaan ja ovat aina paikalla, kun pyydät heidän apuaan. Joukkoonne liittyy vielä monia muitakin Valo-olentoja. Tunne heidän rakautensa ja ilonsa, kun he saavat auttaa sinua tällä tärkeällä hetkellä. Jos haluat heidän auttavan sinua sielusi esiinkutsumisessa, pyydä sitä nyt.

Sinun on nyt aika kutsua sielusi luoksesi. Tämä on tärkeä hetki sielullesi. Sielusi on odottanut, että saavuttaisit tämän tason, jolla voit tietoisesti saada siihen yhteyden. Yhtyessäsi sieluusi annat sille sen voiman ja energian, minkä se tarvitsee päästäkseen seuraavalle kehityksen tasolle. Se on tähän asti ollut syvässä mietiskelyn tilassa, huomio kiinnittyneenä korkeampiin maailmoihin. Se on odottanut, että tulisit siitä tietoiseksi. Kun saat yhteyden sieluusi, sinuun kohdistuu enemmän sieluenergiaa.

Tuota ääntä, joka kutsuu sielusi luoksesi.

Voit kutsua sieluasi päästämällä sisäistä ääntä tai säveltä. Jokin osa sinussa tietää tarkalleen, miten se tapahtuu. Olet tuottanut tätä sisäistä säveltä aiemminkin, kun olet tarvinnut lisää kestävyyttä, viisautta rakautta tai apua. Tällöin sielusi on tullut luoksesi ja sulauttanut oman valonsa sinun valoosi lisätäkseen tietämystäsi, kestävyyttäsi ja rohkeutasi. Nyt kutsut sieluasi tietoisesti. Olet pyytämässä, että sielusi tulisi pysyväksi osaksi tietoisuuttasi ja että se ankkuroituisi arkielämäsi tiukemmin.

Etsi nyt sisältäsi ääni, jolla voit kutsua sieluasi. Tämä ääni kantaa mukanaan aikomustasi ja kertoo sielullesi: »Olen valmis.» Ääni voi olla tuntemus, sävel tai millainen tahansa muu ääni. Tuota tätä ääntä sisäisesti tai ulkoisesti. Voit harjoitella »om»-äänteellä. Ei ole olemassa mitään oikeaa tai väärää tapaa kutsua sieluaan, joten älä murehdi sitä, onko valitsemasi ääni juuri oikea. Valo-olennot auttavat sinua vahvistamaan kutsusi ääntä. Sielusi kyllä tietää, että aiot kohdata sen. Se kuulee kutsusi ja saapuu paikalle.

Kun sielusi kuulee kutsusi, se vastaa siihen muuttumalla sinulle näkyväksi. Katso, miten se lähestyy sinua. Se näyttää ehkä lähestyvän sinua jostakin kaukaa, kunnes se on aivan edessäsi. Ole kiitollinen tästä voimakkaasta hetkestä. Tunne energianpurkaus ja syvä yhteys, kun sielusi keskittää huomionsa sinuun. Se on hyvin mielissään siitä, että olet kutsunut sitä ja että olet valmis yhteyteen sen kanssa.

Huomaa, miten voimakas, suurenmoinen ja kaunis sielusi on. Se on osa sinua! Sielusi on hieno, ihana, jumalallinen olento. Se rakastaa sinua valtavasti. Lähetä sielullesi oma rakkautesi ja avaudu vastaanottaman sen tarjoama rakkaus.

Tervehdi sieluasi elävänä rakkauden, viisauden ja älyn ilmentymänä.

Huomioi kaikki mahdollinen sielustasi. Huomaa kaikenlaiset valojen ja värien muodot. Aisti sielustasi kaikki mitä voit, vaikka sinusta tuntuisikin siltä, että vain luot sen mielessäsi. Tai ehket tunne tai näe mitään. Sielusi voi työskennellä kanssasi, tiedostitpa sen tai et.

Kuvittele sielusi suureksi, säteileväksi valopalloksi. Sen keskellä on loistava, terälehtien verhoama valo. Terälehtiä on kaksitoista neljässä kolmen lehden rivissä. Ne eivät oikeastaan ole terälehtiä vaan energia-pyörteitä, jotka ympäröivät ja verhoavat loistavan valon. Sielusi keskellä oleva valo on kuin hohtava jalokivi. Se on sielusi elämän lähde, sen ydin, sen Henki. Sielusi kehittyessä terälehdet valon ympärillä tulevat heijastamaan kaikkia sateenkaaren värejä. Kun saavutat tietyn henkisen kehityksen tason, terälehdet avautuvat täysin paljastaen loistavan valon kokonaisuudessaan.

Kun nyt olet kutsunut sielusi esiin, se päästää tietoisuutesi jalokiveensä. Sielusi tekee terälehdistä läpinäkyvämpiä paljastaen loistavan, kauniinhohtavan valon, joka suorastaan säkenöi. Tarkkaile sielusi keskellä olevaa jalokiveä sisäisillä silmilläsi. Näe, miten siitä virtaa valoa ja voimaa. Alkuun näet valon ehkä vain väläykseltä. Mutta aina ajattellessi sitä huomaat, että kykenet näkemään, aistimaan tai tuntemaan sen paremmin.

Voit kuvitella itsesi pikkuruiseksi olenoksi tarkastelemassa jättimäistä valoa. Voit lähettää tietoisuutesi yhä syvemmälle sielusi jalokiveen mielesi voimalla. Valolla ei ole loppua, sillä matkaat kohti ikui-

suutta. Olet sulautumassa Alkulähteeseen, Henkeen. Matkatessasi sielusi jalokiveen voit huomata laajenevasi korkeampaan tietoisuuden tilaan. Huomaat, miten ääretön, ajan ja paikan ulottumattomissa oleva maailma kannattelee sinua.

Siirrä tietoisuutesi sielusi jalokiveen muuntaaksesi tietoisuutesi tilaa.

Kun tietoisuutesi on kokonaisuudessaan sielusi jalokivessä, koet niin syvän rauhan, ettet voi muuta kuin pidellä siitä hetken kiinni. Kylvä hohtavan valon tyyneydessä. Anna sen soljua lävitse. Tällä Hengen valolla on mahti muuttaa sinut kaikilla tasoilla. Tarkastellessasi sielusi keskellä olevaa hohtavaa valoa mielesi selkiytyy. Se liittää sinut ydin-olemukseesi. Tule yhdeksi sielusi jalokiven kanssa niin usein kuin haluat. Joka kerran ajatellessasi sitä tai aistiessasi tai tuntiessasi sen, muunnat tietoisuutesi tilaa.

Olet nyt kohdannut sielusi ja sopusoinnuttanut itsesi Hengen valoon. Sielusi alkaa työskennellä kanssasi tarmokkaammin, kun itse alat työskennellä tarmokkaammin sen kanssa. Lopeta kiittämällä kaikkia sinua auttaneita Valo-olentoja. Aina kun tarvitset apua sielusi kutsumisessa esiin, voit pyytää sitä Valo-olentoilta, ja he auttavat sinua varmasti.

Sielun kohtaaminen

Sielutehtävä

Valitse alla olevasta listasta jokin harjoitus ja leikittele päivän ajan sillä harjaannuttaaksesi kykyäsi kohdata ja aistia sielusi.

1. Tutki tarkemmin Valaistuneiden Temppeliä. Käy siellä ainakin keran ja ime itseesi siellä vallitseva rauha, rakkaus ja ilo.
2. Liity uudestaan Temppelissä tapaamiesi sielujen seuraan. Tunne, miten he ovat ilahtuneita läsnäolostasi. Ota heidän lämpimät tervehdyksensä vastaan. Lähetä heille rakkautta ja ota vastaan heidän rakkautensa. Tunne, millainen rakkaus ja valo on läsnä, kun muodostat yhteyden toisiin tällä tavoin. Yhteistyö edistää jokaisen kykyä kohdata sieluunsa.
3. Harjoittele sielusi kutsumista esiin. Tuota sisäistä ääntä tai ulkoista »om»-ääntä. Pyydä Valo-olentoja antamaan kutsullesi lisää voimaa. Opi yhä voimakkaammin luottamaan kykyysi kutsua sielusi esiin ja saada se näyttäytymään.
4. Kutsu sielusi esiin ja tervehdi sitä elävänä, rakastavana olentona. Avaudu ottamaan sen tarjoama rakkaus vastaan. Anna sille oma rakkautesi.
5. Kohtaa sielusi ja huomioi tai aisti siitä kaikki mahdollinen. Tarkkaille sen valoa, aisti sen läsnäolo ja tunne sen sädehtimä rakkaus.
6. Tunne sielusi loistava jalokivi. Mene mielikuvituksesi avulla tämän jalokiven sisään ja tunne siellä vallitseva rauha ja tyyneys. Anna tyyneyden läpäistä koko olemuksesi.
7. Matkaa sielusi jalokiveen ja ime sen energiaa itseesi. Lataa itsesi yhtymällä Henkeen, ydinolemukseesi.

Sieluun sulautuminen

*Sielusi lähettää valonsa, rakkautensa
ja tahtonsa persoonallesi.
Tunnet itsesi sielunasi.*

Olet nyt tavannut sielusi ja valmis sulautumaan siihen. Asetu mukavasti niin, että kykenet rentoutumaan. Ajattele Auringon Valoa ja pyydä sitä ympäröimään kehosi valovaipalla. Hengitä Auringon Valoa sisään ja tyyntytä tunteesi. Valaise myös ajatuksesi Auringon Valolla ja näe, miten ne muuttuvat valoksi. Hengitä nyt Auringon Valoa ulos ja anna kaikkien vanhojen, raskaiden tai rajoittuneiden ajatusten mennä uloshengityksesi myötä. Mieleesi muuttuu hiljaiseksi ja tyyneksi. Matkaa nyt kevyesti sielutasolle, kunnes olet valomeressä ja näet kauniin Auringon Valon sädehtivän yllesi.

Ajattele nyt Valaistuneiden Temppeliä, kunnes koet olevasi siellä. Se voi joko näyttää samalta kuin viimeksi siellä käydessäsi tai se voi olla erilainen. Tunne rauha ja rakkaus kaikkialla ympärilläsi. Huomioi herkkä tuulenvire ihollasi. Näe kauneus ympärilläsi. Haista kukkien tuoksu. Tee mielikuvastasi niin todellinen kuin kykenet.

Sinua odotetaan. Valo-olento tulee sinua vastaan ja johdattaa sinut keskelle pihaa, jossa jo aiemmin olet ollut. Sinulle ja kaikille muille valmistautuneille on suunniteltu sieluunsulautumisseremonia. Tervehdi muita läsnäolijoita. Tunne, miten he rakastavat sinua ja hyväksyvät sinut. Huomaa, millainen ykseys ja yhteinen tarkoitus teillä kaikilla on, sillä olette kaikki sulautumassa sieluunne.

Monet Valo-olennot ovat tulleet avustamaan sinua. Näe, miten korkeammilta valotasoilta saapuu riveittäin Valo-olentoja. Ilma täyttyy jälleen sädehtivän hohtavasta valosta, ja Auringon Valo lankeaa kaiken

ylle. Olennot, jotka voivat auttaa sinua saamaan yhteyden sieluusi, ovat jälleen läsnä. Sen lisäksi paikalla on toinen joukko Valo-olentoja, jotka auttavat persoonasi sulautumaan sieluusi. Voit pyytää heitä avukseksi aina, kun koet karttavasi sieluasi tai kun haluat yhtyä siihen tietoisemmin.

Sinun on nyt aika saada yhteys sieluusi. Kutsu sitä tuottamalla sielusi ääntä tai säveltä. Voit pyytää Valo-olentoja vahvistamaan tuottamaasi ääntä. Hiljennä mielesi ja hengitä syvään. Anna tuottamasi äänen kutsua sielusi paikalle.

Sielusi läsnäolo on kuin enkelin kosketus.

Sielusi kuulee kutsusi ja tulee lähemmäs. Kuvittele sen hohtavan valon lähestyvän sinua kunnes se on aivan edessäsi. Tunne sen rauhallinen, rakkaudentäyteinen läsnäolo. Tunne, miten se ottaa sinut avosylin vastaan ja miten se rakastaa sinua. Tunne on niin ihana, että haluat sulautua sieluusi. Kun sielusi aloittaa sulautumisen persoonasi, se kysyy sinulta vielä: »Oletko valmis sulautumaan minuun?» Varmistu siitä, että olet tosiaan valmis tähän, ennen kuin otat seuraavan askeleen. Vaikka sielusi on aina ollut osa sinua, se ei ole sulautunut sinuun tällä tavoin aiemmin. Sielusi energia on niin voimakas, että se muuttaa elämäsi yhtyessään persoonasi energiaan. Ellet koe olevasi valmis sulautumiseen, työstä alempia persooniasi, kunnes saatat vastata: »Nyt olen valmis.»

Kun olet valmis, sielusi lähestyy sinua. Se alkaa kunnioittavasti ja varovasti ympäröidä sinua. Anna sielusi valokehän sulkea kehosi sisäänsä ja sen valoa hohtavan jalokiven ympäröidä sydänkeskuksesi. Sulje nyt silmäsi ja keskity hetkeksi kokemaan sulautuminen mahdollisimman syvästi. Tunne, miten valo ympäröi sinut kaikkialta. Kuvittele valojen leikkiä kaikkialla ympärilläsi. Valitse jokin valokuvio ja »upotaudu» siihen. Tunne, miten muutut sielusi valoksi, sillä sielusi on valosta punottu.

*Anna sielusi korkeampitaajuisten valon sulautua
persoonasi valoon.*

Anna sielusi tulla lähemmäs sinua joka henkäyksellä ja avaudu sen valolle. Kuvittele, miten sielusi valo sulautuu persoonasi valoon. Saatat aluksi tuntea hieman vastustusta, sillä sielusi valo ja persoonasi valo värähtelevät eri taajuuksilla. Sulautumisen jatkuessa alat sädehtiä sielusi valoa. Pyydä avuksesi niitä Valo-olentoja, jotka kykenevät auttamaan persoonaasi sulautumaan sieluusi, jotta se tapahtuisi mahdollisimman mukavasti ja kitkattomasti.

Tunne sielusi valo yhä voimakkaammin sen virratessa sinuun. Anna sielusi valon ja voiman virrata lävitseesi. Ennen kuin jatkat, pysähdy hetkeksi aistimaan sielusi voima sen virratessa lävitseesi. Avaudu ottamaan sielultasi vastaan voima, joka parhaiten auttaa sinua saavuttamaan uuden valon tason.

Tunne, miten sielusi valaisee polkusi.

Tunne, miten sielusi valo ja voima sykkii lävitseesi. Kuvittele valon olevan niin voimakas, että se valaisee jatkuvasti tietäsi eteenpäin. Se näyttää sinulle kaikkialla ympärilläsi, sinussa itsessäsi ja kaikissa muissa olevan valon. Tunne, miten sielusi valo valaisee korkeimman polkusi kirkastaen kaiken ympärilläsi. Anna sielusi valon virrata mieleesi. Anna sielusi tuoda sinulle uusia ajatuksia, ideoita ja innostusta.

Sielusi puhdistaa kaiken, mihin se koskee. Kylpiessäsi sielusi puhdistavassa valossa kaikki alemmat voimat sisälläsi jalostuvat korkeammiksi muodoikseen. Tunne sielusi voima, kun sen puhdistava valo virtaa lävitseesi. Ime sielusi valo kehosi jokaiseen soluun ja atomiin. Kuvittele jokaisen solusi ja atomisi keskelle pienen pieni valo, joka alkaa sädehtiä sielusi kirkasta valoa.

Anna sielusi rakkauden virrata lävitseesi, jotta oppisit tuntemaan sen ja ilmentämään sitä. Tunne, miten perimmäinen sielun rakkaus virtaa sydänkeskukseesi. Imemällä itseesi sielusi rakkautta kykenet itsekkin rakastamaan avarammin. Koe sielusi ilo ja onni, sen rauha ja tyyneys.

Sielusi on ääretön eikä sillä ole rajoja. Se on luova ja älykäs. Sielusi voi tuoda elämäsi valtavasti enemmän kuin kykenet edes kuvittelemaan. Se voi kohottaa sinut korkeampiin maailmoihin laajentaen näin kykyäsi ajatella ja luoda. Pysähdy nyt hetkeksi imemään sielusi laajeneva energia itseesi, jotta voit päästää irti rajoituksistasi ja tuntea rajattomat mahdollisuutesi.

Sielusi on sopusoinnussa Korkeamman Tahdon kanssa. Se tuntee elämäsi korkeamman tarkoituksen. Voit saada tämän tiedon osaksesi aina, kun yhdyt sieluusi. Pyydä sielusi tahtoa virtaamaan lävitseesi ja paljastamaan sinulle enemmän elämäsi korkeammasta tarkoituksesta.

Katsele itseäsi sielusi silmin. Näe, miten kaunis olet.

Anna tietoisuutesi laajeta sielusi tasolle, ikään kuin muuttuisit sielukseksi. Voit kuvitella kasvavasi yhä suuremmaksi, kun tietoisuutesi laajenee kohti sielusi »kehoa». Laajene sielusi tietoisuuteen, kunnes kykenet aistimaan elämän sielusi näkökulmasta. Et ehkä huomaa mitään eroa, tai ehkä havaitset joitakin hienovaraisia muutoksia. Tarkkaile nyt sielunasi itseäsi ja elämääsi. Sielusi näkee aina kauneuden, täydellisyyden ja rakkauden. Huomaa, miten kaunis olet, kun tarkkailet itseäsi sielusi silmin.

Sinä teit sen! Olet sulautunut sieluusi. Tunsitpa tämän yhteyden tai ei, sielusi on alkanut työskennellä kanssasi uusin, ihmeellisin tavoin. Kiitä Valo-olentoja heidän tuestaan ja kaikista lahjoista, joita olet heiltä saanut.

Sinun on ehkä hyvä kerrata edelliset vaiheet muutaman kerran, jotta saisit selkeämmän tunteen siitä, miltä tuntuu muuttua sielukseen. On tapahtunut enemmän kuin ehkä arvaatkaan. Olet kylvänyt monta uutta siementä. Monet ihmeelliset muutokset voivat tulla elämääsi. Ne saattavat aluksi olla lähes huomaamattomia, mutta niitä alkaa tapahtua.

Sieluun sulautuminen

Sielutehtävä

Valitse alla olevasta luettelosta jokin sielun ominaisuus, jota haluat kokea. Anna valitsemasi ominaisuuden virrata lävitseesi yhtyessäsi sieluusi.

- **Läsnäolo.** Jos tunnet olosi yksinäiseksi, väsyneeksi, uupuneeksi tai jos koet, ettei voimasi riitä kaikkiin töihin, sulaudu sieluusi ja tule tietoiseksi sen parantavasta, rakkaudentäyteisestä läsnäolosta.
- **Rakkaus.** Jos arvostelet ajatuksissasi itseäsi tai muita tai jos haluat tuntea enemmän rakkautta ja myötätuntoa, pyydä sieluasi täyttämään sinut sen rakkaudella.
- **Valo.** Kun haluat nähdä korkeamman polkusi tai valinnanmahdollisuutesi selkeämmin tai kun haluat tuoda valon johonkin tilanteeseen, pyydä sielusi valoa valaisemaan tiesi.
- **Puhtaus.** Jos haluat päästää irti vanhoista muodoista, vapautua alemmista voimista tai kohottaa värähtelytasoasi, avaudu sielusi puhdistavalle voimalle.
- **Laajeneminen.** Kun haluat ajatella avarammin tai tuntea keveämpiä tunteita tai kun haluat avautua uusille oivalluksille, anna sielusi laajuuden virrata lävitseesi.
- **Tahto.** Ennen kuin teet jonkin tärkeän päätöksen tai ennen kuin annat tai neuvot muita, anna sielusi tahdon virrata lävitseesi ja saattaa sinut sopusointuun Korkeamman Tahdon kanssa.
- **Ilo.** Aina kun tunnet olosi uupuneeksi, väsyneeksi, masentuneeksi tai voimattomaksi, pysähdy ja sulaudu sieluusi. Anna sen ilon virrata lävitseesi. Tuota sielusi ilon ääntä arkiaskareidesi keskellä.