

# Duchowa rEwolucja

Atman

Jak poprzez **ROZWÓJ**  
**duchowy** osiągnąć  
**szczęście**, żyjąc  
**mądrzej i bardziej**  
**świadomie?**

ZŁOTE  
MYSLI



Niniejszy ebook jest **własnością prywatną**.

**Niniejsza publikacja, ani żadna jej część, nie może być kopiowana, ani w jakikolwiek inny sposób reprodukowana, powielana, ani odczytywana w środkach publicznego przekazu bez pisemnej zgody wydawcy. Zabrania się jej publicznego udostępniania w Internecie, oraz odsprzedaży zgodnie z [regulaminem Wydawnictwa Złote Myśli](#).**

© Copyright for Polish edition by [ZloteMysli.pl](http://ZloteMysli.pl)

Data: 21.11.2007

Tytuł: Duchowa rEwolucja

Autor: Atman

Wydanie II

ISBN: 978-83-7582-035-5

Projekt okładki: Marzena Osuchowicz

Korekta: Mateusz Chłodnicki

Skład: Teresa Kopp

Internetowe Wydawnictwo Złote Myśli

Złote Myśli Sp. z o. o.

ul. Daszyńskiego 5

44-100 Gliwice

WWW: [www.ZloteMysli.pl](http://www.ZloteMysli.pl)

EMAIL: [kontakt@zlotemysli.pl](mailto:kontakt@zlotemysli.pl)

**Wszelkie prawa zastrzeżone.**

**All rights reserved.**

## SPIS TREŚCI

<u>Wstęp albo prolog</u> .....	5
<u>Moje początki</u> .....	6
<u>Wegetarianizm</u> .....	12
<u>Jezus</u> .....	17
<u>Sai Baba</u> .....	39
<u>Karma i reinkarnacja</u> .....	54
<u>Cel rozwoju duchowego</u> .....	64
<u>Oświecenie</u> .....	73
<u>Moje praktyki</u> .....	75
<u>Medytacja kromki</u> .....	87
<u>(Nie)omylny Nauczyciel</u> .....	89
<u>Leszek Żądło</u> .....	101
<u>Basia Mieloch</u> .....	105
<u>JAGADGURU SHREE KRIPALUJI MAHARAJ</u> .....	107
<u>Bóg jest niewierzący</u> .....	109
<u>Bóg</u> .....	128
<u>ERD - Etap Rozwoju Duchowego</u> .....	133
<u>Badanie rozwoju czakr</u> .....	137
<u>Duchowa huśtawka</u> .....	140
<u>Reiki</u> .....	155
<u>Jest tylko jeden</u> .....	158
<u>Kiedy Boga nie ma</u> .....	164
<u>Bezinteresowność</u> .....	171
<u>Mistyka Kubusia</u> .....	175
<u>Odnajduj Prawdę</u> .....	183
<u>Intencje</u> .....	204
<u>Współczucie</u> .....	209
<u>Podstawy huny</u> .....	214
<u>Rok 2012</u> .....	218
<u>Krija Joga</u> .....	219
<u>Zmiana</u> .....	222
<u>Najczęstsze błędy</u> .....	233
<u>Źródło szczęścia i miłości</u> .....	238
<u>Życzliwość</u> .....	242
<u>Szczęście</u> .....	246
<u>Sedno sedna</u> .....	248
<u>Epilog, czyli słowo na zakończenie</u> .....	251
<u>Notka o autorze</u> .....	254
<u>Książki, które polecam</u> .....	258

*„i poznacie prawdę, a prawda was wyzwoli”*

Dedykuję tę książkę wszystkim duszom,  
które miały w sobie odwagę,  
aby postąpić krok dalej niż inni  
w celu zbliżenia się do poznania prawdy.

Ta książka jest skrzydłem, które Ci daję, drugie wypracuj sam

**Atman** [atman9@tlen.pl](mailto:atman9@tlen.pl)

**WWW:** <http://atman9.w.interia.pl> / [www.atman.za.pl](http://www.atman.za.pl)

## Wstęp albo prolog

Zabieram Cię teraz w podróż. Jest to podróż szlakiem moich przeżyć, przemyśleń i ćwiczeń na drodze do poznania samego siebie. Niektórzy nazywają to rozwojem wewnętrznym, inni duchowym, a jeszcze inni poszerzaniem świadomości.

Każdy kiedyś wyrusza w tę podróż. A podróż jak to podróż. Czasem jest miła, przyjemna i bogata w radosne przeżycia. Czasem chce się płakać. Jak było u mnie? Co zrozumiałem i odkryłem? Gdzie jestem teraz i co Ci proponuję? Co uważam za wartościowe? Z kim i czym się spotkałem? O tym dowiesz się, gdy przeczytasz to, co poniżej napisałem. Być może idziesz podobną ścieżką i ugruntowujesz się w tym, że dobrze wybrałeś. A może zwyczajnie lubisz czytać. Możesz czytać od początku, czyli „po bożemu”, możesz również przejść do któregoś z rozdziałów. Zaufaj intuicji.

## Moje początki

Zacząło się to kilka lat temu. Pewnego dnia, gdy usiadłem, aby się zastanowić nad swoim życiem, zauważyłem, że wokół mnie skrzeczy przeciętność. Pędzę nie wiedzieć gdzie i po co. Jestem trybem w maszynie wszechświata, który kiedyś został ustawiony w pewnym miejscu. A potem te same ranki, te same autobusy do pracy, te same powroty i te same próby wydobywania się z tego marazmu. Wokół mnie ludzie jeździli pięknymi samochodami, mieszkali w domach, jeździli na wakacje do Grecji czy Hiszpanii. Ja jakoś nie. Jedyne, co miałem, to siebie, małe jednopokojowe mieszkanie i poczucie, że mam dość takiego życia.

Oczywiście lubiłem naturę, wspaniałe chwile, kiedy mogłem bez troski czerpać przyjemność z życia. Najbardziej lubiłem żeglować po czystych jeziorach Mazur. Ale przeważnie przydałoby się towarzystwo do pomocy przy sterowaniu żaglówką. A ludzie, z którymi kiedyś jeździłem, powoli jakby wykruszali się z mojego życia. Odchodzili zajęci sobą i swoimi sprawami. A mi coraz mniej chciało się mówić z nimi o niczym. Czulem, że nie ma pomiędzy mną a wielu z nich tej sympatii, pokrewieństwa dusz czy też podobnych celów i przyjemności.

Takie chwile obcowania z naturą dawały mi wytchnienie, ale po nich wracałem do swojego normalnego życia. Czy to było normalne życie? Chyba nie. Za mało zarabiałem i nie było mnie stać na samochód, dom i przyjemne, wygodne życie. Po co tak pracować? Zarabiałem na opłaty, przeżycie i mogłem sobie kupić jakąś książkę? Czy takie życie może uszczęśliwiać? Życie szaraka, przeciętniaka. Miałem

tego już dość. Pracy, która nie satysfakcjonuje, życia przeżywanego byle jak i ograniczeń finansowych. Chciałem coś zmienić. Ale jak?

Od zawsze interesowało mnie to, co niewyjaśnione, zagadkowe. Czytałem o kulturze wschodu, joginach siedzących miesiącami w jednej pozycji medytacyjnej czy potrafiących czynić cuda. Tak chyba jest, że interesuje nas to, co jest gdzieś daleko, gdzieś tam, jakby tylko tam hen mógł być raj, gdzie ludzie się lubią i szanują i jest zawsze pokój a w sercach miłość.

Tak po prostu miałem dość oglądania polityków, którzy jednego dnia wprowadzali jakąś ustawę, aby w dwa tygodnie po licznych protestach, stwierdzić, że propozycja była szkodliwa dla kraju. A ja się pytam, kto zapłaci za koszty społeczne, za nerwy ludzi, którzy musieli uzmysłwić tym zabieraczom czasu, że jedyne co robią, to zamieszanie. Ile tak można? Ile można patrzeć na wprowadzanie prawa, którego jedynym zadaniem jest obrona praw bogatych i uniemożliwienie biednym, przeciętnym obywatelom korzystania z sądu. Ile? W końcu ma się dość. Po prostu ta fala wezbranej głupoty jest za duża i zalewa nas. Zalewa, dlatego jesteśmy zalani. Zalani informacjami, które szkodzą, zalani emocjami, które szkodzą, zalani produktami i otoczeniem, które szkodzi. Gdzie jest normalność? Czym jest normalność? Jak powinien, jak może wyglądać ten świat? Jak by wyglądał, gdyby ludzie byli naprawdę uczciwi, a nie tylko to deklarowali? Co by było, gdyby ludzie stali się naprawdę dobrzy i uczciwi, uczynni i nie brali łapówek przez jeden dzień, potem przez dwa dni, a potem trzy? Może spodobałoby im się i doszliby do 366 dni uczciwości w latach przestępnych. Lata przestępne bez przestępstw, to by dopiero było. Jak by to było, gdyby ludzie nie robili dla pieniędzy tego, o czym dobrze wiedzą, że szkodzi i im i innym, a także przyrodzie?

Spostrzegłem również destrukcyjną funkcję spotkań towarzyskich. Mówiło się głównie o tym, jak jest źle, co kogo boli i żeby to wszystko szlag trafił. Każdy bał się o swoją pracę i co do garnka włoży. Byliśmy wszyscy ujarzmieni przez system, którego byliśmy częścią. System nas zjadał, nie pozwalał na rozkwit, rozwój naszej duszy. Pod względem duchowym byliśmy martwi. Czułem się jak bym nie żył. Byłem postacią z kreskówki, która bierze udział w jakichś wydarzeniach, ale sama się w nie nie angażuje. Jest gdzie indziej i co trochę się rozgląda, aby zobaczyć swoje otoczenie i nie wie, co spowodowało, że jest dokładnie tu, gdzie jest oraz co ona tu robi.

Jechałem tramwajem i czułem się jak w filmie. Oto przede mną obraz ludzi, mogę podejść i nawet porozmawiać z którąś z postaci. Ciekawe to było.

Zacząłem postrzegać, że upodabniamy się do siebie, a że nie byliśmy jakimiś najlepszymi wzorcami, z którymi chciałbym się utożsamiać, postanowiłem czym prędzej coś zmienić, zanim będzie za późno i stanę się tak podobny do swego otoczenia, że już nie będę się w stanie od niego wyróżnić, ani rozpoznać samego siebie.

„Poznaj samego siebie” tak mówił Sokrates, podobno mądry gość. Taki napis wisiał chyba również nad miejscem, gdzie wróżono przyszłość w Tebach.

### **Tylko jak to zrobić, aby poznać siebie?**

Odkąd pamiętam to zawsze szkoła przypominała mi antypoznawanie siebie. Poznawaliśmy to, co ktoś napisał i jeśli odpowiedzieliśmy tak jak spodziewał się nauczyciel i według tego, co było w podręczniku, to byliśmy chwaleni. Gdzie tu miejsce na myślenie? Ba czasem nawet nie starczało czasu na refleksję, że jest tak dużo materiału i nie ma czasu na to, by się nad sobą zastanowić. Może dlatego ten świat

tak wygląda, że ludziom nie daje się czasu na to, aby spokojnie usiedli i się nad sobą zastanowili. Chciałem poznać siebie, swoje wnętrze, możliwości i przyszłość. A kto zna przyszłość, jak nie astrologowie, wróżki i jasnovidze? Odwiedziłem kilku z nich – jedni stawiali przede mną karty, inni patrzyli mi w oczy, albo na dłoń. Mówili o mojej przeszłości, czasem nawet zadziwiająco blisko. Osoba zajmująca się numerologią powiedziała mi o moim portrecie numerologicznym. Nagrała mi kasetę. Część to ciekawe uwagi na temat życia, moich cech. Chyba warto coś takiego usłyszeć. W każdym razie odsłuchiwałem kilka razy i starałem się wyciągnąć jakieś wartościowe dla mnie wskazówki. Numerolog zaproponował mi również kupienie książki Josepha Murphy „Potęga podświadomości”. Książka ciekawa, sugestywna i pełna mocy. Towarzyszyła mi przez wiele lat, choć przyznam, że nie przeczytałem jej od razu. Widać musiała swoje odleżeć. Czasem tak jest, że dopiero dorastamy do wiedzy i mądrości, która jest w zasięgu ręki.

Potem odwiedziłem znaną jasnovidz, która powiedziała mi kilka uwag na temat mnie oraz tego, jak będzie wyglądać moje życie osobiste. Wyszedłem od niej uradowany, bo wtedy tak sobie wyobrażałem szczęście. Ale na szczęście nic z tego się nie zrealizowało. Teraz wiem, że osoby, które rozwijają się, zmieniają swoje poglądy na lepsze, uwalniają od ograniczeń, relaksują i szukają w sobie dobra, zmieniają swoją „przyszłość”. Jedyne, co można zobaczyć u nich, jeśli ktoś ma zdolności jasnowiedzenia przyczynowego, to załączki przyszłości, czyli możliwości, z których taka osoba może, ale nie musi skorzystać. Często jednak „jasnovidz” widzi tylko myślokształty, które otaczają daną osobę, a te zawsze można zmienić bardzo szybko na inne, o ile ktoś wie, jak to się robi i ma na tyle determinacji, aby to uczynić. Po co szedłem do tych wróżek, astrologów i jasnovidzów? Aby poznać prawdę o sobie, aby oni mi powiedzieli, kim jestem, co będę robił i gdzie się znajdę w przyszłości. Był to okres, gdy prawdy o sobie

szukałem na zewnątrz siebie. Chyba większość chcących poznać samego siebie, a potem podążających duchową ścieżką samorozwoju, przeszła przez ten etap. Wtedy chcemy widzieć cuda w rodzaju głowy Jezusa rosnącej jako grzyb na drzewie, chcemy krwawych łez płynących z figurki i kosmitów lądujących u nas na podwórku. Oglądamy materiały o Yeti, wielkiej stopie, zaginionych cywilizacjach, Egipcie, Atlantydzie i Majach. Fascynuje nas ich wiedza i kultura. No bo jak wytłumaczyć, że małe plemię Dogonów, bez współczesnej wiedzy astronomicznej przekazywało w swoich legendach, że przylecieli z gwiazd oraz wskazywali dokładnie na Syriusza, mówiąc, iż składa się z dwóch części, a niektórzy badacze ich kultury wspominają, że z trzech. Dziś te informacje są faktami. Astronomowie dojrzeli Syriusza A i B oraz wyliczyli, że jest tam również mały Syriusz C.

Wszyscy w tym okresie szukania sensacji i odkrywania tajemnic fascynujemy się piramidami w Egipcie, posągami z Wysp Wielkanocnych i Stonehenge. Chcemy dowiedzieć się, co starożytne kultury tam robiły, po co je budowali i jakie mają znaczenie. Od wielu lat trwają badania piramid. Odkrywane są kolejne fakty na temat powiązania jej kształtu i wymiaru z astronomią. Są setki książek mówiących o energiach piramid, wzmacnianiu przez nie energii, ostrzeżeniu żyletek no i oczywiście o legendarnych skarbach. Filmy z serii „Indiana Jones” fascynują i rozbudzają wyobraźnię. Podróżujemy wraz z bohaterami to do dżungli Ameryki Północnej, to do Indii i odkrywamy skarby. W jednym z odcinków bohater odnajduje Arkę Przymierza. Wielu twierdzi, że znajduje się ona do dzisiaj w podziemiach kościoła w Sudanie. Ale jakoś nikt jej nie wydobył. Podobno dlatego, że strzeże jej tajne stowarzyszenie, które nie dopuszcza nikogo do skarbu. Chłonałem te wszystkie informacje z wypiekami na twarzy. Chciałem odkryć skarby, prawdę o wszechświecie i żyć pełnią życia. Oglądałem program „Nie do wiary”, czytałem „Wróżkę”, „Nie

z tej ziemi”, „Nieznany Świat”, „Czwarty wymiar” i inne. Zaczytywałem się o energiach, kolorach i wibracjach, wpływie esencji kwiatowych i kamieni szlachetnych na człowieka, jodze i kontaktach ze światem duchowym.

Czytałem również złowieszcze przepowiednie o tym, co będzie w przyszłości na ziemi, jakie zmiany geograficzne i polityczne. Krążyło to w postaci „przepowiedni fatimskich”, choć jak się niedawno okazało, te przepowiednie fatimskie, to jeden wielki bluff. Oficjalna publikacja, która po latach ukazała się drukiem nie zawierała niczego sensownego. Nie było tam żadnej tajemnicy. Po co kościół ukrywał to przez wiele lat? Może jednak nie ujrzeliśmy pełnego przekazu, tylko jakiś jego fragment.

To był jednak okres, kiedy traktowałem te sprawy zupełnie oddzielnie od siebie. Były niezwykle fascynujące, piękne lub przerażające czasem, ale jakoś nie czułem wtedy potrzeby, aby samemu spróbować czy dotknąć to, o czym tam piszą. Moją wyobraźnię pobudzały relacje o osobach, które żyły ponad 200 lat, ale jakoś nie chciałem oddychać tak jak oni, jeść tak jak oni czy nawet mieszkać tam, gdzie oni. To było jak oglądanie obrazów czy dzieł sztuki. Nie byłem tego częścią. Nie angażowałem się.