

## ~IZKUSTVO PRANOJEDSTVA~

Odlomki iz prihajajoče knjige dr. Mire Omerzel - Mirit z naslovom

»KOZMIČNA TELEPATIJA ONKRAJ MISLI IN ZVOKA«  
*prebujenje v razsvetljeno kozmično zavest – med osebno izkušnjo  
in duhovnimi tradicijami ljudstev sveta.*



Slovenska pripovedka o nastanku plodne zemlje pripoveduje, da so si naši davni predniki, imenovani ajdje, pripovedovali, da je bila zemlja spočetka pusta - povsod sama skala. Rodila ni nič, pa saj tudi ni bilo treba, da bi rodila kaj za živež. Med ljudmi naj bi stanoval Bog sam z duhom in telesom in jih hranil z nebeško mano. Toda ljudje so bili nesrečni, ker so se bali božje mogočnosti in blišča. Zato so se Bogu zasmilili. Ločil se je od telesa in se preselil nazaj v nebesa. Njegovo telo je zgnilo in se spremenilo v rodovitno prst, ljudje pa so začeli pridelovati svoj živež sami. Niso se več hranili z nebeško mano. In menda so bili srečnejši<sup>1</sup>.

Torej tudi naša, slovenska pripovedka pripoveduje o življenju na prani v davni preteklosti. Kdo ve, kako daleč seže ohranjen spomin? Ne vemo sicer, kako se je ta človekova sposobnost spreminjala (ali izgubljala) skozi čas, zgodovino, in kakšno je bilo razumevanje možnosti življenja ob »božanski prani«, to je življenja, ki ga napaja izvorna kozmična energija. Mnoga duhovna izročila tega sveta pripovedujejo o življenju ob prani (kot pravimo danes) v davni preteklosti. To preteklost postavljamo v tisočletja pred našim štetjem, v čas, ko je človek še živel naravni utrip in usklajenost z ritmi narave in Kozmosa. Z usklajenostjo z naravnimi ritmi si človek prisluži podporo Univerzuma in seveda tudi potrebno življenjsko pojilo oziroma hrano, ki jo potrebuje za svoj obstoj.

Mojstrica Jasmuheen je ponesla po svetu vest in zavest o človekovi možnosti pranojedstva ter tako obudila zavestno iskanje (izgubljene?) možnosti iz arzenala človekovih brezmejnih in spečih sposobnosti. Živeti ob prani pomeni živeti vsepovezanost. Ko sprejmemo, zaživimo in vzpostavimo stik s Kozmosom, zemljo, soncem, luno, zvezdami, vesoljem samim ... zaživimo to povezanost večnivojskega bitja ali življenje v mnogih dimenzijah. V dimenzijah brezmejnosti. Smo otroci vesolja, ki iščejo svojo skladnost, skladnost pa je kodirano sporočilo Kozmične inteligence o našem lastnem obstoju. Kozmična inteligenca, katere otrok je tudi zemlja in življenje na njej, je kodirana s sporočilom in namenom razumeti to popolnost in postati eno z logoidno idejo Univerzuma, ki zahteva od nas prebujenost, to je zavest enosti, biti popolnoma celovit, biti eno ali sozveneti v hologramski (in skupni) resonanci, ki se odraža v sveti geometriji vesolja.

Prebujenost pomeni živeti duha, t.j. z inteligenco življenjske energije povsod in v vsem. Duša ali naše duhovno zavedanje nas vodi in hrabri, sodeluje, saj čuti globoko resnico galaktičnega obstoja. Tedaj nas vesolje podpre. In uglasimo se z vseprisotnim duhom oz. esenco izvirne

---

<sup>1</sup> Zakladnica slovenskih pripovedi, Od kod je ta naš svet, zbral Zmago Šmitek

življenjske zavesti in prabiti ter z dimenzijami obstoja nad tretjo - fizično ravno. In pričujemo se hraniti z (vseprežemajočo) »kozmično juho« sicer nevidnih vibracijskih valovanj v oceanu frekvenc.

Po sedmih letih izkušenj hranjenja s prano bi rada zapisala nekaj misli o tej možnosti, ki se počasi ponovno vrača v sedanost, zagotovo pa v bližnjo bodočnost. Ta možnost postaja tudi vse bolj vabljiva, da ne rečem (žal) celo modna. In marsikdo se poda na to pot zlasti v času dopustov, a brez pomembnih podatkov o vsem, kar življenje ob prani zahteva ali prinaša.

Prvič sem to možnost spontano izkusila konec leta 1994, a se še nisem zavedala, kam me pelje. Zavestno pa sem se odločila za ta način hranjenja in življenja ob prani poleti 2000. Zatem sem izkusila tudi še več različnih načinov pranojedstva - predvsem tradicionalnih, ki jih practicirajo različna ljudstva sveta že tisočletja. In se srečala z ljudmi v različnih deželah sveta, ki jim ta način prehranjevanja ni bil tuj. Najgloblje pa se mi je vtisnilo v dušo in zavest desetdnevno bivanje (po načinu Indijancev Kogi) - brez hrane, tekočine in v popolni temi s prevezo čez oči, ki mi je močno razširilo zavedanje in poglobilo občutljivost zaznav.

Naj najprej zapišem, da je sama pranojedstva možnost spremenljivi pojav zavestnejšega ritma zavesti in dela na sebi, in kot tak običajno nakazuje, da poti nazaj ni. Če nas do pranojedstva pripelje širina zavesti, nas bo »Kozmos enostavno hranil«, vsak »jedilni greh« ali prekršek s fizično hrano pa bomo plačali s slabostjo, celo bruhanjem. Za počez pa se bo poznal še na naši »dodatni teži«, saj vsak grižljaj pomeni prekomerno količino tistega, kar potrebujemo za življenje. Če zavest še ni zrela za to, pa običajno na prani tudi ne moremo obstati in nas po prvih izkušnjah prav kmalu telo odpelje nazaj k nujnosti prehranjevanja s tako imenovano fizično (običajno) hrano, ki ji šaljivo in simbolično pravim »trdo gorivo«. Vendar je še mnogo pomembnejših stvari kot pravkar omenjeno.

V tej novi izkušnji življenja ob prani sem po tej prvi sedemletki spoznala, da ima pranojedstvo svoje prednosti in tudi omejitve. Ta spoznanja želim deliti tudi z drugimi iskanci in raziskovalci te poti. Še zlasti, ker se vse več ljudi odloča, da bi se izkusili v tej možnosti. Kot prvo naj zapišem, da nam pranojedstvo ponavadi ne uspe, v kolikor se bojujemo z nemirnimi čustvi in mislimi in v kolikor nimamo jasnega stika z duhovnim vodstvom. Zaupanje v Kozmos, Božansko bit, če hočete, v izvorno življenjsko energijo, ki nas hrani, v inteligenco obstoja mora biti tako brezmejno, kot vemo, da je sonce sonce, da se povsem brez dvoma zmoremo podati na to pot. Zaupanje ne sme biti skaljeno z ničemer, saj se moramo predati tej sili in (ji) popolnoma zaupati, da nam je omogočeno vse, kar potrebujemo. Ne gre za verjetje, kot pogosto napačno pripisujemo ali zahtevamo za uspešnost nekega podviga ali zdravljenja, temveč za sprejemanje, razumevanje oziroma ljubečo predanost, ki se zmore zgoditi v popolnem zaupanju.

Na pragu novega se človek seveda pogosto znajde v kopici neznank. Vse te neznanke v človeku rojevajo dvome, ki nato kalijo našo skladnost in napajočo povezanost s podpirajočo zavestjo Univerzuma. Če ob tem še razmišljamo na neljubeč način, bo seveda ovir več kot preveč. Tudi če nam pranojedstvo uspe za nekaj tednov ali morda celo mesecev, bomo prej ko slej porušili ravnovesje vseh teles in naše skladnosti ter želja po hranjenju s fizično hrano bo postala neustavljiva!

Čustveno telo ima seveda svoje zahteve in zakone delovanja in njegov nemir je tisti, ki zmore zrušiti skladnost našega multidimenzionalnega bitja ali ravnovesje teles - fizičnega, emocionalnega, mentalnega, duhovnega. Samo delček naše zavesti biva v fizičnem svetu, toda s številnimi, vse finejšimi vibracijami etrskih teles in našega obstoja smo povezani tudi z izvorno Inteligenco in z večplastno pestrostjo lastne biti. Če zrušimo eno polje, bomo kot domine porušili ravnovesje celotne skladovnice. Torej, četudi nam morda v zadnjih letih uspe preiti vse modnejše recepte pionirke na tem področju - Jasmuheen - in njen tritedenski proces za stik s Kozmosom in hranjenje s prano, se bodo prav kmalu pokazale naše dejanske zmožnosti in nezmožnosti ter naša skladnost ali neskladnost. Ne daj bože, da bi se v same procese prehoda podali samo zaradi izkustva te mode, zaradi želje biti nekaj posebnega ali prihraniti v vaši denarnici! Zavedati se moramo, da nam po nekaj dnevih brez hrane in tekočine telo lahko tudi odpove, če nismo predhodno našli povezanosti z dušo ali z lastnim duhovnim vodstvom in izvorno življenjsko energijo, ki nas hrani, ter se s povsem jasnim vodstvom podali po tej neobičajni poti. Odpoved ledvic bi sledila prva in zastrupitev organizma, pa tudi druge težave.

Želim povedati, da je pranojedstvo lahko zanimiv izziv, ko (če) smo za to zreli in se ne mučimo za različnimi procesi prekomerno ali nezrelo z našimi odločitvami, ko tega naša čustva, misli in telo ne zmorejo. Srečala sem se z mnogimi ljudmi, ki so preizkusili proces, a so nato nekateri razočarani obtičali v nekakšni praznini in čemernem iskanju, zakaj jim ni uspelo (tudi sama sem jih vodila nekaj v to novo pre-izkušnjo, a le tiste, ki so bili za to pripravljeni). Tudi Jasmuheen trdi, da pranojedski način življenja uspe le 1 % ljudi na zemlji. Po mojih izkušnjah v tem svetujem sledeče: ne lotevajmo se in ne izkušajmo te možnosti, če nismo poprej vsaj nekaj let bili že presnojedci in torej že predhodno dokaj očistili tudi svojega fizičnega telesa z živo in vitalno hrano, in če nismo predhodno jasno začutili, da nam vibracija presne hrane zadostuje. **Sam proces prehranjevanja se nekako razvija k vedno finejši vibraciji hrane - od mesojedstva k škrobojedstvu (makrobiotika) in nato k presnojedstvu, ki mu lahko sledi pranojedstvo.** Če smo prešli vse faze našega razvoja hranjenja, ki odlikavajo tudi našo zavest, potem nas bo morda v bližnji prihodnosti povsem naravno potegnilo tudi v izkustvo hranjenja s prano ali izvorno življenjsko energijo. Tudi sama sem bila pred pranojedstvom že vrsto let vegetarijanka in zadnja tri leta presnojedka. Prav neverjetno sem uživala le v solatah z alginim prahom (spirulino). In nič mi ni manjkalo.

Sam stik z novo možnostjo pa je seveda spreminjajoč in **prinaša nove čudeže v življenje**. Predvsem pa nam lahko usklajenost s Kozmično inteligenco nadalje silno **razširi zavest**. Vendar nas naše zemeljske izkušnje še kar nekaj let vlečejo nazaj, v staro izkustvo, v stare navade, v stara občutenja, predvsem pa vsaj občasno v želje po okušanju hrane, če že ne v ponovno hranjenje.

Pol leta po prestopu v pranojedstvo nisem poskusila prav ničesar, vendar sem trčila v oviro te nove zavezanosti lastni doktrini nejudenja. Kar naenkrat me je obsedla misel: »Kdo pravi, da ne smem jesti?« Okušanje je namreč povezano z emocijami, te pa z mislimi, zato hrana teši naš stres in čustveno mentalno vznemirjenost, ki si je v sodobnem času hitenja mimogrede naberemo za polno kapo. Zato hrana opravlja nalogo tešila in zdravila. Ko sem si po šestmesečnem pranojedstvu iz revolta končno le privoščila nekaj žlic marmelade, je bil čustveni nemir potešen in upor »nevidni zapovedi ali dogovoru« premagan.

Ne spremeni se samo želja po okušanju, temveč tudi okušanje samo. Če pretiravamo z delom ali v stresnih situacijah kako drugače rušimo ravnovesje, se bo morda vrnila želja po okušanju okusne hrane »po starem«. Okušamo sicer lahko, vendar pa je mnogo bolje, da pokušanega ne pojemo, ker bi imeli same probleme! Tako se navadimo, da v prilagoditvenem procesu morda kaj okusnega sicer tudi damo v usta, da potešimo nemirne občutke, a grizljaj zatem izpljunemo! Bolje to kot prvo. Sicer lahko sledi bruhanje, slabost, driska ...Navadimo se celo lahko, da se slina ne tvori v ustih, kar lahko prvič izkusimo že v prvih tednih prehoda na pranojedstvo, ko žvrkljamo vodo za potešitev silne vročine, ki se pretaka po telesu. In sline ne bo. In vsrkavanja hranljivih snovi v hrani pri žvečenju tudi ne.

Želja po hrani se javlja tudi ob menzesu. Pri sebi sem opazila, da mi je samo takrat sprva resnično prijalo jesti kak grizljaj ali majhen sadež. Pravzaprav mi je kar žal, da sem se vseh sedem let zadrževala ob tej nakazani telesni potrebi. Mislim, da se moramo v prilagoditvenem procesu navaditi na iskanje ravnovesja in živeti tako možnost pranojedstva kot tudi občasnega izkušanja kakega grizljaja, če telo tako hoče ali zahteva. Tako si ne pridelamo dodatnega nemira. Konec koncev je že sama možnost živeti z izvorno življenjsko energijo in brez fizične hrane dovolj mogočno izkustvo in zadoščenje. Četudi ne gre sprva povsem stoočstotno. Konec koncev pa smo ob običajni hrani živeli dolgo, dolgo (desetletja in življenja) in je ta nova možnost tudi svojstven transformacijski šok, ki zahteva nenasilno prilagajanje. In le občasen grizljaj te nove možnosti ne bo porušil. Vsako obilnejše hranjenje pa! Vendar pa se mi zdi, da ne moremo skakati s pranojedstva v obilnejše prekrške hranjenja, ki so daleč stran od pranojedске vibracije same. Vibracija sadeža je na primer blizu tej novi izkušnji (in torej le majhen skok v predhodno presnojedsko fazo), zato kar težko razumem, kako mojstrica Jasmuheen enkrat tedensko z družino je karkoli in celo pije kavo, ki je velik strup za organizem. Vendar je to njena izkušnja. In torej tudi mogoča. Vsakdo je drugačen. Jaz tega ne bi mogla ali zmogla. Moje telo vedno zahteva kar se da čisto gorivo, sicer se upre. Najbolje je, da prehranjevalno vedno ostanemo v bližini nove vibracijske sposobnosti hranjenja in se ne oddaljamo v ekstreme.

Ob pranojedski izkušnji se torej zavemo, kako (tudi nehote) tešimo nemir hitenja in vznemirjenja z okušanjem oz. hrano. Toda če ne okušamo fizične hrane več mesecev ali celo leta, se naš fizični ustroj počasi spremeni in vsak prekršek, ki ga storimo, bomo seveda izkusili z uporomo našega organizma. Lahko nam je neizmerno slabo, več dni nas lahko boli glava, koža neizmerno srbi, lahko bruhamo, čutimo bolečine v črevesju, ki se je navadilo na razbremenjujočo izpraznjenost, postanemo neizmerno utrujeni in padamo zopet nazaj v zavedna ali nezavedna manj svetla ali celo depresivna stanja običajnega življenja ob hrani, ko nam hrana jemlje energijo, nas tudi zastruplja, jemlje skoraj polovico energije, ki jo potrebujemo za prebavo in transformacijo, in nas nekako kuje s težino k tlom. Ob pranojedstvu pa je naše telo lahkotno, imamo ogromno energije, več kot polovica energije nam tako ostaja za ustvarjanje, delovanje, umovanje, potrebujemo manj spanja ... In vse bolj se zavedamo dobrobiti enega in drugega načina prehranjevanja.

Če živimo v miru in s tem novim načinom prehranjevanja, potrebujemo le nekaj ur spanja, vendar moramo upoštevati meje svojih zmogljivosti! Človek, ki se hrani s »trdnim gorivom«, se nahрани, ko je lačen ali utrujen. Fizična hrana mu da dodatno moč. Pranojedec se mora ustaviti in na novo »napolniti baterije« in poskrbeti za ravnovesje, če se »energetsko izprazni«. Če tega ne stori, je napravil silo samemu sebi, ker je prekoračil lastne meje. Takrat začuti silno nemoč,

ki zahteva takojšnjo umiritev in »hranjenje«, skratka, počitek. Večkrat sem izkusila prehajanje preko lastnih meja in moram reči, da je prav zanimiva spoznaja lastnih zmogljivosti. Vedeti moramo, kje ali kdaj so naše meje zmogljivosti!

Problem nastane, če v različnih situacijah ne moremo zadostiti svojim potrebam. Svojevredna težava je recimo večurno letenje z letalom, ko je pretok hranjenja s prano oviran. Samo prano-hranjenje običajno sicer poteka konstantno in ves čas polni energetske zaloge, in le kadar se prenaprezamo preveč, občutimo, da je hranjenje nezadostno. Ko pa je onemogočeno ali smo vnesli v svoja telesa strupe (tudi v obliki plinov, onesnaženega zraka ...), je to seveda druga pesem. Tedaj čutimo nemoč in veliko utrujenost. Moja najtežavnejša izkušnja primanjkljaja je prav letenje na druge celine, ki traja več kot 6, 10 ali več ur. Poleg tega je samo letenje za telo dokaj nenaravno in izčrpljujoče. Včasih zato potrebujem več dni, da zopet povsem polno zaživim in delujem z vso psihofizično močjo.

Ker sem se odločila, da bom ob pranojedem načinu prehranjevanja vsaj zaradi družabnih možnosti še pila tekočine, je drugi možni problem, ki se lahko pojavi, manjko tekočine. Sprva manjka nisem čutila in mi je sedaj žal, da sem »sklenila dogovor« za življenje ob tekočinah. Pijem blagi (nepravi) cvetlični čaj, ki ga nabiram sama, vodo ali morda čisto (vročo), rahlo slano tekočino ali juho, v kateri se je kuhala zelenjava. Za prizemljevanje občasno pač prija slano, v mrzlih dneh pa seveda tudi vroče. In če ste kje v gosteh, s kozarcem v roki ali skodelico juhe pred seboj, ne izstopate preveč. Ljudje sploh ne opazijo, da ne jeste. Sicer utegnejo biti ljudje naravnost popadljivi, če v svoji družini opazijo koga, ki se »ne obnaša« po običajnih pravilih gostoljubja, ki ga najpogosteje istovetimo kar s hrano samo. Ker ves čas kanaliziram izvorno življenjsko energijo oziroma (neslišne) kozmične vibracije za pomoč (zdravljenje), čutim, da je moje telo kar hvaležno za tekočino, s katero je čiščenje enostavnejše. Po več letih se telo nanjo (zopet) navadi in njen manjko težje prenaša.

Prvi dve leti sem zaradi spremenjene telesne vibracije pogosto čutila tudi večji hlad kot vsi ostali. Po dveh ali treh letih pranojedstva pa se je telesna temperatura nekako spremenila, uravnala in prilagodila na običajno telesno temperaturo. A občasno imam še vedno občutek, da oblečem raje kakšno tenko majico več kot drugi. Opazila pa sem, da mi večji mraz (pod ničlo), prinaša povečano utrujenost. Vsak (odvečni!) grižljaj ali prevelika količina tekočine pa tudi dvigne kazalec na tehtnici. Če nismo usklajeni z zakoni pranojedstva, pa bomo že po prvih izkušnjah izgubljali težo. Tako tudi vemo, da za pranojedstvo še nismo zreli. Tudi menzes postane očitnejše orodje čiščenja. In tudi premakljiv pojav, ki služi telesnemu namenu.

Po drugi strani pa mislim, da lahko v danem trenutku ali pri delu, ko je potrebno prekomerno naprezanje, s podporo univerzalne življenjske sile dejansko uresničim brezmejno preseganje lastnih zmogljivosti. Sama zmorem mnogo več kot sem zmogla pri hranjenju s fizično hrano! Le večja naprezanja je potrebno morda nekaj ur zatem uravnati in se energetsko napolniti ter prekomernemu udejstvovanju dodati daljši počitek in ponovno uravnovešanje vseh teles. Vendar se zdi, da pranojedci nekako nismo ustvarjeni za konstantne in ekstremne velike fizične napore (samo fizikalno delo), ki jih sicer lahko podpre fizična hrana ob vsakem času in hipoma uravna manjko, čeprav sem opazila, da zmorem mnogo mnogo več kot številni moji prijatelji, ki se hranijo s fizično hrano. Ko telo namreč zahteva počitek, mu je enostavno potrebno ugoditi!

**Občutljivost se neizmerno poveča.** Zaznamo in vidimo stvari, ki jih drugi ne. Še posebej pa se vzpostavlja vse jasnejše zavedanje, **jasnovidstvo in jasnovedstvo ter kozmična telepatija.** Skratka, stik z Univerzumom nam postaja vsakdanji in **napajamo se z vseobstoječo informacijo vesolja,** ki je tu ves čas in v vsakem trenutku, le od nas je odvisno, ali zmoremo zajeti iz tega oceana hrane in spoznanja. Dejansko postajamo prebivalci galaksije in celotnega Univerzuma in **vse bolj kreatorji svoje življenjske poti in čista misel se vse hitreje uresničuje.** Zagotovo na določeni točki **presežemo** tudi vse tiste danosti, ki jim pravimo **usoda ali karma (pa seveda tudi vse tisto, kar poskuša ugotoviti in razložiti tako imenovana astrologija),** ter enostavno izstopimo iz »plana« ali poti, ki smo jih sklenili pred rojstvom na nivoju dogovora duše. In prične se uresničevati nova pot, , nova karma, **nova možnost v istem telesu ...** Z novo zavestjo in drugimi možnostmi in drugimi služenji. »Dogovarjanje« sledi le še s Kozmično Inteligenco samo ali s posredniki - Mojstri. In **vstopimo v popolno zemeljsko služenje.**

Tako smo seveda vedno bolj v zemeljsko-kozmični (to je prizemljeni) službi, v delovanju zapriseženi služenju ljudem in zemeljski evoluciji. Kozmična Inteligenca ali Božanska bit vedno jasneje in močnejše deluje skozi nas, nam posreduje potrebna védenja za trenutek, ki ga živimo, in spoznanja o evolutivnem trenutku duhovnega razvoja in obstoja, tudi o evolutivnih fazah človeštva, o skladjih ali neskladjih z utripom vesolja. Služenje postaja princip in predanost, ki je nič ne more ustaviti ali prekiniti. **Vsepovezanost enostavno zahteva popolno prisotnost (služenje).** Postajamo vse čistejši sprejemnik in oddajnik vesolja ali vezisti Izvora, to je kozmični telepat.

Ne pozabimo, da z večjo občutljivostjo teles postanemo tudi **občutljivejši na vse strupe v okolju.** Nekoč sem morala sestankovati nekaj ur v zakajenem prostoru. Glavobol, ki je trajal dva dni, je bil tako hud, da si ga ne želim ponoviti, mišice pa so me tako bolele, da nisem mogla hoditi. In v tej občutljivosti organizma sem tudi zaznala, ko se mi je uspelo v teh letih tudi nekajkrat razjeziti, da so me **enako bolele mišice zaradi emocionalnega strupa** jezljivosti, kot pri vdihavanju cigaretne dima ali morda še hujše. **Spoznaja posledičnih dogodkov, ki sledijo različnim vzrokom,** je skoraj hipna.

Celotno telo postane subtilnejše in lahkotnejše, z njim pa tudi zobje. Kot da niso več na voljo za opravljanje svojega dela. Pa saj niso. Tudi zobna sklenina postane tanjša in pazite, če slučajno pijete vročo vodo z limono ali razredčene sveže sokove, kar vam bodo razžrli sklenino globoko do korenin! **Zobje so vse bolj le še vaš okras in pazite nanje!** Izperite z njih solno sli limonino kislino. Če pa po nerodnosti ali zvedavosti izkusite kaj, kar ni več v skladu z novo vibracijo vašega fizičnega telesa, se boste morali seveda spopasti z intenzivnim čiščenjem, tudi drisko ali zaprtjem. Ko v črevo zopet pride grižljaj, to zmoti njegovo mirovanje in prav nič ni prijetno, če se zopet razteza in zopet prične opravljati »staro nalogo«. Čeprav je dejavno tudi v tej novi izkušnji in čisti vse, kar prihaja v telo - tudi onesnažen zrak, ki ga goltamo. In prazni se brez težav vedno, čeprav morda le enkrat tedensko.

Vsaka tekočina bo najkasneje v 20 minutah tudi odšla iz našega telesa. Kar »padla bo skozi nas«, medtem ko bomo jedilne prekrške plačali takoj, z izločanjem pa se bomo mučili še dneve. Čeprav se hranimo le s prano, bomo vseeno občasno prav tako izločali majhne količine blata, saj črevo prečiščuje tudi zrak in tekočino, vendar z izločanjem ne bo nikakršnih problemov. Zaprtja običajno ni.

Najtežje se je držati pranojedstva, kadar potujemo po tujih deželah in krajih, kjer sodi med kulturno ponudbo tudi drugačna in zanimiva hrana. Seveda bi okusili, kaj so nam pripravili v Indoneziji ali v Indiji, toda še vedno dajem nasvet: če že poskusite grizljaj vabljive ponudbe, **tistega, kar ste poskusili, ne pojejte**. Telo s fizično hrano ni več usklajeno. In kdo ve, kaj vse tiči v njej. Fizično telo lahko na en sam grizljaj zelo burno reagira - tako s pekočim izločanjem (kot bi pojedli kaj silno nezdravega), kot tudi s slabostjo in omotico ter nemočjo. In motili bi pravkar vzpostavljeni proces pranojedskega presnavljanja.

In mimogrede: menim, da porast anoreksije v svetu lahko pomeni tudi nekakšno nepopolno in nezadostno zavedanje in želje po stiku s to našo davno, v nas izgubljeno možnostjo, ki pa se je izgubila v vsakodnevnih vzorcih prehranjevanja in vsakodnevnih vzorcih zavesti nepovezanosti. Če bi se (še) vedno zmogli povezati z izvorno življenjsko energijo, problema morda tudi ne bi bilo. Ker pa je to znanje izgubljeno, se pač ne moremo več ravnati po njem. Obstaja lahko le bežen in nepopoln odtis ali uvid v izgubljeno. Tako le, če ni drugih (psihičnih) motenj povzročilo odklanjanje hrane. Prepoznati eno ali drugo je izredno težko. V obeh primerih pa gre zagotovo za neravnovesje in manjko celostnega (mirnega in zdravega) zavedanja.

Večkrat me na predavanjih o izkustvih s pranojedstvom sprašujejo tudi o spolnosti, zato naj povem sledeče: tudi **spolno življenje se prefini**, predvsem pa se v nas vse bolj **usidruje usklajenost moško ženskega principa oziroma androgenost**. Pola se v nas uravnovešata in želja po stiku z drugim spolom se umika tej celostnosti, istočasno pa vedno bolj tudi čutimo drugi spol, enako kot samega sebe ali kot (manjkajoči) del sebe. Čutimo oboje kot eno in enost kot oboje. Kvaliteta seksualnosti, ki je običajna za večino ljudi, izgine in nadomesti jo želja po duhovni usklajenosti moško ženskega principa. Če želja po seksualnosti še obstaja, pa se najbolj približuje tisti spolnosti, ki jo opisujejo taoistične seksualne modrosti, ki seksualnost uvrščajo med duhovne discipline.

**Kvaliteta naše ljubezni pa je glavni pokazatelj našega stanja in sposobnosti**. Če vsaj v treh četrtinah naših vsakodnevnih misli in dejanj ne postavljamo zahtev in pričakovanj, temveč smo sposobni **tolerantnega sprejemanja drugačnosti** (kar ne pomeni, da se strinjamo, le z mirnimi čustvi sprejemamo), s čimer se predamo usklajeni usodi utripa življenja, ki se izkazuje v mnogih oblikah in nivojih zavesti ter potrebnih **pre-izkušnjah**, potem stopamo novim možnostim naproti. Tako v tem, kar dajemo, in v tem, kar sprejemamo (tudi v obliki hrane). Življenje se spremeni. Kvaliteta odzivanja tudi. **Postanemo mirnejši in ljubeznivejši** (bližje brezpogojni ljubezni). In prav takšno bo tudi življenje, ki ga pritegujemo k sebi. Ljubeznivejše, mirnejše, polnejše.

**Torej, za pranojedstvo smo godni, ko smo povezani s Kozmično zavestjo in smo se pripravljani usklajevati z utripom narave, zemlje in Kozmosa, ko smo vsaj do neke mere sposobni živeti z mirnimi čustvi in mislimi, ko v sebi začutimo in se odzivamo z veliko mero tolerantne brezpogojne ljubezni, ko nam postane domač stik z dušo in spiritualnim vodstvom.**

**Če je pranojedstvo naravni rezultat razvoja naše zavesti, POTI NAZAJ NI!** Je obujeni čudež našega izjemnega časa. In ne bomo mogli enostavno preiti nazaj na hranjenje s fizično hrano, kajti težo bi v kratkem času tako povečali, da zagotovo ne bi bili zadovoljni. Novih sposobnosti

teles, ki smo jih pridobili, pa tudi ne bomo mogli ukiniti. Duhovni razvoj vedno teče predvsem naprej in ne nazaj. Zato tudi tisti, ki jim podvig ni uspel, vedno čutijo grenko razočaranje in jih pogosto tudi zaustavi v brezupu in dvomu v »pravičnost z Neba«. Ker so podlegli pričakovanju, ki ni usklajeno s trenutnimi možnostmi. To pa ni predanost, ki ljubeče sprejema trenutnost in se odpira darovom iz snovnega in nesnovnega, vidnega in nevidnega ali iz kozmične banke obilja. A ta zmožnost je v nas. Kozmična hrana je sicer vedno na voljo! Zatorej krepko premislimo o vsem povedanem, če nam pranojedstvo povsem ustreza in ali nas resnično toliko privlači, da bi se spustili v to novo življenjsko avanturo. V neznano, še ne izkušeno. Srečno!