

Anita Moorjani sodi v elitno družino stotih najvplivnejših oseb, ki so zaznamovale preteklo leto na področju duhovnosti. Ko je po štirih letih izgubljala bitko z rakom, je padla v komo in prešla v breztelesno stanje, v njem je imela dostop do vseh odgovorov, ne glede na čas in prostor. Pogovarjala se je z umrlimi svojci, opazovala je dogajanje v svoji bolniški sobi in tudi dogodke na drugem koncu sveta, lahko je videla v prihodnost. Kamor je usmerila svojo pozornost, tisto se ji je razkrilo. Svojo izkušnjo je opisala v uspešnici Z roba smrti v pravi jaz, ki je prevedena v triinštirideset jezikov. Tudi pri nas, v ljubljanski Knjigarni Zdaj, je bila pred časom najbolj prodajana knjiga meseca.

Tekst: **BORIS VENE, DR. JANA WAHL**

Pred prihodom v Zagreb, kjer bo izpeljala svojo dvodnevno delavnico, je privolila v ekskluzivni intervju. Za njegovo izvedbo sta združila moči Boris Vene, avtor knjige Zdravje je v nas, ter dr. Jana Wahl, kirurginja iz ljubljanskega Univerzitetnega kliničnega centra.

**EKSKLUZIVNO:  
Anita Moorjani**

# Ne jemljite življenja

● V svoji izjemni izkušnji bližnje smrti ste doživeli stanje, o katerem pravite, da ga ljudje opisujejo z božanskim. Niste se povezali z Jezusom, Krišno in podobno, temveč ste postali del te energije. Kakšna je bila ta izkušnja?

Ko sem bila »na drugi strani«, je bilo, kot bi naenkrat poznala in vedela vse. Kot bi mi bilo na lepem dano vse razumeti in dojeti. Nisem vedela, od kod informacije izvirajo. Radovedna sem bila, kdo mi to sporoča. Buda? Jezus? Krišna? Od kod vse to? Morda prihajajo od (pokojnega, op. a.) očeta? Nato sem dojela, da med menoj in njimi ni nobene ločenosti. Ko umremo, se vse, kar smo, zlije v povezano, skupno celoto, ki je na voljo vsem. Zdaj vem, da ni nobenih meja. Vsi smo del vseobsegajoče celote. Vsak posameznik je del Jezusa, Bude, Krišne, Alaha ...

● Vaša diagnoza, ki ste si jo dodelili pred boleznijo, je bila strah. Ljudem sporočate, da strah ubija ...

Da, strah me je ubijal in rak me je prišel pozdravit ter

mi rešit življenje. Spoznala sem, da so naša telesa zelo modra, česar nas niso nikoli učili. Telo nam pošilja signale, skuša se obdržati pri življenju. Ko se urežemo, se rana zelo hitro zaceli. Podobno je bilo tudi pri meni. Z rakom je telo želelo pozdraviti tisto, s čimer sem se ubijala.

● K uspešnemu koncu vaše izkušnje je mnogo prispeval tudi vaš mož Danny, ki ni nikoli obupal nad vami.

Ja, čudovit je! Če ga ne bi bilo, danes ne bi bila tukaj, in on je bil eden izmed ključnih razlogov, da sem se vrnila. Nikoli ni obupal nad menoj. Vsem, ki imate bolne bližnje, sporočam: ne obupajte,

# RES

ne izgubite upanja. Četudi se bolnik ne bo pozdravil, ne pomeni, da mu ni uspelo ali da je izgubil bitko. Pomeni samo, da to pač ni bil njegov čas. Tisti, ki se borijo za življenje, ves čas čutijo, ali imate upanje in jim stojite ob strani ali pa ste se predali. Tudi jaz sem ves čas čutila, da moj mož ni izgubil upanja.

● Kaj ste z izkušnjo pridobili, kaj ste se iz nje naučili in kako sledite tem spoznanjem v sedanjem življenju? Kakšna je razlika v vašem razmišljanju, doživljanju sveta in delovanju?

Razlika je ogromna in zelo zanimiva. Rekla bi, da me je smrt naučila živeti. Naučila sem se ljubiti samo sebe. Pred to izkušnjo nisem resnično živela in vedno rečem, da je bila moja bolezen darilo. Ko mi ljudje rečejo, da me je rak skoraj ubil, jim odgovorim: »Ne, rak mi je rešil življenje.« Pred boleznijo sem dobesedno sama sebe ubijala. Nikoli nisem ljubila sebe in živela sem v strahu. Vse moje odločitve so izvirale iz strahu; strah me je bilo poraza in strah me je bilo, da bom razočarala druge. Celotno od-

» Vsak dan znova se vprašajte, kaj bi počeli, če bi se resnično ljubili. Počasi boste zaznali spremembe. «

# ite tako SNO!

ločitve glede prehrane so temeljile na strahu, da ne bi dobila raka. Prehranjevala sem se zelo zdravo – jedla sem vegansko in ekološko pridelano hrano –, vendar le zato, da bi me obvarovala pred rakom. Nisem je uživala zato, ker bi imela rada svoje telo, ali sebe, ali življenje. Po izkušnji se je v tem pogledu vse spremenilo. Vsaka moja odločitev temelji na ljubezni. Ljubezen pa se vedno začne pri sebi. Zdaj počnem stvari, ker ljubim sebe. Ljubim svoje življenje in sem mu strastno predana. Želim biti zdrava, ker želim dolgo živeti. Ne razmišljam na način »ker se bojim, da bom zbolela, moram jesti določeno hrano«, temveč kako sem lahko bolj skrbna do sebe, zaradi česar se bom počutila boljše.

Ljubezni ali pa na strahu. Če smo iskreni, se mnogi odločajo iz strahu. Na primer, za partnerja se odločijo iz strahu pred osamljenostjo, ne iz resnične ljubezni do te osebe. Zlasti ženske začutijo, da se morajo sčasoma ustaliti in si ustvariti družino. Iz enakih razlogov imamo tudi otroke; iz strahu pred osamljenostjo v starosti ali zaradi tiktakanja biološke ure. Vse tovrstne odločitve imajo napačen povod.

Ravnate lahko takole. Najprej začnite izražati ljubezen sebi, to je začetni korak. Večina ljudi pravi, da ne vedo, kako naj ljubijo sebe. Drugi menijo, da se ljubijo, v resnici pa se ne dovolj. Mnogi imamo privzgojeno prepričanje, da je ljubiti sebe sebično. Zagotavljam vam, da ni tako. Pravzaprav je to nekaj najbolj nesebičnega, kajti ne moreš ljubiti drugega, če ne ljubiš sebe, saj ne moreš dati, česar nimaš. Manj ko se obsojamo in bolj ko smo čuteči do sebe, bolj smo takšni tudi do drugih. Bolj ko torej ljubimo sebe, bolj smo sposobni ljubiti druge. Ljudje, ki delujejo sebično, so tisti, ki ne ljubijo sebe – pomanjkanje ljubezni skušajo nadomestiti z nečim drugim. Torej je najpomembnejše, da se naučimo ljubiti sebe.

Mnogi s tem namenom uporabljajo afirmacije oziroma se prepričujejo v smislu, »kako lepa sem«, »sem to

uhjejo, bom zjutraj vstala, pogledala v ogledalo in si rekla: »Vse je v redu. Naredila sem napako – sem samo človek. Še vedno se imam rada, iz te napake sem se nečesa naučila in grem naprej.« Ne bom se obtoževala, temveč bom ostala ljubeča do sebe in zvesta sebi.

Obstaja samo en razlog, na osnovi katerega bi se morali odločati, in to je ljubezen. Od moje obsmrtno izkušnje naprej me življenje vedno znova usmerja v to stanje brezpogojne ljubezni. Ker je bilo doživetje tako silovito, sem se odločila, da bodo vse moje bodoče odločitve slonele na ljubezni. Nehala sem početi stvari, ki sem jih prej počela iz nuje ali obveze, izločila sem se iz tako imenovane podganje dirke. Ni denarja, ki bi me prisilil, da bi se vrnila v star način življenja, ker takšno življenje ubija od znotraj.

● **To me spominja na starodavno učenje, ki pravi, da nebesa niso kraj, kamor gremo, temveč so kraj, ki si ga ustvarjamo sproti.**

Na naslovnici moje knjige piše, da sem doumela, da nebesa niso kraj, temveč stanje. In jaz sem lahko v tem stanju ves čas. Ko sem bila onkraj, sem spoznala, da sem jaz sama to stanje in da se lahko tudi vrnem tja. Ne glede, ali živim v tej realnosti ali na drugi strani, nebesa so ves čas v meni.

● **Vaša osebnostna preobrazba je bila posledica velike krize na zdravstve-**

uživate in ste mu strastno predani, ne pa tistega, ki prinaša več denarja, ki so vam ga svetovali starši in podobno. Če nam bo že v zgodnjem otroštvu dovoljeno slediti odločitvam, ki jih narekuje srce, ne da bi se ob tem obremenjevali, kaj si o nas mislijo drugi, nam ne bo treba iti skozi kalvarijo, kakršno sem dala skozi sama.

● **Kaj je najpomembnejša lekcija glede ljubezni do sebe? Kako priti do nje? Ljudje navadno pravimo, da se ne moremo postaviti na prvo mesto, ker so nam v napoto služba, družina, pomanjkanje denarja, globoko zakoreninjen občutek sramu in krivde ter podobno.**

Jaz se vsak dan znova odločam za ljubezen. Vsako jutro si rečem: »Če bi se resnično imela rada, kaj bi počela danes?« Ko si zastavite to vprašanje, bodite osredotočeni na odgovor. Prislunhite mi in ga zaznajte. Je zelo drugačen od tistega, kar počnete sicer? V čem je razlika? Na primer, ko se zjutraj z zamudo prebivate skozi promet na poti v službo, ki jo sovražite, ter si zastavite to vprašanje, dobite odgovor, da bi raje počeli kaj drugega. Šli bi na plažo, opravljali bi tako delo, ki bi vključevalo potovanja, morda bi delali od doma in tako naprej. Če se odgovor močno razlikuje od vaše trenutne realnosti, ste preteklo odločitev, ki so vas pripeljale v trenutni položaj, sprejeli na osnovi strahu, ne ljubezni. Ne pravim, da morate pustiti službo in obrniti hrbet vsemu, ker bi se tako znašli v še večjem strahu. Predlagam, da do nadaljnega obdržite obstoječo službo – morda imate kredite, obveznosti do družine in podobno, vendar se

» Nehala sem početi stvari, ki sem jih prej počela iz nuje ali obveze, izločila sem se iz tako imenovane podganje dirke. Ni denarja, ki bi me prisilil, da bi se vrnila v star način življenja, ker takšno življenje ubija od znotraj. «

Včasih sem želela ugajati drugim in sem delovala tako, kot so ljudje od mene želeli in pričakovali. Ne zato, ker bi jih imela rada, temveč sem se bala njihove kritike. Danes me ne skrbi, kaj ljudje govorijo o meni, in tudi ne počnem stvari zato, da bi jim ustregla oziroma bi se bala njihovega odziva. Ljudje, ki me poznajo, mi pravijo, da sem zdaj pravzaprav bolj ljubeča, ker je moja ljubezen pristna.

● **Kaj lahko naredi vsak posameznik, da se odpre ljubezni?**

Za nekatere, ki so obtičali v svojih vsakdanjih obveznostih, je to lahko večji izziv. Vendar je dejstvo, da smo vsi nekoč imeli možnost izbire in smo se sami odločili, kje in kako bomo živeli, s čim se bomo ukvarjali in podobno. Odločitve lahko temeljijo na

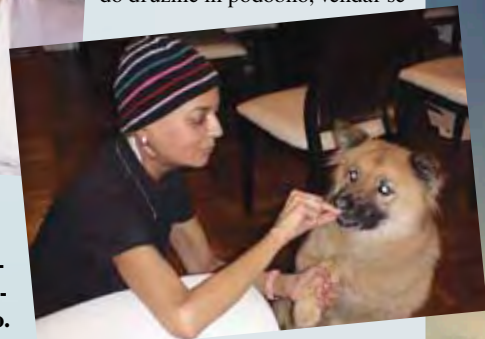
ali ono« in podobno. Silijo si vcepiti misel, v katero v resnici ne verjamejo. Drugi dojemajo ljubezen do sebe tako, da negujejo svoje telo: hodijo na masaže, v toplice, h kozmetičarki, k frizerju in podobno. Seveda lahko uporabljamo afirmacije in lepo poskrbimo za telo, vendar pomeni ljubezen do sebe veliko več od tega. Zame pomeni, da sem sama sebi največja opora. Tudi če padem v krizo, če mi gre vse narobe, če izgubim vse ali če me vsi kritizirajo, bom stala pokončno. Ne bom se uklonila, ne bom predpražnik. Vedno se bom lahko pogledala v ogledalo in si rekla: »Vedno se bom podpirala, ne glede na situacijo. Nikoli se ne bom uklonila.« Ljubezen do sebe pomeni biti sama svoj najboljši prijatelj. Tudi če me vsi zasme-



Z mojem Dannyjem

nem področju. Mnogo ljudi bi želelo narediti podobno preobrazbo, vendar brez krize, če je možno. Kaj bi jim predlagali, kako naj se spremenijo?

Načeloma se lahko za spremembo odločimo tudi zavestno, brez krize, a žal večina tega ne stori, dokler ne doseže dna in nima več druge izbire. Torej ko se znajde v tako veliki bolečini, da je težje vztrajati v obstoječih okoliščinah, kot pa se spremeniti. Tudi pri meni je bilo tako. Zato si prizadevam ljudem sporočiti, da jim ni treba čakati tako dolgo na spremembo, temveč naj se odločijo zanjo zdaj, ta trenutek, iz energije ljubezni. Ni vam treba iti skozi vse trpljenje, kakor sem šla jaz, da bi na koncu dosegli spremembo. Vsaka odločitev lahko temelji na ljubezni, ne na strahu. Na primer, lahko izberete šolo in poklic, v katerem



V času zdravljenja ...

vsak dan znova vprašajte, kaj bi počeli, če bi resnično ljubili sebe. Počasi boste zaznali spremembe. Začeli se boste zavedati stvari, ki so šle dotle mimo vas. Razmišljali in sanjarili boste o novem življenju. Potem boste začeli o tem govoriti in čedalje bolj boste osredotočeni na različne priložnosti. Bolj ko se jih boste zavedali, več jih boste zaznali. Podobno kot v primeru, ko po nakupu novega avtomobila kar naenkrat povsod opazite ta isti avto, prej pa ga niste videli nikjer. Enako se bo zgodilo s službo. Ko boste imeli odgovor, kaj bi želeli početi, če bi se imeli radi, boste uvideli

» Oh, smrti me sploh ni več strah. Vedno govorim: 'Če je smrt najslabša možnost, se nimate česa bati.'

Smrt je v resnici zelo lepa ... Najslabši scenarij je živeti slabo življenje, ne pa umreti. «

tudi različne poti in priložnosti, kako do tja. Morda so čakale na vas že ves čas, a se jih niste zavedali, ker niste bili osredotočeni nanje.

● **Ena večjih dobrobiti te izkušnje je bila, da ste poleg strahu pred smrtjo izgubili strah pred življenjem. Kako ravnate zdaj, kadar začutite strah?**

Oh, smrti me sploh ni več strah. Vedno govorim: »Če je smrt najslabša možnost, se nimate česa bati.« Smrt je v resnici zelo lepa ... Najslabši scenarij je živeti slabo življenje, ne pa umreti. Vsakdanje težave, krize in bolezni so del življenja. Jaz se jih lotevam tako – pa tudi drugim svetujem enako –, da se obrnem vase. Ne glede, ali je stvar fizične narave, na primer bolezen, ali pa čustvene, mentalne ... Lahko gre tudi za finance ali odnose; kar koli



**Anitina knjiga je v slovenščini izšla z naslovom Z roba smrti v pravi jaz pri založbi Gnostica.**

pač. Pogovorite se s seboj. Večina ljudi v težavah išče odgovore zunaj sebe. Iščemo jih po internetu, misli in um pa zasičimo s preobiljem informacij. V takih situacijah rečem ljudem, naj se ustavijo. Prekinite z vsem in samo prisluhnite. Prisluhnite, kaj vam telo sporoča. Ne razmišljajte več in nehajte kopičiti informacije. Dopustite si, da začnete v tišini intuitivno zaznavati stvari. Tedaj boste začeli privlačiti v svoj vsakdan prave stvari. Tudi če se rešitev skriva v neki knjigi ali vam jo mora kdo povedati, vas bosta prava knjiga ali prava oseba sami našli. Ne iščite več, kajti že samo iskanje in delovanje iz strahu vas odtegneta od prave poti, ki se vedno odvija skozi intuitivna sporočila v vas.

● **Imate kakšno sporočilo za zdravnike?**

Moj zdravnik me je brezpogojno podpiral in za to sem mu neizmerno hvaležna. Veseli me tudi, ko zdravniki mojo zgodbo posredujejo svojim pacientom. Poudarjam, da nisem iznašla zdravila za raka. Vem pa, da

bolezen ne nastane iz nič. Pri meni so bili vzrok destruktivne misli, strahovi, samozaničevanje ..., kar je izčrpalo moj imunski sistem. To so znana dejstva. Zdravstvene delavce bi želela spodbuditi k temu, da bi obravnavali paciente tudi s čustvenega vidika. Da bi jih spraševali, kakšno je njihovo osebno življenje, duhovno življenje, ali se imajo radi, ali imajo v svojem življenju koga, ki jih ljubi in ki mu pomenijo veliko, ter podobno. Še vedno smo preveč osredotočeni na zdravila, premalo pa na okolje. Z okoljem ne mislim samo na hrano ali na onesnaževanje, temveč tudi na notranje okolje, čustva.

● **Sredi marca boste imeli v Zagrebu eno izmed samo dveh delavnic v Evropi. Vaše delavnice slovijo po tem, da jih priporočajo tudi znanе osebnosti, kot so vaš prijatelj dr. Wayne Dyer, založba Hay House in tudi dosednji udeleženci. Kako bo potekala oziroma kaj bodo udeleženci odnesli od nje?**

Sebično priznam, da bom sama od delavnice odnesla ogromno, ker se bom lahko povezala z vsemi temi ljudmi, do katerih čutim toliko ljubezni. Na delavnicah poskušam spodbuditi ljudi, da se odprejo in začutijo polje brezpogojne ljubezni. Ta energija je zame pomembnejša od informacij, ki si jih bomo izmenjali. Govorila bom o tem, kako se sporazumevati s svojim telesom, in udeležence naučila meditirati. Povedala bom, kako doseči to posebno stanje, o katerem smo govorili. Razložila bom, zakaj je tako pomembna ljubezen do sebe, kako jo doseči in še mnogo več. Glavna stvar pa je energija, ki jo bomo ustvarili skupaj. Vsak udeleženec naj bi srečanje zapustil navdahnjen in pripravljen, da svoje življenje vzame v svoje roke oziroma ga zapelje na višjo raven. Preobrazba za vsakogar, to je moj namen.

● **Bi še kaj sporočili bralcem svoje knjige, bodočim udeležencem delavnice ali zgolj ljudem, ki iščejo svojo srečo?**

Da! Rekla bi jim: Ne jemljite življenja tako resno! Ne jemljite sebe tako resno, pa tudi duhovnosti ne. Sprostite se, bodite prijazni do sebe in več se smejte. S smehom bi morali spremljati vsakdanje dogodke, svoje dogodivščine in življenje nasploh. Uživate v življenju! Počnite zabavne reči, zabavajte se in jejte čokolado (smeh) ..., take stvari. Ne bodite vendar tako resni. Zavedajte se, da smo vsi duhovna bitja. To ni nekaj, za kar bi si morali prizadevati ali garati, že rodili ste se kot duhovno bitje. Vsi smo del Boga in vsak bi se moral zavedati tega. ■