



## **Fragment książki "*Afirmacje do samoleczenia*"**

Afirmacja jest wyrażeniem prawdy, jaką uczeń przyswaja na duchowej ścieżce. Mówi się, że człowiek jest tym, co je. Bliższe prawdy jest powiedzenie: „Żyjemy tak, jak myślimy”, ponieważ nasze umysły i uczucia wyrażają o wiele lepiej niż ciała, kim tak naprawdę jesteśmy. Nasze myśli w dużej mierze oddziałują na nasze fizyczne zdrowie.

Żaden realny sukces nie pojawia się w życiu fuksem. Sportowiec musi ciężko pracować, aby opanować technikę rzucania piłką do kosza, jazdy na nartach ze stromego zbrocza czy skoków w dal. Pianista musi pracować tak samo ciężko, aby wyćwiczyć palce i z łatwością grać najbardziej zawile muzyczne pasáže. Życie także jest sztuką. Niefortunnie jest rodzajem sztuki, której większość ludzi poświęca niewiele energii. Ludzie biorą życie takie, jakie jest i dziwią się, dlaczego tak wiele projektów im się nie udaje.

Myśli potrafią się materializować. Słowa, które wyrażają myśli, posiadają niezmierną moc, szczególnie wielką, kiedy wypowiadamy je z koncentracją. Zwykła myśl o zmęczeniu wystarcza, aby pozbawić nas energii. Słowa: jestem wyczerpany, dodają mocy tej myśli.

Kiedy człowiek czuje się wyczerpany i nagle zainteresuje się czymś ciekawym, to zniknie całe jego zmęczenie! Żyjesz tak, jak myślisz. Jeśli dodasz do tego słowa: czuję się wspaniale!, zauważysz, że to działa.

Większość projektów, jak: poznawanie języków obcych, badania naukowe, skazanych jest na niepowodzenie, gdyż uważamy je za obce. Sukces przychodzi łatwiej, jeśli zaakceptujemy nowy projekt jako swój własny.

Na przykład, student łatwiej przyswoi sobie język francuski, kiedy będzie pochłonięty myślą: jestem Francuzem, niż ten, który myśli (jak to robią dzieci w szkole): och, jak ci ludzie śmiesznie mówią!

Trudność polega na tym, że nasze nawyki zakopane są w podświadomości. Dlatego też, kiedy próbujemy je zmienić, powracają wciąż na nowo, choć jest to niezgodne z naszą świadomą wolą. Afirmacje, jeśli będą recytowane z głęboką koncentracją, zostaną wchłonięte do podświadomości i wzniosą nas na poziomy umysłu, nad którymi mamy niewielką kontrolę.



Żyjemy tak, jak myślimy. Jednakże jesteśmy czymś więcej niż tylko samą świadomością. Jesteśmy miriadami sprzecznych form uczuć, nawyków i reakcji, które budujemy przez całe życie - (tak naprawdę przez wiele istnień) w swoim podświadomym umyśle. Aby uleczyć siebie, musimy wpierw pokonać te wewnętrzne konflikty.

Same afirmacje nie wystarczą, aby wprowadzić radykalne zmiany. Jesteśmy częścią wszechświata, z którym musimy żyć w harmonii. Poza naszym umysłem egzystuje także boska świadomość. Przemiana poprzez rozumowanie ogranicza potencjał energii niezbędny do samoleczenia i samorealizacji. Najlepiej przenieść afirmacje z poziomu ego do nadświadomości. Uzdrowienie oznacza oczyszczenie z niedoskonałości. Doskonale myśli płyną z nadświadomości - źródła twórczości i uwolnienia. Innymi słowy, afirmując, koncentrujemy się na pozytywnych aspektach, które uwolnią nas od wszelkich dolegliwości.

Nadświadomość jest płaszczyzną świadomości, opisywaną często jako wyższa Jaźń.

Z tego poziomu płynie wielka inspiracja, boskie przewodnictwo i moc prawdziwego uzdrowienia. Afirmacje bez udziału nadświadomości przynoszą jedynie tymczasowe korzyści.

Afirmacje recytowane poprawnie wzniosą naszą świadomość na wyższy poziom. Skoncentruj się na punkcie między brwiami, zwanym świadomością Chrystusową.

Powtarzaj afirmacje zawarte w tej książce najpierw głośno, aby skupić całą uwagę, następnie powtarzaj je ciszej, aby głęboko przyswoić znaczenie słów. Potem szeptem, ściągając je do podświadomości. Raz jeszcze powtórz afirmacje cicho, aby pogłębić ich absorpcję na poziomie podświadomości. Na koniec, ze wzrastającą aspiracją, powtarzaj wersety w ośrodku Chrystusowym. Na każdym poziomie powtarzaj wersety kilkakrotnie, zanurzając się głębiej i głębiej.

Jeśli wykonasz ćwiczenie poprawnie, doświadczysz umocnienia i będziesz mógł rozwinąć ważne dla siebie cechy. Afirmacja jest pierwszym krokiem do samoleczenia. Musimy zrobić ich więcej.



Jednakże, nasze wysiłki pozbawione mocy Bożej będą zawsze mało skuteczne. Innymi słowy, afirmacje powinny kończyć się modlitwą.

Dlaczego należy modlić się po afirmacji? Dlaczego nie przed? (Z pewnością, modlitwa jest dobra zawsze). Afirmacja niewzmocniona modlitwą stanie się płytka. Stanie się też błaganiem, aby Bóg wykonał całą robotę za nas. Efektywna modlitwa nigdy nie jest pasywna, jest pełna wiary. Dojrzewa dzięki pozytywnemu nastawieniu.

Aby zrealizować nowy projekt, afirmujemy go wpierw, podążając za sekwencjami opisywanymi w tej książce. A następnie ofiarowujemy tę afirmację Bogu w pełnej oddania modlitwie.

Dzięki temu osiągamy najgłębszą i najbardziej pozytywną harmonię z Nim. Poprzez boskie zharmonizowanie się, nasz opór przed zmianą zmniejsza się do minimum. Otwarci, pełni woli, przebudzeni współpracujemy z Łaską Bożą.

## Sukces

Prawdziwy sukces oznacza przemianę. Prawdziwy sukces wiąże się z odnalezieniem spokoju wewnętrznego, poznaniem siebie samego i, przede wszystkim, doświadczeniem radości Bożej.

Sukcesy na planie materialnym również wiążą się z przemianą. Polega ona na wzniesieniu się ponad przeszłe osiągnięcia i otwarciu na nowe projekty.

Sukcesem może też być zaakceptowanie porażki, pod warunkiem, że pomoże nam to pozbyć się fałszywych ambicji. Każda porażka może stać się milowym krokiem na drodze do osiągnięcia najwyższych celów.

Sukcesu nie należy mierzyć zdobyczami materialnymi, ale rosnącym zrozumieniem, zdolnościami i otwarciem na Boga.

## Afirmacja

Pozostawiam za sobą zarówno porażki, jak i zwycięstwa. To wszystko, co robię dzisiaj, tworzy lepszą, wypełnioną duchową radością przyszłość.