

dr JOSEPH **MURPHY**

Autor książek *Potęga podświadomości* oraz
Sztuka afirmacji. Uwolniona potęga podświadomości

MOC MODLITWY

NIEZWYKŁA POTĘGA PODŚWIADOMOŚCI

sensus

Tytuł oryginału: How to Use the Power of Prayer

Tłumaczenie: Katarzyna Rojek

ISBN: 978-83-283-5670-2

© Joseph Murphy

Rights licensed exclusively by JMW Group
jmwgroup@jmwgroup.net
www.jmwgroupforlife.com

All rights reserved. No part of this book may be reproduced or transmitted in any form or by any means, electronic or mechanical, including photocopying, recording or by any information storage retrieval system, without permission from the Publisher.

Polish edition copyright © 2019 by Helion SA
All rights reserved.

Wszelkie prawa zastrzeżone. Nieautoryzowane rozpowszechnianie całości lub fragmentu niniejszej publikacji w jakiejkolwiek postaci jest zabronione. Wykonywanie kopii metodą kserograficzną, fotograficzną, a także kopiowanie książki na nośniku filmowym, magnetycznym lub innym powoduje naruszenie praw autorskich niniejszej publikacji.

Wszystkie znaki występujące w tekście są zastrzeżonymi znakami firmowymi bądź towarowymi ich właścicieli.

Autor niniejszej książki nie umniejsza znaczenia porad lekarskich ani nie poleca żadnej formy terapii fizycznej, duchowej czy medycznej bez konsultacji z lekarzem. Wyłącznym celem autora jest dostarczenie ogólnych informacji, które mogą przyczynić się do poprawy emocjonalnego i duchowego samopoczucia czytelnika. Autor i wydawca nie ponoszą odpowiedzialności za efekty wykorzystania tych informacji przez czytelnika.

Zamieszczone w książce cytaty biblijne pochodzą z Biblii Tysiąclecia (Wydawnictwo Pallottinum, Poznań 2003).

Materiały graficzne na okładce zostały wykorzystane za zgodą Shutterstock Images LLC.

Drogi Czytelniku!
Jeżeli chcesz ocenić tę książkę, zajrzyj pod adres
http://sensus.pl/user/opinie/mocmod
Możesz tam wpisać swoje uwagi, spostrzeżenia, recenzję.

Helion SA
ul. Kościuszki 1c, 44-100 Gliwice
tel. 32 231 22 19, 32 230 98 63
e-mail: *sensus@sensus.pl*
WWW: *http://sensus.pl* (księgarnia internetowa, katalog książek)

Printed in Poland.

• Kup książkę
• Poleć książkę
• Oceń książkę

• Księgarnia internetowa
• Lubię to! » Nasza społeczność

Spis treści

Moc modlitwy.
Jak ją wykorzystywać 7

Miłość to wolność 27

Trucizny mentalne i lekarstwa na nie 45

Zmiana poczucia „ja” 67

Dlaczego to przydarzyło się właśnie mnie? 79

Jak się modlić przy użyciu talii kart 95

Zapisz nowe imię w Księdze Życia 111

Pieśń triumfu 131

Kup książkę Poleć książkę

Kup książkę Poleć książkę

Trucizny mentalne i lekarstwa na nie

Właściwe podejście to początek uzdrowienia

ISTNIEJĄ TRUCIZNY zarówno mentalne, jak i fizyczne. Trucizny mentalne to złe myśli, które oddziałują pod powierzchnią w świadomości niczym zatruty strumień, by wypłynąć na wierzch wiele lat po bolesnych doświadczeniach (chorobie, stracie, tragedii życiowej itd.).

Jakiś czas temu czytałem o eksperymencie naukowym w Rosji, w ramach którego sześciu zahipnotyzowanym i odpowiednio wytresowanym kotom podano cyjanek potasu, co nie spowodowało śmierci zwierząt, podczas gdy sześć innych, niewytresowanych zwierząt zmarło. Gdybyśmy mieli dość wiary w subiektywną moc Boga, który w nas mieszka, bylibyśmy w stanie zneutralizować

Kup książkę Poleć książkę

wszelkie śmiertelne trucizny, zarówno mentalne, jak i różne inne.

Jak wygląda profilaktyka? Pierwszy krok polega na tym, aby od teraz przestać się bać nowotworu, gruźlicy, artretyzmu czy zaburzeń umysłowych. W drugim kroku trzeba zdać sobie sprawę, że choroba stanowi skutek błędnego myślenia i nie ma sił, by dalej istnieć; wtedy też zaczynasz chwalić Boga wewnątrz siebie. Taka postawa zatrzyma wszelkie toksyny w Tobie albo w osobie, za którą się modlisz.

Uznaj chorobę za „fałsz" i wychwalaj Boga, wypatrując idealnego rozwiązania, piękna i spełnienia tam, gdzie pojawiła się trudność.

Do najniebezpieczniejszych trucizn mentalnych należą: lęk, nienawiść, użalanie się nad sobą, uraza, zazdrość, mściwość, samotność i przygnębienie. Wszystkie wymienione są formami lęku. W języku biblijnym lęk to ślepa, fałszywa myśl, która nosi imię Goliat. Słowo to oznacza agresywną, dominującą myśl lub ideę, która chełpi się swoją siłą, paraliżuje, dręczy, zastrasza i zmusza do poddania się jej bezprawnej władzy. Być może obawiasz się, że natkniesz się na tego gangstera, intruza czy też rabusia w swoim umyśle. Być może obawiasz się skutków spotkania twarzą w twarz z tym grzesznym cieniem, aby go wygnać.

Aby pozbyć się gangstera o imieniu lęk, trzeba odegrać rolę Dawida. Imię to oznacza człowieka, który kocha Boga i który wie, że jest tylko Jedna Suwerenna Władza;

Kup książkę Poleć książkę

działa ona pod postacią Jedności, która nie zna podziałów czy kłótni i której imię brzmi Miłość. Dawid — czyli Twoja świadomość Bożej Obecności i Bożej Mocy — zabił filistyńskiego olbrzyma o imieniu Goliat (czyli lęk) za pomocą kamienia, który wystrzelił z pasterskiej procy. Lęk jest to cień rzucany na umysł przez ignorancję i ciemność. Kiedy wystawisz lęk na działanie światła rozsądku i inteligencji, ten nie będzie w stanie tego znieść i zniknie. Wśród dzieci lęku znajdują się:

a) *nienawiść*: jest tak naprawdę przeciwieństwem miłości czy też miłością kierowaną w niewłaściwą stronę i wyrastającą z ignorancji;

b) *użalanie się nad sobą*: w rzeczywistości jest nadmiernym skupianiem się na sobie. Ta trucizna mentalna sączy się poprzez krwiobieg psychiczny, zatruwając źródła nadziei i wiary oraz prowadząc do otępienia, przygnębienia itd. Antidotum na tę truciznę jest znalezienie swojego innego, drugiego „ja" (Boga) i odurzenie się świadomością miłości do Boga, a zjednoczenie z Jedyną Mocą pozwoli narodzić się spokojowi, zdrowiu, pewności i sile;

c) *lęk przed starością*: podeszły wiek to nie skutek zbyt szybkiego upływu lat, ale świt mądrości, prawdy i piękna;

d) *samotność*: brak miłości. Kto żyje bez miłości, poszukuje tego uczucia; kto kocha, znajduje miłość i przy-

Kup książkę Poleć książkę

jaźń wszędzie. Antidotum na tę truciznę polega na tym, aby zakochać się w Bożych towarzyszach wewnątrz swojego umysłu. Ich imiona to: dobra wola, życzliwość, łagodność, spokój, cierpliwość, rozumienie oraz szczere zainteresowanie bliźnimi. Rozlewaj Bożą Miłość — podwójną porcję Ducha — na wszystkich, którzy Cię otaczają, a natychmiast wyeliminujesz samotność. Ponadto Bóg da Ci podwójną nagrodę, a Twoja dobra wola zostanie szczodrze pomnożona.

Stan Twojego umysłu jest Twoim nauczycielem. Nierozsądnie jest pozwalać prostackiemu, ślepemu, głupiemu potworowi powodować Tobą i kierować Twoimi działaniami. Uznaj, że jesteś zbyt mądrą, zbyt błyskotliwą osobą, aby tak miało się dziać. Dlatego też warto stać się Dawidem! Odegraj tę rolę, a fantastycznie to zaprocentuje. Odegranie Dawida oznacza, że Twoja wiara w Boga jest silniejsza od lęku. Lęk to wiara na opak. Lęk to zlepek ciemnych i grzesznych cieni w ludzkim umyśle. Krótko mówiąc: lęk to wiara w błędny obiekt. Stań się więc duchowym gigantem i obudź Dawida (czyli ufność w Boga). On już w Tobie jest, wystarczy, że go zawołasz. Jednocześnie możesz wołać o Bożą miłość.

Dziećmi wiary w Boga są: miłość, spokój, delikatność, dobroć, życzliwość, radość, równowaga, pokora i pogoda ducha. Gdy zdasz sobie sprawę z tego, że istnieje tylko Jedna Moc, Jedna Przyczyna —Stwórca — wówczas przeniesiesz całe swoje wierność, oddanie i lojalność na owego

Kup książkę Poleć książkę

Jedynego Boga; wówczas staniesz się Dawidem, ukochanym Boga. Dawid (duchowa świadomość) nie miał żadnej broni ani materialnej ochrony, jakich używano w tamtych czasach. Jego siłą było jego zaufanie do Boja ojców, przeświadczenie o tym, że Nieskończona Inteligencja rozwiąże każdy problem.

Zawsze kiedy prosisz o Boże przewodnictwo, Boże kierownictwo, zaczynasz zauważać słabe punkty w uzbrojeniu Goliata czy też osoby, która Ci grozi czymś strasznym. Tak naprawdę to nie osoba jako taka ma władzę, ale myśl w Twoim umyśle.

Przyjaciółmi człowieka są jego domownicy (mieszkańcy jego umysłu). „Potem sięgnął Dawid do torby pasterskiej i wyjąwszy z niej kamień, wypuścił go z procy, trafiając Filistyna w czoło, tak że kamień utkwił w czole i Filistyn upadł twarzą na ziemię" (1 Sm 17,49). Kamień to Twoja pewność Jedynego Boga, Jedynej Mocy. Kamień jest twardy i nieprzepuszczalny, co oznacza, że Twoja wiara czy też ufność w Duchową Moc również jest niezłomna i odporna. Innymi słowy: jesteś człowiekiem nieporuszonym, niezmąconym, nieustępliwym i ufasz Jedynemu, Pięknemu i Dobremu. Za pomocą takiego kamienia czy też wewnętrznego przekonania roztrzaskujesz czoło olbrzyma zwanego lękiem albo Goliatem. Lęk lubi się przechwalać i w tym właśnie tkwi jego słabość. Dawid (umiłowanie Prawdy) idzie naprzód, wcielając w życie jedną jedyną ideę: pragnie udowodnić przewagę Bożej Mocy. Jeżeli i Ty idziesz naprzód, mając pewność, że „jeden

Kup książkę Poleć książkę

człowiek z Jedynym Bogiem stanowią większość", to zauważasz, że jesteś przez Niego prowadzony na każdej swojej drodze, i nieuchronnie stajesz się zwycięzcą.

Nie zwalczaj lęku lękiem: lepiej staw mu czoła za pomocą bezpośredniej deklaracji Bożej Obecności i Mocy, która pozbawi go siły. Mów sobie: „Pan światłem i zbawieniem moim: kogóż mam się lękać? Pan obroną mojego życia: przed kim mam się trwożyć?" (Ps 27,1). Czy obawiasz się choroby, która Cię dopadła? Zauważ, że błędna myśl w Twoim umyśle być może przechwala się i chełpi swoją pseudomocą oraz Cię onieśmiela. Nie pozwól, aby tego typu myśli zastraszały Cię i onieśmielały. Już teraz staw im czoła i je pokonaj. Uświadom sobie, że wszelka niezgoda powstaje w Twoim umyśle; nie łapiesz jej gdzieś na zewnątrz. Możesz zmienić swoje nastawienie, zdając sobie sprawę z tego, że Nieskończona Obecność, która stworzyła Twoje ciało, w tej chwili je uzdrawia. Kiedy zrobisz to w sposób świadomy i umiejętny, zmienią się schematy myślenia w Twojej podświadomości, dzięki czemu nastąpi uzdrowienie. Przekonania, które pielęgnujesz w chwili obecnej, determinują Twoją przyszłość oraz to, czego doświadczasz.

Medytuj nad pozytywnymi wartościami duchowymi. Proś o idealnego partnera, o rozwiązanie problemu, o spokój umysłu, bo Duch wewnątrz Ciebie jest Najwyższy i Wszechmogący. Myśląc bowiem o rozwiązaniu problemu lub o wymarzonym partnerze z ufnością i wiarą, nastawiasz swój umysł na znalezienie tego, czego pragniesz.

Kup książkę Poleć książkę

Twój umysł jest pełen albo ufności, albo lęku w zależności od tego, czym go karmisz. Stań się rumianym pasterzem Dawidem, przyznając sobie boskość i przyoblekając się w nią. Pamiętaj o niej, aby zyskać wytrwałość, i miej na względzie, że na swojej drodze napotkasz tylko te doświadczenia, które świadomie i nieświadomie sobie planujesz. Uznaj, że Bóg i Jego Miłość kroczą przed Tobą: przyjmij postawę ufności, wiary i zaufania we Wszechmogącą Moc, która nigdy nie zawodzi. Kiedy tak postępujesz, jesteś Dawidem, który kroczy śmiało naprzód, obleczony w zbroję Bożą, przygotowując się na wolność, spokój umysłu i szczęście.

Według historii z Księgi Samuela Dawid ściął Goliatowi głowę. Właśnie tak musi postępować uduchowiony człowiek z wszelkimi grzechami, fałszywymi przekonaniami i przesądami w swoim umyśle: musi skremować, spalić, zniszczyć wszelkie negatywne myśli w ogniu Bożej Miłości i we właściwym rozumieniu. Goliat czy też lęk jest wiarą w fałszywego bożka. Ty zaś, kiedy masz świadomość swojej wiary w Jedynego Prawdziwego Boga — Jedyną Moc i Obecność — stajesz się odpowiednio uzbrojonym Dawidem.

Ostatnio rozmawiałem z pewnym małżeństwem, które było przekonane, że straci wszystko w pewnej sprawie sądowej, ciągnącej się przez pięć lat. Małżonkowie byli nastawieni bardzo pesymistycznie: wydawało się, że druga strona kłamie i usiłuje ich wyzyskać. Reprezentujący ich prawnik powiedział, że jego zdaniem nie mają szans, oni

Kup książkę Poleć książkę

zaś trwali jakby zahipnotyzowani tą opinią. Wyjaśniłem im więc, że opinia czy też sugestia prawnika nie ma żadnej mocy i że jego słowa nie mogą sprawić, iż na pewno stanie się dokładnie to, co powiedział. Wówczas mąż i żona uświadomili sobie, że opinia prawnika miała moc tylko dlatego, iż oni sami ją zaakceptowali. Pozwolili mu zasugerować się tym, że przegrają. Ponieważ moc tak naprawdę tkwiła w ich myślach, modlili się następująco: „Bóg jest Absolutną Harmonią i Absolutną Sprawiedliwością, czego konsekwencjami są sprawiedliwość, harmonia i satysfakcja dla wszystkich". Tak brzmiała ich prosta modlitwa. Przesłanka była prawdziwa, więc prawdziwy musiał być i wniosek. Co więcej, początek i koniec były takie same: jeżeli człowiek zaczyna od Boga, to i na Bogu czy też Dobru kończy. Owoc jest w nasieniu, dąb jest w żołędziu. Sprawa sądowa znalazła doskonały, harmonijny finał i ostatecznie została rozwiązana poza sądem.

Bóg nigdy się nie spóźnia: sekret polega na tym, aby pozostać lojalnym i wiernym temu, co uważa się za prawdę o Nim. Nie wahaj się sięgać po miecz Prawdy, tak jak to zrobił Dawid. Uzbrój się w duchowe rozumowanie oraz rozumienie Bożego Prawa i Wiecznych Prawd. Zabijaj bez miłosierdzia ani litości wszelkie schematy negatywnego myślenia w swoim umyśle, energicznie i skutecznie je stamtąd wypędź oraz wpuść Boże Światło, Miłość i Prawdę. Twoja duchowa świadomość działa niczym miecz, ponieważ odcina Cię całkowicie od starego sposobu myślenia, umysłu plemiennego, innych mocy, destrukcyjnych

Kup książkę Poleć książkę

sił magicznych i ewentualnych przeciwników Jedynej Najwyższej Miłującej Mocy.

W zeszłym tygodniu pewna kobieta powiedziała mi: „Jestem tak wściekła, że zabiłabym May!". May bowiem miała rozpowszechniać kłamstwa na temat mojej rozmówczyni, jak również podważać jej pozycję. Kobieta pozwoliła May, by ją zdenerwowała; innymi słowy: dała May moc, której ta nie posiadała. Problem tkwił we własnych myślach mojej rozmówczyni. May nie była odpowiedzialna za sposób, w jaki kobieta o niej myślała. Moja rozmówczyni nagle zdała sobie sprawę z tego, że cały problem tkwi w jej własnych obrazach mentalnych i wzorcach myślenia. Pozwoliła Goliatowi (lękowi) na to, by doprowadził do rozruchów w jej umyśle, więc ją zahukał, onieśmielił, zastraszył i przeraził — przy czym cały proces był jej wytworem. Młoda kobieta miała na szczęście dość zdrowego rozsądku: skierowała swoją chandrę na bakterie lęku, nienawiści i zemsty, by w ten sposób usunąć wszystkie te mentalne trucizny i zneutralizować toksyczne skutki właściwym sposobem myślenia i odczuwania. Z powrotem intronizowała Boga w swoim umyśle, mówiąc sobie: „(...) zła się nie ulęknę, bo Ty jesteś ze mną (...)" (Ps 23,4).

Gdzie jest Bóg, tam nie może być zła. Kiedy wspomniana kobieta stopniowo nasączała swój umysł tą prostą prawdą: „Bóg istnieje. Jego Obecność wypełnia moją duszę i rządzi moim życiem", cała zła wola zniknęła. Moja rozmówczyni pozytywnie się zbuntowała przeciwko temu,

Kup książkę Poleć książkę

by inna kobieta przyprawiała ją o migrenę, niestrawność, bezsenność i zdenerwowanie. Nikt nie ma takiej władzy. Tylko Ty możesz decydować, jak poruszają się Twoje myśli. Dobro i zło bowiem to poruszenia Twojego umysłu. Nie pozwól, aby złodzieje w postaci lęku, urazy i poczucia bezwartościowości ograniczyły Cię, zakuły w kajdany i zniewoliły. Świat, który widzimy, jest tak naprawdę światem, którym jesteśmy. Patrzymy bowiem przez umysłowe obrazy i przekonania naszej podświadomości. Barwimy wszystko zgodnie z własnym wewnętrznym nastawieniem. Człowiek projektuje swoje uczucia, uprzedzenia i animozje na innych ludzi oraz tworzy pokręcony, zniekształcony obraz wszystkiego.

Już teraz określ swój cel. Dokąd zmierzasz? Co chcesz osiągnąć? Opracuj konkretny plan lub cel, a następnie uznaj, że Bóg nim kieruje w Twoim imieniu. Kiedy tylko jakaś negatywna sugestia kłóci się z Tobą na temat celu w Twoim umyśle, odetnij jej głowę zdecydowanie i ostatecznie za pomocą duchowego miecza rozsądku, mówiącego Ci, że istnieje tylko Jedna Duchowa Moc i że Bóg, który dał Ci pragnienie, jest tym samym Bogiem, który je zaspokoi. To łatwe, ponieważ „Ojciec, który trwa we Mnie, On sam dokonuje tych dzieł" (J 14,10). Nikt nie ma mocy niepokoić Cię czy zabierać Ci wiary i ufności w Tego, Który Jest. Śmiało, niech Twoja wizja stanie się celem, szczytem, który chcesz osiągnąć, a dotrzesz do miejsca, gdzie się ona urzeczywistnia.

Kup książkę Poleć książkę

Stań się Dawidem, zakochując się w miłości do Bożych Prawd, i zaufaj całkowicie Nieskończonej Mądrości, aby pokazała Ci rozwiązanie. Wiedz, że Bóg, działając w Tobie, obdarza Cię pięknem, spokojem, harmonią oraz właściwym miejscem na świecie ze swojej woli. Dawid był synem Jessego, czyli synem Tego, który jest, synem Boga. Ty także jesteś synem Nieskończonego i dzieckiem Wieczności. Zbliż się do swojego Ojca. On Cię kocha i troszczy się o Ciebie! Kiedy się zwrócisz ku Niemu, On zwróci się ku Tobie, a wtedy nastanie świt i wszystkie cienie uciekną.

Cudowna moc mowy wewnętrznej

Niech znajdą uznanie słowa ust moich i myśli mego serca u Ciebie, Panie, moja Skało i mój Zbawicielu!

— Ps 19,15

GDY TWOJE myśli i uczucia będą zgodne ze słowami padającymi z Twoich ust, wówczas w Twoim życiu zaczną się wydarzać cuda. W tym kontekście powinienem przytoczyć następujący przypadek: pewien mężczyzna był zaangażowany w bardzo przeciągającą się sprawę sądową, co kosztowało go dużo czasu, pieniędzy itd. Człowiek ten okazywał rozdrażnienie, rozgoryczenie, a nawet wrogość zarówno przeciwnikom, jak i własnym adwokatom. Jego mowa wewnętrzna, czyli myśli niewypowiadane na głos, brzmiała mniej więcej tak: „Beznadzieja! To trwa już pięć lat. Jestem cały czas zdradzany. Nie ma sensu tego ciągnąć.

Kup książkę Poleć książkę

Równie dobrze mogę się poddać...". Wyjaśniłem więc mojemu rozmówcy, że jego mowa wewnętrzna jest bardzo destrukcyjna i bez wątpienia odgrywa ważną rolę w tym, że sprawa się przeciąga. Hiob powiedział: „(...) bo spotkało mnie, czegom się lękał, bałem się, a jednak to przyszło" (Hi 3,25).

Kiedy mężczyzna zrozumiał, co sobie robił, całkowicie zmienił swoją mowę wewnętrzną i zewnętrzną. Przecież dotychczas tak naprawdę modlił się przeciwko sobie! W tym celu zadałem mu tylko jedno pytanie: „Jak byś zareagował, gdybym ci powiedział w tym momencie, że osiągnięto właśnie idealne, harmonijne rozwiązanie i że sprawa właśnie się zakończyła?".

Mój rozmówca odpowiedział: „Byłbym zachwycony i dozgonnie wdzięczny. Czułbym się wspaniale, wiedząc, że wszystko się skończyło".

Mężczyzna zgodził się od tej chwili pilnować, aby jego mowa wewnętrzna — jak wskazywał Piotr Uspieński — pozostawała zgodna z jego celem. Regularnie i systematycznie modlił się następującymi słowami, które mu podsunąłem: „Dziękuję za doskonałe, harmonijne rozwiązanie, które przyszło przez mądrość Jedynego Wszechwiedzącego". Mój rozmówca powtarzał sobie te słowa często w ciągu dnia, a kiedy doświadczał jakichś trudności, opóźnień, porażek, kłótni, wątpliwości i lęku, w cichości wyznawał powyższą prawdę. Zupełnie przestał wypowiadać na głos negatywne stwierdzenia oraz uważał na swoją mowę wewnętrzną, wiedząc, że ta zawsze w jakiś sposób

Kup książkę Poleć książkę

się uzewnętrznia. To, co czujemy wewnątrz, wyraża się na zewnątrz. Możemy mówić jedno za pomocą ust i czuć coś innego w sercu, ale na ekranie otaczającej nas przestrzeni pojawia się to, co czujemy. Dlatego też nie wolno nam nigdy przystawać wewnętrznie na to, czego nie chcemy doświadczyć w świecie zewnętrznym. Usta i serce powinny być zgodne, a kiedy tak się dzieje, nasza modlitwa zostaje wysłuchana.

Musimy uważnie obserwować swój wewnętrzny stan psychiczny. Niektórzy ludzie narzekają pod nosem, są zawistni, zazdrośni, kipią złością i wrogością. Takie podejście jest bardzo destrukcyjne oraz wywołuje chaos, chorobę i poczucie braku. Na pewno znasz osobę, która usprawiedliwia sama siebie, która mówi sobie, że ma pełne prawo czuć złość, mścić się i wyrównywać rachunki. Taki człowiek odtwarza starą podświadomą płytę winylową, która zawiera wszelkie alibi i wymówki w związku z wewnętrznym wzburzeniem. Wedle wszelkiego prawdopodobieństwa nie wie, że wskutek takiego stanu umysłu traci bardzo dużo energii psychicznej, przez co staje się nieskuteczny i zdezorientowany. Negatywna mowa wewnętrzna jest zwykle skierowana przeciwko jakiemuś bliźniemu.

Ostatnio rozmawiałem z pewnym mężczyzną, który powiedział mi, że był źle traktowany, że ma zamiar się zemścić, że szczerze nienawidzi swojego byłego pracodawcy itd. Ten człowiek cierpiał na wrzody żołądka wskutek wewnętrznej kotłowaniny oraz irytacji. Wyjaśniłem mu więc, że odciska bardzo destrukcyjne ślady z powodu

Kup książkę Poleć książkę

złości i urazy na swojej podświadomości, która zawsze ostatecznie wyraża to, co w nią zapada. Niszczycielskie emocje muszą znaleźć ujście; w tym przypadku uzewnętrzniły się w postaci wrzodów i nerwicy.

Mężczyzna odwrócił kierunek procesów zachodzących w jego umyśle, uwalniając swojego byłego pracodawcę i wpuszczając go ze swojej głowy do bezkresnego oceanu Bożej Miłości oraz życząc mu wszelkich błogosławieństw z Nieba. Jednocześnie napełnił umysł Bożymi Prawdami, identyfikując się z Nieskończoną Uzdrawiającą Obecnością, jak również uświadamiając sobie, że Harmonia, Spokój i Doskonałość Jedynego Nieskończonego nasycają jego umysł i ciało oraz uzdrawiając wszystkie cząsteczki. Duchowe wibracje przenikające jego umysł były przekazywane przez całe jego ciało, dzięki czemu wszystkie komórki jego organizmu uzyskały nowy duchowy ton, co z kolei doprowadziło do uzdrowienia wewnętrznego dysonansu.

W Biblii czytamy: „Jeśli dwaj z was na ziemi zgodnie o coś prosić będą, to wszystkiego użyczy im mój Ojciec, który jest w niebie" (Mt 18,19). Kim są ci dwaj? To Ty i Twoje pragnienie. Na przykład jeżeli akceptujesz mentalnie swoje pragnienie, to Twoja podświadomość doprowadzi do jego realizacji, ponieważ Twoja świadomość i podświadomość są zgodne czy też zsynchronizowane. Ci dwaj, którzy zgodnie o coś proszą, to Twoje myśli i uczucia, idee i emocje. Jeżeli uda Ci się zabarwić jakąś swoją koncepcję emocjami, to męski i żeński aspekt Two-

Kup książkę Poleć książkę

jego umysłu porozumieją się, a następnie pojawi się nowa jakość czy też potomstwo mentalne, czyli wysłuchana modlitwa.

Trzeba przy tym przypomnieć, że cokolwiek akceptujemy czy też uważamy za prawdziwe, pozostaje zaszczepione w naszej podświadomości. Podświadomość bowiem to twórcze medium, które jest — jak wskazuje Thomas Troward — zwrócone zawsze w stronę życia. Podświadomość kontroluje wszystkie Twoje organy wewnętrzne, stanowi siedlisko pamięci oraz jest uzdrowicielem ciała. Czerpie pokarm z ukrytych źródeł oraz stanowi jedno z Nieskończoną Inteligencją i Nieskończoną Mocą.

Bardzo ważne jest więc, aby przekazywać podświadomości właściwe instrukcje. Na przykład jeżeli jakaś osoba skupia się na przeszkodach, opóźnieniach, trudnościach i przycięciach w realizacji swojego planu, to podświadomość przyjmuje to jako jej oczekiwania i zaczyna na jej drodze mnożyć problemy i frustracje. Warto więc karmić podświadomość prawdziwymi przesłankami.

Jaki charakter ma mowa, która cały czas rozlega się w Twoim wnętrzu i nigdy nie jest wyrażana na głos? Wszak to właśnie Twojej mowy wewnętrznej słucha podświadomość i wykonuje zawarte w niej polecenia. Twoja podświadomość nagrywa ciche myśli oraz uczucia, przy czym zapisuje je bardzo wiernie. Rejestruje wszystko i odtwarza w postaci Twoich doświadczeń życiowych, chorób i nieszczęść, różnych wydarzeń. Nie musisz iść przez życie w psychologicznym towarzystwie lęku, zwąt-

Kup książkę Poleć książkę

pienia, niepokoju i złości. Nie ma takiego prawa, które by mówiło, że musisz się otaczać gangsterami, porywaczami, mordercami, intruzami, złodziejami istniejącymi w Twoim umyśle. Jeżeli jednak będziesz dalej zapraszać takich opryszków do swojej głowy, to będą Cię oni okradali ze zdrowia, szczęścia, spokoju, z dobrobytu i ostatecznie uczynią Cię fizycznym oraz psychicznym wrakiem.

Pewna kobieta miała ciśnienie krwi powyżej 200, czemu towarzyszyły ataki silnej migreny — przyczyną tego wszystkiego zaś była destrukcyjna mowa wewnętrzna. Kobieta uważała bowiem, że ktoś nie potraktował jej właściwie, dlatego też przyjęła bardzo negatywne podejście wobec tej osoby. Skutecznie usprawiedliwiała swoją wrogość przed sobą i pozwalała, by ten stan ciągnął się tygodniami, wskutek czego dusiła się emocjonalnie. Negatywne podejście wysysało z niej resztki sił oraz wywoływało zmiany w układzie krążenia o podłożu psychologicznym. Kobieta przyznawała, że wkrótce wprost eksploduje gniewem. Zarazem owo wewnętrzne ciśnienie, rosnące napięcie i kipiąca wrogość stały się przyczynami wysokiego ciśnienia czy też nadciśnienia oraz migreny.

Wspomniana kobieta zaczęła praktykować cudowną moc mowy wewnętrznej. Zrozumiała, że sama siebie zatruwała i że tamta osoba nie ponosiła żadnej odpowiedzialności za myśli czy uczucia wobec niej. Tylko ona w całym wszechświecie rozpamiętywała tę kwestię, produkując zjadliwe, destrukcyjne, złośliwe myśli, które zatruwały całe jej ciało. Zaczęła rozumieć i dostrzegać,

Kup książkę Poleć książkę

że tak naprawdę nikt nie jest w stanie jej dotknąć poza jej własnymi myślami czy też poruszeniami jej własnego umysłu. Aby praktykować cudowną moc prawdziwie duchowej mowy wewnętrznej, musiała tylko zidentyfikować się ze swoim celem. A jej celem były spokój, zdrowie, szczęście, radość, pogoda ducha i wyciszenie. Zaczęła więc identyfikować się z Bożą Rzeką Spokoju oraz Bożą Miłością przepływającymi przez nią niczym złota rzeka kojąca umysł i ciało, uzdrawiająca je oraz przywracająca im siły.

Przez kwadrans trzy lub cztery razy dziennie modliła się po cichu, a wewnętrzne myśli i uczucia wybrzmiewały następująco: „Bój jest Miłością i Jego Miłość wypełnia moją duszę. Bóg jest Spokojem i Jego Spokój wypełnia mój umysł i moje ciało. Bóg jest Doskonałym Zdrowiem i Jego Zdrowie jest moim zdrowiem. Bóg jest Radością i Jego Radość jest moją radością. Czuję się wspaniale". Tego rodzaju mowa wewnętrzna, która reprezentowała wewnętrzne myśli o Bogu i Jego przymiotach, wniosła pełne poczucie równowagi, opanowania i harmonii w umysł i ciało kobiety.

Gdy myśli o tamtej kobiecie przychodziły jej do głowy, wówczas natychmiast identyfikowała się ze swoim celem — z Bożym Spokojem. Odkryła cudowną moc wewnętrznej mowy, kiedy jej usta i serce jednoczyły się, identyfikując się z Wiecznymi Prawdami o Bogu, przez co czyniły ją całkowicie odporną na wpływ negatywnych idei i myśli.

Kup książkę Poleć książkę

A jak Ty odnosisz się do innych ludzi w swoim umyśle? Odpowiedź na to pytanie stanowi probierz Prawdy, która wyzwala. Jeżeli witasz ich, widząc w nich Boga, to wspaniale; oznacza to, że praktykujesz cudowną moc wewnętrznej mowy z konstruktywnego punktu wyjścia, ponieważ identyfikujesz się ze swoim celem, którym jest Bóg czy też Dobro. Uspieński wskazywał, że mowa wewnętrzna powinna zawsze pozostawać zgodna z naszymi celami.

Pewien młody mężczyzna miał następujący cel: doskonałe zdrowie. Niemniej jego świadomość nie pozwalała mu zapomnieć, że od wielu lat cierpiał na chorobę krwi. Mężczyzna był pełen niepokoju, lęku i wątpliwości. Jego bliscy stale mu przypominali, że droga do zdrowia potrwa jeszcze długo, przy czym może nigdy nie doprowadzić do pełnej formy. Podświadomość tego mężczyzny oczywiście odbierała te wszystkie negatywne sygnały, nie mógł on więc wyzdrowieć. Jego mowa wewnętrzna musiała się uzgodnić z jego celem. Innymi słowy: dwie płaszczyzny jego umysłu musiały się zsynchronizować i zgodzić. Wspomniany młody mężczyzna zaczął więc mówić innym tonem do swojej podświadomości. Zasugerowałem mu, kiedy tak słuchał uważnie i gorliwie, aby powoli, cicho, z miłością i wrażliwością wypowiadał następującą afirmację: „Kreatywna Inteligencja stworzyła moje ciało i w tej chwili tworzy moją krew. Uzdrawiająca Obecność potrafi uzdrawiać i transformuje każdą komórkę mojego ciała zgodnie z Bożym wzorcem. Słyszę i widzę, jak lekarz mi

Kup książkę Poleć książkę

mówi, że jestem zdrowy. Mam ten obraz w tej chwili w swoim umyśle: widzę wyraźnie tego lekarza i słyszę jego głos, jak mówi do mnie: »John, jesteś zdrowy! To prawdziwy cud!«. Wiem, że te konstruktywne wyobrażenia schodzą teraz w głąb mojej podświadomości, gdzie rozwijają się i są urzeczywistniane. Wiem, że moja podświadomość ma kontakt z Jedynym Nieskończonym oraz że Jego Mądrość i Moc urzeczywistniają moje żądanie, mimo iż wszystkie dowody fizyczne świadczą o czymś zupełnie przeciwnym. Czuję to, wierzę w to, identyfikuję się w tej chwili ze swoim celem — z Doskonałym Zdrowiem. Taka jest moja mowa wewnętrzna o poranku, w południe i w nocy".

Mężczyzna powtarzał tę modlitwę od dziesięciu do piętnastu minut cztery lub pięć razy dziennie, zwłaszcza przed snem. Od czasu do czasu zauważał, że jego umysł wskutek wspomnianego nawyku zaczynał się biesić: denerwował się, wydziwiał, wpadał w przerażenie i przypominał „werdykty" innych osób, jak również powtarzające się porażki w dotychczasowym procesie zdrowienia. Kiedy takie myśli pojawiały się w jego umyśle, mężczyzna wydawał rozkaz: „Stop! To ja tu rządzę. Wszystkie myśli, wyobrażenia i reakcje muszą być mi posłuszne. Od tej chwili wszystkie moje myśli skupiają się na Bogu i Jego Wspaniałej Mocy Uzdrawiania. Właśnie w taki sposób karmię swoją podświadomość. Stale identyfikuję się z Bogiem, a moje myśli i uczucia układają się w słowa wdzięczności: »Dziękuję Ci, Ojcze«. Będę tak postępo-

Kup książkę Poleć książkę

wać sto razy dziennie albo i tysiąc, jeśli tylko będzie to konieczne".

Młody mężczyzna doświadczył wyleczenia choroby krwi w ciągu trzech miesięcy. Na tym polega cudowne oddziaływanie rzeczywistej i prawdziwej mowy, kiedy Twoja mowa wewnętrzna jest taka sama, jaka by była, gdyby Twoja modlitwa już została wysłuchana. Uwierz, że już masz to, o co prosisz, a właśnie to otrzymasz. Mężczyzna odniósł sukces dzięki powtarzaniu, modlitwie i medytacji służącym temu, aby podświadomość zgodziła się z pragnieniem; następnie Kreatywna Moc Boża odpowiedziała zgodnie z tym porozumieniem. „Twoja wiara cię ocaliła" (Mt 9,22).

Pewna kobieta w wieku sześćdziesięciu siedmiu lat podała mi całą listę powodów, dla których nie może już wejść w związek małżeński, po czym zaczęła cichą praktykę poprawiania swojej mowy wewnętrznej w następujący sposób: „Dziękuję Ci, Ojcze, za doskonałego, idealnego, boskiego towarzysza życia". Powtarzała te słowa wiele razy dziennie. Po pewnym czasie, kiedy ta koncepcja została odciśnięta w jej podświadomości, kobieta poznała emerytowanego aptekarza, którego później poślubiła. Obecnie razem są doskonale szczęśliwi. Kobieta bowiem uzgodniła mowę wewnętrzną ze swoim celem. Przemawiała do swojego wnętrza tak, jakby to, czego pragnęła, już się zrealizowało. Wszystko to zaś wydarzyło się w jedynym miejscu, gdzie mogło, a mianowicie w jej własnym umyśle.

Kup książkę Poleć książkę

Oto przykład złej mowy wewnętrznej. Pewna członkini naszej organizacji starała się przez trzy lata sprzedać dom. Wyznawała: „Oddaję ten dom Nieskończonemu Umysłowi. Wiem, że zostaje sprzedany zgodnie z Bożym Porządkiem właściwej osobie za odpowiednią cenę, dlatego już teraz dziękuję za to, że tak jest". Tak brzmiała modlitwa tej kobiety — i nie było w tych słowach niczego złego, ale ona sama stale neutralizowała ich oddziaływanie, myśląc jednocześnie: „Nie ma ruchu na rynku, cena jest za wysoka, ludzie nie mają tyle pieniędzy. Co jest ze mną nie tak? Dlaczego nie mogę go sprzedać?". Widzisz więc, że pozbawiała swoją modlitwę znaczenia i czyniła ją próżną.

„Z nieżyczliwym człowiekiem nie ucztuj, nie pożądaj jego przysmaków; jak ktoś, kto dogadza apetytowi, tak samo i on [postępuje]. »Jedz i pij!« — mówi do ciebie, a w sercu ci nie jest przychylny" (Prz 23,6 – 7). Mowa wewnętrzna kobiety była bardzo negatywna i odzwierciedlała rzeczywisty sposób jej myślenia, dlatego też właśnie taki stan umysłu znajdował zewnętrzny wyraz przez trzy długie lata. Wtedy kobieta zmieniła strategię postępowania: co wieczór i co rano zamykała oczy na pięć, sześć minut i wyobrażała sobie, jak piszący te słowa gratuluje jej sprzedaży. W ciągu dnia jej mowa wewnętrzna brzmiała następująco: „Dziękuję za sprzedaż mojego domu; nabywcę spotka powodzenie i błogosławieństwo dzięki temu zakupowi". Poprzez powtarzanie te słowa zostały odciśnięte w podświadomości i znalazły wyraz zewnętrzny.

Kup książkę Poleć książkę

Tydzień później mężczyzna, który siadywał obok tej kobiety w kościele, kupił jej dom i był bardzo z tego zadowolony. Kobieta uświadomiła sobie, że nie da się podążać w dwóch kierunkach jednocześnie.

„Niech znajdą uznanie słowa ust moich i myśli mego serca u Ciebie, Panie, moja Skało i mój Zbawicielu!" (Ps 19,15).

Kup książkę Poleć książkę


PROGRAM
PARTNERSKI
GRUPY HELION
1. ZAREJESTRUJ SIĘ
2. PREZENTUJ KSIĄŻKI
3. ZBIERAJ PROWIZJĘ
Zmień swoją stronę WWW w działający bankomat!
Dowiedz się więcej i dołącz już dzisiaj!
http://program-partnerski.helion.pl
GRUPA
Helion

Bóg jest wszechobecny. Oznacza to, że istnieje w każdym ułamku czasu i w każdym skrawku przestrzeni. Nie należy o tym zapominać ani na chwilę. Praktyka Bożej obecności przez cały dzień stanowi klucz do harmonii, zdrowia, spokoju i poczucia szczęścia. Wystarczy, że będziesz widzieć Boga w każdym człowieku i we wszystkim, co napotykasz na swojej drodze, oraz że z pełną wiarą i ufnością otworzysz się na Jego obecność. Boskość bowiem jest w Tobie i Twoim umyśle. Sprawia, że nosisz w sobie moc uzdrawiania i możesz znaleźć własną drogę ku zdrowiu, harmonii i dobrobytowi, a równocześnie stawać się coraz lepszym człowiekiem.

Wiedza na ten temat znajduje się w Biblii. W tej cudownej księdze zawarte są teksty mówiące o prawach duchowych i umysłowych, które od zawsze kształtowały świat i ludzi. Niektóre z tych prawd zostały ukryte — by je ujawnić, potrzeba znajomości symboliki i alfabetu hebrajskiego. Ich studiowanie pozwala uzyskać wiedzę, dzięki której możliwe stają się modlitwa i ciągłe praktykowanie Bożej obecności.

Dzięki tej książce odkryjesz prawdziwą moc modlitwy. Dowiesz się, co zrobić, aby znaleźć własną ścieżkę rozwoju i świadomego doświadczania obecności Boga. W zawartych tu niezwykłych tekstach odnajdziesz znaczenie niektórych fragmentów Biblii. Kiedy jeszcze raz je przestudiujesz, przekonasz się, jak piękny, doskonały i potężny jest Twój umysł, jeśli tylko zwrócisz go ku Bogu. Znajdziesz tu wskazówki dotyczące modlitw o zdrowie, spokój, bogactwo, a także o szczęśliwe i spełnione małżeństwo. Zainspirujesz się do prostej, szczerej i ufnej modlitwy — i już wkrótce odczujesz, jak wspaniałym jest darem!

Dr Joseph Murphy (1898 – 1981) był irlandzkim pisarzem, filozofem, prekursorem i nauczycielem pozytywnego myślenia. Swoimi naukami zmienił życie tysięcy ludzi na całym świecie. Pisał, nauczał, doradzał. Przez wiele lat prowadził audycję radiową. Jego najlepiej znana książka, ***Potęga podświadomości***, została sprzedana w milionach egzemplarzy. Jest uznawany za jednego z najważniejszych twórców w dziedzinie rozwoju osobistego.

Pan, Twój Bóg, jest pośród Ciebie, Mocarz!

ebook dostępny wyłącznie na:
ebookpoint.pl

OSOBOWOŚĆ ODNOWA

Księgarnia internetowa:
http://sensus.pl

Zamówienia telefoniczne:
0 801 339900
0 601 339900

sensus

Sprawdź najnowsze promocje:
http://sensus.pl/promocje
Książki najchętniej czytane:
http://sensus.pl/bestsellery
Zamów informacje o nowościach:
http://sensus.pl/nowosci

Helion SA
ul. Kościuszki 1c, 44-100 Gliwice
tel.: 32 230 98 63
e-mail: sensus@sensus.pl
http://sensus.pl

ISBN 978-83-283-5670-2

cena 27,00 zł