

Numer 1 na światowej liście bestsellerów *New York Timesa*

Dr Wayne W. Dyer

**SPEŁNIONE
MARZENIA**

SILA WIARY, SIŁA MYŚLI

Tytuł oryginału: Wishes Fulfilled: Mastering the Art of Manifesting

Tłumaczenie: Olga Kwiecień

ISBN: 978-83-246-8081-8

Copyright © 2012 by Wayne W. Dyer
Originally published in 2012 by Hay House Inc., USA

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

Polish edition copyright © 2014 by Helion S.A.
All rights reserved.

Wszelkie prawa zastrzeżone. Nieautoryzowane rozpowszechnianie całości lub fragmentu niniejszej publikacji w jakiegokolwiek 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 oraz Wydawnictwo HELION dołożyli wszelkich starań, by zawarte w tej książce informacje były kompletne i rzetelne. Nie biorą jednak żadnej odpowiedzialności ani za ich wykorzystanie, ani za związane z tym ewentualne naruszenie praw patentowych lub autorskich. Autor oraz Wydawnictwo HELION nie ponoszą również żadnej odpowiedzialności za ewentualne szkody wynikłe z wykorzystania informacji zawartych w książce.

Drogi Czytelniku!

Jeżeli chcesz ocenić tę książkę, zajrzyj pod adres

<http://sensus.pl/user/opinie/spemar>

Możesz tam wpisać swoje uwagi, spostrzeżenia, recenzję.

Wydawnictwo HELION

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



Początek7

I. WYŻSZE ASPEKTY SWOJEGO „JA”

1. Zmiana obrazu siebie31

2. Twoje wyższe „ja”45

3. Twoje najwyższe „ja”57

II. PIĘĆ PODSTAW SPEŁNIONYCH PRAGNIEŃ

4. Pierwsza podstawa spełnionych pragnień:
wykorzystanie wyobraźni77

5. Druga podstawa spełnionych pragnień:
żyj tak, jakbyś już osiągnął swój cel95

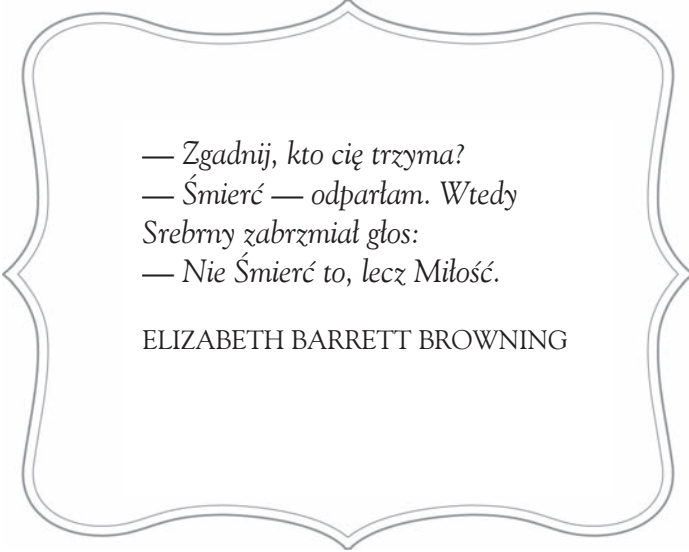
6. Trzecia podstawa spełnionych pragnień: odczucie ich111

7. Czwarta podstawa spełnionych pragnień: proszę o uwagę127

8. Piąta podstawa spełnionych pragnień: teraz kładę się spać147

9. Połączenie wszystkiego w całość165

10. Przypisy końcowe211



— Zgadnij, kto cię trzyma?
— Śmierć — odparłam. Wtedy
Srebrny zabrzmiał głos:
— Nie Śmierć to, lecz Miłość.

ELIZABETH BARRETT BROWNING



Zmiana obrazu siebie

*Zdrowie, bogactwo, uroda i geniusz nie są czymś tworzonym
— pojawiają się dzięki określonemu porządkowi Twojego umysłu,
to znaczy poprzez Twój obraz siebie, który jest wszystkim,
co akceptujesz i uznajesz za prawdziwe¹.*

— NEVILLE

Istnieje poziom świadomości, który jest dla Ciebie dostępny, a z którego istnienia zapewne nie zdajesz sobie jeszcze sprawy. Rozciąga się w górę i przekracza zwykły codzienny poziom świadomości, do którego jesteś najbardziej przyzwyczajony. Na tym wyższym poziomie istnienia, do którego zarówno Ty, jak i każdy inny żyjący człowiek macie dostęp, o ile tylko się tego chce, spełnienie pragnień jest nie tylko możliwe, ale wręcz gwarantowane. Ten rozdział jest jedynie przygotowaniem do wejścia w tę rzeczywistość, w której będziesz miał o wiele więcej do powiedzenia na temat tego, co przydarza Ci się w życiu, niż kiedykolwiek uważałeś za możliwe.

Po 18 miesiącach spędzonych we względym osamotnieniu na nauce, medytacji i rzeczywistym doświadczaniu tego, jak to jest żyć na tej cudownej płaszczyźnie istnienia, która wykracza poza wszystko, co można określić jako „zwyczajne” lub „normalne”, podjąłem się radosnego zadania opisanego rzeczywistości spełnionych pragnień. Doświadczylem osobiście, jak każde życzenie czy pragnienie, na którym skoncentrowałem swoją uwagę, przekształciło się z myśli w obiektywny fakt.

Niemniej jednak nie proponuję nauczenia się na pamięć jakiegoś ezoterycznego zaklęcia, które doprowadzi do teoretycznej nirwany. W tej książce raz po raz podkreślam, że spełnienie jest czymś *realnym* i że następuje wtedy, gdy podejmiesz określoną decyzję, by zmienić swoje nastawienie umysłowe do tego, kim jesteś i co możesz osiągnąć w ramach tego fragmentu wieczności, nazywanego *Twoim życiem*.

Zapraszam Cię do otwarcia się na radykalnie nowy pogląd na siebie. Jest radykalny, ponieważ odkąd opuściłeś łono matki, podlegałeś kulturowemu warunkowaniu, które miało skłonić Cię, byś był zadowolony z „normalnego życia” na poziomie zwyczajnej świadomości, a to zwykle oznacza akceptowanie tego, co życie przyniesie. Pod wieloma względami jesteśmy zaprogramowani, by wierzyć, że nie mamy mądrości ani możliwości sprawienia, aby nasze pragnienia i życzenia spełniły się w naszym życiu.

Staram się to powiedzieć tak jasno, jak tylko potrafię: *Istnieje poziom świadomości, na którym możesz żyć, jeśli tylko zechcesz zmienić swój obraz siebie jako istoty zwyczajnej, i na którym możesz spełnić każde pragnienie, jakie Ciebie dotyczy.* W tej książce razem z Tobą przeanalizuję wszystko, czego się do tej pory nauczyłeś, co zinternalizowałeś, co praktykowałeś i zgodnie z czym żyłeś, jeśli chodzi o moc spełnienia. Wszystko zaczyna się od zmiany obrazu siebie.

Chciałbym zacząć od napisania paru słów na temat tego, co zwyczajne i nadzwyczajne.

Zwyczajne jest, no cóż, zwyczajne. Oznacza, że robisz wszystko to, do czego zaprogramowały Cię Twoja kultura i Twoja rodzina, czyli starasz się dopasować, ciężko się uczysz, stosujesz się do zasad, wypełniasz swoje zobowiązania, składasz odpowiednie formularze w urzędach,

płacisz podatki, idziesz do pracy i robisz to samo, co każdy przestrzegający prawa obywatel, a potem przechodzisz na emeryturę, bawisz się ze swoimi wnukami i w końcu umierasz. Chcę tu podkreślić, że nie widzę nic złego w tym scenariuszu — jest najzupełniej w porządku — jednak gdybyś był z niego w pełni zadowolony, nie czytałbyś tej książki.

To, co nadzwyczajne, obejmuje również to, co zwyczajne, bo wszyscy żyjemy w tym samym świecie. Wciąż będziesz musiał wypełniać formularze, stosować się do określonych zasad, płacić rachunki i wywiązywać się z zobowiązań rodzinnych. Jednak nadzwyczajna świadomość związana jest z Twoją duszą — z niewidzialną, wolną od granic energią, która mieści się wewnątrz czaszki i ma zupełnie inne zainteresowania niż Twoje zwykłe „ja”.

Ideałem Twojej duszy — rzeczą, której najbardziej pragnie — nie jest więcej wiedzy. Nie interesuje jej porównywanie się z innymi ani wygrywanie, ani posiadanie, ani światło, ani nawet szczęście. Ideał Twojej duszy to przestrzeń, rozwój i bezmiar. Potrzebuje tylko jednego: móc się rozwijać, rosnąć i ogarniać nieskończoność. Dlaczego? Ponieważ Twoja dusza sama jest nieskończonością. Nie podlega żadnym ograniczeniom ani barierom, opiera się uwięzieniu, a gdy próbujesz ją zamknąć w jakimś zestawie zasad i zobowiązań, unieszczęśliwiasz ją.

Twoje niewidzialne „ja” jest nadzwyczajne, ponieważ jest częścią uniwersalnej duszy, która jest nieskończona. Część Ciebie potrafi rozpoznać własną wielkość i przemawia do niej idea rozszerzania się i usuwania wszelkich granic, o czym piszę właśnie w tej książce. To nowa koncepcja Twojego „ja”, zainspirowana przez Twoją duszę. Przyjrzyjmy się więc tej idei, a następnie zastanówmy się, co musisz zrobić, by Twój obraz siebie był spójny z tym, jak chcesz żyć, i z ważną rolą, którą przyjmiesz jako osoba odpowiedzialna za spełnienie swoich racjonalnych i rozsądnych życzeń oraz pragnień.

Jaki jest Twój obraz siebie?

Mówiąc najprościej, Twój obraz siebie to wszystko, co uważasz za prawdziwe. To, co uważasz za prawdę o sobie, doprowadziło Cię do miejsca, w którym obecnie w swoim życiu jesteś. Twoje przekonania na własny temat są niczym składniki przepisu na Twój obraz siebie. Te składniki czy też przekonania można podzielić na dwie odrębne kategorie: *obraz Twojego zewnętrznego „ja”* i *obraz Twojego wewnętrznego „ja”*.

Obraz Twojego zewnętrznego „ja”

Te składniki są wszystkim, co uważasz za prawdziwe, jeśli chodzi o to, do czego zdolne jest Twoje fizyczne „ja”. Zapewne zgodzisz się, że Twoje zewnętrzne „ja” posiada pewną dozę intelektualnej przenikliwości. Możesz być bystry, ale nie być żadnym geniuszem — być w pewnych obszarach nieco bardziej uzdolniony niż w innych, jak wiedza techniczna. Może dodasz trochę umiejętności pisania, jednak uznasz, że lepiej radzisz sobie z liczbami i matematycznym rozwiązywaniem problemów niż z pisaniem prozą. Twoje przekonania na temat obrazu siebie mogą być wyważone i przenikliwe w pewnych obszarach i równocześnie katastrofalnie ułomne w innych. Prawdopodobnie posiadasz pewne ramy odniesienia na temat tego, jak jesteś bystry, i dźwigasz te przekonania ze sobą od czasów podstawówki.

Twój obraz zewnętrznego „ja” obejmuje wszystko, w co wierzysz, jeśli chodzi o Twoje wrodzone i nabyte talenty i umiejętności. Twoje przekonania na temat swojej zgrabności, koordynacji, wysportowania, zdolności muzycznych i artystycznych to część listy składników przepisu na Ciebie. Te opisy dotyczą również wszystkich innych cech Twojego zewnętrznego „ja”. Twoje zewnętrzne „ja” obejmuje to, jak postrzegasz swoje zdrowie: odporność lub podatność na wszelkiego rodzaju choroby i przypadłości. Wiesz, czy masz skłonność do otyłości lub uzależnienia od różnych substancji, takich jak cukier, kofeina, tłuszcz, mięso, nabiał i tak dalej. Definiujesz siebie jako osobę podatną na przeziębienia lub odporną na nie; kogoś, kto ma skłonność do tycia lub wysypek skórnych; kogoś, kto jest pozbawiony energii lub też potrzebuje dużo snu.

Rzecz w tym, że Twój obraz siebie składa się ze wszystkiego, do czego Twoim zdaniem Twoje ciało jest lub nie jest zdolne. Gdybyś miał rozwiązać test „prawda – fałsz” na swój temat, byłbyś w stanie z przekonaniem powiedzieć: *Tak, to jest prawda, jeśli chodzi o mnie*. Te przekonania to składniki przepisu na Ciebie.

Oprócz tego, że posiadasz zdolności intelektualne, talenty i cechy fizyczne, przygotowujesz swój obraz siebie cechami charakteru. Wiesz, czy jesteś nieśmiały czy pewny siebie, cichy czy hałaśliwy, nachalny czy ustępliwy, odważny czy tchórzliwy, śmiały czy bojaźliwy — a to tylko częściowa lista cech charakteru lub też „przypraw”. Te indywidualne cechy są interpretowane jako truizmy, które definiują Ciebie i Twoje funkcjonowanie społeczne.

Mógłbym dalej wyliczać kolejne składniki Twojego obrazu siebie, jednak chciałem, żeby ta książka była zwięzła i konkretna. Chciałbym więc zachęcić Cię do uświadomienia sobie, że Twój obraz siebie obejmuje mnóstwo cech i opisów Twojego fizycznego ciała i że prawdopodobnie uważasz je za prawdy absolutne.

Obraz Twojego wewnętrznego „ja”

W naszej kulturze ciężko jest określić optymalne proporcje w tej kategorii. Obraz Twojego wewnętrznego „ja” obejmuje Twoje przekonania na temat niewidzialnej energii i inteligencji, która jest najistotniejszym składnikiem bytu. Często mówię o wewnętrznym świecie jako o „duchu w maszynie”. Maszyna to w moim ujęciu ciało i jego pięć zmysłów, jak również wszystkie fizyczne składniki, które składają się na Twoje ciało. Tkanki, kości, rzeki płynów, organy, zęby, mózg i wszystko inne to maszyna. Wewnątrz tej maszyny znajduje się niewidzialne *ja*, które nazywasz *umysłem* lub *duchem*, a które składa się z kierujących maszyną myśli.

Kiedyś przeprowadziłem rozmowę z neurochirurgiem, który sprzeciwiał się idei istnienia tej niewidzialnej rzeczywistości, twierdząc, że operował tysiące ciał i nigdy nie widział duszy. Pamiętam jego zdziwione spojrzenie, gdy zapytałem, czy kiedykolwiek widział myśl, gdy operował mózgi.

Oczywiście, że istnieje niewidzialne wewnętrzne „ja”, tak samo jak istnieje zewnętrzna część Twojego istnienia. Masz jakąś koncepcję siebie, która obejmuje tę pozbawioną formy niewidzialną część Ciebie. Masz też jakieś wyobrażenie tego, jak daleko może Cię zaprowadzić ta niewidzialna część Twojego „ja”. Możesz sądzić, że Twój umysł jest fenomenalny, chociaż nie rozumiesz do końca, czym jest — i czy znajduje się wewnątrz Ciebie, czy też Cię otacza — to, co pozwala Ci podrapać się po czole, podnieść ołówek albo przesuwać stopy na parkiecie czy robić jeszcze tysiące innych rzeczy, które Twój umysł nakazuje robić ciału przez cały dzień, każdego dnia, tak długo, jak żyjesz.

Masz też jakieś pojęcie na temat tego, czego Twój wewnętrzny energetyczny duch *nie może* zrobić. Czy jest w stanie *myśłami* wyleczyć Cię z poważnej choroby, czy też to tylko bzdury? Czy Twoja niewidzialna inteligencja i wyobrażenia są w stanie dokonywać alchemicznych cudów? Czy Twój obraz siebie zakłada, że jesteś w stanie dokonywać wielkich — czy wręcz magicznych — aktów transformacji?

Twój obraz siebie jest mieszanką Twoich przekonań na temat więzi z siłą wyższą. Masz jakieś wierzenia dotyczące istnienia bądź nieistnienia Boga. Masz swój pogląd na to, jak daleko może Cię zaprowadzić wiara. To, czy w Tobie znajduje się coś, na czym możesz polegać, jeśli chodzi o dokonywanie cudów lub tajemniczych rzeczy, w dużej mierze zależy od Twoich przekonań. Przyjąłeś określone poglądy na temat mocy swojego umysłu. Jesteś raczej pewny tego, że możesz polegać na swojej niewidzialnej jaźni, by robiła zwykłe rzeczy, na przykład pamiętała niewidzialną listę przedmiotów zgromadzonych gdzieś w Twojej pamięci i załatwiała sprawunki w drodze z pracy do domu. Jednak czy Twoje przekonania są w stanie przygotować Cię do czynienia *cudów*? Czy zdolność do uzdrowienia Twojego ciała lub przyciągnięcia do siebie z dawna upragnionej bratniej duszy jest składnikiem Twojego obrazu siebie?

Poświęć chwilę na przyjrzenie się tej niewidzialnej liście ukrytej w Twoim umyśle. Zadaj sobie pytanie: *Gdzie to jest? Jak to się tam znalazło? Jakie miejsce mam na myśli, mówiąc „tam”? Jakich mocy używam, by to sobie przypomnieć? Skąd biorą się te moce?* To lista składni-

ków, których używasz, by stworzyć obraz wewnętrznego „ja”. Możesz też zapragnąć otworzyć się na inne wierzenia lub składniki, które pragnąłbyś wykorzystać, i zastanowić się nad innymi sposobami „przyprawiienia” swojego życia.

Prawda jest taka, że ta niewidzialna lista obejmuje katalog niewyjaśnionych cudów, które każdego dnia przyjmujesz za coś oczywistego. Twój obraz wewnętrznego „ja” mówi Ci, do czego Twoim zdaniem zdolny jest Twój umysł, jak również czego nie jest w stanie zrobić. Wiesz, że Twój umysł, ten niewidzialny duch w maszynie, jest niezmierny. Ale wiesz też, że istnieją pewne ograniczenia, jeśli chodzi o to, co potrafi.

Czy kiedykolwiek zastanawiałeś się nad tym, jak kreujesz swoje życie za pomocą listy składników tworzących Twój obraz wewnętrznego „ja”? Jeśli rozważenie pewnych zmian wydaje Ci się interesujące, czytaj dalej.

Zmiana obrazu siebie

Jeśli chcesz stać się kimś, kto może spełnić wszystkie swoje pragnienia, konieczne będzie, byś przeniósł się na wyższą płaszczyznę egzystencji, na której jesteś współtwórcą swojego życia. Oznacza to, że musisz wziąć na siebie często uważane za trudne zadanie zmiany swojego obrazu siebie.

Przypomnij sobie, że Twój obraz siebie to wszystko, co uważasz za prawdę o swoim zewnętrznym i wewnętrznym „ja”. Te przekonania stworzyły życie, jakim teraz żyjesz. Nazywam to zwyczajnym poziomem świadomości. Aby przenieść się na niezwykłą płaszczyznę, o której piszę w tej książce, musisz zmienić to, co do tej pory uważałeś za prawdę. Może to być pracochłonne zadanie, którego, jak wynika z mojego doświadczenia, niewielu ludzi jest gotowych się podjąć. Piszę tę książkę, by dać Ci bardzo konkretne wskazówki i pomóc Ci tego dokonać.

Często będę cytował człowieka, który nazywał się Neville Goddard, ale przemawiał i pisał do tłumów, posługując się tylko imieniem Neville. Od lat 30. aż do swojej śmierci w 1972 roku był popularnym mówcą zajmującym się metafizyką. Napisał dziesięć książek, w których

ujął zasady twórczego umysłu. Jego prace wpłynęły na mnie w ogromnym stopniu; uważam go za swojego mentora w ciągu ostatnich kilku lat.

Styl Neville'a wielu osobom wydaje się trudny w interpretacji, jednak uważam, że jego nauki są spójne z dużą częścią moich wcześniejszych pism na temat spełnienia i współtworzenia. Jednocześnie jednak nauki Neville'a wnoszą dodatkowy wymiar, o którym do tej pory nie myślałem. Czytając jego książkę *The Power of Awareness*, zacząłem łączyć wiele z jego nauk z ideami innych wielkich myślicieli i przekształcać jego wyjątkową osobistą teologię w praktyczny system, który moim zdaniem jest potrzebny obecnie zamieszkiwanemu przez nas światu.

Gdy wszystkim moim ośmiu dzieciom dałem egzemplarz książki *The Power of Awareness*, każde z nich z osobna powiedziało coś w rodzaju: „Bardzo mi się podobały jego idee, tato, jednak każdy akapit musiałem czytać kilka razy, wielokrotnie przerywając, by zastanowić się, co chciał powiedzieć. Wiem, że ma rację i to wszystko ma sens, jednak chciałbym, by ktoś wytłumaczył to jaśniej, słowami, które mogę zrozumieć i przyswoić”. Ich uwagi rozpałyły we mnie pragnienie podzielenia się ideami Neville'a, z których wiele jest spójnych z moimi własnymi, i opracowania syntetycznej nauki na temat posiadanej przez nas wszystkich mocy spełniania naszych typowych dla XXI wieku pragnień.

Chcę się podzielić z Tobą tym, czego moim zdaniem idee tego wielkiego nauczyciela mogą dla Ciebie dokonać, tak jak dokonały tego w moim przypadku. Wiem, że Neville nie miałby nic przeciwko, ponieważ zawsze pozwalał swoim uczniom i słuchaczom bez żadnych opłat nagrywać swoje przemówienia. Te nagrania do tej pory przyczyniają się do szerzenia jego przekazu — słuchałem ich, przygotowując się do pisania tej książki. Czuję się jak bratnia dusza Neville'a, ponieważ ja też w czasie całej mojej kariery mówcy miałem taką samą politykę i zanurzałem się w takim samym sosie duchowych pytań, jak ten wielki nauczyciel, który poprzedzał mnie o jedno pokolenie.

Oto, co Neville miał do powiedzenia, jeśli chodzi o zmianę swojego obrazu siebie, aby uwznioślić własne życie: „Jeśli odmawiasz wzięcia odpowiedzialności za wcielenie się nowego i wyższego pojęcia swojego »ja«, to odrzucasz *środek*, *jedyny środek umożliwiający Twoje odkupienie* — to znaczy *osiągnięcie Twojego ideału*”¹.

Zapamiętaj dobrze ten fragment niniejszego rozdziału: *Wyższe pojęcie siebie oznacza przyjęcie nowych prawd i odrzucenie dawnych poglądów na to, co możesz osiągnąć. To jedyny sposób, w jaki możesz spełnić swoje pragnienia.* To powód, dla którego podkreślam to tak wcześnie w tej książce. Musisz zacząć od zastąpienia swojego starego zestawu prawd wiarą w istnienie wyższego „ja” wewnątrz Ciebie. Być może jest to coś, o czym nigdy wcześniej nie rozmyślałeś.

Twój obraz siebie obejmujący jakiegokolwiek ograniczenia może zostać zmieniony i tylko Ty możesz tego dokonać. Nic, co powiem lub napiszę, nie wykona tej pracy za Ciebie. Ja wykonałem ją sam dla siebie i mogę Ci towarzyszyć w tej drodze, jednak to Twoja decyzja stwarza możliwość dokonania tej przemiany wewnątrz Ciebie. Nowa, wyższa idea Twojego „ja” może być szokująca, możesz ją nawet początkowo odrzucać, w zależności od tego, jak zostałeś ukształtowany wcześniej w życiu. Twoim zadaniem jest głębokie rozważenie tej kwestii w trakcie lektury kolejnych dwóch rozdziałów. W tym momencie po prostu wyobraź sobie, że możesz stworzyć nowy, lepszy obraz siebie. U większości ludzi wywoła to niemal natychmiastowy opór. Zachęcam Cię, byś rozpoznał ten opór w sobie.

Przezwyciężenie oporu

Przejdźcie z poziomu zwykłej świadomości na poziom superświadomości wymaga fundamentalnej odnowy — dramatycznej zmiany osobowości. Niewielu ludzi jest przygotowanych, by poświęcić się wypełnieniu swojego boskiego przeznaczenia. Jeśli Twoje pragnienia mają być naprawdę spełnione, namawiam Cię do pokonania oporu przed włączeniem *wszystkiego, czym jesteś*, do swojego ziemskiego życia. Masz możliwość wejścia w wyższe rejony, tak by świadomie spełniać swoje najwyższe pragnienia tu i teraz, dla korzyści wszystkich. Przypomina to zrobienie salta i wylądowanie w nowej rzeczywistości, w której wszystko jest możliwe; w której nie identyfikujesz się już z tymi wszystkimi kulturowymi memami i wirusami umysłu, wprogramowanymi w Ciebie za młodu po to, aby przygotować Cię do zwyczajnego życia.

Zaczynasz tę ekscytującą przygodę zmiany swojego obrazu siebie od gotowości, by umrzeć jako swoje obecne „ja”. Tak właśnie, wyrzekając się swojej osobistej historii bycia sędzią swojego życia, przestajesz się opierać pełni swoich możliwości. Nie tworzysz już dłużej swojej tożsamości na bazie tego, czego zostałeś nauczony. Przypomnij sobie tę prawdę: wszystko, w co wierzyłeś, że jest prawdziwe, doprowadziło Cię do tego punktu, w którym wolisz raczej *z badać* swoje wyższe moce, niż się przed nimi opierać.

Lata temu, gdy czytałem książkę Napoleona Hilla *Myśl i bogać się*, zwróciłem uwagę na jego słowa, że istnieje jedna wyróżniająca cecha osób żyjących na wyższym poziomie w bogactwie, które nie oznacza jedynie zysków pieniężnych. Te wyjątkowe i rzadko spotykane jednostki mają palące pragnienie odniesienia sukcesu. *Palące pragnienie* to coś innego od zwykłego życzenia lub chęci, ponieważ płonie w nas — gdy raz zostanie rozpalone, nigdy nie gaśnie, niezależnie od tego, co się wydarzy. To cecha, którą dobrze znam. Często przypomina to obsesję... i nieraz mówiono o mnie, że jestem obsesyjny. Jednak nie było to moim przekleństwem, ponieważ zawsze służyło mi do zaspokojenia tęsknoty, którą w sobie czułem. Często myślę o tym jako o wewnętrznym płomieniu świecy, który nigdy nawet nie zadrży, choćby czekały go największe próby. Każda zmiana zaczyna się od palącego pragnienia bycia odmienionym.

Wewnętrzna wiedza, wraz z palącym pragnieniem, jest koniecznym warunkiem do stania się człowiekiem, który jest w stanie doprowadzić do spełnienia pragnień swojego serca. W *The Power of Awareness* Neville z emfazą wyjaśnia, że „aby zostać przemienionym, musi się zmienić cała podstawa Twojego myślenia. Jednak Twoje myśli nie mogą się zmienić, dopóki nie poznasz *nowych idei*, ponieważ to idee są materiałem dla myśli”¹. W jaki sposób możesz znaleźć drogę do idei, które pozwolą Ci zmienić swoje myśli? Zaczynaj od powtarzania i zapisywania afirmacji, która do Ciebie przemówi. Stwórz swoją wyjątkową, płynącą z serca afirmację, jak na przykład: *Mam palące pragnienie, którego nie mogą ugasić żadne zewnętrzne siły, by poznać wyższe rejony jestestwa i żyć w nich; by zostać przemienionym tak, aby mój nowy obraz siebie nie obejmował już*

moich ograniczeń. Jestem gotowy zakwestionować i zmienić swoje dotychczasowe przekonania, które ograniczają moją wyższą wizję siebie.

Przed zakończeniem lektury tego wstępnego rozdziału chciałbym, byś przyjrzał się swoim przekonaniom na temat natury tych rzeczy, które nazywamy myślami, i temu, jak możesz je zmienić.

Czy naprawdę myślisz?

Jak dotąd nikt nie był w stanie powiedzieć, skąd biorą się myśli lub z czego są zrobione. Ogólnie wszyscy zgadzają się, że jesteśmy w stanie myśleć o różnych rzeczach i że sami tworzymy swoje myśli. Szczerze mówiąc, przez większą część mojego życia miałem takie same poglądy na naturę myśli powstających w każdym z nas. Jednak teraz postrzegam cały ten proces bardziej jako akt obserwacji, kontemplacji i wyboru. Przyjemność sprawia mi uświadomienie sobie, że moje myśli płyną nieustannym strumieniem z... któż wie skąd? Nie mają granic ani kształtów, które można zbadać, i najwyraźniej są nieograniczone, jeśli chodzi o liczbę i permutacje! Kojarzą mi się ze wskaźnikiem notowań na giełdzie, który wciąż przepływa u dołu ekranu telewizora.

Jesteś w stanie mieć kilka sprzecznych ze sobą myśli w ciągu kilku chwil, przeskakiwać niczym konik polny od jednej idei do innej — od zachwyty do frustracji, lęku, ekstazy, zmartwienia i tak dalej. Nikt Cię nie prowadzi i nie strzeże, jednak od przebudzenia do zaśnięcia nieustannie przepływa w Tobie rzeka myśli. Nawet gdy śpisz, Twój umysł wciąż obserwuje, chwytą i rozmyśla nad tymi wszechobecnymi myślami. W ciągu życia nie masz zbyt wielu chwil wytchnienia od tego procesu. Jeśli naprawdę wierzysz, że jesteś twórcą swoich myśli i jesteś w stanie kontrolować cały proces, po prostu spróbuj przestać myśleć. Tak właśnie, przestań myśleć. Możesz być w stanie spowolnić znacząco przepływ myśli, jednak niemożliwe jest nie myśleć przez cały dzień i pozostać w takim stanie bezmyślności.

Sugeruję, byś otworzył swoje procesy myślowe na nową ideę, która może Ci pomóc, w miarę jak zaczniesz zmieniać swój obraz siebie. Możesz myśleć o sobie jako o boskim, nieograniczonym bycie zamiast

jako o osobie, która nie ma wyboru, jeśli chodzi o jej własne myśli. Pomyśl o sobie jako o obserwatorze, który kontemplanuje i selekcjonuje myśli z tego niekończącego się strumienia na swoim wewnętrznym ekranie, przez 24 godziny na dobę, 7 dni w tygodniu, 365 dni w roku. Obserwuj płynący nie wiadomo skąd strumień myśli i to, jak się zmieniają, łączą, pojawiają i znikają. Chwyć myśl z biegnącej wstęgi i kontempluj ją. Przyglądając się jej, zwróć uwagę, jak się czujesz — czy jesteś smutny, przygnębiony, szczęśliwy, przestraszony i tak dalej. Każda przepływająca myśl wpływa na nasz obraz siebie. Najpierw zostań obserwatorem, a potem kontemplatorem.

Teraz stań się osobą świadomie dokonującą wyborów, która może zdecydować, by wrzucić wybraną myśl z powrotem w strumień myśli i wybrać inną, taką, która być może sprawi, że poczujesz się lepiej. *Czuję się dobrze, świetnie wyglądam, zrzucę parę kilogramów, jestem kochany, jestem boski...* Te myśli i milion podobnych to myśli, które powinieneś wybierać zamiast tych, które przyzwyczajony byłeś wybierać w przeszłości. Tak możesz rozpocząć proces zmieniania swojego obrazu siebie. Zaakceptuj jako nieodwołalne to, że nie Ty wprawiasz ten strumień myśli w ruch i że na tym etapie swojej ewolucji nie jesteś w stanie przestać myśleć. Teraz istotą Twojego istnienia są obserwacja, kontemplacja, a następnie dokonywanie wyboru myśli. Wszystko to można zrobić w ułamku nanosekundy. Myśli będą się pojawiały na Twoim mentalnym ekranie telewizyjnym niczym notowania giełdowe. Ale teraz będziesz wybierał te z nich, na których chcesz się skupić — będziesz je gromadzić, zatrzymywać lub wypuszczać z powrotem.

Zachęcam Cię do wykształcenia w sobie nawyku wybierania myśli i idei, które sprawiają, że czujesz się dobrze i potężnie, i które wznoszą Cię na wyższy poziom świadomości, tam gdzie Twój obraz siebie otwiera się na Twoje wyższe „ja”.

Bardzo podoba mi się opis tego procesu autorstwa Uella S. Andersena, zamieszczony w jego książce *Three Magic Words*. Zostawiam Cię, byś kontemplanował te słowa w czasie, gdy przygotowujesz się do zaprzyjaźnienia się z tą mieszkającą w Tobie częścią jaźni, która desperacko pragnie spełnienia na ponadprzeciętnym, niezwykłym poziomie zamiast na tym zwyczajnym, zbyt długo już przez Ciebie zajmowanym:

Zapewniliśmy mieszkającą w nas Jaźń, że może stać się wszystkim, co akceptuje i w co wierzy, a teraz przejdziemy do rozwinięcia w sobie nawyku wybierania tylko tych myśli i idei, które będą konstruktywnie przynosić jej dobro. Uczynimy się akceptować jedynie dobro [...]. Celowo nakłaniamy siebie do przyjęcia całej miłości, uprzejmości, nadziei, radości, rozwoju, dostatku, zdrowia i wigoru. Świadomie nakłaniamy siebie do odrzucenia całego cierpienia, smutku, przygnębienia, ponurości, niższości, wszystkich bólów i cierpień. Mówimy, że nic poza wielkością, dobrem i pięknem nie jest prawdziwe, ponieważ tylko to będziemy przyjmować i gromadzić.

To Twój nowy sposób na wybieranie myśli, które doprowadzą Cię do tego, co nazywam wyższą jaźnią — pamiętaj przede wszystkim o tym, że jeśli chcesz coś (co tylko zechcesz) osiągnąć, musisz najpierw oczekiwać tego od siebie.

Trzy sugestie

- Zmień swój obraz siebie, podając w wątpliwość wszystko, co dotąd uważałeś za prawdę na swój temat. Bądź otwarty na przeanalizowanie wszystkich swoich wcześniejszych myśli, które w jakikolwiek sposób Cię ograniczały. Powtarzaj afirmację: *Nie stawiam sobie żadnych ograniczeń i jestem od nich wolny, jeśli chodzi o to, co jestem w stanie osiągnąć.*
- Pozwól sobie stać się świadomym niefizycznej rzeczywistości, której jesteś częścią. Dotrzyj do aniołów lub mieszkańców tej wyższej, niewidzialnej płaszczyzny. Wiedz, że możesz otrzymać wsparcie i kierownictwo od tych, którzy żyli tu przed Tobą. Podczas medytacji poświęć czas na nawiązanie kontaktu z uczuciami wyższej płaszczyzny świadomości.
- Ilekroć doświadczasz dyskomfortu lub smutku, zamiast starać się zmienić stojącą za tymi uczuciami myśl, po prostu umieść ją z powrotem na nigdy niezatrzymującym się taśmociągu myśli i wy-

bierz inną myśl. Rób to do momentu, aż wybierzesz myśl, która pozwala Ci czuć się dobrze i sprawia, że nie potępiasz się za tworzenie nieszczęśliwych myśli.



PROGRAM PARTNERSKI

GRUPY WYDAWNICZEJ 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 WYDAWNICZA

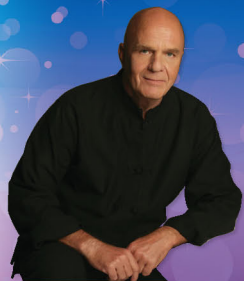


Helion SA

WSZYSTKO JEST MOŻLIWE!

Powyższe zdanie jest prawdziwe, jeśli to, o czym marzysz, jest zgodne z tym, kim jesteś. Jeśli tak zapisano w boskim planie, możesz zrealizować wszystkie swoje pragnienia. Tak twierdzi dr Wayne W. Dyer, który na własnej skórze doświadczył mocy duchowej przemiany. Od dawna cytował teksty św. Franciszka z Asyżu i wschodniego mędrca Lao-tzu i snuł rozważania na ich temat, jednak do któregoś momentu posługiwał się ich mądrościami wyłącznie w wymiarze intelektualnym. Gdy pewnego dnia odkrył, że może korzystać z nich także na poziomie duchowym, zrozumiał, że przeszłość, przyszłość i teraźniejszość nie są liniowe — mogą działać się równocześnie, tu i teraz. Wystarczy tylko wierzyć, wiarę przekuć w odczuwanie, a wszystkie pragnienia mogą stać się rzeczywistością.

W trakcie lektury zwróć uwagę na to, jak ważne jest odczucie w swoim ciele tego, czego pragniesz w Twoim życiu. Szczególną uwagę zwróć na to, co oznacza wiedzieć w głębi siebie, że naprawdę jesteś boską istotą w materialnym świecie na ziemi. Na kolejnych stronach wielokrotnie będę podkreślał, jak ważna jest Twoja wyobraźnia w stworzeniu życia pełnego spełnionych pragnień. Jednak Twoją wyobraźnia to domena, która jest kontrolowana przez Twoje procesy myślowe. Gdy umieścisz w swojej wyobraźni myśl na temat tego, kim chcesz się stać, zachęcam Cię, byś żył tak, jakby Twoje pragnienie już urzeczywistniło się w fizycznym świecie.



Dr Wayne W. Dyer jest znanym na całym świecie mówcą i pisarzem zajmującym się zagadnieniami samorozwoju. Napisał ponad trzydzieści książek, między innymi *Potęęgę intencji* i *Duchowy manifest*. Ma doktorat z doradztwa edukacyjnego, uzyskany na Uniwersytecie Stanowym Wayne, był też profesorem nadzwyczajnym na Uniwersytecie St. John's w Nowym Jorku.



OSOBIWOŚĆ ODNOWA

Nr katalogowy: 16279

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/nowości>

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

cena: 32,00 zł

ISBN 978-83-246-8081-8



9 788324 680818