

Unde dai și unde crapă



Motto: Poate nu vei ajunge unde credeai că te îndrepti, dar vei
ajunge acolo unde ți-a fost dat să fii.
Proverb idiș

Mircea Sârbu
Februarie 2021, Curtea de Argeș

Seria: "Zicale populare tălmăcite"

Cuprins

Unde dai ... și ce iese.....	3
De ce nu toate dorințele se îndeplinesc?	5
Cauze obiective și subiective	5
O explicație posibilă prin fizica cuantică	7
O altă explicație prin efectul fluturelui	10
Cum să ne asigurăm că "acolo unde dăm ... acolo va crăpa"	12
Curățarea credințelor	13
Reprogramarea subconștientului	15
Curățarea energetică	25
Gândirea pozitivă	27
Ridicarea spirituală	29
Concluzie	30

Unde dai ... și ce iese

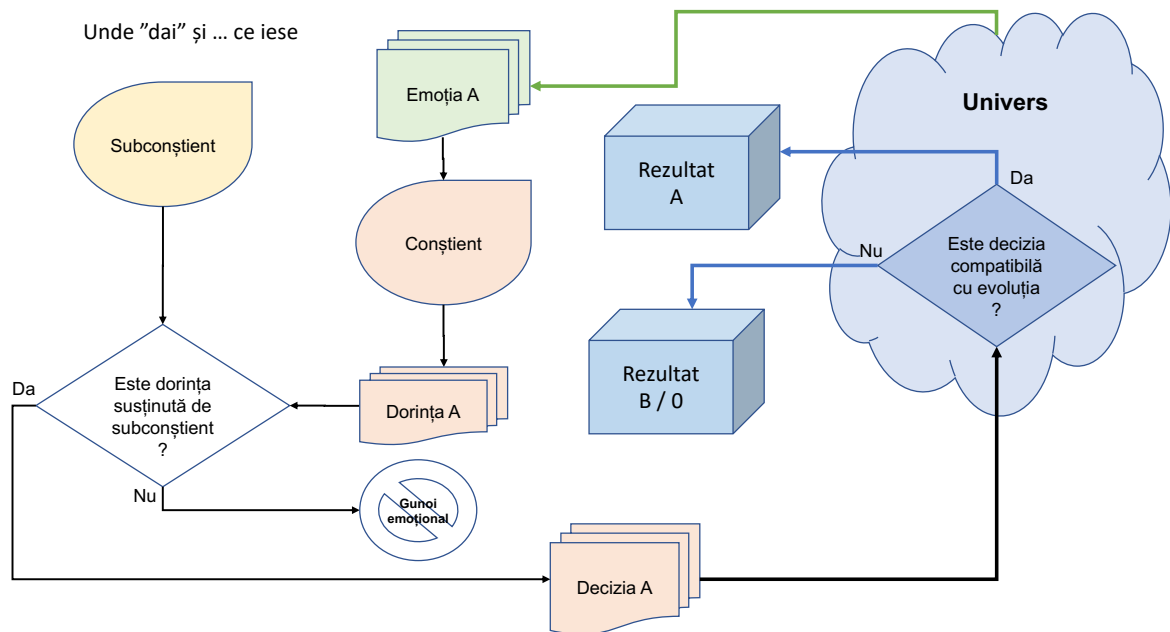
Sunt convins că ați fost puși de foarte multe ori în fața faptului că ați luat o decizie și rezultatul a fost cu totul altul decât cel scontat de voi. E deja cunoscut faptul că de multe ori dorințele noastre nu se potrivesc cu rezultatele obținute.

Hai să vedem împreună cam în ce fel stau lucrurile în asemenea situații.

Ce sunt deciziile noastre? De fapt orice decizie a noastră, indiferent de natura ei, este de fapt o dorință, care a avut la bază o emoție. Pentru a înțelege ce este o decizie ar trebui să reîntoarcem la noțiunea de dorință. Atunci când luăm o decizie, de fapt ne exprimăm o dorință.

Noi credem faptul că cel care ne conduce viața este conștientul nostru. Nimic mai fals. Cel care ne conduce este subconștientul, care este, printre altele, trezorerierul credințelor noastre, credințe pe care ni le-am creat singuri, care ne-au fost inoculate pe parcursul vieții, sau pe care le-am moștenit.

Hai să vedem procesul de apariție a unui rezultat.



Noi trăim într-un mediu dinamic și infinit. Faptul că e dinamic nu e un secret, faptul că e infinit, asta crează o oarecare confuzie, din care ne va scoate fizica cuantică, pe care o vom aborda într-un capitol viitor din lucrare.

Trăind în acest univers, la un moment dat, recepționăm simultan o imensitate de emoții, de frecvențe diferite, și implicit de conținuturi diferite. Din această infinitate de emoții, unele rezonează cu energia noastră, altele nu. Asta face ca să devenim sensibili la un anumit set emoțional, pe care conștientul nostru îl identifică ca fiind util sau interesant.

În momentul în care conștientul recepționează emoția (Emoția A) compatibilă cu energia lui, aceasta se transformă în dorință (Dorința A). Odată ce dorința s-a concretizat, intervine subconștientul care are rolul de a valida dorința. Subconștientul are rolul de filtru. Dacă dorința creată este susținută de credințele "parcate" în subconștient, atunci aceasta se transformă în decizie (Decizia A) și este emisă în Univers. Dacă dorința este incompatibilă cu setul de credințe din subconștient, atunci ea devine "gunoi emoțional", care în timp este maculat și eliminat. Dacă a primit girul subconștientului, atunci dorința se transformă în decizie (Decizia A) și este emisă în Univers. În Univers are loc un proces de "analiză" asupra oportunității deciziei funcție de doi factori:

- emitentul este pregătit să primească rezultatul așteptat?
- decizia respectivă este sau nu în concordanță cu planul evolutiv al emitentului?

Dacă rezultatul analizei este pozitiv, Universul acceptă materializarea deciziei (Rezultat A). Dacă verdictul la analiză este negativ, atunci Universul acceptă materializarea deciziei dar sub altă formă, compatibilă cu nivelul și planul evolutiv al emitentului, sau pur și simplu amână sau anulează o posibilă materializare a deciziei. În această situație va apărea "Rezultatul B", sau "Rezultatul 0", adică nu se materializează ceva.

Cam acesta e parcursul de la o emoție la un rezultat. Asta explică de ce nu întotdeauna ceea ce ne dorim se și îndeplinește, sau apare altceva, adică "unde dai și unde crapă".

Deci proverbul "unde dai și unde crapă" este susceptibil de multe accepțiuni, dar toată lumea este de acord că acesta este valabil în acele situații în care obiectivele urmărite sau rezultatele așteptate nu se produc, survenind însă alte consecințe neurmărite sau neașteptate.

Proverbul "unde dai și unde crapă" este valabil în acele cazuri în care:

- Organizezi un eveniment cu obiective frumoase, generoase sau altruiste, dar efectele sunt un fiasco;
- Vrei să faci un gest nobil, dar destinatarul acestuia îl consideră ca nefind nobil;
- Intervii într-o dispută pentru a o aplatiza și te trezești că cei aflați în conflict se coalizează și se iscă un conflict cu tine;
- Transmiți mesaje de condoleanțe, de încurajare sau de îmbărbătare unor persoane aflate în situații grele sau delicate și primești replici care te fac să îți pară rău că ai făcut acele gesturi ș.a.

Iată o scurtă poveste. Cineva, alertat de faptul că un copil agoniza în apa unui lac strigând după ajutor și, văzând că, deși erau mai mulți oameni de față, niciunul nu s-a încumetat să-l ajute, deoarece apa era foarte rece, aproape înghețată, ia decizia să se implice în salvarea copilului. Constatând această situație, respectiv că ceilalți care priveau nu sar în ajutorul copilului, omul nostru, fiind hotărât să-și asume riscul intrării în apa rece, sare în lac pentru a salva pe copil, dar atunci când a sărit, din dorința de a ajunge cât mai aproape de victimă, a plonjat lovindu-o cu piciorul în cap. În urma loviturii, victima a leșinat și a început să înghită apă, timp în care salvatorul s-a pierdut cu firea pentru câteva momente, fiind derutat de ceea ce s-a întâmplat, acesta nefiind

un bun înotător. Până a realizat ce se întâmplă, copilul aflat în apa rece a făcut stop respirator și, deși a fost adus la țarm, încercându-se de mai multe ori resuscitarea sa, nu a putut fi salvat.

Proverbul unde dai și unde crapă ne învață multe lucruri, dar mai ales pe acela că trebuie să fim prudenți atunci când dorim să întreprindem activități cu risc mare, deoarece este posibil să facem un rău și mai mare.

Spre exemplu, un sfat dat cu bună credință nu produce întotdeauna efectul pozitiv scontat, ci uneori poate avea consecințe negative, dacă este urmat. Aici este potrivit aforismul: Și drumul spre iad este pavat cu bune intenții!

Același proverb ne învață faptul că, dacă acționăm cu prudență în viață, având conștiința împăcată, nu trebuie să fim inhibați de ratarea unor obiective anterioare, deoarece nu s-au realizat, sau nu au avut configurația pe care noi am urmărit-o.

O altă morală a acestui proverb este aceea că a face lucruri pozitive nu trebuie să fie un scop în sine. Faptele bune nu trebuie făcute cu orice preț, ci numai dacă ele sunt în folosul celor vizați.

Un banc explică foarte bine acest lucru. În fața unei comisii de individualizare a regimului de executare a pedepsei privatoare de libertate, care are competența de a propune eliberarea condiționată, se prezintă un deținut care este întrebat ce faptă bună a făcut în permisia pe care a primit-o recent. Răspunsul acestuia a fost că a ajutat o persoană foarte bătrână să urce în tramvai. Celui de-al doilea deținut, care s-a prezentat în fața comisiei, îi este adresată aceeași întrebare, iar răspunsul este similar. Celui de-al treilea deținut îi este adresată, de asemenea, aceeași întrebare și acesta răspunde la fel, moment în care unul dintre membrii comisiei exclamă: Să nu spui că tu și celilalt doi ați ajutat aceeași persoană în vârstă să urce în tramvai? La care acesta răspunde senin: Ba da, întrucât se împotriva să urce în tramvai.

De ce nu toate dorințele se îndeplinesc?

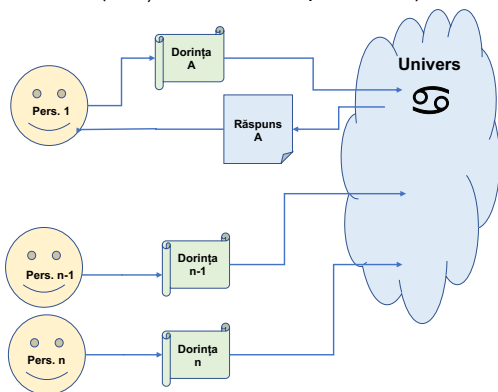
Iată deci câteva efecte ale aceleiași zicători. Nu întotdeauna intenția noastră se materializează în sensul în care noi ne așteptăm. Cauzele sunt multiple și de cele mai multe ori depind de factori asupra cărora nu avem nici-un control, sau de care nu avem cunoștință.

Cauze obiective și subiective

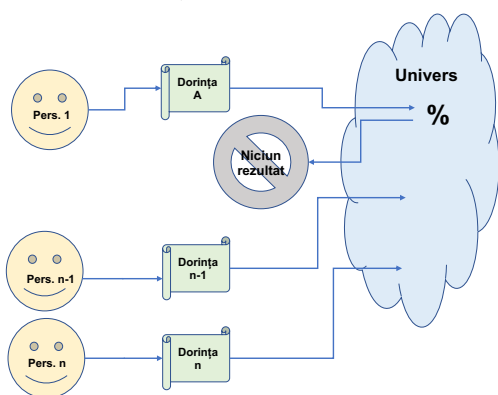
Aici putem vorbi de cauze obiective, dar și de cauze subiective. Ca să putem înțelege fenomenul trebuie să plecăm de la un adevăr deja demonstrat: totul e energie și totul e în permanentă comuniune, indiferent de distanță sau timp. Aici trebuie să subliniez

faptul că în realitate nu există spațiu și timp. Aceste două noțiuni, noi oamenii le-am inventat pentru a ne putea orienta. Dacă acceptăm aceste adevăruri deja demonstrate, ne va fi mai ușor să identificăm cauzele unor neîmpliniri ale noastre.

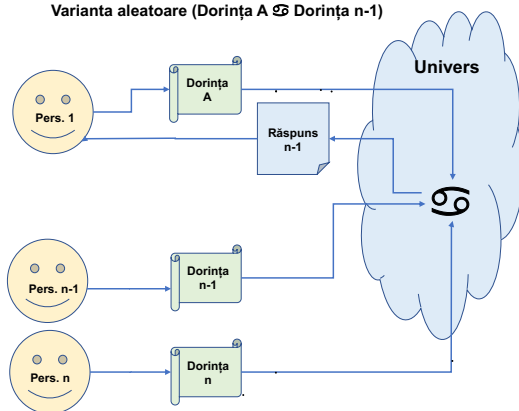
Varianta favorabilă (Dorința A este conformă cu planul evolutiv)



Varianta nefavorabilă (Dorința A incompatibilă cu planul evolutiv)



Varianta aleatoare (Dorința A ↔ Dorința n-1)



Acestea ar fi cele trei situații care plecând de la o emoție vom asista la un rezultat.

Hai să analizăm cele trei situații des întâlnite.

- Varianta favorabilă este atunci când dorința noastră este compatibilă cu nivelul și planul nostru evolutiv. În acest caz, răspunsul Universului este în concordanță cu așteptările noastre.
- Varianta nefavorabilă este atunci când dorința noastră nu este compatibilă cu nivelul și planul nostru evolutiv. În acest caz, răspunsul Universului este 0, deci așteptările noastre sunt fără răspuns.
- Varianta aleatorie este atunci când dorim ceva și rezultatul este total diferit de dorința exprimată.

Varianta aleatorie este cea mai interesantă și stă la baza zicalei "unde dai și unde crapă". Ce se întâmplă. Universul este un ocean de dorințe exprimate, de diferite vibrații și deci de conținut diferit. Odată emisă către Univers, dorința noastră întâlnește alte dorințe care, unele dintre ele, rezonază cu dorința noastră. Universul are acum la dispoziție "n" dorințe cu frecvențe oarecum similare. Ce va face Universul în această situație? Va declanșa o analiză în care va lua în calcul 4 parametri:

- valoarea energetică a dorințelor asociate prin frecvențe oarecum similare
- nivelul de înțelegere al emitentului
- planul evolutiv al acestuia
- oportunitatea dorinței

Să nu credem că această analiză e făcută manual. Nu, Universul are o grilă de analiză. Introduce datele și din analiză va rezulta definirea unui rezultat care se va materializa.

Am spus că Universul e un ocean de "dorințe" exprimate. Dacă din grila de analiză rezultă că altă "dorință (Dorința n-1) e mai compatibilă cu situația de moment în care se află emitentul, atunci Universul trimite această dorință spre materializare pentru emitent. Acest lucru înseamnă că ne trezim cu un rezultat care pentru noi nu are nici-o legătură cu dorința exprimată. E ușor de înțeles acum zicala: "unde dai și unde crapă".

Apare o problemă pe care sunt dator să o explic. Cum în Univers dorința mea se întâlnește cu alte dorințe? E o întrebare esențială pe care voi încerca să o explic folosindu-mă de fizica cuantică și de "efectul fluturelui".

O explicație posibilă prin fizica cuantică

Nu voi descrie toate principiile fizicii cuantice, ci mă voi rezuma la câteva cunoștințe elementare, relativ ușor de înțeles.

Noțiunea de cuantică a fost introdusă de către savantul Herbert Planck (Premiul Nobel în 1918). Dezvoltarea bazelor fizicii cuantice a fost realizată de Albert Einstein, începând cu teoriile sale privind relativitatea specială și cea generală (premiul Nobel în 1921, dar nu pentru această teorie, ci pentru lucrările privind efectul fotovoltaic). Punctul culminant al fizicii cuantice moderne a fost structurarea celor două electrodinamici:

“electrodinamica cuantică” – pentru care Julian Schwinger, Shinichiro Tomonaga și Richard Feynman au luat premiul Nobel în 1965 și “cromodinamica cuantică” – noua teorie a interacțiunilor tari.

Cele două teorii au condus la cea mai impresionantă construcție a fizicii din toate timpurile – modelul standard, al cărui subiect “fierbinte” l-a constituit unificarea forțelor fundamentale din natură. Concluzia cercetărilor a fost foarte clară: toate cele patru forțe sunt de fapt “fațete”, forme ale unei singure forțe. De aici până la relaționarea fizicii cuantice cu experiențele misticilor orientali și occidentali nu a mai fost decât un pas.

Teoria cuantică pornește de la câteva idei esențiale, pe care le voi prezenta pe scurt:

- În primul rând, fizica cuantică consideră că toate sistemele materiale posedă o caracteristică principală: dualitatea undă-particulă. Astfel, electronii – care în fizica clasică, newtoniană acționau ca particule, pot în condiții speciale să se comporte ca unde, respectând legile electromagneticii și nu cele ale mecanicii.
- Toate acțiunile care au loc în fizică pot fi măsurate, iar cele mai mici unități energetice, care nu mai pot fi subdivizate sunt “cuantele” (de aici și denumirea de fizica cuantică). De exemplu, un atom poate face un salt de la o stare la alta, fără a trece prin stadiile intermediare, cu emisia unei cantități cuantice de energie luminoasă. Când particulele interacționează, este ca și cum ele ar fi conectate prin legături invizibile la un întreg. Pe scară largă, aceste conexiuni invizibile sunt atât de multe încât analiza lor devine probabilistică.
- În al treilea rând, există o proprietate stranie de “ne-localizare” cuantică. Aceasta înseamnă că particule aflate la distanțe macroscopice unele de altele (de ex. mii de kilometri) pot să interacționeze unele cu altele într-un mod ciudat, ca și cum ar fi inter-conectate, însă legătura dintre ele este necunoscută. Este ca și cum ar exista un “întreg” care coordonează prin metode necunoscute fiecare părticică din Univers. Bohr și Heisenberg au dezvoltat această idee, demonstrând că nu se pot face observații obiective, întrucât observatorul, prin acțiunea sa de observare, modifică starea cuantică a sistemului observat. Aplicată la un caz concret, înseamnă că simpla îndreptare a atenției către o floare modifică la nivel cuantic starea acelei flori.

Interesant, nu? Acum e mai ușor de înțeles cum dorințele emise în Univers se pot asocia funcție de frecvența lor, indiferent de emitent. Faptul că totul este un întreg, explică și faptul că ele se asociază instantaneu, indiferent de momentul material în care au fost emise.

În fizica cuantică, nu intensitatea unui câmp energetic cuantic contează, ci forma, respectiv structura sa. Asta explică capacitatea dorințelor exprimate de a se asocia prin structura lor. Astfel, chiar și cel mai infimezimal câmp cuantic poate afecta o particulă, modificându-i starea. Nu intensitatea contează în noua fizică, ci existența sau inexistența aceluși câmp cuantic. O forță nu trebuie neapărat să fie activă, ea poate exista și ca potențial, acest potențial fiind esențial pentru fizica cuantică.

O altă descoperire importantă, aparținând lui Einstein este de-acum cunoscuta lege $E=mc^2$; această lege arată că masa nu este decât energie aflată în repaus. Teoria relativității demonstrează că masa unei particule, a unui obiect sau ființe nu are nimic de a face cu substanța (precum era în fizica clasică), masa nefiind altceva decât o formă de energie. Și cum energia este o mărime dinamică asociată activității și proceselor de transformare, aceasta dovedește că particula nu poate fi gândită ca un obiect static, ci ca o entitate dinamică, deci ca un proces care implică energie. Concluzia evidentă este că "rezultatul" unei "dorințe" este tot o energie.

Crearea particulelor din energie pură reprezintă fără îndoială un rezultat spectaculos al fizicii relativiste. Ulterior, teoria cuantică a demolat conceptele clasice de corp solid și lege strict deterministă, la nivel subatomic corpurile materiale solide ale fizicii clasice newtoniene prezentându-se ca unde de probabilitate, iar acestea se referă la probabilitatea interacțiunilor. Asta explică faptul că Universul are la dispoziție pentru analiză o infinitate de modele de tip "emoție - dorință - decizie".

În urma dialogurilor cu maestrul spiritual Jiddu Krishnamurti, David Bohm și-a îndreptat atenția spre realizarea unei întâlniri între spiritualitate și fizică. Astfel a luat naștere noțiunea de "ordine implicită" (în engl. *implicate order*), care stă la baza teoriei cuantice a lui Bohm. Trăsătura esențială a acestei idei este că întreg Universul este într-un anume fel "învelit", conținut în fiecare particulă a sa și că fiecare parte este de fapt o condensare a întregului Univers.

Acum e ușor de înțeles de ce indiferent de poziția sa, toate dorințele, care nu sunt altceva decât forme de energie, se găsesc instantaneu în aceeași matrice energetică.

Ordinea universală se dezvăluie, devine "explicită", însă până acum cercetătorii nu au reușit să descopere decât o mică parte din legile acestei ordini implicite a Universului.

Bohm este unul dintre primii savanți care s-au ocupat de fizica cuantică și care au sugerat și ulterior demonstrat existența unor dimensiuni multiple, dincolo de planul fizic sau energetic. El clasifică aceste planuri/dimensiuni ale universului în funcție de "subtilitatea" lor: planul fizic este un plan mai grosier, mai "dens", pe când planul minții este mult mai subtil; dincolo de minte, planul conștiinței are caracteristici care abia acum se dezvăluie: "chiar și planul mental devine un plan fizic dacă ne îndreptăm spre o direcție mai subtilă".

Realitatea multidimensională este descrisă de Bohm prin analogia cu fotografia holografică: universul holografic este compus dintr-o infinitate de dimensiuni, care există simultan; aceste dimensiuni sunt structuri similare cu întregul, cu Universul. Dacă am putea privi separat o dimensiune, ea ar arăta exact ca întregul: este ca și cum am rupe o bucată dintr-o hologramă: aceasta ar conține toată imaginea conținută de holograma inițială. La fel este și universul holografic: orice dimensiune a sa are aceleași caracteristici ca întregul, ca universul.

Este acum din ce în ce mai ușor să înțelegem varianta aleatorie de răspuns al Universului la o dorință energetică.

Fizica cuantică ne dezvăluie o lume în care fenomenele se produc în mod aleatoriu și care este descrisă în termeni de probabilitate. Această imagine a lumii cuantice este foarte diferită de imaginea Universului determinist care rezultă din teoria relativității generale a lui Einstein. De altfel lui Einstein nu i-a plăcut fizica cuantică din moment ce a afirmat că „Dumnezeu nu joacă zaruri”, atunci când s-a referit la natura probabilistică a particulelor subatomice. Cu toate acestea, indiferent dacă lui Einstein i-a plăcut sau nu, fizica cuantică, aceasta este corectă și ea a fost dovedită prin nenumărate experimente.

O altă explicație prin efectul fluturelui

O altă teorie care ne poate ajuta să înțelegem substructul zicalei ”unde dai și unde crapă” este ”Teoria haosului și efectul fluturelui.

Teoria haosului a fost formulată de către matematicianul Edward Lorenz în 1960. Savantul spunea că ”un fenomen care pare a se desfășura la întâmplare, are de fapt un element de regularitate ce ar putea fi descris matematic”.

În termeni mai simpli, există o ordine ascunsă în orice evoluție aparent haotică a oricărui sistem dinamic complex.

Numele de Teorie a Haosului vine de la faptul că în sistemele descrise de acesta există o dezordine aparentă. Teoria haosului este un domeniu de studiu în matematică, fizică, economie și filozofie și se ocupă cu studierea comportamentului sistemelor dinamice care sunt foarte sensibile față de condițiile inițiale. Această sensibilitate mai este numită și efectul fluturelui.

La acest aspect mă refeream atunci când am descris varianta aleatorie, deoarece cu toate că pare că avem de a face cu un ”haos” în Univers, în oceanul de forme de energie, totuși ne aflăm în fața unei ordine riguroase care face ca informațiile să se grupeze funcție de conținutul lor energetic.

Mici modificări ale condițiilor inițiale au ca efect rezultate haotice, făcând ca anticiparea efectelor pe termen lung să fie imposibilă. Acest lucru se întâmplă chiar dacă sistemele sunt deterministe, ceea ce înseamnă că chiar comportamentul lor viitor este determinat în întregime de condițiile inițiale, fără intervenția altor elemente aleatorii. Cu alte cuvinte, natura deterministă a acestor sisteme nu le face predictibile. Acest comportament este cunoscut sub denumirea de ”haos determinist”.

Acest lucru explică faptul că în cazul unei variante aleatoare, rezultatul este imprevizibil pentru cel care a emis unda-dorință.

Comportamentul haotic a fost observat în laborator pe o varietate de sisteme care includ circuite electrice, lasere, reacții chimice oscilante, dinamica fluidelor și aparate magneto-mecanice și mecanice, dar și în simulări virtuale ale proceselor haotice. Una dintre aplicațiile cele mai de succes a teoriei haosului este în ecologie, unde sistemele dinamice au fost folosite pentru a arăta cum creșterea populației în raport cu suprafața ocupată duce la o dinamică haotică. Chiar dacă vorbim de "haos", nimic nu e întâmplător. Așa se face că în ciuda faptului că emitem o anumită dorință-energie, rezultatul poate fi neprevăzut, dar benefic emitentului la nivelul evolutiv pe care se află la acel moment.

În teoria haosului, efectul fluturului este sensibilitatea dependenței față de condițiile inițiale, în care o mică schimbare într-un loc dintr-un sistem nelinier determinist poate duce la diferențe mari într-o stare târzie. Numele efectului, inventat de Edward Lorenz, este derivat din exemplul teoretic de formare a unui uragan care este condiționat de faptul că un fluture îndepărtat a bătut sau nu din aripi în urmă cu mai multe săptămâni. Cu alte cuvinte, "mișcarea aripilor unui fluture azi poate produce o mică schimbare a atmosferei" azi sau într-un timp ulterior.

Deși efectul fluturului poate părea a fi un comportament puțin probabil, acesta este expus prin sisteme foarte simple. De exemplu, o minge plasată pe vârful unui deal poate coborî la vale în orice direcție în funcție de, printre altele, mici diferențe ale poziției sale inițiale.

Efectul fluturului este o figură de stil comună în ficțiune, în special în scenariile care implică călătoria în timp. În plus, operele de ficțiune care implică puncte de la care povestea diferă în timp datorită unui eveniment aparent minor, duce la un rezultat semnificativ diferit față de cazul în care nu ar fi avut loc aceea divergență.

Cum poate influența un rezultat aleatoriu apărut în urma unei solicitări de un anumit tip. Să ne imaginăm că toți ne aflăm sub o imensă plapumă. Deci toți suntem interconectați. La un moment dat, cineva emite o dorință, aceasta generează o decizie care se transmite în Univers. Să presupunem că forma de dorință-energie nu găsește în Univers alte dorințe-energi similare cu structura ei. Ce se întâmplă în acest caz? Păi dorința-energie emisă se constituie în emoție pentru conștientul altei persoane, indiferent unde se găsește aceasta sub "plapuma" care ne acoperă pe toți. Acea persoană, funcție de nivelul ei evolutiv, reacționează printr-o altă decizie-energie pe care o emite în Univers. Acum dorința-energie inițială devine compatibilă cu noua dorință-energie. Universul constată că noua dorință-energie e mult mai adecvată cu structura evolutivă a primului emitent, și în consecință o materializează acestuia, dar rezultatul are la bază structura noii dorințe-energie, nu pe cea a primului emitent. La prima vedere ar părea că e rezultatul unui haos, dar în practică, materializarea este mult mai benefică primului emitent, decât ceea ce gândise el. E o materializare la care nici nu se gândise. De fapt e rezultatul gândirii altui "colacatar" de sub "plapuma" sub care trăim. Problema este că noi nu realizăm existența acelei "plăpumi" ce ne acoperă.

Dar teoria haosului poate fi ilustrată și din altă perspectivă, a vieții de zi cu zi. Să luăm următorul exemplu. În loc să ieșiți pe ușa casei, așa cum obișnuiți în fiecare dimineață, la orele 8.00, într-o anumite zi întârziți un sfert de oră pentru că ați uitat să puneți ceasul să sune. Astfel, în loc să ajungeți la 8.45 la serviciu, așa cum era de așteptat, veți ajunge la ora 9.00. Numai că la 8.50 are loc un cutremur devastator care duce la prăbușirea clădirii unde aveți biroul, iar toți cei din clădire sunt striviți. E posibil să considerați că vreun zeu bizar v-a avut în vedere și v-a salvat pe dumneavoastră, având el vreun motiv ascuns. Ori e posibil să considerați că ați avut noroc, ca în urma dispariției vechiului loc de muncă să vă găsiți un nou loc de muncă și în jumătate de an să descoperiți cum se poate produce energie gratuită nelimitată pentru întreaga omenire (să zicem că realizați fuziunea nucleară). În felul acesta, nu numai că veți deveni celebri, iar numele dumneavoastră va subzista atât cât va exista specia umană, dar milioane de oameni vă vor datora, literalmente, viața. În felul acesta, pornind de la faptul că ați uitat să puneți ceasul să sune, umanitatea se alege cu cea mai mare realizare tehnologică din istorie. Nu seamănă asta cu: "unde dai și unde crapă". Faptul că ați uitat să puneți ceasul să sune nu a fost altceva decât rezultatul unei dorințe-energie emisă de altcineva și care a rezonat cu situația dumneavoastră?

Să luăm un alt exemplu. Un sistem complex cum este sistemul meteorologic al Pământului, și acesta poate fi privit ca haotic. În fapt, haosul care apare cercetătorului nu este în fapt haos, ci un sistem atât de complex încât este imposibil să fie surprins în toate variabilele sale. Asadar, sistemul haotic este unul determinist, iar dacă îi cunoști punctul de plecare și îi poți controla variabilele, îi poți prezice și stările intermediare ori finale. În aceeași situație ne aflăm și noi atunci când "crapă" tocmai acolo unde nu am "dat". Asta se întâmplă tocmai datorită faptului că îi cunoști punctul de plecare dar nu îi poți controla variabilele, deci nu îi poți prezice nici stările intermediare și cu atât mai mult pe cele finale.

O alta caracteristică cardinală a unui sistem haotic este aceea că pornind de la o stare finală a acestuia nu se poate înțelege starea sa inițială. Se întâmplă astfel, pentru că există mai multe căi de a ajunge la același rezultat. Necunoașterea evoluției sistemului face imposibilă reconstituirea acesteia doar pe baza stării finale. Deci nu vă mai întrebați de ce mi s-a întâmplat un anumit lucru, căci nu aveți cum reconstitui germenele, dorința-energie care i-a determinat apariția.

Cum să ne asigurăm că "acolo unde dăm ... acolo va crăpa"

Am văzut în rândurile de sus cum funcționează zicala: "unde dai și unde crapă". Am văzut cum o explică Fizica cuantică și Efectul fluturelui. E momentul potrivit să vedem cum putem face ca "acolo unde dau, acolo să și crape". Nu e complicat, dar cere autoeducare și răbdare.

Știind cauzele posibile, hai să încercăm să le corectăm. Ca ținte de lucru, propun:

- Curățarea credințelor
- Reprogramarea subconștientului

- Curățarea energetică
- Gândirea pozitivă
- Ridicarea spirituală

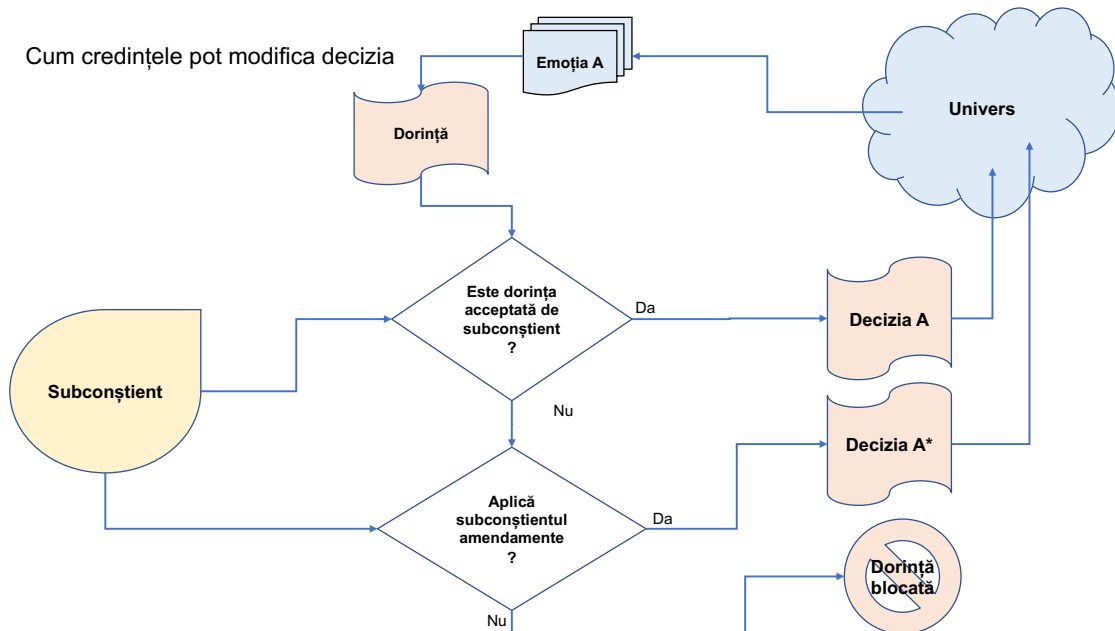
Acestea sunt 5 domenii care poată să reducă simțitor riscul de a "crăpa în altă parte" decât unde ne așteptăm.

Curățarea credințelor

Am văzut că de la nivelul de Dorință până la nivelul de Decizie, emoția trebuie să treacă prin filtrul subconștientului. Cine asigură validarea dorinței? Desigur credințele depozitate în subconștient.

Ce este deci o credință? Un gând practicat o perioadă mai îndelungată, o idee preluată, cu caracter de adevăr, de la persoane cu autoritate: părinți, profesori, doctori, preoți, parteneri de viață, etc., sau o concluzie la care am ajuns noi înșine, în urma unei experiențe personale.

Se pune o singură întrebare (definitorie pentru calitatea vieții pe care o vom experimenta): sunt aceste credințe adevărate?



Dacă nu sunt adevărate (și majoritatea nu sunt), atunci, ne sunt ele oare benefice sau distructive, limitându-ne alegerile la care avem acces?

Aceste credințe funcționează ca un potențiator al conținutului unei dorințe. Fiecare dintre noi avem stocate în subconștient o imensitate de credințe, unele create de noi înșine, altele inoculate de mediul în care trăim, iar altele sunt "moștenite".

La apariția unei dorințe emise de conștient, subconștientul își pune în funcțiune "divizia de cenzură". Dacă dorința este compatibilă cu setul de credințe activ în acel moment, dorința se transformă în decizie (Decizia A). Dar, sunt situații în care dorința este incompatibilă cu setul propriu de credințe. În această situație apar două variante: ori incompatibilitatea este totală și atunci dorința e blocată, ori există unele credințe care sunt în concordanță cu dorința. În această situație, subconștientul amendează dorința inițială cu prevederile credințelor compatibile, rezultatul fiind o decizie puțin diferită de dorința generatoare (Decizia A*). Deci Universul este "alimentat" cu noua decizie (Decizia A*), pe care o materializează.

Aici trebuie să remarcăm faptul că Universul constată că "Decizia A*" este compatibilă cu nivelul evolutiv al emitentului și trebuie doar să decidă care e momentul oportun materializării. În aceste condiții emitentul deciziei constată că una și-a dorit și alta a ieșit. În această situație propriile credințe au "sabotat" materializarea dorinței inițiale.

În acest caz, e simplu să ne imaginăm ce a făcut ca să "crape craca" în alt loc decât ne așteptam. Concluzia e la îndemâna oricui. Soluția este "curățirea credințelor", sau altfel spus, înlocuirea credințelor sabotoare cu alte credințe benefice. Cum se poate face asta?

O metodă simplă este dată de tehnica de autohipnoză. Tehnica e simplă, dar necesită voință și mai ales răbdare. Tehnica e următoarea:

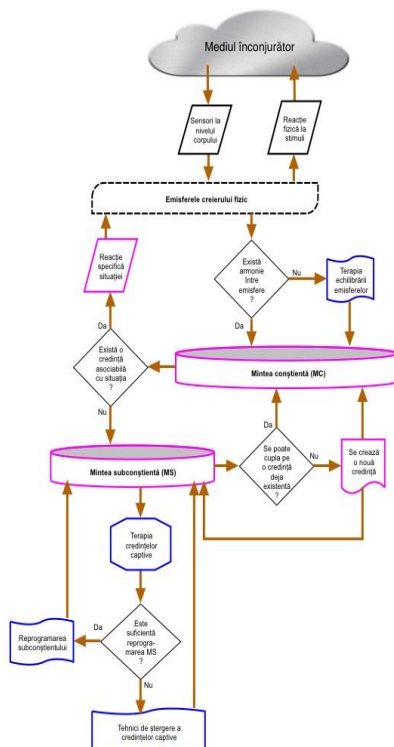
- *Căutați un loc liniștit, semi obscur, unde să nu vă deranjeze nimeni. Așezați-vă într-un fotoliu sau în pat, dar aveți grijă să nu adormiți pe durata procesului, de aceea vă recomand un fotoliu sau un scaun confortabil. Închideți ochii, respirați abdominal de 8-10 ori adânc, dar foarte lent, fără sunet. Relaxați-vă apoi corpul pe segmente, începând de la picioare în sus.*
- *După aceasta, imaginați-vă că sunteți într-o încăpere personalizată, construită oricum doriți voi. Vizualizați cât mai multe detalii posibile (din ce sunt pereții, cum e lumina în interior, cât de mare este, ce culoare au pereții, câte ferestre sunt, dacă e frig sau cald etc.). Încercați apoi să faceți un popas aici și să dați atenție sentimentelor. Cum vă face să vă simțiți această cameră așa cum v-ați imaginat-o voi? Vă simțiți în siguranță aici, singur/ă, trist, vesel, murdar, curat?*
- *Apoi imaginați-vă, dacă nu ați făcut-o involuntar încă de la început, că este dezordine în această încăpere. Vizualizați cât mai multe detalii, așa cum vedeți voi dezordinea cea mai mare (mizerie, gunoaie, dezordine în lucruri, tablouri așezate strâmb pe perete, ferestre murdare, haine aruncate etc.). Ce simțiți acum? Ce vă trece prin minte? Nu vă grăbiți deloc pe întregul proces. Poposiți cât mai mult la fiecare etapă.*
- *Apoi, după ce ați terminat cu dezordinea, opriți-vă pentru puțin în loc și spuneți-vă hotărât în sinea voastră: „Acum mă apuc de curățenie!”. După aceasta, nu mai stați pe gânduri și puneți osul la treabă, mental, desigur. Strângeți gunoiul în saci, dați cu mătura, spălați pe jos, văruți etc. Ideal ca în prima etapă de curățenie, la fel ca în realitate de fapt, este să aruncați cât mai multe obiecte de care nu aveți nevoie. Imaginați-vă cât mai detaliat acest lucru. Aruncați haine*

urâte, așternuturi murdare, hârtiile de pe jos, tablouri învechite etc. Încă o dată vă spun: nu vă grăbiți!

- După ce ați terminat de curățat camera, apucați-vă de rearanjat. Puneți un covor frumos și pufos pe jos (sau oricum doriți voi să fie), creșteți sau scădeți temperatura, astfel încât să fie o atmosferă plăcută, puneți un tablou nou și reprezentativ pe un perete, aduceți o floare și plasați-o oriunde doriți etc. Ideea este să creați o cameră ideală pentru starea voastră de bine. Aici, când veți veni, să fiți în siguranță, relaxați, motivați, siguri pe voi etc. Este adevăratul vostru cămin. Încercați să nu invitați pe nimeni aici, să fie ceva strict intim, doar al vostru. Cum vă simțiți după ce totul este aranjat după cum ați vrut? Reflectați câteva clipe la ceea ce simțiți. Așezați-vă în patul din acea cameră, sau pe scaun, fotoliu sau orice ați pus voi acolo. Imaginați-vă că închideți ochii și vă relaxați. Ești foarte calm și totul este în liniște. Nu vă grăbiți să ieșiți din această stare. Bucurați-vă de ea.
- Acum, când v-ați hotărât că vreți să reveniți în planul fizic, numărați de la unu la trei. Unu... sunt conștient de camera pe care am creat-o. Doi... acum mă trezesc. Trei... sunt complet treaz, relaxat și m-am întors în planul fizic.

Ce ați făcut prin acest exercițiu? Ați reorganizat subconștientul vostru, ați aruncat vechile credințe nefolositoare și ați pus în lumină credințele ce vă sunt utile, dar care au stat, până acum, în umbra vechilor credințe. Ori de câte ori aveți timp, "reintrăți" în "camera voastră" secretă și verificați dacă totul e în ordine. Acesta e un exercițiu care odată învățat, vă va fi de mare folos.

De fapt credințele pot fi modificate / eliminate și prin "Reprogramarea subconștientului", metodă care se bazează pe un dialog direct cu subconștientul.



Reprogramarea subconștientului

O altă metodă, foarte eficientă, de curățare a subconștientului de credințe sabotoare este "Reprogramarea subconștientului". De fapt metoda a fost pusă la punct de către Dr. Psiholog Robert (Rob) Williams, intitulată Psych-K.

"Ai un vis, protejează-l.

Există un proces de învățare pentru ORICE în lumea asta".

"Dacă trăiești dintr-un simț al obligației, ești un sclav." Dr. Wayne W. Dyer

Acestea sunt de fapt două citate edificatoare. De multe ori credințele proprii pot fi autosabotante

fiind sprijinite de către eternul nostru prieten - subconștientul.

Acest prieten, ca orice prieten, uneori, nu ne înțelege demersurile, și deci trebuie "învățat" că nu întotdeauna are dreptate. Cu acest proces se ocupă: reprogramarea subconștientului.

Înainte de a ne ocupa de partea non fizică a structurii care ne gestionează viața, să încercăm să ne facem o imagine asupra ciclului "stimul - reacție" (emoție - rezultat).

Să plecăm de la o situație prezentă în viața noastră "non stop", contactul nostru cu mediul înconjurător.

Ce se întâmplă de fapt?

Corpul nostru este "dotat" cu o serie de "receptori" senzoriali, senzori descriși generic ca fiind organele noastre de simț.

Să presupunem că din mediu primim un stimul (o emoție), indiferent de natura lui. Prin receptori, acest stimul este convertit în semnal electric care e transmis instantaneu creierului fizic.

Așa cum am mai spus creierul fizic, este compus, simplist vorbind, din două emisfere, fiecare responsabile de anumite funcții.

Având aceste date bine determinate, pentru a trece mai departe pe calea înțelegerii acestei metode, e bine să ne facem o idee asupra a cum este organizat creierul nostru.



Dr. Cari Hammerschlag spunea: "Pentru a ne vindeca sau pentru a-i ajuta pe alții să se vindece, trebuie să reconectăm magia cu știința, emisfera dreaptă și emisfera stângă a creierului".

Știm că fiecare emisferă a creierului este specializată în anumite funcții, pe care le conduce, prelucrează informații specifice lui și ia în considerare o anumită

problematică.

Astfel, la naștere, suntem capabili să operăm simultan cu ambele emisfere, fapt care ne situează într-o stare de echilibru. Ulterior, acest echilibru se deteriorează sub influența anumitor stimuli externi, și ponderea unei emisfere față de cealaltă devine din ce în ce mai pregnantă, influențând dezvoltarea și evoluția individului, preponderent către o anumită direcție. Cu alte cuvinte, una din emisfere "preia controlul". Din această cauză pot apărea dezechilibre.

Poate vă veți întreba de ce am găsit oportun să deschid această analiză, care în primul moment nu ar avea nici-o legătură cu subiectul propus?

Ei bine, intensificarea comunicării încrucișate dintre cele două emisfere ale creierului duce implicit la realizarea unei stări de interferență constructivă, interferență ce va duce în final la crearea a ceea ce noi denumim: creierul holistic, sau cum este cunoscut în literatura de specialitate: creierul integrat. Cu cât suntem mai aproape de acest deziderat, cu atât ne vom apropia mai mult de starea în care vom reuși să aducem

Emisfera stângă	Emisfera dreaptă
Folosește logica/rațiunea	Folosește intuiția/emoțiile
Gândește în cuvinte	Gândește în imagini
Lucrează cu părți/detalii	Lucrează cu întreguri/relații
Analizează/descompune	Sintetizează/pune laolaltă
Gândește secvențial	Gândește holistic
Este dominată de timp	Nu este dominată de timp
Este extravertită	Este introvertită
Este de natură masculină	Este de natură feminină
Se identifică cu individul	Se identifică cu grupul
Este ordonată/controlată	Este spontană/liberă

modificări credințelor parazitare, autosabotoare din subconștientul nostru.

Ca un efect de loc de neglijat este și cel legat de creșterea potențialului de reacție al mentalului conștient la provocările zilnice și de "traducere" și decodare corectă a stimulilor (emoțiilor) care ar putea activa credințe incompatibile cu adevărul

mesaj al stimulilor.

Legat de ceea ce numim activitatea mentalului conștient de "traducere" și decodare corectă a unui stimul, Cari Jung amintește că putem vorbi de un principiu al complementarității, care nu este altceva decât o sumă de "opuși mentali și emoționali", aceștia fiind într-un echilibru, care în anumite circumstanțe pot "aluneca" spre unul sau

analiză	+	sinteză
masculin	+	feminin
exterior	+	interior
prieten	+	dușman
extravertit	+	introvertit
rațiune	+	intuiție
bun		rău

spre celălalt pol, ducând către o deteriorare a echilibrului gândirii, dezechilibru ce constituie cauza primordială a generării de credințe false, credințe folosite de subconștient pentru validarea / amendarea dorințelor noastre.

Iată câteva dintre aceste dualisme. Aceste polarități se manifestă în fiecare expresie energetică a fiecărui gând.

Având un caracter determinant, eu îl identific cu "LIBERUL NOSTRU ARBITRU".

Acesta este de fapt sursa tuturor conflictelor la nivel psihic, cu materializare în acțiunile noastre, ca răspuns la stimulii externi, creând dorințe "false" sau auto distructive.

Practic, "Liberul arbitru" nu face altceva decât să "privească în ce parte se înclină balanța opușilor mentali și emoționali, și în consecință să decidă că acest "dezechilibru", nu e de fapt un dezechilibru, ci o stare normală, acceptată, stare pe care se simte "dator" să o apere și să o ridice la rang de "tabu", depozitând imaginea acestui dezechilibru în subconștient, pe post de credință general valabilă.

Tocmai la aceste "tabu-uri" și la modul lor de apariție, ne vom referi în continuare. Deci, receptorii au convertit stimulul fizic în semnal electric, l-au trimis creierului fizic, care are misiunea de a îl "converti" în emoții, iar ulterior dorințe. Tocmai aici apare de fapt problema, care din cele două emisfere "preia comanda" în cazul în speță? Este important care din cele două emisfere este dominantă în situația dată. Dogația unei anumite emisfere este rezultatul unui proces lung, desfășurat în decursul anilor, proces

generat și susținut de noi înșine. Am ales să susținem una sau alta din emisfere, funcție de modul cum au reușit în timp să ne creeze o stare de confort prin natura emoției pe care a creat-o la un anumit stimul.

La naștere, ambele emisfere erau în balans, ambele emisfere prelucrau în mod uniform semnalele electrice primite de la receptori. Pe parcursul vieții, am dezvoltat o anumită emisferă mai mult în detrimentul celeilalte, funcție de modul în care ne-am orientat zona de interes.

De aceea nu e indicat să "forțăm" implementarea unei anumite sugestii, folosind voința. Voința și motivarea intră într-o "luptă" prost administrată, luptă ce conduce sigur la o "bătălie" pierdută, chiar dacă scopul a fost nobil. Acest deznodământ se datorează faptului că atât voința cât și motivarea devin parte din problemă în loc să devină parte din soluție.

Prezența celor două emisfere, uneori antagoniste din punct de vedere al găsirii unei soluții la o problemă dată, prin supraidentificarea ei cu una sau alta din emisfere, poate duce de la certuri conjugale, până la conflicte internaționale.

Deci, una dintre elementele care contribuie la reușita unei soluții este: "antrenarea" ambelor emisfere de a prelucra informațiile în același timp, fără a permite unei anumite emisfere să "preia controlul" analizei informațiilor primite.

Dr. Deepak Chopra spunea în cartea sa "Sănătatea perfectă": *Pentru a modifica corpul, trebuie să învățați să rescrieți programele minții voastre*.

Făcând o analogie ușor de înțeles, credințele sunt "cărămizile" care vă construiesc personalitatea. Aceste "cărămizi" vă definesc ca personalități slabe sau puternice, introverte sau extroverte, competente sau incompetente, încrezătoare sau suspicioase, apreciate sau victime, etc. Toate aceste stări ale personalității, generate de credințe, pot influența respectul de sine, prosperitatea, relațiile, performanța, perspectivele spirituale, precum și pe cele care de cele mai multe ori pot crea disfuncții ale sănătății fizice cât și psihice. Să nu uităm faptul că aceste disfuncționalități pot duce la crearea unor decizii greșite, cu toate că dorințele fuseseră benefice.

Mintea, așa cum am arătat, este energia care întrepătrunde și înconjoară creierul. După unele teorii, această energie se întrepătrunde cu câmpul energetic ce îmbracă întreg corpul, definit de unii: aura umană. Deci totul e energie.

Dacă totul este energie pe care o putem conștientiza, înseamnă că putem "monitoriza" și "modela" această energie, funcție de scopul pe care ni l-am propus.

Acest lucru indică faptul că fiind parte a unui mediu, cu care interacționăm, reacționăm subconștient, de cele mai multe ori, la stimulii veniți din mediu, în loc să "creem" noi înșine acel mediu.

Acest comportament este rodul credințelor dobândite sau create de noi înșine. Aceste credințe funcționează ca un filtru rigid, dar pe care îl putem "up to date". Dar oare suntem dotori să "up to date" sistemul nostru de operare, să "up to date" subconștientul nostru?

De multe ori constatăm că chiar dacă apelăm la terapii la care implicăm: fapte, rațiune, voință, gândire pozitivă, motivație, etc., rezultatul terapiei este nul, sau aproape nul.

Care ar putea fi cauza?

Dacă înțelegem că mintea conștientă este în contact cu lumea înconjurătoare doar prin informațiile care vin de la mediul înconjurător prin cele cinci simțuri: văzul, auzul, pipăitul, gustul și mirosul, atunci putem înțelege că cea mai eficientă metodă de a "dialoga" cu subconștientul, sunt tocmai cele 5 simțuri. Folosirea unuia sau a mai multor simțuri simultan, crește eficiența demersului într-un mod semnificativ.

Legat de această problemă a comunicării cu subconștientul, sunt convins că ați experimentat "terapia" cu fraze pozitive. Ați repetat de nenumărate ori fraze ca: "Mă iubesc și mă accept așa cum sunt", "Sunt sănătos și merit să fiu sănătos", "Merit tot ce e mai bun pe lume" (din tehnica EFT), etc., ați repetat, dar efectul a întârziat să apară, sau a fost nesemnificativ.

Care să fie oare cauza?

Eu cred că ați ales o cale greșită de a "povesti" subconștientului vostru intenția voastră. Ați folosit fraze stereotipe, abstracte, greu de înțeles de către subconștient. Aceste fraze cu caracter general, fără cea mai mică doză de concret, nu au fost înțelese de subconștient. De exemplu: "Merit tot ce e mai bun pe lume", ce poate să însemne? Nimic. Pentru unii "Merit tot ce e mai bun pe lume" înseamnă să am cea mai luxoasă mașină, pentru alții înseamnă să am posibilitatea să călătoresc, pentru alții înseamnă să am o căsătorie fericită, funcție de setul de credințe al fiecăruia. Deci pe care din variante să o aleagă subconștientul. Veți spune, cu siguranță, știe el ce e mai bun pentru mine. Fals, subconștientul e un soldat disciplinat, execută doar ordine clare și concrete. Confuzia intervine din faptul că se atribuie subconștientului sarcini specifice conștientului. Acesta, conștientul, poate (logic) alege una dintre variante.

Deci, dacă dorim ca subconștientul să "accepte" și să implementeze aceste fraze pozitive, trebuie să folosim un "limbaj senzorial", un limbaj pe înțelesul subconștientului.

Dacă ne reîntoarcem la modificarea anumitor credințe, e bine să identificăm întâi situația care a generat acea credință și să folosim aceeași "cale" prin care acel stimulul a reușit să pătrundă în subconștient.

De exemplu, dacă credința respectivă a fost asociată de un stimul perceput auditiv, ar trebui să încercăm să "ștergem" acea credință tot printr-o sugestie transmisă auditiv. Dacă vom folosi transmiterea sugestiei pe cale vizuală, probabilitatea ca o credință asociată cu un stimul auditiv să reacționeze, este minimă. Acesta e și motivul pentru care multe terapii sunt ineficiente. Prin simpla repetare în fața oglinzii că "am slăbit", iar

tu te urci pe cântar și constăți că ai mai pus 2 kg pe tine, nu ajută. Dar dacă constatați că pantalonii au devenit prea largi, asta ajută. Practic, credința a apărut când ați văzut pe cântar o greutate nedorită, iar credința poate fi anihilată constatând că pantalonii au devenit prea largi, de exemplu.

Secretul constă în faptul că ați folosit un procedeu de schimbare prin care nu ați lăsat la latitudinea subconștientului să își aleagă singur propria metodă de procesare a sugestiei, și ați căutat să impuneți o metodă aleasă de conștient.

Aici ajungem pe un alt tărâm, puțin cam "alunecos", trebuie să realizăm faptul că pentru a putea "anihila" acțiunea unei credințe, este necesar să avem permisiunea de a o modifica / anula. De ce? Din cauză că există o diferență între credințele "autosabotoare", și anume, unele sunt create / acceptate de noi, în timp ce altele sunt destinate să ne ajute să învățăm ceva, adică sunt pseudo sabotoare, sau karmice.

Acestea sunt de fapt oportunități de a învăța ceva și fac parte din scenariul în care suntem protagoniști. "Masacrând" semnalul trimis, vom pierde oportunitatea de a promova un posibil "examen" pe calea către evoluția spirituală.

Nu trebuie tratate toate credințele, catalogate de noi ca autosabotoare, ca fiind "maligne" pentru evoluția noastră. O credință care vă împiedică să faceți un anumit lucru, poate să vă deschidă oportunități, nebănuite, de a realiza altceva mult mai benefic, vă poate feri de un eșec, vă poate oferi o soluție etc.

Ca o concluzie importantă, de care trebuie să ținem seama, este să testăm dacă avem permisiunea de a "lucra" asupra unei credințe bănuite a fi auto sabotoare. Procedeu cel mai simplu și la îndemâna oricui, este testul muscular folosit în kinesiologie. Prin acest test, nu facem altceva decât să întrebăm subconștientul dacă una sau alta din metodele folosite sunt aprobate de el, asta deoarece dacă subconștientul trebuie să facă modificările, este normal ca tot el să "aleagă" metoda, bazându-se pe înțelepciunea și capacitatea intrinsecă a fiecăruia de a acționa în sensul evoluției sale spirituale, calități de care nu toți suntem conștienți.

Deci abordarea "deratizării" credințelor considerate ca autosabotoare, trebuie privită sub toate aspectele, și nu ca pe un proces de tip "heirupist". În continuare voi încerca să aprofundăm acest concept de "up to date" a subconștientului.

Pentru a înțelege mai corect fenomenul reprogramării subconștientului, vom relua o serie de informații prezentate anterior. Am arătat că "mintea" umană este practic compusă, în mare, din două părți, non-fizice, distincte:

- mintea conștientă
- mintea subconștientă

Fiecare din aceste componente conține o serie de atribute specifice. Mai reținem faptul că în decursul vieții noi înșine am permis subconștientului să depoziteze o gamă largă de credințe.

Să vedem acum ce roluri joacă fiecare din aceste două componente.

Mintea conștientă

- Gândește abstract: îi plac ideile noi și le prelucrează logic
- Este legată de timp: orientată pe trecut și viitor
- Este o memorie de scurtă durată: 20 - 30 de secunde
- Stabilește obiective, conștientizează scopul, planifică realizarea obiectivului și apreciază rezultatele
- Procesează 40 - 60 de biți de informație pe secundă

Mintea subconștientă

- Este supusă rutinei: monitorizează funcționarea corpului
- Cunoaște lumea prin intermediul celor 5 simțuri (6 simțuri)
- Atemporală: se concentrează pe prezent
- Memorie de durată: stochează experiențe, credințe
- Procesează 40 - 60 de milioane de biți de informație pe secundă

Suntem de multe ori puși în situația de a fi "spectatori" ai unui duel între mintea conștientă și cea subconștientă. Ca spectatori putem paria pe câștigător. Dacă pariem pe mintea conștientă, vom fi păgubași siguri. Întotdeauna subconștientul este cel care "își impune punctul lui de vedere". Subconștientul este un prieten loial, bine intenționat, dar cam imprudent, el este un prieten care încearcă să facă ce crede el că e mai bine pentru noi.

Pentru că suntem în epoca IT-ului, putem asemăna subconștientul cu un harddisc, de o capacitate imensă, dar în care sunt "instalate" atât versiuni de software depășite, cât și altele de ultimă generație. Misiunea noastră este de a identifica "programele vechi" și ori să le "up to date", ori le ștergem.

Ar fi greșit să tragem concluzia că subconștientul încearcă să ne "saboteze" sau să ne împiedice să fim fericiți sau să fim pe culmea succesului, nu, subconștientul rulează doar programele "instalate" pe el, unele dintre ele fiind programe depășite, programe a căror efect nu este cel așteptat. În cazul subconștientului nu există o funcție de "up to date" automat. De aceea, periodic, ar trebui să "facem lucrări de mentenanță" a subconștientului. Periodic trebuie să "up to date" sau să ștergem "credințele" care pot produce dizarmonie între ceea ce dorim și ceea ce putem/obținem. Pentru asta nu avem nevoie de o sculă (tehnică) cu care să operăm modificările dorite în funcționarea subconștientului, ci de o tehnică prin care să intrăm în "contact" direct cu subconștientul, să îl "scanăm" și să îl învățăm că noi suntem cei de la "butoane", iar el nu este altceva decât un excelent executant. E drept că atunci când reușim să îl "dotăm" cu o "fișă a postului", corect structurată, vom fi în siguranță, deoarece acesta nu se va abate de la instrucțiunile primite, asta cu condiția ca să nu îi permitem să "tragă cu ochiul" în direcții "greșite". De aceea trebuie "verificat" periodic și supus unui program de mentenanță, un fel de "revizie tehnică periodică". E drept că acest lucru

este o utopie, timpul nu permite acest lucru, de cele mai multe ori, dar atunci când constatăm că ceva nu e în regulă, e util să îi "testăm loialitate", observând dacă "fișa postului său" nu e cumva depășită, iar în acest caz să îi aplicăm corecțiile necesare, folosind o tehnică cât mai simplă și mai eficientă cu putință.

Ca o primă etapă din procesul de "up to date", trebuie conștientizată credința autosabotoare și să verificăm dacă există dorința de a o schimba. Doar conștientizarea credinței nu este suficientă, trebuie să și dorim profund să o schimbăm, este nevoie de a gândi și a ne comporta altfel.

De foarte multe ori unele credințe se comportă "cameleonic", ducându-ne în direcții greșite. Această situație e specifică, în general, credințelor de tip "victimă", credințe care la prima vedere ne crează o stare de bine, dar care încet, încet, ne împinge către un sentiment de marginalizare în mediul cu care corelaționăm.

Am văzut principalele cauze ce duc la apariția de credințe autosabotoare, am ajuns la concluzia ca este util ca periodic să trecem subconștientul prin procese de mentenanță, să "up to date" setul de credințe. Știm mecanismul de funcționare al complexului mental non-fizic și fizic, și mai știm că operăm în domeniul energiilor de frecvențe diferite. Mai știm că indiferent dacă o credință este benefică sau mai puțin benefică evoluției noastre, orice credință este energie. Mai știm că nu există energie pozitivă sau negativă, energia e energie. Ceea ce o diferențiază este frecvența ei, fiind energii cu frecvență mai ridicată sau mai coborâtă, sunt energii mai rezonante cu noi, sau mai puțin rezonante, sunt energii care ne crează o stare de bine, sau de dizarmonie. Deci, ce ne lipsește? Metodele de mentenanță a subconștientului. De astfel de tehnici ne vom ocupa în continuare.

Fiind vorba de un spectru atât de larg de abordare a problematicii, un terapeut ar trebui să fie familiarizat cu mai multe tehnici, deoarece clienții sunt entități individuale, cu nivele energetice specifice. Sunt total împotriva celor care declară că unica metodă de ajutor, este metoda pe care o practică ei. NU, așa cum nu există doi oameni identici, așa și metodele folosite trebuie adaptate problematicii fiecărui client.

Am fost surprins la un curs ținut de un renumit terapeut, recunoscut internațional (Eric Pearl), când la terminarea cursului acesta a anunțat că vor primi certificat de practician numai cei care declară în scris că nu vor mai folosi alte tehnici, decât cea predată de el. După mine, asta înseamnă business pe seama celor ce au nevoie de ajutor, și în niciun caz comportament spiritual. Dar asta e o altă discuție.

În medicina alopatică se spune: nu există boală, există pacient. Așa și în tratamentul alternativ putem spune: „niciun medic și niciun terapeut nu ne poate oferi o stare de sănătate perfectă, dacă nu luăm noi înșine decizia de a contribui la procesul nostru de vindecare”.

Așadar, orice tratament este de fapt o colaborare terapeut - client. Pentru a putea aplica cu succes tehnicile pe care le vom prezenta în paginile următoare, este necesar să

înțelegem subconștientul și să ne adresăm lui folosind un limbaj pe care îl poate înțelege și accepta, lucru prezentat destul de explicit în paginile anterioare.

Ca să atingem dezideratul de reprogramare/"up to date" a subconștientului, este necesar să stabilim obiective clare și "convigătoare", pe care să le sugerăm acestuia prin cele 5 simțuri, cu preponderență folosind: simțul vizual, auditiv și kinestezic (pipăitul). Avem nevoie de cele 5 simțuri pentru ca subconștientul să "înțeleagă" cu precizie, care sunt aceste obiective, pentru ca ulterior, să transforme dorințele în realități.

Să ne reamintim unele explicații date anterior legate de rolul și modul de operare al subconștientului. De multe ori auzim, sau constatăm, că unele tratamente, atât alopate cât și alternative, nu au efectul scontat, cu toate că medicația sau tehnica folosită sunt practic corecte și verificate într-o cazuistică bogată.

Ce se întâmplă în aceste cazuri? Diagnosticul este pus corect, medicația e prescrisă corect, tratamentul alternativ este ales corespunzător și totuși rezultatele nu sunt la nivelul așteptărilor. Acest fenomen se întâmplă numai și numai datorită credințelor din subconștient care ori consideră că tratamentul respectiv este un "atac" la supraviețuire, ori nu dorește ca prin vindecare, să se piardă un anumit status, declarat aprioric, confortabil, acela de "victimă".

Să luăm câteva exemple:

Un vecin, un fost coleg de serviciu, un cunoscut, generic: cineva, a murit în urma unui tratament cu antibiotic luat în doză mare. Subconștientul și-a creat credința că: un consum de antibiotice în doză mare și/sau de lungă durată, duce inevitabil la deces. OK, avem o infecție rebelă, mergem la medic care ne prescrie antibiotic, în doză de șoc în prima zi, apoi 7 zile în doze moderate. Practic în 7 zile totul ar trebui să intre în normal, dar... infecția nu cedează. Ce s-a întâmplat? În momentul în care pacientul a luat în mână rețeta, și a văzut că în prima zi trebuie să își administreze o doză de șoc de antibiotic, subconștientul lui a asociat această doză de șoc cu credința creată în urma decesului aceluși cineva, și atunci, prin metode specifice, subconștientul a împiedicat producerea efectului pe care ar fi trebuit să îl aibă tratamentul. Deci subconștientul a hotărât că e nevoie să intervină și să stopeze "eminentul atac" la existență, să împiedice un deznodământ fatal.

Un prieten se plânge, încontinuu, oricui, cât de bolnav este, cât de nepăstuit de soartă este și din această cauză nimic nu îi iese. O sumară analiză duce la o concluzie clară: prietenul se auto victimizează, pentru a atrage atenția asupra lui și a atrage compasiune. Simptome clasice ce pot fi eliminate prin diverse tehnici: hipnoză, tehnici NLP, consiliere personală, EFT/TFT, etc. Niciuna din aceste metode nu dau rezultate și prietenul nostru continuă să se auto victimizeze. Ce s-a întâmplat? Subconștientul său a realizat faptul că dacă ar accepta aceste tratamente, simptomele ar dispărea și atunci ar "pierde statutul privilegiat" de a fi în atenția tuturor, ar pierde compasiunea celorlalți, lucru nu prea confortabil.

În ambele cazuri constatăm că subconștientul nu a făcut altceva decât să ne "apere", însă această decizie a lui a fost bazată pe credințe vechi (daca iau antibiotic = deces, dacă nu mă mai auto victimizez = nu se mai uită nimeni la mine).

Ceea ce putem face, în absolut orice situație, este să "luăm legătura" cu subconștientul și să identificăm credințele autosabotoare. În acest sens vorbim de un proces de calibrare a subconștientului, proces care se desfășoară în 2 etape:

- Identificarea credințelor bănuite de "autosabotare", credințe cu caracter limitativ
- "up to date" / ștergerea / înlocuirea lor cu altele, adecvate realizării obiectivelor dorite

Sunt multe tehnici care conduc la aceste deziderate, la un mentenanță efectiv al subconștientului. Indiferent de tehnica folosită, dialogul cu subconștientul se simplifică în cazul în care acest dialog are loc într-o stare în care reușim să intrăm, adică într-o stare alfa. De remarcat este faptul că există, în acest moment, o imensitate de metode de a genera starea alfa. Putem grupa aceste metode în:

- Metode de reprogramare prin autoinducție
- Metode de reprogramare induse prin meditație
- Metoda de reprogramare Psych-K (prescurtarea pentru PSYCH-Kinezeologie)

În rândurile următoare ne vom referi, pe scurt, la o metodă deosebit de simplă, deosebit de eficientă și la îndemâna oricui. Această metodă a fost pusă la punct de către Dr. Psiholog Robert (Rob) Williams, intitulată Psych-K.

Psihologul american Robert Williams a fost un director de succes din domeniul corporatist, el a avut, în urma unei crize de identitate, curajul de a renunța la slujba sa și la toate avantajele implicite și de a se dedica unei alte meserii, cea de psiholog. Având încă în sânge mentalitatea de corporatist, el a revoluționat domeniul terapiei psihologice, orientând-o către un rezultat concret, palpabil și mai ales imediat al tratamentului aplicat pacienților. Fără ședințe interminabile de discuții și introspective, desfășurate în ani de zile, adesea fără rezultat vizibil; șocant, Rob Williams propune rezolvarea problemelor psihice fără suferință și muncă intensă de auto-lămurire, în doar 15 minute! Da, ați auzit bine, și partea cea mai bună este că o puteți face singuri la dvs, acasă!

Prieten bun cu Dr. Lipton, el pleacă de la descoperirile acestuia despre puterea percepției și predominanța subconștientului în luarea deciziilor și propune o nouă metodă PSYCH-K, care în esență, te învață cum să îți întrebai subconștientul care e problema care îl macină și să îi obții acordul lui pentru a face schimbarea dorită de tine! Simplu și ușor în doar 15 minute... (<https://youtu.be/jhuZ7DlfrTQ>).

Dar legat de această tehnică veți avea în curând o prezentare detaliată, deoarece eu consider că e important să învățăm să ne facem curățenie în propria noastră "bibliotecă" de credințe aflată în subconștient. Pentru a minimaliza faptul că de cele mai multe ori

suntem puși în situația că știm unde "dăm", dar nu știm unde va "crăpa", consider că o curățenie generală în interiorul credințelor este imperios necesară.

Acum că am aflat cum poate subconștientul nostru modifica structura unei dorințe, generând o decizie diferită de dorința inițială, să vedem o altă posibilă cauză care să ducă la un rezultat diferit de cel scontat. Această cauză poate fi structura energetică proprie.

Curățarea energetică

Poate unii se vor întreba: cum poate afecta propria structură energetică materializarea unei decizii care a avut la bază o dorință, respectiv o emoție.

Să ne reamintim prima diagramă din prezenta lucrare. *În Univers are loc un proces de "analiză" asupra oportunității deciziei, funcție de doi factori:*

- *emitentul este pregătit să primească un rezultat pozitiv*
- *decizia respectivă este sau nu în concordanță cu planul evolutiv al emitentului*

Aici e cheia soluției. Dacă Universul constată că amprenta noastră energetică este incompatibilă cu rezultatul solicitat de dorință, acesta va aduce corectările de rigoare în așa fel încât rezultatul să fie util emitentului, fără a îi crea disfuncționalități emoționale. Altfel spus, rezultatul va fi la nivelul evolutiv al "solicitantului".

Asta ce înseamnă? Păi din nou e simplu de răspuns. Trebuie să ne curățăm corpul energetic, să eliminăm rezidurile energetice și să îi ridicăm frecvența.

În fiecare zi ne place să avem grijă de corpul nostru fizic: îl alimentăm cu hrana de care are nevoie, îl spălăm cu grijă și îl ținem în formă prin practicarea unei activități fizice regulate. Aceleași lucruri le facem și cu propriile locuințe: dăm cu aspiratorul, ștergem praful, geamurile, oglinzile, etc.. Dar câteodată pur și simplu ne simțim încărcăți – atât cu noi înșine, cât și în casele în care locuim. Deși suntem conștienți că nu este nimic în neregulă cu noi, încărcătura energetică personală sau a locului în care trăim ne poate cauza stări de nervozitate, nefericire, agitație și poate produce chiar rău fizic. De aceea, dacă luăm contact cu mulți oameni într-o săptămână plină de muncă, ne mutăm într-o locuință nouă sau invităm mulți oameni la noi acasă, este bine ca după toate aceste activități să realizăm o curățare energetică.

Cum se traduce asta? Ne-am modificat pur și simplu frecvența corpului nostru energetic, deci amprenta noastră energetică. De ce începem să ne simțim stresați sau indispuși? De ce suntem agresivi în cercul nostru de prieteni? Simplu. Energia amprentei noastre a scăzut, ne mai rezonând cu frecvența casei unde locuim, cu frecvența grupului nostru de prieteni, etc.. Vestea bună este că procesul e reversibil, dar să vedem câteva tehnici. De remarcat e faptul că variațiile energetice ale corpului nostru

sunt percepute instantaneu de către Univers, care decide materializarea unei dorințe funcție de valoarea amprenteii energetice de la acel moment. Să nu facem confuzie între energia sufletului și energia corpului fizic. Dacă Universul ar ține cont de valoarea energetică a sufletului, atunci materializarea ar putea deveni un șoc pentru corpul fizic, adică cel care intră în direct contact cu rezultatul. De aceea curățirea și menținerea "îgijeniei" amprenteii energetice a corpului fizic, respectiv al aurei, este crucială.

Cum putem face asta? Iată 5 moduri de curățire a aurei.

Toți oamenii sunt sensibili la energie, chiar dacă simt acest lucru sau nu. Este foarte ușor să fii influențat energetic de oameni, locuri, cuvinte, atitudini, gânduri. Dacă cineva proiectează energie negativă asupra noastră, poate să ne dea peste cap câmpul energetic, adică aura.

Aura este unul dintre corpurile noastre, primul strat cel mai aproape de corp. Aceasta trebuie îngrijită, purificată și energizată. Curățarea Aurei se poate realiza foarte rapid și poți face singur acest lucru. A te curăța energetic ar trebui să fie o activitate zilnică precum este dușul. Majoritatea dintre noi nu am fost educați în acest fel, dar e important să știm că suntem întotdeauna receptivi la energia din jur. Ca metode vă sugerez:

- Vizualizare - imaginează-ți o bilă albă, strălucitoare în centrul pieptului care se extinde spre tot corpul cu fiecare expirație. Respiră în această lumină divină și observă cum se răspândește în întreg corpul și crează o sferă uriașă de lumină care te protejează.
- Curățarea câmpului - cu ajutorul palmei și cu intenția de a te curăța energetic imaginează-ți că ai praf pe corp pe care îl cureți. Pur și simplu, cu palmele cureți praful de pe corpul tău, din creștetul capului până la tălpi, acest praf semnificând energia negativă și energia care nu îți aparține.
- Băi cu ierburi, uleiuri esențiale, sare - alege să faci o baie fierbinte cu sare de mare, uleiuri esențiale, petale de trandafiri, frunze de mentă, lavandă sau orice plantă dorești tu, de exemplu: salvie pentru protecție energetică sau rozmarin pentru claritate și protecție. Acestea te ajută să elimini toxicitatea din corp și curăță câmpul energetic.
- Curățarea spațiului fizic - arde ierburi de protecție precum salvia, rășini precum tămâia sau lemn sfânt "palo santo". Creează-ți un altar cu cristale, lumânări, imagini cu care rezonezi, flori proaspete, bețișoare parfumate. Arde o lumânare albă, deoarece focul și fumul sunt elemente care curăță mediul înconjurător.
- Împământează-te - vizualizează cum ai rădăcini care îți cresc din tălpi, mai apoi trimite în jos către Mama Geeă toată energia negativă pe care vrei să o cureți.

Iată doar câteva metode simple de a îți primeni aura astfel încât amprenta voastră energetică să permită Universului să materializeze, ca rezultat al unei dorințe, o realitate care să fie cât mai aproape de valoarea amprenteii voastre energetice, realitate cât mai aproape de structura dorinței formulate către Univers.

Nu uitați că sunt unele aspecte ce depind de noi pentru ca "acolo unde dăm, acolo să se și crape".

Gândirea pozitivă

Știm deja că Universul analizează dorința emisă de noi și pune în balanță solicitarea contra nivelul nostru evolutiv. Să fiu mai concret, dacă suntem o persoană care emite gânduri pozitive, de iubire și compasiune, atunci Universul ne pune eticheta de persoană evoluată și deci va "modela" rezultatul ce se va materializa după un tipar în care predomină componenta de ridicare spirituală.

Dacă însă suntem "îmbibați" de gânduri negative, imaginea noastră devine una generatoare de negativitate, iar Universul va decide că nu suntem pregătiți să primim materializarea dorinței noastre. Această negativitate fiind incompatibilă cu Legea armoniei Unoversului, face ca acesta să tragă concluzia că nu e oportun să beneficiem de această materializare. Așa se explică faptul că "dăm" și "nu crapă nimic".

Avem însă posibilitatea să lucrăm cu noi astfel încât să convertim gândurile negative în gânduri pozitive.

Gândirea pozitivă este un subiect care merită o maximă atenție deoarece, în primul rând, ne poate ajuta în rezolvarea de probleme și ne poate oferi o mai mare satisfacție în ceea ce privește viața, iar în al doilea rând, este un punct forte în relațiile cu cei din jurul nostru, fie familia, fie prieteni sau doar cunoștințe. De asemenea gândirea pozitivă ne creează o amprentă energetică superioară, amprentă care va atrage metarializări superioare spiritual.

Bineînțeles că structura gândurilor negative se poate schimba. La fel cum tehnologia evoluează la fel putem evolua și noi, adică putem transforma gândirea negativă în gândire pozitivă.

Așadar, care sunt pașii care duc spre o gândire pozitivă sau cum putem obține acest lucru sunt întrebările la care un procent foarte mare din populație nu știu răspunsul și de aceea în următoarele rânduri voi explica câteva tehnici extrem de utile pentru fiecare dintre noi.

- Dezvoltarea gândirii pozitive - acest pas poate fi realizat mult mai ușor în grup deoarece implică comunicarea cu alte persoane, iar când gândim negativ despre noi de cele mai multe ori gândim la fel și despre ceilalți. Pentru început fiecare persoană trebuie să scrie câteva afirmații pozitive sau aprecieri despre sine și despre persoanele din grup însă atenția să fie focusată mai mult pe trăsături de personalitate și obiceiuri decât pe trăsături fizice. Fiecare va citi cu voce tare gândurile pozitive despre sine și ceilalți iar ceilalți membrii își vor nota aprecierile și gândurile pozitive pe care le-au primit din partea colegilor.
- Identificarea gândurilor negative - obiectivele acestui segment urmăresc, pe de-o parte, distingerea între gândurile negative personale și non-personale, iar pe de

altă parte utilizarea informației de bază pentru a face o listă de gânduri negative personale considerate cele mai dure sau mai supărătoare pentru fiecare. Pentru a ști cum să ne controlăm gândurile este util să știm diferența dintre cele două tipuri. Astfel, gândurile personale sunt despre sine, și se referă mereu la propria persoană incluzând structuri cum ar fi „Eu sunt..., Eu fac..., Cred despre mine că...” iar cele non-personale sunt cele legate de alți oameni sau lucruri. Acum că știm diferența, se pot identifica, de exemplu dintr-o listă de gânduri atât personale cât și non-personale, gândurile negative personale cele mai problematice.

- Schimbarea gândirii negative în gândire pozitivă - implică dezvoltarea și utilizarea unor gânduri și credințe pozitive care vin ca alternative pentru gândurile negative.

De exemplu, un gând negativ ca acesta: „Nu am deloc motivație să fac anumite lucruri, nu sunt în stare să realizez ceva” – o alternativă posibilă, oarecum mai pozitivă, ar putea fi „Uneori mi se pare că nu am motivația necesară să realizez ceea ce doresc, totuși, zilele acestea am reușit să fac o parte din ceea ce mi-am propus”.

În acest sens, se poate face o listă cu gânduri și credințe negative și una cu alternativele lor astfel încât fiecare membru să recunoască și să asocieze gândurile negative cu alternativele lor pozitive și mai realiste. De asemenea, de fiecare dată când apare un gând negativ acesta trebuie înlocuit cu varianta alternativă care implică aceeași idee însă este mult mai realistă.

Pe de altă parte, majoritatea gândurilor noastre negative sunt iraționale, asta înseamnă că avem tendința de a exagera negativul sau avem reacții exagerate în raport cu o situație. Cum pot fi identificate gândurile iraționale? Abordarea de bază este argumentarea cu propriile noastre gânduri. În loc să acceptăm orbește faptul că gândurile noastre sunt adevărate, ar trebui să vedem într-adevăr cât de adevărate sunt, să vedem dacă au logică, dacă au beneficii asupra noastră, precum și cum am ajuns la ideea respectivă.

Cu cât vom căuta mai adânc o susținere a acestor gânduri, cu atât mai mult vom realiza că ele sunt false, adică iraționale, vom realiza că aceste gânduri sunt o piedică în realizarea obiectivelor și o cauză a dezvoltării problemelor emoționale, inclusiv o cauză a faptului că ”dăm”, dar ”iese” altceva.

De exemplu: la un gând irațional de genul „Dacă nu ies cu prietenii în această seară înseamnă că nu sunt un prieten adevărat și devotat”, adresează-ți întrebări de genul „Chiar este așa?” „Chiar nu ești un prieten adevărat dacă nu ieși într-o oarecare seară?” „Există posibilitatea să fie organizată o ieșire într-o altă seară?” iar răspunsurile la aceste întrebări îți vor oferi o viziune rațională.

Varianta pe care am propus-o în cazul gândurilor negative este valabilă și în aceste situații, adică de fiecare dată când apare exagerarea unei situații sau credem că totul

merge prost, este extrem de util și benefic să căutăm o susținere logică pentru ceea ce gândim, să căutăm alternative raționale pentru ceea ce credem.

O altă categorie de credințe iraționale sunt expectanțele/ așteptările nerealiste față de ceilalți. De exemplu „Dacă prietenul meu nu gândește exact ca mine înseamnă că nu are creier și nu este normal”. La fel, în această situație este necesar să găsim o alternativă pozitivă rațională „Eu și prietenul meu nu suntem de acord în anumite privințe, însă fiecare are libertatea de a-și exprima punctul lui de vedere.”

Așadar, pentru ca totul să fie mai simplu se poate completa un jurnal în fiecare zi în care să notați fiecare gând, credință sau expectanță negativă irațională și bineînțeles alternativele realiste pozitive ale acestora. Această metodă vă poate asigura crearea unei amprente energetice pe care Universul să o considere oportună pentru materializarea unei dorințe așa cum a fost dorită.

Ridicarea spirituală

Cred că nu mai e un secret faptul că nivelul spiritual la care a ajuns fiecare, face ca să știm presis atunci când ”dăm” unde va ”crăpa”. Ridicarea spirituală înseamnă atât blocarea gândurilor negative, cât și o ordine desăvârșită în credințe.

Pe parcursul unei zile, întâmpinăm multe lucruri care te secătuesc de energie și alungă vibrațiile pozitive; șeful poate e nedrept cu tine, sau poate partenerul tău sau copiii au o zi mai agitată, ai parte poate de o altercație în de trafic, zgomot, vești proaste sau ai provocări pur și simplu care îți mănâncă energia.

Iar atunci când vibrațiile tale se învârt pe o frecvență joasă, este foarte greu să te concentrezi pe scopurile tale sau să îți propui să fii fericit.

Atunci când ești pe o vibrație înaltă, te simți mai stabil, mai în siguranță, mai creativ, pasionat, încrezător, conectat la viață, expresiv și intuitiv. Iar aceasta este o modalitate excelentă de a-ți petrece timpul în această viață.

Sunt foarte multe metode prin care îți poți ridica vibrația. Iată câteva dintre ele pe care le poți aplica timp de câteva minute pentru a avea rezultate. Pe măsură ce te vei familiariza cu ele, vei începe să găsești propriile tale metode. Studiază-le și încorporează-le în rutina ta zilnică. Vei descoperi că ai mai multă energie și resurse pentru a trăi viața plener.

Iată câteva dintre aceste metode:

- cântă
- fă mișcare
- râzi
- numărăți binecuvântările

- iubește
... și mai ales
- iartă

Acestea sunt metode la îndemâna oricui, sunt metode pe cât de utile, pe atât de necesare dacă vrem să știm unde "crapă" atunci când "dăm".

Concluzie

Am studiat împreună elementele esențiale care ne pot duce la un rezultat altul decât cel scontat de noi. Dacă vom înțelege mecanismul ce stă în spatele zicalei: "unde dai și unde crapă", vom reuși în timp să contracarăm efecte nedorite sau neașteptate.

Avem acum informațiile necesare pentru a anihila orice imixtiune în procesul emoție - dorință - decizie - rezultat. Universul va lua act de noua noastră amprentă energetică și va decide materializarea cea mai potrivită pentru dorințele noastre. Să nu uităm faptul că Universul lucrează întotdeauna cu "materialul clientului".

Succes!