

Hogyan teremtsünk az energiák világában

Minden teremted pillanatát érdemes tudatosan átgondolnod, hiszen a cselekvés maga isteni valód egyik megnyilvánulása, és egyben komoly karmikus tett. A helytelen teremtés — a rossz szándék, a szeretet hiánya és a tudatlanság — a lélek belső zavaraihoz, szenvedéshez vezet. A helyes teremtés viszont a jóság, a szeretet és a tudás által valósul meg, és természetes módon hozza magával a harmóniát, az egészséget és a belső békét. A sikerélmények, a jó érzések, az örömteli cselekedetek a „mennyei világába” vezetnek.

A helyes teremtés állapotát úgy érheted el, ha következetesen erre irányítod a figyelmed. Amikor reggel felébredsz, kezd a napot pozitív megerősítésekkel és tiszta szándékokkal — ezek segítenek megtisztítani magad a rád rakódott negatív energiáktól. Tervezd meg a napodat, írd le, mit szeretnél megvalósítani, és azt is, milyen lépésekkel támogatod a céljaidat. Így elkerülheted a szétszórtságot, a zavarodottságot és a sikertelenséget. A siker kulcsa az akaraterő, a kitartás, a megvalósítható ötletek és a hatékony cselekvés. A tudatosan tervezett életet pedig szépen kiegészíti a kreativitás és az intuitív spontaneitás — hiszen a lélek nemcsak rendet, hanem áramlást is igényel.

A tudás védelmez a transzcendens világban, mert a tudás szent, és megmutatja, ki vagy az emberi létben. A gyógyulás útja az értelmes, átgondolt, tudatos viselkedés, a tudás ápolása és a szeretet gyakorlása. Érdemes a körülötted lévő tárgyakat is „megszentelni” tudással: helyezz rájuk olyan képeket vagy jelképeket, amelyek a tanulás, a munka vagy a fejlődés idejéhez kötődnek. Ez segíthet abban, hogy a saját energiáid is felismerjék: a jelenléted mögött szándék és tudatosság áll. A tudás mellett a szeretet is erős védelmező erő a negatív energiákkal szemben. Ha szeretetet sugársz, és jó szándékkal fordulsz mások felé, nagyobb eséllyel kapsz vissza ugyanebből az energiából.

A rossz szokások — legyen szó mániás viselkedésről, depresszióról, dohányzásról, alkoholról, drogokról, bulémiáról vagy anorexiáról — mind az emberi energiák torzulásai, nem pedig az ember valódi lénye. Ezek az energiák az érzékelés és a testi működések finom rétegeiben okoznak zavart. A legmélyebb gyógyulást sokszor energetikai módszerek hozzák, különösen akkor, ha az ember elengedi a „mézesmadzagot”, vagyis azt, ami fenntartja a káros mintát.

A vétkeid is a teremted részei. Ezek komoly energiazavarokat okozhatnak a testben és a lélekben, és a tudatos energiáid nem fogadják őket jó szívvel. Írd le minden nap, mi volt a vétked, miért cselekedtél úgy, és hogyan tennéd jóvá. Mivel az élet folyamatos tanulás, a tudatos önvizsgálat és a szeretetteljes korrekció által megbocsátást nyerhetsz — legalábbis azoktól az energiáktól, amelyek értelemmel és jó szándékkal rendelkeznek benned.

Az energia minden érzelem forrása. A vétkek gyakran a méreg, az idegesség, a félelem vagy a bánat energiáiból fakadnak. Ha ezeket nyugtató, tiszta energiákra cseréled, megszabadulhatsz a negatív érzelmek hatásaitól. Fel kell ismerned, mi váltotta ki benned a rossz érzést, és szeretettel, értelemmel kell közelítened hozzá. A félelem oldására sokan nyugtató gyógynövényeket vagy orvosi segítséget választanak — ezek általános, széles körben ismert módszerek, amelyek sokaknak hoznak megkönnyebbülést.

A teremtés művészete valójában a tudat művészete. Amikor figyelmesen bánsz a gondolataiddal, szeretettel közelítesz önmagadhoz és másokhoz, és felelősséget vállalsz a cselekedeteidért, akkor az energiáid rendeződnek, megtisztulnak és felemelkednek. A tudás, a szeretet, az önvizsgálat és a tudatos jelenlét együtt olyan belső teret hoznak létre, ahol a lélek szabadon növekedhet. A helyes teremtés nem egyszeri tett, hanem egy életforma — egy folytonos visszatérés önmagad legjobb, legtisztább változatához.