

Brad Yates:

Az Önszeretet titka részlet

Belső jóssággal és erényekkel születik minden ember és a világ minden teremtménye. Mi csak szerényen, alázatosan elismerjük, hogy egy nálunk nagyobb hatalom jónak és szeretetre méltónak teremtett, felruházott erényekkel és tehetségekkel. Mindenki jó, ÉN IS JÓ VAGYOK! Ha felismerjük ezt legbelül, ki sem kell mondanunk, meg sem kell osztanunk más emberekkel, hogy 'hé, látod, milyen csodálatos vagyok én?!' Hiszen a belső világunk visszatükröződése a külső világunk, ha mi magunk el hisszük ezt, nem kell másokat szavakkal meggyőznünk erről, mert érezni fogják a nélkül is.

Az önszeretet ott is megbukhat, hogy megvonunk magunktól dolgokat, nem engedjük, hogy azok részei legyenek az életünknek, legyen az egy boldog kapcsolat, anyagiak, egészség, egy jobb állás stb. Ilyenkor általában az a probléma, hogy azt érezzük: 'nem vagyok rá méltó, nem érdemlem meg ezt, ez nem lehet az enyém, mert nem vagyok elég jó és érdemes rá, nem vagyok szeretetre méltó. Így egy harmonikus kapcsolatot sem érdemlek meg.

Tehát nem szeretjük magunkat eléggé ahhoz, hogy elfogadjuk az élet ezen ajándékait. A másik oldalon azonban minden, amit elutasítunk, és nem engedünk meg magunknak vagy nem fogadunk el egy lehetséges veszély. Egy önvédő reakció ez, mert van bennünk egy vagy több olyan rész, mely az ideális test-súlyt vagy a harmonikus párkapcsolatot veszélyként fogja fel és ezért nem engedi, hogy a miénk legyen.

Ezért történhet az, hogy ez a rész azt mondja, hogy túlságosan szeretem magam, ahhoz, hogy újra átmenjek ezen, vagy megengedjem ezt. Így az önszabotázs nem csak Önbüntetés, hanem önvédelem is egyben. Nem akarom kitenni magam annak, hogy bizonyos események céltáblája legyek.



Például vegyük azt az esetet, mikor egy apa fizikai erőszakot alkalmazott a lányával kapcsolatban: felpofozta, megütötte... A terápia során kiderült az, amit előtte ő sem értett, miért is tette mindezt. Attól félt, hogy a lánya rossz útra tér majd, így ezzel az erőszakos viselkedésformával próbált ez ellen tenni.

Mint látjuk, még e mögött a negatív tett mögött is szeretetteljes és pozitív szándék húzódott meg. Ez általában elmondható a szülők által elkövetett összes hibás lépésnél. Abban a pillanatban, hogy felismerjük ezt a szándékot, már lehetségesé válik az, hogy ezt a szeretetet és ezt a jó célt más viselkedésformákba ültessük át, amit pozitívnak és szeretetteljesnek élünk meg.

Például, ha attól tartunk, hogy mások megítélnék bennünket és rossz véleményen vannak rólunk akkor azt a másik oldalról nézve úgy is láthatjuk, hogy: 'És akkor mi van? Ez úgyis megtörténik akkor is, ha félek tőle, vagy ha nem, senkit sem

szerepel mindenki, miért lenne fontos számomra, hogy mit gondolnak rólam mások. Én tudom, hogy jó vagyok, akiket szeretek, azok is tudják ezt, más pedig nem számít.

Ha az emberek rossz dolgokat mondanak rólunk, az valószínűleg azért történik, mert mi ezeket gondolkodás nélkül is magunkról legbelül és ezt sugározzuk ki a környezetünkbe is. Tehát a velünk történő rossz dolgoknak nem mások az okai, nem másokból indul ki, hanem önmagunkból. Mi vagyunk a forrás.

Ha szeretjük magunkat és elfogadjuk magunkat, ugyanezt a szeretetet és elfogadást találjuk majd a külvilágban is. Nem másokat, hanem magunkat kell megváltoztatni, elfogadni és megszeretni, hiszen az önmagam iránt érzett szeretet az, amely más emberek gondolatait és tetteit keresztül visszasugárzik rám.

Miért engedi Isten?

Gyakran megkérdezik az emberek a vallások képviselőit: Ha van Isten, miért engedi meg azt a sok szenvedést és bajt, amely sújtja világunkat, benne a sok ártatlan embert és gyermekeket? Az alábbi interjú találó választ ad a kérdésre.

Istent nagyon elszomorítja, ami velünk történik, ám évek óta azt mondjuk neki: menj ki az iskoláinkból, a kormányunkból, és távozz az életünkben. És mivel tiszteltben tartja szabadakarunkat, csendben hátrahúzódot.

Miképpen várhatjuk el Istentől, hogy áldását és védelmét adja, ha egyben arra szólítjuk fel, hogy hagyjon bennünket békén?

Valaki azt mondta, jobb, ha nem olvassuk a Bibliát iskoláinkban: a Bibliát, amely azt mondja: ne ölj, ne lopj és szeresd felebarátodat, mint önmagadat. És mi azt mondtuk, rendben.

Azután dr. Benjamin Spock azt mondta, ne fenekeljünk el a gyermekeinket, ha rosszul viselkednek, mert a kis személyiségük megsérül, és lerombolhatjuk önbecsülésüket (Spock fia öngyilkos lett). És mi azt mondtuk, egy szakember biztosan tudja, miről beszél.

Aztán valaki kitalálta, hogy a tanárok és az osztályfőnök jobb, ha nem fegyelmezik a gyermekeinket, amikor rendetlenül viselkednek. És az iskola vezetői azt mondták, hogy a tanárok inkább meg se érintsék a diákokat, nehogy ezzel rossz reklámot csináljunk az iskolának, és semmiképpen sem akarjuk, hogy bepereljenek bennünket. És mi helyeseltük.

Aztán valaki, az általunk jelentős posztra megválasztottak közül azt mondta, hogy nem számít, hogy

mit teszünk a magánéletben, ha elvégezzük a munkánkat.

És aztán a szórakoztatóipar azt mondta, csináljunk tv-műsorokat és mozifilmeket, amelyek az erőszakot, az erkölcsatlanságot és a tiltott szexet reklámozzák. És készítsünk olyan zenefelvételeket, amelyek bátorítanak a nemi erőszakra, a kábítószer-fogyasztásra, a gyilkosságra, az öngyilkosságra és a különböző torz témákat dolgozzák fel. És mi azt mondtuk, ez csak szórakozás, nincs is rossz hatása, és különben sem veszi senki komolyan, úgyhogy, csak hadd menjenek.

Most pedig feltesszük magunknak a kérdést: miért nincs a gyermekeinknek lelkiismerete, miért nem tudnak különbséget tenni jó és rossz között, és miért nem okoz nekik problémát, hogy megöljék az idegeneket, osztálytársaikat, saját magukat?

elég sok köze van mindennek ahhoz a mondáshoz, hogy amit vet az ember, aztaratja.

"Kedves Isten, miért nem mentetted meg azt a kislányt, akit megölték az osztályban? Tisztelettel, egy Érintett Tanuló"

És a válasz?

"Kedves Érintett Tanuló! Ki vagyok tiltva az iskolából. Tisztelettel: Isten."

Furcsa, hogy jobban érdekel, mit mondanak rólam az emberek, mint az, hogy mit mond Isten felőlem!

Gondolkozol?



Hihetetlen gyógyulások

- folytatás -

Weltz Teréz 1998 óta tagja a Baráti Körnek, jelenleg a tatabányai közösség, valamint a segítőkésből és közösségvezetőkből álló "szűkkör" vezetője.

Őt kérdezzük a továbbiakban.

- Ezek szerint szükséges a személyiségünk tudatos fejlesztése és a pozitív gondolkodással saját teremtőerőnk növelése?

- A pozitív gondolkodással a gyógyáram befogadására való nyitottságunkat segítjük elő. Nem lehet egészségesé válnunk úgy, hogy gondolatainkat folyton a betegség tölti ki, és a vágyott egészség helyett figyelmünket a még fennálló problémákra fordítjuk vagy azokról beszélünk. Éppen ezért a Baráti Körben nem beszélünk a betegségeinkről, csak az első alkalommal és a gyógyulás után. Bruno Gröning ugyanis tudta, hogy a legtöbb ember megszokásból negatívan gondolkodik, anélkül, hogy világossá válna számára, milyen káros ez. Ezért mindig arra kérte a hallgatóit, hogy negatív gondolataikat tudatosan küldjék el. A pozitív gondolkodás azért szükséges, hogy a negatív energiákat ne vonzzuk magunkhoz, és a gyógyulás iránti vágyunkat, hitünket erősítsük, megnyitva ezzel magunkat a gyógyító szellemi erő számára. Pusztán az akarattal mi magunk nem tudjuk megteremteni a gyógyulásunkat, erre ugyanis csak Isten képes.

- Ez azt jelenti, hogy a hit a másik alapfeltétel? A Bruno Gröning Baráti Kör egyfajta vallási közösség?

- A hit nem az egyházi értelemben vett hitet jelenti, hanem annak az elfogadását, hogy létezik egy felsőbb szellemi erő, amit mindegy, hogy Istennek, Allahnak vagy éppen Gondviselésnek nevezünk, felettünk áll és segít a gyógyulásban. A Baráti Kör tehát nem vallási közösség, és nem is várja el tagjaitól a vallásosságot. Egyházi és egyéb hovatartozástól függetlenül bárkit szívesen lát, aki hajlandó megszabadulni a problémáitól vagy a betegsétől, és alázattal képes változtatni rossz beidegződéseiben. Sokan vannak ugyanis, akik azt mondják, hogy meg akarnak gyógyulni, de valójában ragaszkodnak a betegségükhöz, mert ezzel magukra vonják mások figyelmét. Rajtuk nem lehet segíteni, csak azokon, akik teljes szívükből vágnak az egészségre, hiszik, hogy ez lehetséges és tesznek is érte. Mi abban tudjuk segíteni a fejlődésüket és erősíteni a hitüket, hogy a gyógyáram felvételének megtanításán túl háromhetente összejöveteleket tartunk, ahol mindenki elmondhatja tapasztalatait, és erőt meríthet sikeres gyógyulásokból.

- Milyen erő vagy energia a gyógyáram?

- Bruno Gröning az embert egy akkumulátorhoz hasonlította, ami nap mint nap energiát ad le, ezért újra és újra fel kell tölteni, mert ha lemerül, az előbb-utóbb erőtlenységhez, idegességhez, félelmekhez és betegségekhez vezet. Szerinte mindenki, aki akarja a jót és az egészséget, képes magának életenergiát "tankolni" és általa töltekezni. Ez az energia állandóan körülvesz minket, csak meg kell tanulnunk tudatosan fölvenni. Mint egy rádióadó, megfelelő "ráhangolódással" képesek vagyunk venni ezt a hullámot - a gyógyáramot, azaz az isteni gyógyító energiát.

- Hogyan lehetséges a gyógyító energia tudatos felvétele?

- A lelki megnyílás mellett a testi nyitottság is fontos: a kezek és a lábak keresztelése ugyanis akadályozza az energia szabad áramlását a testben. Amikor valaki először jön hozzánk, a bevezető, információs előadáson többek között megtanulja felvenni a gyógyáramot. Ez egy egyszerű módszer, melynek során a gyógyulni vágyó megnyugszik, becsukja a szemét, valami szépre gondol, a szívét kitarja, és vezetést, védelmet, segítséget, illetve tökéletes egészséget kér. Ezután csendben figyeli a testében történő változásokat, érzeteket. A technika elsajátítása után mindenkinek javasoljuk, hogy otthon naponta legalább kétszer, lehetőleg reggel és este 5-15 percre hangolódjon rá a gyógyáramra, ha ugyanis folyamatosan fel vagyunk töltődve jó energiákkal, akkor a rossz számára nem jut hely.

- folytatjuk -

Forrás: Elixír

HOROSZKÓP	KOS (03.21.-04.20.) Könnyedén a türelmed végső határán járhat. A téged körülvevő emberek sokkal határozottabbnak tűnhetnek nálad. Megjízest annak felismerése, hogy a környezetben levők milyen nehezen járulnak hozzá a szükséges változtatásokhoz.	RÁK (06.22.-07.22.) Egy számokra kedvező időszak kezdődött el, amikor is lazíthatsz, szinte magától mennek a dolgok. Magad mögött hagyhatod a feszültséget és az aggodalmakat egy időre. A munkahelyeden valami különlegesen szeretnél csinálni, tele vagy jó ötletekkel.	MÉRLEG (09.23.-10.22.) Mindenkiben jó benyomást keltesz kisugárzással, kedvességeddel. Egy közeli hozzátartozó megjegyzéseket fűz az érzelmi életedhez, ami egy kicsit érzékenyen érinthet. Igazából féltékenység bujlik meg a dolog mögött, ezért nem kell komolyan vened.	BAK (12.22.-01.20.) Amennyire csak lehetséges, próbáld meg türelmesebb és megfontoltabb lenni. Ez az időszak számokra érzelmileg kínál nagyobb kiteljesedést és megelégedést. A munkahelyeden sem fogsz unatkozni, mivel megszámlálhatatlan teendő van.	HOROSZKÓP
	BIKA (04.21.-05.20.) Szerencsésen alakulnak otthoni dolgaid. Filozofikus gondolkodásod valamint toleranciád segítségével ragyogó, békés és boldog otthon tudsz teremteni. Napi tevékenység végzésében, most lehetőség lesz végre magad mögött hagyni nehézségeidet.	OROSZLÁN (07.23.-08.22.) Szakmai téren új kihívások és új lehetőségek tárulkoznak fel előtted. A munkahelyeden új sikereknek örövendhetsz. Családi környezetben már oldódnak a feszültségek, egyre jobban megtaláljátok a közös hangot.	SKORPIÓ (10.23.-11.22.) Sok intéznivaló akad amiatt, hogy rendben tud tartani a pénzügyeidet érintő ügyeket. Ehhez viszont egy meghatározó segítő kezét is ad a sors neked. Egy kiemelkedő siker szakmai téren hozhat kedvező változást az anyagi helyzeteden.	VÍZÖNTŐ (01. 21.-02.19.) A körülötted levőkből sokan egyetértenek veled, de akadnak olyanok is, akiket felháborít a csupasz valóság. Valahogyan meg kell találnod az egyensúlyt a munka és a magánélet között, mert egy idő után mindkét fronton csökkenhet a tolerancia küszöböd.	
	IKREK (05.21.-06.21.) Nem is érted, hogyan tud ennyi akadály tornyosulni eléd. A körülötted levő embereknek a tiedtől eltérő a véleményük. Erődes meghallgatni őket is, mert van jó is abban, amit mondanak. Ne hagyd, hogy az eddig halogatott apró-cseprő dolgaid a kedvedet szegjék.	SZŰZ (08.23.-09.22.) Nehezen fogadod el másoktól a segítséget. A baráti környezetből vagy a családotból valakik meg szeretnének lepni, ezt el kell fogadnod, mert szívből jön, és azért teszik ezt veled, mert szeretnének örülni látni, mert szeretnek téged.	NYILAS (11.23.-12.21.) Az a kiemelten kedvező áramlat, ami hat rád ebben az időszakban új megvilágításba helyezi számokra az élet értelmét, a célokat, melyeket kitűztél magadnak. Látod, hogy különösebb stressz nélkül is elérheted azt, amit akarsz.	HALAK (02.20.-03.20.) Amit már sinre tettél, amiatt nem kell aggodnod, meggy szében magától is, nincs okod az aggodalomra. Főképp olyan dolgokért nem kell aggodnod, ami még meg sem történt. Itt lenne az idő a kikapcsolódásra.	