

ECHO DUSZY

I BĘDZIE ŚWIATŁO LUNY JAK ŚWIATŁO SŁOŃCA

www.kabbalahgroup.pl

Zohar
Bereshit

Lśnienie zamknięte i schowane, do tego, że synowie jego wewnątrz jego przyjdą rodzić i dom stanie w rozprzestrzenieniu ustawienia tego świętego nasienia. I dopóki nie zaszła w ciążę i nie rozprzestrzeniło się rozprzestrzenieniem zasiedlenia, nie nazywa się Elo-him, w ogólnym „na początku”. Po tym jak ustawiła się w Imieniu Elo-him, wychodzą te porodzenia z tego nasienia, co zasiane w nim. Kim są te nasiona? Są to litery uformowane (wyrzeźbione). Tajemnica Tory, które wyszły z tej kropki.

W kręgu życzenia

Ważnym zagadnieniem jest odpowiedzieć na pytanie, lub dokonać próby zinterpretowania, czym jest życzenie. Całe życie człowieka składa się z życzeń, większych lub mniejszych. Obserwujemy, jak ludzie dokonali wyboru i przez całe życie oddają swoją energię oraz czas tylko po to, żeby zrealizować jakies życzenie. Czasami realizują jedno życzenie i mają jeszcze siły na następne.



Temat jest bardzo głęboki, bo dotyczy całości życia człowieka, więc zinterpretować jednokierunkowo, to za mało. Przecież życzenie też dotyczy ciała człowieka i tego, co on ma do dyspozycji w tym życiu. Jest fizyczne ciało z możli-

wością przemieszczania się, jak również do przemieszczania przedmiotów, dzięki czemu może zmieniać i kreować fizyczną rzeczywistość według własnego wyboru, lub wyboru innych ludzi, kiedy przykładowo idziemy do pracy i jesteśmy cał-

kowicie podporządkowani obowiązkom w danym przedsiębiorstwie. Wówczas wykonujemy to, co nam nakazano.

Człowiek ma do dyspozycji pakiet pięciu zmysłów i rozum, żeby mógł korzystać z całej swojej „maszynerii”. Należy tu dodać, iż rozum wykorzystujemy tylko w paru procentach, więc trudno tu mówić o wielkich możliwościach. I gdy przeanalizujemy ten fakt i dotychczasowe osiągnięcia człowieka, możemy dojść do wniosku, że uruchomienie pozostałej części mózgu, ba, nawet tylko jego części, może skutkować tym, że pozostałe składowe naszej „maszynerii” będą miały o wiele większe możliwości. Dotyczy to zarówno zmysłów, jak też nowych dróg i kierunków rozwoju, o których dzisiaj nic nie wiemy, ponieważ są poza zasięgiem rozumu.

Wiemy, że jest „mechanizm”, który wykonuje czynności, ma zmysły i rozum zarządzający. Ale jaką częścią ciała człowiek czuje życzenie? Głową, nogą, ręką, brzuchem? Życzenie przychodzi z wyższego poziomu, więc na początku nie ma co zadawać sobie pytanie - dlaczego akurat takie życzenia mi się podoba, a nie inne?

Z życzeniem jest powiązane pragnienie, a dokładniej – siła pragnienia. O wiele łatwiej jest tu dokonać weryfikacji kobiecie niż mężczyźnie, ponieważ każde z nich ma zupełnie inne właściwości, cechy. Kobieta wie, co to jest pragnienie, i ona uruchomia je na wyciągnięcie ręki. Czasami ono panuje nad kobietą na tyle silnie, że nie może ona obejść się bez tego, czego pragnie... nie daje jej to spokoju, dopóki nie zrealizuje się. Dogłębnie o pragnieniu i życzeniu napiszemy następnym razem.

Ćwiczenie rozpoczynające dzień

To ćwiczenie jest podstawowe, więc rozpoczynając od niego dzień, można rozbudować pole i wczuć się w subtelne energetyczne stany. Jest bardzo proste, oparte na oddechu (wdech i wydech), graniczącym z oddechem praną, czyli energią. W tym ćwiczeniu kluczem jest wyobraźnia, a jej jakość daje odczucie konkretnego efektu. Przy nabraniu powietrza (wdechu) wizualnie powiększamy siebie.

Przy nabraniu powietrza (wdechu), wizualnie powiększamy siebie.

Przy wypuszczeniu powietrza (wydechu), w wyobraźni pomniejszamy siebie.

Pozycja – siad z nogami skrzyżowanymi (po turecku), ręce kładziemy na kolanach, oczy zamknięte.

Wdech bardzo powolny (7-8 sekund) – mocno się rozrastamy. W wyobraźni należy widzieć pod sobą budynki, miasto, góry.

Wydech powolny – obniżamy się, zmniejszamy siebie do tego stopnia, że skupiamy siebie w bardzo małą piaseczynkę i umieszczamy w nią całą świadomość, tak, że przy zmniejszeniu, w porównaniu do nas mrówka jest gigantem.

Powtarzamy ćwiczenie (10-15 minut) i na zakończenie odczuwamy siebie w normalnej wielkości. Otwieramy oczy.

W procesie medytacji ważna jest rejestracja dwóch punktów: skupienie uwagi na wielkości i małości. Czyli, na jednym powolnym wdechu rozrośniemy i wszystko wokół nas. Widzimy z góry całe miasto, całą rzeczywistość. Można wyobrazić sobie, że rośnie ciało fizyczne, albo, że rośnie jego sfera. I na jednym powolnym wydechu zmniejszamy siebie do drobin, piaseczynki.



Władza cudzych myśli

W jednym z listów, mędrcy piszą: „...wypadałoby, żeby cudze myśli już znajdowały się pod waszą kontrolą, czyli, żeby nie było w tych myślach żadnej władzy i siły, a wy żebyście już odmienili je i rzucili sobie pod nogi, tak, że możecie już je rozdeptać i przekroczyć. I chociaż cudze myśli jeszcze znajdują się w was, lecz one nie sterują wami”.

Co to jest za stan, kiedy nad człowiekiem panują obce myśli? Co wtedy dzieje się w naszym życiu, jak to wpływa na poziom naszego powodzenia, zdrowia?

Rozważmy to na konkretnym przykładzie. Mamy dobry dzień, wszystko nam się udaje, i to co zaplanowaliśmy, o co poprosiliśmy w modlitwach, spełnia się. Jesteśmy zadowoleni i szczęśliwi szczęściem codziennego dnia. I nagle przychodzi człowiek, który wypowiada niskie, wulgarne słowa, ma do nas o coś pretensje. Rozwija swój temat, a my swoimi myślami wchodzimy w jego stan, jak w masło. Przejmujemy je, reagujemy spontanicznie, i co najgorsze, biernie się zgadzamy i... lecimy w dół. Pada nasz dobry nastrój i zadowolenie. Nie mamy siły oprzeć się jego wulgarności.

Ta sama sytuacja, jeśli nad nią panujemy, mogłaby wyglądać inaczej, gdybyśmy posiadali umiejętność zamiany naszego emocjonalnego stanu zaangażowania na pozycję obserwatora. Panujemy nad sytuacją, obserwując co się dzieje i nie pozwalając naszemu mózgowi na żadną reakcję, tak jakbyśmy oglądali scenę z filmu, która nas nie dotyczy.

Agresja człowieka wraca do agresora, a my jesteśmy w stanie spokojnie rozwiązać każdą pretensję tego człowieka. Wówczas sami zachowamy dobry nastrój i jeszcze mamy szansę podnieść z upadku człowieka z pretensjami, tak, że z kontaktu z nami jest zadowolony. Zrobiliśmy, jak to się mówi w naszym świecie – „dobry uczynek”.

To bardzo prosty przykład, jednak na wyprowadzenie umysłu z zaangażowania w sytuację, na pozycję obserwatora, trzeba mieć bardzo dużo wewnętrznej, duchowej siły. Oprzeć się zdarzeniu, nie negocjować, nie wprowadzać jeszcze większego konfliktu.

Opisane zdarzenie wydaje się pozornie „niewinnym” codziennym zdarzeniem, sytuacją, na którą nie zawsze zwracamy uwagę, uważając w głębi siebie, że tak to już pomiędzy ludźmi bywa, a to właśnie te „niewinne zdarzenia” zabierają nam siły i zdrowie.

Dzisiejsze rozważania to zaledwie początek nieskończonego obszernego tematu o sile naszych myśli. Temat będziemy pogłębiać w kolejnych wydaniach Echa.

*Boże, każdy mój czyn jest w imię Twoje,
I Tobie jest poświęcony,
I każdy mój oddech, i każda moja myśl,
Wszystko należy do Ciebie!
Gdyż władza Twoja, jest absolutna
I wszystko dzieje się z woli Twojej...*