

BERARDINO NARDELLA

**Jak w prosty sposób
spełnić dowolne
pragnienie**



Берардино Нарделла

**Jak W Prosty Sposób
Spełnić Dowolne Pragnienie**

«Tektime S.r.l.s.»

Нарделла Б.

Jak W Prosty Sposób Spełnić Dowolne Pragnienie / Б. Нарделла —
«Tektime S.r.l.s.»,

ISBN 978-8-88-535607-8

Książka o charakterze podręcznika, która opisuje metody pozwalające na realizację własnych pragnień.

ISBN 978-8-88-535607-8

© Нарделла Б.
© Tektime S.r.l.s.

Содержание

CZEŚĆ PIERWSZA	6
GDYBYŚ MIAŁ REALNĄ MOŻLIWOŚĆ SPEŁNIENIA SWOICH PRAGNIEŃ, BYŁBYŚ CIEKAWY W JAKI SPOSÓB MOŻESZ TO ZROBIĆ?	6
CO TO SĄ PRAGNIENIA I DLACZEGO PRAGNIEMY?	9
DO CZEGO POTRZEBUJESZ KARTKI I DŁUGOPISU?	13
DLACZEGO MIAŁOBY SIĘ UDAĆ?	14
CO JESZCZE BĘDZIE POTRZEBNE?	17
Конец ознакомительного фрагмента.	18

Berardino Nardella

Jak w prosty sposób spełnić dowolne pragnienie

Tłumaczenie: Paweł Kubiak

(www.pawel-kubiak.com)

CZEŚĆ PIERWSZA **prezentacja – teoria**

GDYBYŚ MIAŁ REALNĄ MOŻLIWOŚĆ SPEŁNIENIA SWOICH PRAGNIEŃ, BYŁBYŚ CIEKAWY W JAKI SPOSÓB MOŻESZ TO ZROBIĆ?

*Kiedy widzisz spadającą gwiazdę, myślisz nad życzeniem...
Skoro zobaczyłeś spadającą gwiazdę, znaczy, że patrzysz w niebo...
Jeśli patrzysz w niebo, to znaczy, że jeszcze w coś wierzysz.*

Bob Marley

Bez wątpienia jednym z najpopularniejszych pragnień, tych nad którymi zastanawia się cała ludzkość, jest to jak spełnić własne marzenia (rozumiane tutaj jako życzenia, które mamy nadzieję spełnić, ale również w sensie dosłownym, ponieważ marzenie wiąże się z podświadomością, a stamtąd właśnie bezpośrednio wywodzą się nasze pragnienia).

Pragnienie obarczone jest ogromnym bagażem oczekiwań, postrzegane z dużą dawką emocji, a zarazem jako coś niezwykle trudnego lub wręcz niemożliwego do zrealizowania; coś mitycznego, utopijnego i zbyt wyimaginowanego aby mogło się spełnić w naszej nowoczesnej i technologicznie nastawionej rzeczywistości.

Owa rzeczywistość sprawia, iż nie zachwycamy się nią już tak jak kiedyś, kiedy byliśmy jeszcze dziećmi. Podobnie, nie jesteśmy już tak samo skłonni do zmian i innowacji, które wymagałyby od nas zrobienia czegośkolwiek lub wyrwania się z naszej strefy komfortu, podniesienia tyłka z kanapy i zerwania z ulubionymi fantazjami.

Mimo to, chcę ci uświadomić, drogi czytelniku, że aby zrealizować swoje pragnienia nie musisz wcale robić niczego dziwnego ani przesadnego. To co zamierzam ci tutaj wyjawić jest w zasięgu każdego i nie wymaga ani dużego wysiłku ani nakładów finansowych (nie licząc tych kilku złotych, które wydałeś na moją książkę).

Nie wymagam od ciebie żadnej szczególnej wiedzy, nie zachęcam do jogi ani medytacji, nie ma tu też żadnych odniesień do religii ani ograniczeń wiekowych.

Myślisz sobie pewnie teraz: mogę spełnić swoje pragnienia nie robiąc nic, co on próbuje mi wmówić?

Doskonale rozumiem twoje wątpliwości. Nie zachęcam cię do wstąpienia do żadnej szkoły magicznej, zwyczajnie oferuję ci metodę, która pozwoli na zmianę pewnych rzeczy w twoim życiu, stworzenie nowych perspektyw oraz zmianę twojego punktu widzenia świata.

W zasadzie to przedstawię na to wszystko dwie metody, więc będziesz mógł wybrać sobie tę, która wydaje ci się lepsza, albo korzystać z obu w celu wzmocnienia efektu i uzyskania wcześniejszych rezultatów.

Czy zdarzyło ci się kiedyś bezskutecznie czegoś szukać aby zdać sobie sprawę, że cały czas miałeś to tuż pod nosem?

Podobnie, wszystko to czego potrzebujesz do realizacji twoich pragnień nie znajduje się wcale tak daleko, nie wiadomo gdzie i kiedy, lecz jest do twojej dyspozycji tu i teraz; można wręcz powiedzieć, że masz to pod samym nosem.

Nie można niczego pragnąć w czasie przeszłym, bo to już po prostu było i minęło. Co więcej, przeszłość to jeden z głównych motywów dla których odczuwamy pragnienia: z powodu związanych z nią niedokończonych spraw, dawnych niepowodzeń i żali.

Oczywiście, w przyszłości na pierwszym planie postawisz swoje pragnienie, jednak taka przyszłość urzeczywistni się tylko pod warunkiem, że już teraz, w chwili obecnej, zaczniesz ją tworzyć. Nie odkrywam tu niczego nowego: jeśli chciałbym mieć w przyszłości ogród z kwiatami, to już teraz muszę przynajmniej przewrócić i użyźnić glebę, zasiać nasiona, itd.

Dostarczę ci też pewnych wskazówek, chociaż dużo ważniejsze jest abyś wiedział nie *dla czego* to wszystko działa, lecz *w jaki sposób*.

Żeby lepiej to wszystko zrozumieć, wyobraź sobie, że wchodzisz do domu i zapalasz światło naciskając włącznik.

Któż z nas wie co to dokładnie jest elektryczność, jak i dlaczego działa, w jaki sposób tworzy światło w żarówce, albo na jakiej zasadzie działa sama żarówka i w jaki sposób wytwarza się ta energia elektryczna i dociera do mojego pokoju?

Czy wreszcie: dlaczego kiedy nie zapłacę rachunku, żarówka już się nie pali?

Żarty żartami, ale większość z nas całkowicie ignoruje tego typu pytania, co więcej, w ogóle nas one nie obchodzą. Mimo że wiedza, iż żarówka została wynaleziona przez Edisona oraz inne podobne informacje mogą wzbogacić nasz bagaż kulturowy, to skupiając się na tym co jest naprawdę przydatne, wystarczy po prostu wiedzieć, że kiedy naciskamy włącznik, to zapala się światło, a kiedy znowu go wciskamy światło gaśnie. I kropka.

A więc, tak jak wspomniałem, krok po kroku opiszę tutaj metodę, która pozwoli ci z łatwością zrealizować twoje pragnienia, wtedy przekonasz się, że dosłownie każdy jest w stanie ją zrealizować; nie trzeba uczyć się żadnych magicznych rytuałów, wydawać dodatkowych pieniędzy w trakcie czytania, ani robić niczego wbrew swoim ideałom i przekonaniom (żebyśmy dobrze się zrozumieli: nie będę prosił cię abyś obrabował bank ani chodził po rozżarzonych węglach, itd.).

Jedyne czego potrzebujesz to długopis, dwa czyste białe notatniki (lub dowolny zeszyt w którym można pisać) oraz trochę cierpliwości (chyba domyślasz się, że to nie działa tak, że dziś o czymś pomyślisz, a jutro się spełni).

Najpierw muszę jednak jeszcze coś wyjaśnić.

Książka którą trzymasz w rękach ma charakter czysto praktyczny, jej celem nie jest zapełnienie stron samymi pomysłami, lecz środkami niezbędnymi do faktycznego osiągnięcia tego czego pragniesz, wystarczy tylko spróbować.

Podzieliłem ją na dwie części: teoretyczną i praktyczną.

Opisana teoria ma służyć lepszemu zrozumieniu mechanizmów rządzących moją metodą oraz ułatwieniu osiągnięcia założonych celów. Rozmyślnie nie będę jej tutaj jednak szczegółowo analizował, z tych samych powodów dla których opisałem powyżej metaforę z włącznikiem światła.

Tak więc, bardziej niż na rozważaniach filozoficznych skupimy się zatem na poznaniu owych potężnych środków, które mogą zmienić życie każdego kto zdecyduje się podążać za moimi wskazówkami.

CO TO SĄ PRAGNIENIA I DLACZEGO PRAGNIEMY?

Pragnienie to połowa życia. Obojętność to połowa śmierci.
Khalil Gibran

Co to znaczy pragnąć?

We włoskich słownikach możemy doszukać się następujących definicji tego słowa: intensywna chęć posiadania lub robienia czegoś co wywołuje przyjemność i satysfakcję, uczucie braku czegoś koniecznego dla naszego dobrego samopoczucia fizycznego bądź psychicznego, silne uczucie, które wywołuje chęć posiadania, osiągnięcia lub działania w celu zaspokojenia potrzeby materialnej lub duchowej, uczucie intensywnego poszukiwania lub oczekiwania na spełnienie, posiadanie bądź osiągnięcie czegoś co odpowiada potrzebom, gustom, chęciom lub wymogom.

A więc, pragnąć znaczy odczuwać napięcie związane z chęcią osiągnięcia obiektu naszego pożądanego oraz uczucie spełnienia i zadowolenia w wypadku spełnienia tegoż pragnienia, tudzież bólu i frustracji w wypadku niepowodzenia.

Ale skąd właściwie bierze się pragnienie? I czym dokładnie jest?

Etymologia tego pojęcia jest dość interesująca i – jak to często bywa w tego typu przypadkach – rzuca światło na jego ukryte znaczenie.

Łaciński wyraz *desiderio* składa się z przedrostka **de-** połączonego z rzeczownikiem —*sidera*. **De-** nadaje wyrazowi znaczenie negatywne, separacji i braku, podczas gdy *sidera* to liczba mnoga od *sidus*, czyli *gwiazda*.

Można więc powiedzieć, że pragnienie, *desiderio*, oznacza „przestać obserwować gwiazdy” lub „zdać sobie sprawę z braku gwiazd”.

Idąc dalej tym tropem, pragnienie to brak gwiazd, brak określonego kierunku, który z kolei nieubłagane prowadzi do uczucia zagubienia, dezorientacji, a często również smutku.

Pragnienie samo w sobie ma więc pierwiastek bólu, ponieważ powstaje z „braku”, a to jak głęboki jest ten brak sprowadza z kolei ze sobą proporcjonalną ilość bólu.

Rozumiane w ten sposób, pragnienie przekształca się w nadzieję, podążanie za tym czego wydaje nam się brakować i co chcielibyśmy aby było obecne w naszym życiu; tak więc nie sam brak lecz również obecność składają się na pragnienie.

W rzeczy samej, przedrostek **de-** pełni także funkcję wzmacniającą, więc **de-siderare** może również oznaczać „uważne obserwowanie gwiazd”, z intensywnością, oczekiwaniem lub nadzieją na coś.

Ludzkość od zawsze wierzyła, że jest pod wpływem pewnej nieokreślonej, jak kto woli, boskiej mocy wywodzącej się z gwiazd. Wierzenie to, jakkolwiek prawdziwe lub nie (czego nie będziemy tutaj rozstrzygać aby nie odbiegać od tematu książki) istnieje aż do dzisiaj, wielu ludzi wierzy w horoskop i jest zdania, że charakter i cechy danej osoby zależą od konstelacji gwiazdnych.

Etymologiczny słownik języka włoskiego (wł. DELI – *Dizionario etimologico della lingua italiana*) określa dosłowne i pierwotne znaczenie słowa pragnienie jako „zaprzestanie rozmyślania nad gwiazdami w charakterze życzeniowym”, a Pianigiani z kolei jako „spuszczenie wzroku z gwiazd z powodu wadliwych lub brakujących życzeń”. Wreszcie, prorocza interpretacja Kardynała Borrelliego głosi, że słowo to wywodzi się od *de-sum*, czyli „jestem pozbawiony, brakuje mi”.

Co ciekawe, żołnierzy oczekujących na kolegów, którzy nie zdołali jeszcze wrócić do obozu po bitwie nazywano *desiderantes*.

Wyglądanie kolegi który nie nadchodzi oznacza oczekiwanie, chęć ponownego zobaczenia go i uściskania, oraz pewien stopień obawy związanej z jego brakiem.

Tak więc możemy przyjąć, iż pojęcie pragnienia obejmuje również „stanie pod gwiazdami i wyczekiwanie”.

Nieprzypadkowo w łacinie przedrostek *de* pełni również funkcję wzmacniającą, a nie wyłącznie separującą jako przyimek i to stąd wywodzi się klasyczne określenie *patrzenia w gwiazdy* czy też *spadająca gwiazda*, kiedy mamy na coś nadzieję.

Czasownik *pragnąć* ma swój odpowiednik w słowie „rozważać”, które oznacza badać, uważnie się przyglądać, brać pod uwagę, zastanawiać się, rozpatrywać.

Pochodzenie obu wyrazów jest bardzo podobne, w naszym wypadku *sidera* łączy się z *cum*, co oznacza „obserwowanie gwiazd”, aby wspólnie z nimi wypowiedzieć życzenie.

Ta sama zasada rządzi horoskopem. Mówimy, że „księżyc jest w moim znaku, więc mogę...”, albo że „gwiazdy ułożyły się w tej konstelacji na niebie, a więc...”. Wszystko to nic więcej niż rozważanie – *con-siderare*, podczas gdy *pragnąć*, *de-siderare*, znaczy, że „chcę tego, nawet jeśli niebo nie znajduje się w sprzyjającym położeniu”.

Odpowiedników nie można z kolei znaleźć między rzeczownikami wywodzącymi się z tych samych wyrazów: pragnieniu (*desiderio*) odpowiada rozważanie (*considerazione*), gdzie przyrostek —*zione* ma za zadanie nadać słowu mniej bierny charakter, przypisać mu bardziej kontemplacyjny i aktywny wydźwięk.

Z podanych wyżej znaczeń słowa *pragnienie* wynika, iż zawiera ono w sobie zarówno brak jak i obecność: rodzi się z braku czegoś, co z racji swojej nieobecności staje się przedmiotem pożądania, aż do momentu kiedy staje się częścią samego procesu pragnienia.

To że pragniemy w zasadzie nadaje nam więc tożsamość, pozwala nam zachować orientację i przyciąga nas, pozwala nam patrzeć uważnie w gwiazdy w celu odnalezienia właściwej drogi, a więc to czego pragniemy wyznacza nam tym samym kierunek w jakim mamy podążać.

Paradoksalnie, w wypadku pragnienia osiągnięcie celu lub przedmiotu pożądania może okazać się mniej ważne. Kluczowy jest już akt pragnienia sam w sobie, ponieważ jest to rodzaj energii powstałej i rosnącej samej z siebie, która popycha człowieka w określonym kierunku.

W rzeczy samej, pragnienie zachęca człowieka do podążania w określonym celu, wytyczenia swojej własnej ścieżki i kroczenia nią, ścieżki którą każdy z nas musi przemierzyć aby zdobyć

pożądany obiekt. Koniec końców, to czy zdobędziemy szczyt danej góry ma niewielkie znaczenie, liczy się sama wspinaczka. Każdy alpinista jest szczęśliwy kiedy uda mu się wdrapać na sam szczyt, jednak jego radość jest uzależniona od drogi którą musiał przebyć, trudności jakie musiał przezwyciężyć, problemów które musiał rozwiązać, a przede wszystkim od wygrania walki z własnymi ograniczeniami.

Najważniejsze to pragnąć, ponieważ nasz obiekt pożądania jest obecny już w samym procesie pragnienia pożądanego przedmiotu i to tylko dzięki temu pragnieniu powstała i może dalej istnieć nasza ścieżka. W tym właśnie sensie pragnienie zachęca nas do wyrwania się ze stanu obecnego i podążania ku temu, którego pragniemy, stając się w ten sposób naszym motorem napędowym.

Pragnienie zmusza nas do przebycia określonej drogi, ponieważ przezwycięża obawy i lęki, pozwalając nam zrozumieć dlaczego pragniemy konkretnych przedmiotów. Rzeczywiście, w momencie w którym zdamy sobie sprawę dlaczego pragniemy określonej rzeczy, poznamy tę część nas samych, która była odpowiedzialna za powstanie związanego z nią pragnienia.

„Jeśli wiesz dlaczego tego chcesz, sposób też znajdziesz”.

Pragnienie jest bezpośrednio uzależnione od czynności którą trzeba wykonać aby je spełnić, bezcelowe jest wykonywanie działania bez wyznaczonego wcześniej celu, podobnie nie do pomyślenia jest aby istniał cel wobec braku pragnienia.

Tym samym, pragnąć znaczy oczekiwać na coś czego chcemy, czego nam brakuje, oraz, że nastawiliśmy się na czekanie, które otwiera nam nieograniczone przestrzenie.

Poprzez pragnienie zmniejszamy nawet najbardziej odległy dystans między nami a naszym celem, tak więc można w cudzysłowie powiedzieć, że tworzymy sobie w ten sposób drogę do przejścia. Niemniej, jako osoby dorosłe skróciliśmy ją, podobnie jak dzielące nas od niej czas i przestrzeń, czyniąc tym samym nasze pragnienia bardzo precyzyjnymi, konkretnymi, nagłymi i wymagającymi natychmiastowej gratyfikacji; przekształciliśmy naszą ścieżkę nadziei – wybrukowaną wcześniej wyłącznie nieokreślonym czekaniem – w łatwą do przebycia autostradę z ustalonymi z góry zjazdami.

Pragnienie znaczy „być”, a potrzeba „mieć”.

Pragnienie jest też wraz z upływem czasu modyfikowane, rozważane i osłabiane w celu znalezienia koniecznych rozwiązań, dlatego jeśli nie nauczysz swojego umysłu czekania, staniesz się niewolnikiem sukcesu, władzy, sławy i przyjemności.

W ten sposób nie dajemy naszym pragnieniom czasu na poczucie i wyobrażenie sobie lepszej i ciekawszej przyszłości, nie zauważamy możliwości których dostarcza nam życie, stoimy w miejscu podczas gdy wydaje nam się że szybko biegniemy, że mamy już wszystko, aby po chwili skończyć praktycznie z niczym.

Aby iść w życiu naprzód czasami warto zrobić kilka kroków wstecz, wziąć oddech przed rozbiegiem i dać umysłowi chwilę wytchnienia na to aby się odnalazł.

A więc jak będzie? Pozwolisz dojść do głosu twojej fantazji i dasz się ponieść na jej skrzydłach tak jak to robiłeś w dzieciństwie, kiedy cały świat wydawał ci się na wyciągnięcie ręki, wszystko było osiągalne, a każdy aspekt i przedmiot cię zdumiewały i były w stanie zachwycić?

Czy w chwilach kiedy zostajesz sam ze sobą i wyobrażasz sobie innego siebie, w nowych sytuacjach i kontekstach, masz potem odwagę uwierzyć, że naprawdę jesteś w stanie zrealizować te marzenia?

Tak więc, w ostatecznym rozrachunku, pragnąć znaczy żyć, pragnienie jest pozytywne i odgrywa nieocenioną rolę w uzyskaniu równowagi fizycznej, psychicznej oraz duchowej.

Doszło do tego, że w dzisiejszych czasach wielu ludzi uważa pragnienie (mam tu na myśli oba znaczenia czasownika *sidera* o którym mówiłem wyżej), jako coś czego w ogóle nie powinno się robić, powinno się wstydzić i czemu nie warto się oddawać i poświęcać czasu, albo co gorsza, jako coś na co nie zasługujemy, ponieważ od dzieciństwa wpajano nam, za pośrednictwem tego co możemy nazwać naszymi traumami, aby dać sobie spokój z pragnieniami i postrzegać je jako głupie i niebezpieczne zajęcia.

Wyobrażamy sobie różne rzeczy, lecz dajemy równocześnie początek zgorzknieniu poprzez niemożliwość ich realizacji, czym praktycznie udaremniamy proces pragnienia, następnie życie nam brzydnie, przysparza kłopotów i schorzeń, zabija naszą kreatywność.

Stajemy się ślepi, mimo że widzimy, głusi mimo, że słyszymy, w tym ogromnym świecie, który – jeśli tylko dobrze mu się przyjrzeć – pełen jest możliwości, szczęścia i radości jeśli tylko zdołasz je dostrzec.

Pozwól mi zatem przedstawić ci tę książkę oraz moją metodę z radością, nadzieją i – dlaczego by nie – z przekonaniem, że jej zawartość pozwoli ci żyć w świecie, który będzie od tej pory piękniejszy i lepszy na tyle na ile to tylko możliwe.

DO CZEGO POTRZEBUJESZ KARTKI I DŁUGOPISU?

*Brak pragnień to oznaka końca młodości oraz pierwszy bardzo odległy
zwiastun zbliżającego się ostatecznego końca życia.*
Goffredo Parise

Powyższe pytanie może wydać ci się dziwne, a odpowiedź zbyteczna lub pozbawiona sensu, mają one jednak swoje uzasadnienie.

Korzystanie z komputera, tableta lub smartfona do czytania i pisania ma wpływ nie tylko na zdolność mózgu do koncentracji i skupienia uwagi, zmieniają się także wtedy jego aktywność i połączenia mózgowe.

Przykładowo, udowodniono, że u dziecka, które stawia literę ręcznie, uaktywniają się określone obszary mózgowe, w przeciwieństwie do tego, kiedy robi to za pomocą klawiatury.

Co więcej, wzięcie długopisu do ręki “uruchamia” w formie pozytywnej synergii te same ruchowe obszary mózgowe co podczas lektury, co udowodniła Karin James z Uniwersytetu Bloomington w Indianie dzięki swoim eksperymentom.

Według dr James, „obszary które aktywują się u dorosłych podczas czytania są takie same jak te u dzieci patrzących na pojedynczą literę, którą nauczyły się pisać odręcznie; te same obszary nie aktywują się u dzieci które potrafią pisać wyłącznie na klawiaturze”.

Innymi słowy, pisanie na papierze uczy lepiej czytać, ponieważ wzmacnia obszary mózgowe odpowiedzialne za rozpoznawanie kształtu liter lub za przyporządkowanie dźwięków do słów.

Oczywiście, ów fakt w żaden sposób nie pomaga w realizacji własnych pragnień, jednak bez wątpienia daje nam ważny powód aby pisać odręcznie.

Według wyników niedawnego badania przeprowadzonego na Uniwersytecie Princeton, robienie odręcznych notatek przy pomocy kartki i długopisu pomaga w natychmiastowym przyswajaniu i lepszym zapamiętywaniu informacji.

Ci, którym nie obca jest egzotyka powinni wiedzieć, że tusz używany do ręcznego pisania „nasycony” jest naszą istotą, odciska nasz duchowy ślad, swoistą pozostałość naszego „serca” czy „duszy” na papierze.

Będę starał się tutaj unikać tego typu kwestii duchowych, ponieważ niewiele mają one wspólnego z tematem książki, a już na pewno nie wpływają w żadnym stopniu na skuteczność opisywanej metody. Wystarczy po prostu, abyś wiedział, że lepiej jest pisać odręcznie, zwłaszcza teraz, w czasach kiedy jesteśmy na najlepszej drodze do zatracenia tej umiejętności.

Pisanie umożliwia nam lepszy kontakt z naszą podświadomością, która – choć do tej pory nie została jeszcze wspomniana – odgrywa kluczową rolę w mojej metodzie.

Nadeszła więc pora na takie oto pytanie:

DLACZEGO MIAŁOBY SIĘ UDAĆ?

W życiu istnieją dwie tragedie. Pierwsza to niezrealizowane ukryte pragnienie, a druga to jego realizacja.
George Bernard Shaw

Metoda, którą zamierzam ci tu przedstawić jest dość zamierzchła i ma korzenie w buddyzmie. Zdaję sobie sprawę, że może to wywołać pewną konsternację, ponieważ powszechnie wiadomo, iż buddyzm opiera się na wyrzeczeniu, porzuceniu wygód i dóbr materialnych w celu uzyskania oświecenia.

Jedna z podstaw buddyzmu głosi: jak posiejesz, tak zbierzesz, czyli według niektórych *karma*; według nowocześniejszej terminologii – prawo przyciągania albo prawo przyczyny i skutku.

Kolejny z kamieni węgielnych buddyzmu mówi, że kwiat lotosu wyrasta z bagna i błota, co stanowi metaforę tego, iż nawet największe cierpienie może przerodzić się w radość, w każdej, nawet pozornie beznadziejnej sytuacji, czy jak kto woli, nawet na samym dnie bagna.

Z kolei według jednej z mniej znanych reguł buddyjskich, pragnienia ziemskie stanowią oświecenie, tak więc poprzez samorealizację wstępujesz tym samym na ścieżkę realizacji duchowej.

Daleko mi do eksperta religijnego, dodam jednak, że w buddyzmie wierzy się również (w uproszczeniu) w Świat tworzący lub Energię uniwersalną, którą tworzymy my i której sami jesteśmy częścią.

Energia uniwersalna jest więc Stworzeniem, lecz również my sami stanowimy Energię uniwersalną i Stworzenie, nie ma żadnego rozdziału między tymi dwiema rzeczami, zatem my też jesteśmy „twórcami”.

Taką właśnie rolę powinniśmy przyjąć względem naszych pragnień; nasze pragnienia to my sami, one istnieją a my jesteśmy ich twórcami, zarówno samego pragnienia jak i jego realizacji.

A zatem dlaczego wspomniałem przed chwilą podświadomość, która rzekomo ma tu do odegrania ważną rolę?

Gdybyśmy mieli porównać świadomą część człowieka – jego racjonalną logikę z jego podświadomością, najlepiej zobrazowałby to przykład góry lodowej. Choć wydaje ci się ogromna kiedy patrzysz jak spokojnie unosi się na morzu, to wiesz przecież, że to co widzisz to tylko niewielka część ogromnego lodowca, pozostałe dziewięćdziesiąt procent, które skrywa się pod wodą, jest nie mniej majestatyczne.

Rozumując w ten sposób, zdasz sobie sprawę, że większość procesów zachodzi w naszym umyśle podświadomie, innymi słowy: zależy od naszej woli.

Mam tu również na myśli procesy cielesne, takie jak oddychanie, lecz także wszystko czego się nauczyłeś, twoje wspomnienia, i tak dalej.

Również w tym wypadku nie będę zagłębiał się w temat (podejrzewam, że wymagałby osobnej książki), chciałem tylko dostarczyć ci kilku szybkich i koniecznych wskazówek.

Cały powyższy rozdział można podsumować w następujący sposób: rozpoczęcie pracy z moją techniką uruchamia tym samym określone siły i mechanizmy w nas samych, które z kolei – co nieuniknione – zmieniają również wszystko to co napływa z zewnątrz oraz wpływa na wybory podejmowane przez jednostkę, jej działania i zachowania które mają za zadanie osiągnięcie celu, w naszym przypadku realizację wyrażonego pragnienia.

Aby moja metoda działała w najlepszy możliwy sposób, potrzebne są swoiste „cechy”, sposób myślenia i bycia, który niezwykle ułatwia cały proces, jednak nie obawiaj się: sam proces praktykowania mojej metody wykształci i utrwali w tobie wszelkie potrzebne atrybuty.

Pierwszy z nich to naturalność, którą można opisać jako nastawienie i przekonanie, że nie może nastąpić nic innego poza tym czego chcę; innymi słowy – wierzenie, że coś się stanie, bo po prostu musi.

Druga cecha wiąże się z pierwszą i możemy określić ją jako spontaniczność, czyli że to czego chcemy jest całkowicie naturalne i wychodzi nam spontanicznie, tak jak śmiech po usłyszeniu żartu, albo drapanie się kiedy nas swędzi.

Atrybut numer trzy to wiara, silne przekonanie, iż nasze pragnienie, prędzej czy później i w taki czy inny sposób się spełni.

Czwartą cechę możemy nazwać naiwnością lub nieświadomością, bez nadawania im tutaj negatywnych konotacji, lecz rozumianych po prostu jako stan umysłu, w którym nie zadajesz sobie w ogóle pytania czy powinieneś czegoś chcieć, albo dlaczego pragniesz określonych rzeczy, po prostu ich chcesz i kropka.

Naiwność niekoniecznie musi być synonimem głupoty, chodzi mi tutaj o to, żeby nie dać się sparaliżować własnym obawom, zwłaszcza takim które nie mają racji bytu.

Cóż, nie rzucę się przecież nieświadomie w ogień, w tym wypadku obawa jest moim błogosławieństwem. Mimo to, jeśli zwlekasz z rozpoczęciem projektu z obawy przed porażką, zwłaszcza kiedy dokładnie przeanalizowałeś wcześniej ryzyko, ale ciągle jakiś głos podpowiada ci aby trzymać się twojego bezpiecznego miejsca, strefy komfortu i nie opuszczać jej aby podążyć za tym co niepewne – tak właśnie powstają iluzoryczne obawy, w ten sposób rodzą się duchy, które chcą nas powstrzymać przed realizacją tego czego chcemy.

Piąta z opisywanych cech to niezależność, to w co wierzysz i kim jesteś, wbrew temu co mogą o tobie myśleć inni, nawet wobec wszelkich prób sabotażu – jeśli tylko moralnego – tego do czego dążysz.

Ostatni aspekt sprowadza się do tego, aby nie popadać w samozadowolenie, stawiać sobie ambitne cele, wierzyć, że wszystko jest możliwe, ponieważ ograniczając się w jakikolwiek sposób tworzymy blokadę w sferze mentalnej, szufladkę z której nie chcemy wychodzić. Nikt nie chce być alpinistą, który próbuje zdobyć Mount Everest i zatrzymuje się na wysokości 7000 metrów.

Istnieje jeszcze inna postawa, bliska sercu tych którzy wierzą we omawiane wcześniej prawo przyciągania, polegająca na wyobrażaniu sobie, iż nasze pragnienie już się spełniło, oczyma duszy widzimy wyraźnie to czego chcemy jako już zrealizowane.

Istnieje jednak drobna, aczkolwiek niezwykle ważna różnica między wierzeniem w coś, a oczekiwaniem czy spodziewaniem się tej rzeczy.

Innymi słowy: możesz na przykład wierzyć, że zostaniesz bogaty, jednak jeśli się tego nie spodziewasz, jeśli w głębi duszy wydaje ci się, że w rzeczywistości pozostaniesz biedny, to nigdy nie uda ci się naprawdę spełnić swojego pragnienia.

Bycie zamożnym to dla bogacza stan naturalny, spontaniczny, prawdziwy, szczery i autentyczny, on sobie nawet nie zdaje sprawy, że jest bogaty, to właśnie biedny to dostrzega i mówi „ten to jest bogaty”.

Drzewo nie stara się być drzewem, po prostu nim jest i tyle, wychodzi mu to naturalnie i bez żadnego wysiłku.

Jeśli chcesz aby coś się spełniło, musisz stać się jak to drzewo, po prostu „BYĆ” drzewem, być twoim marzeniem.

Wszystko polega więc na tym aby znowu zmienić się w małe dziecko: niewinne, spontaniczne, szczere, naturalne, ciekawe, wyrывая się do przodu, chcące dojrzewać, bez lęków, nieświadomie i szczerze.

Nikt na świecie, nawet ty sam, nie wie czy jego marzenia i pragnienia są właściwe, przecież nie potrzebujesz niczyjego pozwolenia aby działać.

Wmawiano ci za młodu, że prosisz o gwiazdkę z nieba pewnie dlatego aby cię ograniczyć, ale dlaczego by nie wzbić się w niebo i jej sobie nie zerwać?

Pragnienie to rozwój, ewolucja nas samych, również nasze pragnienia ewoluują w miarę upływu czasu; któregoś dnia pewnie z uśmiechem spojrzysz za siebie przypominając sobie swoje pragnienia z przeszłości. Nie są ani dobre ani złe, są po prostu naszymi pragnieniami, a my jesteśmy nimi.

Aby rozwiązać twoje ostatnie wątpliwości: jeśli jeszcze nie wierzysz, że to wszystko może się udać, musisz po prostu spróbować. Jeśli nie uwierzysz w sukces twojego działania, nigdy nie osiągniesz swojego celu; należy też dodać, że jeśli włożysz w to wszystko znikomy wysiłek albo co gorsza praktycznie nie będziesz się starał, wtedy nawet największy optymista nie zdoła poruszyć czegoś co nieubłaganie ugrzęzło w miejscu.

CO JESZCZE BĘDZIE POTRZEBNE?

*Bez zysku wszystko tam stracone,
Gdzie szczęścia żądze nie dają spełnione;
Bezpieczniej mordu ofiarą spać w grobie,
Jak mordem drżącą radość kupić sobie.*
William Shakespeare

Poniżej przedstawiam wszelkie atrybuty od których zależy sukces mojej metody:

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.