

پاکسازی ضمیر در ۲۱ روز

بیست و یک روز پاکسازی ضمیر به بیست و یک شبانه روز صرف وقت برای ساختن رابطه ای صمیمانه و مستحکم با روح خودتان و نیروی جاودانی اشاره دارد که اراده ی شما را برای زیستن با بیشترین توان تغذیه می کند. این روند، روندی است ثابت برای پاک کردن گذشته، صادق بودن با زمان حال، و پیش بینی آینده ای که در تصور هیچ یک از شما نمی گنجد

وقتی شکست می خورید

زندگی فرصت های بسیار به شما می دهد تا سرشت الهی خود را نمایان کنید. اغلب این فرصت ها در هنگام فاجعه های بزرگ پیدا می شود. در این زمانهاست که شما فرصت کشف دنیای درونی : را پیدا می کنید و روندی مقدس را برای یکی شدن با کلیتی که د شما هستید، شروع خواهید کرد و با نور و تاریکی ، بردها و باخت ها موهبتها و ناامیدی های درونتان آشنا خواهید شد

حوادث بیرون از خانه

همین حادثه ها، موقعیت ها، و تجربیات دنیای بیرونی هستند که عاقبت تصور نادرستی را که شما را در پوسته ی بیرونی تان محبوس نگه می دارد، آشکار می کنند. ممکن است مجبور شوید اندوخته یا

شغل خود را از دست بدهید، رنج فقدان عزیزان با خیانتی را متحمل شوید یا به اعتیادی مهارنشده‌ی گرفتار آید که شما را از درهای بسته‌ی ذهن خودخواهتان به جلو براند.

معجزات

اما بگذارید به شما یادآوری کنم که نفس شما احتمالاً معجزات را دوست ندارد، چون معجزات نشانه‌ی واقعیتی بزرگ‌ترند؛ واقعیتی فراتر از محدودیت‌های شما. معجزات درحقیقت چیزی بیشتر از وقوع رخدادهایی بیرون از قلمرو آنچه زمانی امکان پذیر می‌پنداشتید، نیستند.

پاکسازی ذهن

اگر با پاکسازی گاه و بیگاه ذهن، آن را از سموم پاک نمی‌کنید، می‌توانید افکار خوشایند در سر بپرورانید و تمام روز کتابهای روحیه بخش مطالعه کنید، اما این افکار جدید نمی‌توانند به سطح آگاهی شما نفوذ کنند چون قبلاً به طور کامل آکنده شده است.

عذاب وجدان

کشف خواهید کرد که چگونه می‌توانید حتی وقتی چاق و دلشکسته هستید با خودتان مهربان باشید. (بله، می‌توانید.) کشف خواهید کرد

که چگونه می توانید خودتان را دوست داشته باشید، حتی وقتی که شوهر یا زن‌تان شما را ترک کرده و بچه‌هایتان با شما حرف نمی‌زنند.

در آغوش بگیرید

اکنون فرصت حل گذشته و از بین بردن تمام محدودیت‌های خود نهاده است به منظور تمام آنهاست. این فرصتی برای شما و مبارزه برای رها کردن، تسلیم شدن، و در آغوش کشیدن همه‌ی چیزهایی است که شما را عقب‌نگه داشته است.

www.afkarmosbat.org

www.afkarmosbat.ir

به سایت ما وارد شوید و بهترین و به روزترین کتاب‌ها را از همه جا ارزان‌تر تهیه کنید

در کدام قسمت در جدال هستید

به منظور آماده کردن خود برای اینکه بگذارید روحتان کاملاً بدرخشد، باید اول بدانید که کجا در درونتان با خود در جدالید کجا نیروی خود را با صداهای انتقاد آمیزی که نبردی تمام عیار با رؤیاهای شما، امیدهایتان، برنامه‌هایتان و آینده‌تان دارند، هدر می‌دهید.

خودتان را تخلیه کنید

ممکن است شما یکی از کسانی باشید که نمی گذارند درد اشتیاق هایشان احساس شود؛ یا شرمنده اند که بعضی از خواست هایشان برای خاطر خودشان است، یا از ناامیدی و آسیبی که از نرسیدن به خواست خود احساس خواهند کرد، می ترسند. اما چاره ای نیست جز اینکه از اشتیاق های قلبی خود استقبال کنید، وگرنه هیجان روحی تان تخلیه و خفه خواهد شد.

اشتیاق قلبی

اکنون که اشتیاق های خود را از ضمیر ناخودآگاهتان بیرون کشیده اید، وقت آن رسیده که توجه خود را به چیزی معطوف کنید که محرمانه (یا شاید خیلی هم محرمانه) نیست و شما را از اشتیاق روحی تان محروم می کند یا سر راه عملی کردن آن می ایستد. اگر آماده اید که از تکرار گذشته ی خود فراتر روید، اکنون وقت آن است که از تمام چیزهایی که شما را ساکن نگه داشته اند، آگاه شوید. یک نفس عمیق بکشید.

آیین پاکسازی

اکنون داستان کوتاهی درباره ی زندگی تان که از سموم گذشته پاک شده است بنویسید. به خودتان اجازه دهید که آینده ای آسان و آسوده، پر از شادی و سرگرمی و خوشبختی را در رؤیا ببینید. وقتی مسیر، حس خوب و سپاسگزاری عمیق تان را نسبت به زندگی توصیف می کنید، خلاق باشید. امروز به خودتان رؤیای یک آینده ی جدید را هدیه کنید.

موهبت احترام گذاشتن

بدن ما مبعده ماست؛ مأمونی الهی است؛ قرارگاهی مقدس است. بدون آن نمی‌توانید شکوه الهی را در این دنیا نشان دهید. حتی با اینکه شما جسم خود نیستید - از آن به عنوان ظرفی برای بازی در این زندگی انسانی استفاده می‌کنید - بدن شما ظرفی مقدس است که چند صباحی به شما امانت داده شده است.

تن ندهیم

ما اغلب با تن دادن به شغل، ارتباطی دوستی، و عادت‌هایی که شعله‌ی ما را کم‌سو و روحیه‌ی ما را خراب می‌کنند، بزرگی واقعی خود را پنهان می‌کنیم. فشار و غصه‌ی ناشی از باقی ماندن در اندازه‌هایی که کوچکتر از ارزش روحی ماست، رنجی است که اغلب ما نمی‌توانیم تحملش کنیم.

در طول این 14 روز

در طول چهارده روز گذشته، با تمرکز و توجه عمیق به باغ وجودتان رسیدگی کرده، علف‌های هرز داستان‌ها و باورهای محدودکننده را کنده، و خاک ضمیرتان را برای زندگی جدید حاصلخیز کرده‌اید. اکنون آماده‌اید تا دوباره بذر وجودتان را در باغ مقدستان بکارید - تا قاطعانه و مصممانه ضمیر خود را با افکار، اعتقادات، احساسات، و تصورات تازه و

نیروبخش رمزگذاری کنید. با اعتقاد راسخ به شما می گویم که در هفت روز آینده می توانید زیربنای باغ وجودتان را بسازید و ثمره ی آن را در تمام روزهای زندگی تان مشاهده کنید.

به این جهان بازگردید

این بازگشت باید با شکوه، وضوح و سهولت انجام شود یک بار دیگر آماده شدن آهسته برای ورود به دنیای بیرونی، ولی این بار با هوشیاری جدید. در مزرعه ی ضمیرتان فقط چیزهایی را راه دهید که شما را تغذیه و تقویت می کند.