

ATMINTIES KODAS

Alex Loyd

IŽANGA (Vertėjo komentaras)

Šis destruktivių prisiminimų gydymo metodas aprašytas, remiantis Alex Loyd'o knyga "Atminties Kodas" ir mano asmenine patirtimi, kada aš išsigydžiau kaklo traškėjimą, kuris mane persekiojo apie 20 metų. Aš visai negydžiau kaklo traškėjimo, nes nemaniau, kad tai yra problema, bet kai tik išsigydžiau vieną destruktivių prisiminimą (dvasinę traumą), kuris įvyko septynioliktais mano gyvenimo metais, tai po 3 dienų kaklo traškėjimas išnyko visam laikui. Ir dabar kai pasuku kaklą ir jis netraška nei ryte nei vakare, man keistas jausmas, kaip čia gali būti, kad jis manęs nebevargina. Keistas dalykas yra turėti problemą 20 metų, o ją pagydyti per 3 dienas. Jeigu tai kas nors man sakytų, aš tikrai tuo netikėčiau, kad tai įmanomas dalykas. Kadangi tai atsitiko man, todėl žinau, kad tai yra patyrimas, kurio negaliu paneigti.

Alex Loyd'as yra gydytojas iš Jungtinių Amerikos Valstijų, ir šis jo gydymo metodas paremtas daugiamete jo patirtimi, o ypač ta patirtimi, kai jo žmona Tracey sirgo depresija 12 metų ir niekas nesugebėjo jai padėti. Todėl pats Alex'as šį metodą išvystė ir žmoną galutinai pagydė per 7 mėnesius negrįžtamai. Noriu pabrėžti, kad žodis "negrįžtamai" yra būtent toks, nes kaip ir mano kaklo traškėjimas nebegrįžta, jeigu aš to norėčiau. Destruktyvių prisiminimų gydymas yra tiesiogiai susijęs su fiziniu kūno sveikumu.

Iš karto noriu pasakyti, kad tai nėra knygos reklamavimas dėl kažkokios naudos man, bet yra labai konkreti savipagalba ir savigyda bendrystėje su Kūrėju. Kiekvienas žmogus tai gali atlikti pats namuose, tik reikalinga suvokti kaip veikia sistema. Tai yra kuo gryniausias pašamones teršalų valymas.

Pats knygos autorius sako, kad pats blogiausias dalykas koks gali nutikti, tai šios technikos netaikymas ir nenoras šios informacijos suvokti bei priimti. Žmogus turi gydyti ne fizinius sutrikimus, bet pirmiausia destruktivius prisiminimus, tik po jų išgydymo fizinis kūnas susitvarko pats savaime. Destruktyvūs prisiminimai (vaizdiniai) yra siena pastatyta tarp jūsų ir Kūrėjo.

Tai nebus pažodinis vertimas iš anglų kalbos, o tik bandymas perteikti esmę. Vertėjo komentaro pabaiga

DESTRUKTYVIŲ PRISIMINIMŲ GYDYMO METODO SANTRAUKA, NAUDOJANT ALEX LOYD'O METODĄ

1. Įvardink savo problemą (sutrikimą): kas tave vargina? (sveikatos sutrikimai, santykiai, nelaimės, nesėkmės ar kt.)
2. Koks stipriausias neigiamas jausmas yra susijęs su įvardinta problema?

3. Supraskite - jūs negalite turėti neigiamo jausmo be prisiminimo ar vaizdinio, kurie sukelia tą jausmą. Šis procesas išgydys tą jausmą, ir sutrikimą pačioje šaknyje.
4. Kokie prisiminimai ar vaizdiniai ateina į galvą, kai pagalvojate apie šią neigiamą emociją. Jeigu esate iš tų, kuris nesugebate vizualizuoti, tiesiog detaliai sau įvardinkite, ką jaučiate, ir dirbkite su vaizdiniu.

6 NAUJI PRISIMINIMAI

5. **Prisiminimo 1 kūrimas:** Tam vaizdiniui ar prisiminimui, kurį identifikavote ir norite jį išgydyti, įsivaizduokite naują teigiamą įvykių eigą, kur šis neigiamas prisiminimas niekada neįvyko ir kuris jus privertė pasijusti labai laimingu ir saugiu. Įsivaizduokite tai įvairiomis detalėmis ir pagyvenkite tame naujame prisiminime iki tol, kol pradėsite jausti teigiamus jausmus, tarsi tai vyktų dabar su tavimi.
6. Kol žiūrite į naują praeities vaizdinį, kurį ką tik sukūrėte, paprašykite, kad vaizdinys stiprėtų, o rankų delnus laikykite taip: kairė ranka ant smegenų kamieno (nugarinė kaklo pusė), dešinė ranka ant prefrontalinio kortekso (kakta), kas 30 sekundžių sukeisti delnus vietomis, kol pajusite naujo prisiminimo teigiamo gydymo efektą
7. **Prisiminimo 2 kūrimas:** Sukurkite ypatingą ir nuostabią prisiminimo versiją, to pačio praeities prisiminimo Nr.1 versiją, į kurią įtraukite kuo daugiau detalių. Tai turi būti toks nuostabus įvykis, kuris, pavyzdžiui, atsitinka vieną kartą gyvenime.
8. Kol žiūrite į naują ypatingą ir nuostabų praeities vaizdinį, naudokite rankų delnų padėtis (smegenų kamienas ir prefrontalinis korteksas) ir prašykite, kad vaizdinys taptų stipresnis, kol pajusite gerą pojūtį.
9. **Prisiminimo 3 kūrimas:** Sukurk naują dabarties pozityvų prisiminimą, paremtą paskutiniu sukurtu nuostabiu prisiminimu Nr.2, kurį sukūrėme anksčiau. Jeigu būtų tas nuostabus ir ypatingas prisiminimas Nr.2 įvykęs, kaip atrodytų tavo dabartis, kaip tu jaustumėtis dabar? Vaizdinyje įsivaizduokite kuo daugiau detalių, kol pajusite teigiamą poveikį.
10. Kol žiūrite į naują vaizdinį, naudokite rankų delnų pozicijas (prefrontalinis korteksas ir smegenų kamienas) ir melskite, kad šis vaizdinys stiprėtų, kol pajusite teigiamą efektą.
11. **Prisiminimo 4 kūrimas:** Sukurk naują ateities vaizdinį, paremtą anksčiau sukurtais vaizdiniais - nuostabiu prisiminimu Nr.2 ir dabarties prisiminimu Nr.3. Jeigu šie praeities ir dabarties prisiminimai būtų įvykę, kokia būtų tavo ateitis, kaip jaustumėtis ateityje?
12. Kol žiūrite į naują ateities vaizdinį, naudokite rankų delnų pozicijas, ir prašykite, Kad vaizdinys taptų stipresnis, kol pajusite teigiamus pokyčius.
13. **Prisiminimas pagal nutylėjimą 1:** Sukurkite naują praeities prisiminimą, kuriame jūs nieko nekeičiate (prisimenate viską taip, kaip įvyko), tačiau jūs keičiate to įvykio neigiamas savo interpretacijas (iš neigiamų į teigiamas.) Keičiame tik neigiamus jausmus, įvykusius po to įvykio, į teigiamus, o pačio įvykio nekeičiame. Nustatykite šį naują prisiminimą pagal nutylėjimą visam likusiam gyvenimui (viskas vyksta mintyse).
14. Kol jūs žiūrite į šį naują pozityvų praeities vaizdinį, naudokite rankų padėtis, keisdami jas vietomis, ir prašykite, kad vaizdinys taptų stipresnis, kol pajusite

teigiamus pojūčius.

15. **Prisiminimas pagal nutylėjimą 2:** Atsiduokite Kūrėjo vedimui iš vidaus, paprašykite, kad sukurtų patį galingiausią ir patį veiksmingiausią prisiminimą jūsų problemai gydyti. Prašykite, kad šis naujai kuriamas Kūrėjo prisiminimas taptų galutinis pagal nutylėjimą visam likusiam gyvenimui, nepriklausomai nuo to, ar jūs tą vaizdinį matote ar ne.
16. Jeigu jūs galite matyti galutinį Kūrėjo kuriamą vaizdinį, prašykite, kad jis stiprėtų, kol pajusite teigiamą efektą. Jeigu nematote, nėra problemų-nesijaudinkite.
17. Po visų 6 naujų prisiminimų kūrimo, galite įvertinti savo savijautą. Jeigu problema neišnyko ir vargina jūsų problema, jūs galite kartoti šį procesą vėl ir vėl, arba sugrįžti prie jo vėliau tol, kol sutrikimas jūsų nebevargins.

Vertėjo pastaba : šiuo metodu yra gydomos visos psichosomatinės ligos (sutrikimai), kada nerandama konkrečios fizinės susirgimo priežasties, o žmogus vis tiek nuolat serga. Kaip ir minėjau anksčiau, mano manymu, sunkiausia yra surasti savo destruktivius prisiminimus arba paveldėtus destruktivius prisiminimus, kurie glūdi pasąmonėje. Destruktyvus prisiminimas yra išgydomas tik tai tada, kada maldos ir minties srautas (dėmesys) yra nukreipiamas į tą konkretų neigiamą prisiminimą. Gydomas prisiminimas turi būti konkretus, o ne abstraktus. Pavyzdžiui, prisimenu, kaip mane žemino ir įžeidinėjo sesuo, arba, pavyzdžiui, kas nors man pasakė, kad aš gyvenime nieko nepasieksiu - tokius prisiminimus reikalinga išgydyti, sukuriant 6 naujus prisiminimus, anksčiau aprašytus. Vertėjo pastabos pabaiga

DESTRUKTYVIŲ PRISIMINIMŲ GYDYMO METODAS (DETALIZUOTAS APRAŠYMAS)

Vertėjo pastaba: Destruktyvių prisiminimų gydymo technika išgydo patį įvykį (dvasinę traumą, patirtą praeityje) ir to įvykio kontekstą, sukuriant naujus nuostabius vaizdinius, kurie neutralizuoja destruktivius prisiminimus. Prisiminimai iš tikrųjų yra vaizdiniai. Nebūna prisiminimų be vaizdinių, tik žmogus gali to nežinoti. Todėl, kurdami naują vaizdinį mintyse ir naudodami šią techniką, mes neutralizuojame destruktivių prisiminimų poveikį iš pasąmonės, o tai reiškia, kad pasikeičia mintys, jausmai, įsitikinimai, fiziologija ir veiksmai, susiję su tuo prisiminimu. Aš pats manau, kad sunkiausia žmogui yra suprasti ir suvokti, kas yra dvasinė trauma ir kas yra destruktivus prisiminimas. Būtent, jie žmogui trukdo atsiverti Kūrėjo šviesai.

Šios technikos tikslas, yra pakeisti tavo destruktivią būseną (pasąmonę) arba savijautą į bent jau neutralią arba į puikios savijautos būseną. Iš viso kursime 6 naujus prisiminimus. Jie visi yra svarbūs, nereikia praleisti nei vieno. Prisiminimus kurti eiliškumo tvarka. **Svarbu!** - Vienu metu gydomė *tik vieną* prisiminimą, ne du, ne tris, o tik vieną konkretų prisiminimą.

Kurdami naujus vaizdinius, naudojame šias rankų padėtis (delnus dedame ant šių vietų):

1. Smegenų kamienas (nugarinė kaklo ir galvos susijungimo vieta, angliškai “The Brainstem”).
2. Kakta (priekinė galvos sritis virš akių)

Abi rankas uždedam nurodytose vietose, keisdami jas vietomis maždaug kas 30 sekundžių (pagal jausmą galima kiek patinka):



Taigi, sukursime 4 pirmus prisiminimus, kurie nėra tiesa ir tikrovė, bet skirta grynai būsenos programavimo tikslais, ir 2 prisiminimus, kurie bus tiesa ir tikrovė. Nereikia išsigąsti, pradžioje tai gali atrodyti keistas metodas, bet jis tikrai veikia. Kūrėjas nori, kad jūs pasveiktumėte.

Vertėjo komentaras: **Svarbu!** Turite apmąstyti savo gyvenimą ir surasti jus labiausiai kankinantį prisiminimą, tai gali būti amoralūs veiksmai, klaidos, išgąstis, kažkokia labai stipri dvasinė trauma, kurios negalite pamiršti. Tai gali būti ištarti žmogaus žodžiai, kurie jus kankina, ir vis grįžta ir grįžta. Įvykis, kuris jus sukrėtė viduje, arba žmogus, kuris jus giliai įskaudino, pyktis jam. Mano manymu, tai yra svarbiausia ir sunkiausia dalis šiame gydymo procese, nes žmogus per daugelį metų neatsimena, kur jam kas ir kada įvyko, todėl galima pasitarti ir su artimaisiais, kada maždaug nuo jūsų veido dingio šypsena, arba pats galite bandyti prisiminti, po kurio įvykio užgeso gyvenimo džiaugsmas. Džiaugsmo nebuvimas yra ženklas, kad viduje yra destruktivūs prisiminimai-vaizdiniai, kuriuos reikia išgydyti.

PRISIMINIMO GYDYMAS 1: PAGRINDINIS PRAEITIES ĮVYKIS

Sukursime naują galingą ir nuostabų prisiminimą, nepaisant to, kad šis destruktivus prisiminimas, kurį gydome, nieko gero mums nedavė. Uždedam abu delnus ant nurodytų vietų galvos srityse (kaip nuotraukoj) ir meldžiamės maždaug taip (galima sukurti savo maldą kaip mes norime, tik svarbu suprasti esmę):

“Tėve, meldžiu, kad Tu dalyvautum mano gydyme kaip pats geriausias ir galingiausias gydytojas, kas susiję su mano problema (sutrikimu). Mano mylimas Tėve, aš noriu sukurti pirmą naują prisiminimą grynai programavimo tikslais. Tu žinai, kad tai nėra tiesa, ir aš žinau, kad tai nėra tiesa, bet priimk tai tikrai dėl dvasinės būsenos pasikeitimo iš destruktivos į neutralią arba į puikią savijautą. Prašau, tegul šis naujas mano sukurtas prisiminimas-vaizdinys būna galingas ir neutralizuoja manyje melą ir destruktivią energiją. Nepriimk tai kaip tiesą, bet priimk tikrai programavimo tikslais.”

Vaizdinys1: Dabar įsivaizduokite, kad šio įvykio nebuvo visai, o vietoje to atsitikimo įvyko kažkas labai gero ir malonaus, ir jūs pasijutote laimingas bei saugus. Įsivaizduokite detales, matykite save besišypsantį ir kaip viskas buvo nuostabu ir būkite šiame vaizdinyje kurį laiką, laikydami rankas nurodytose galvos srityse tol, kol pajusite lengvą būsenos pasikeitimą. Delnus keičiame maždaug kas 30 sekundžių (galima vadovautis jausmu). Darome, kol pajaučiame jausmą.

Aš asmeniškai naujame vaizdinyje įtraukiu Jėzų, matau kaip jis ateina, apkabina mane ir sako: “*tu esi saugus su Manimi, pajausk tai*”, ir toliau kuriu įvairias detales vaizduotėje, įtraukdamas ir angelus sargus, ir Tėvą, kas sukelia pasitikėjimą ir saugumo jausmą. “*Prašau, kad šis vaizdinys ir saugumo jausmas stiprėtų manyje*”.

PRISIMINIMO GYDYMAS 2 : NUOSTABI PRAEITIS

Vėl meldžiamės: “Tėve, noriu sukurti antrą vaizdinį-prisiminimą. Nepriimk šios naujo vaizdinio kaip tiesos, bet priimk šį naują vaizdinį tikrai programavimo tikslais, kad mano širdies būseną (savijauta) pereitų iš destruktivos į neutralią ir padėtų manyje neutralizuoti destruktivią energiją visam likusiam gyvenimui”.

Kuriame naują nuostabų ir neįtikėtinai įspūdingą prisiminimą, remiantis 1 sukurtu prisiminimu, įtraukiant kuo daugiau malonių detalių, tai gali būti pagiriantys tave kitų žmonių įsivaizduojami žodžiai. Tai pirmo sukurtos prisiminimo tęsinys.

Vaizdinys2: Aš asmeniškai šį naują vaizdinį sustiprinu įvairiomis maloniomis naujomis detalėmis, kad to destruktivaus praeities įvykio ne tik kad nebuvo, bet įvyko kažkas konkrečiai nuostabaus ir visada įsivaizduoju Jėzų, apkabinusį mane ir sakantį “*tu esi saugus*”. Matau tą vaizdinį mintyje ir laikau rankas ant galvos tol, kol pradeda atsirasti geri jausmai. Pastaba: primenu, kad naujų prisiminimų aktyvavimas yra skirtas destruktivių prisiminimų neutralizavimui.

PRISIMINIMO GYDYMAS 3 : NUOSTABI DABARTIS

Laikome rankas ant galvos nurodytose vietose.

Meldžiamės: “Tėve, šis trečias naujas prisiminimas skirtas dabarčiai, prašau priimk šį naują prisiminimą tikrai programavimo tikslais. Nepriimk tai už tiesą, nes Tu ir aš žinome, kad tai netiesa, bet prašau, kad šis naujas prisiminimas stiprėtų ir neutralizuotų klaidingus prisiminimus ir mano destruktivią būseną pakeistų į labiau neutralią arba harmoningą būseną.”

Vaizdinys3: Įsivaizduoju save šioje akimirkoje, sėdintį čia, ir prisimenu, kaip tas nuostabios praeities sukurtas vaizdinys2 įvyko. Kaip aš jaučiuosi dabarties akimirkoje kai aš prisimenu tą

nuostabų įvyki, antrame vaizdinyje ? Kokia būtų dabartis ir gera būseną ir savijauta, saugumo jausmas, jeigu būtų įvykęs vaizdinys2. Žiūriu į vaizdinį, kol pajuntu tai. Kurkite malonias detales vaizdinyje ir bandykite pajauti jausmą, kuris būtų savaime buvęs, jeigu ne praeityje įvykęs destruktivus įvykis, kuris vaizdinių pavidalu yra jūsų pašamonėje. Dabar mes tą vaizdinį neutralizuojame nauju vaizdiniu, dirbtinai sukurtu. Darome, kol pajaučiame jausmą.

Svarbu! Kuriant naujus vaizdinius svarbu būti nuoširdžiam, ir nebijoti pripažinti, kokioje būsenoje esate atsidūręs, nereikia meluoti sau, kad esate tobulos savijautos, jeigu iš tikrųjų taip nėra. Jeigu turite kokį nors fizinį ar psichinį sutrikimą, nebijokite pripažinti sau to, tik nepamirškite pasižymėti datos nuo kada pradėjote gydyti destruktivius prisiminimus, nes galite būti nustebinti labai netikėtai, taip kaip man buvo su kaklo traškėjimo išgydymu, kai išsigydžiau destruktivų prisiminimą. Nors esame sukurti meilei, bet jeigu dar nejaučiate dieviškosios meilės, tai jūs dėl to nekaltinkite savęs ir dėl to nepergyvenkite. Ji ateis, kai bus išgydyti destruktivūs prisiminimai. Pavyzdžiui, kai meldžiatės, Tėvui nereikia meluoti, kad jūs mylite arba jaučiate besąlyginę meilę visiems, jeigu jos iš tikrųjų to nejaučiate. Tėvui ir jums patiems reikia nuoširdaus prisipažinimo, kokioje padėtyje esate jūs šiuo metu, ir mes kartu su Tėvo, Jėzaus pagalba bandome priartėti prie dieviškosios meilės Šaltinio, išgydydami destruktivius vaizdinius-prisiminimus. Kai nustatote savo vidinės būsenos tikrąją realybę ir tikrą būseną, jums nuo to bus patiems lengviau, būkite nuoširdūs sau. Šis metodas jums padės. Jūs pradėsit sveikti.

PRISIMINIMO GYDYMAS 4 : NUOSTABI ATEITIS

Kuriame naują vaizdinį apie ateitį, kuris bus jau ketvirtas sukurtas vaizdinys. Ketvirtą vaizdinį kuriame, prisimindami antru vaizdiniu ir trečiu vaizdiniu. Jeigu šie du paskutiniai sukurti nuostabūs ir neįtikėtini vaizdiniai būtų tikrai įvykę, kokia būtų jūsų ateitis? Galima įsivaizduoti ateitį po 1 metų, 20 metų, arba galite sukurti keletą vaizdinių skirtingiems laikams ateityje. Žiūrime į vaizdinį, kol jaučiame palengvėjimą.

Meldžiamės (rankas laikome ant galvos): *“Tėve, noriu sukurti ketvirtą vaizdinį apie ateitį, prašau, priimk šį naują vaizdinį tiksliai programavimo tikslais. Nepriimk tai už tiesą, nes tai netiesa. Aš žinau, kad tai netiesa ir aš nebandau Tavęs apgauti, kad tai tiesa. Meldžiu, stiprink šį vaizdinį, kad pajausčiau būsenos pasikeitimą iš destruktivios būsenos į gerą savijautą”.*

Vaizdinys4: Asmeniškai aš įsivaizduoju, savo vaikus ir anūkus laimingus ir sveikus, pilnus džiaugsmo, trykštančius gyvybine energija. Matau jų dėkingumą ateityje, kad taip viskas gyvenime gerai susiklostė. Taip pat matau save besišypsantį ir saugų viduje, ir vėl įtraukiu vaizdinį su Jėzumi, kuris ir po daugelio metų mane apgaubia savo meile ir sako: *“tu esi saugus”*. Įsivaizduoju tol, kol pajuntu tai būseną, jausmą.

PRISIMINIMAS PAGAL NUTYLĖJIMĄ 5: NAUJAS

Dabar kursime naują praeities prisiminimą, kuriame mes nekeičiame kas atsitiko tuo metu, bet keičiame tiksliai tai, kad po to įvykio niekas mano viduje nepasikeitė - išliko ramybė, išliko gilus prigimtinis kvėpavimas pilvu, išliko saugumo jausmas, išliko gera nuotaika, išliko geros smegenų

funkcijos ir po to įvykio nebuvo jokio savijautos pablogėjimo. Prisimename tą įvykį taip kaip jis įvyko tikrovėje, ir kuriame naujus jausmus bei vaizdinius, kad jokios neigiamos įtakos tas įvykis nepadarė.

Kai žiūrime naują sukurtą vaizdinį, laikome rankas ant galvos, keisdami delnus vietomis.

Malda: “*Mylimas Tėve, noriu sukurti penktą prisiminimą, kurį priimk kaip tiesą, (svarbu!) kas susiję su šiuo mano destruktviu prisiminimu. Tegul šis prisiminimas, (svarbu!) veikia savaime mano sąmonėje pagal nutylėjimą visam likusiam gyvenimui. Kas benutiktų mano gyvenime, ir būtų susiję su šiuo destruktviu prisiminimu, aktyvuok pirmas keturias sukurtus prisiminimus neutralizuoti prisiminimo destruktvių poveikį, ir aktyvuok šį naują vaizdinį kaip tiesą pagal nutylėjimą (angl. Default Memory). Prašau, kad šis naujas prisiminimas neutralizuotų mano sąmonėje melą ir klaidas, dėl kurių kyla mano klaidingi įsitikinimai ir veiksmai.*”

Vaizdinys5: Asmeniškai aš vaizduotėje viską prisimenu kaip viskas įvyko, bet po įvykio įsivaizduoju, kad mano savijauta dėl to visai nepasikeitė, būseną išliko rami, jaučiuosi saugus, jaučiu gilų prigimtinių kvėpavimą pilvu, nuotaika liko stabili, smegenų cheminiai junginiai liko normos ribose, jokio streso neįvyko.

Šis naujo vaizdinio kūrimas ypač svarbus, kad ir koks žiaurus ar sukrečiantis įvykis buvo jūsų atžvilgiu, svarbu kaip jautėtės po to įvykio. Todėl mes kuriame naują būseną ir vaizdinį būtent po to įvykio, kuriame naują patirtį, kuri neutralizuos to įvykio pasekmes sąmonėje. Darome, kol pajaučiame jausmu.

PRISIMINIMAS PAGAL NUTYLĖJIMĄ 6: KŪRĖJO NAUJAS IR GALUTINIS

Prašome Tėvo, kad sukurtų patį nuostabiausią ir patį galingiausią vaizdinį, skirtą konkrečiam destruktviu prisiminimui neutralizuoti. Atsiduodame Tėvo vedimui pagal savo galimybes, kiek galime atsipalaiduojame, laikome rankas ant galvos. Maldoje prašome, kad dvasinė širdis priimtų šį naują vaizdinį kaip tiesą.(svarbu!). Leidžiam Minties Derintojui sukurti vaizdinį, kuris žino, visas mano gyvenimo aplinkybes, žino praeities kartų destruktivius prisiminimus, kurių mes patys nežinome. Bandome pamatyti vaizdinį, kurį Kūrėjas norėtų mums parodyti, bet jeigu nematome, tiesiog dėkojame, kad visi pokyčiai vyksta mūsų sąmonėje.

Malda: “*Mylimas Tėve, noriu paklusti Tavo vedimui ir prašau sukurti patį galingiausią ir patį stipriausią vaizdinį mano šiam destruktviu prisiminimui neutralizuoti visam laikui, kuris būtų prisiminimas pagal nutylėjimą.*” Priimk šį naują vaizdinį kaip tiesą. Aš žinau, kad Tu esi milijonus kartų galingesnis už mano sąmonę, Tu žinai viską apie mane, netgi žinai dalykus, kurių aš nežinau apie save, todėl prašau, kad aš atsiduočiau Tavo vedimui, kuriant šį naują vaizdinį. Jeigu Tu nori, kad aš jį pamatyčiau, parodyk jį man. Jeigu Tu nenori, kad aš jį matyčiau, vistiek aš pasitikiu Tavimi. Prašau pakeisti mano sąmonėje tai, kas turi būti pakeista.”

Šio prisiminimo kūrime, aš stengiuosi savo mąstymą visiškai išjungti ir jaučiu, kaip visas kūnas atsipalaiduoja. Kuo labiau jaučiate būsenos pagerėjimą, tuo geriau. Kai tik leidžiate Minties

Derintojui atlikti šį kūrybos procesą jūsų vaizduotėje, jūs netikėtai galite pamatyti tai, kas atsitiko kokiam nors giminaičiui iš praeities kartų. Dvasinė širdis mėgsta pateikti vaizdinius metaforomis, todėl koks keistas ir netikėtas būtų vaizdinys, net jeigu jūs nesuprastumėte, ką tai reiškia, tiesiog padėkokite Tėvui už tai. Dvasinė širdis gali jums pateikti vaizdinį-metaforą, kuri gali būti skirta kaip tik jūsų problemai išgydyti, kad ir kokia keista ji bebūtų. Jums nėra būtinybės žinoti, ką ta metafora-vaizdinys reiškia, bet jūs leiskite Minties Derintojui atlikti kūrybinį darbą, kuris turi būti padarytas sąmoniniame lygyje.

Kaip jaučiatės po visų 6 naujų vaizdinių sukūrimo? Galima kartoti šį procesą kiek norite kartų tol, kol problema ar sutrikimas jūsų nebekankins.

Vertėjo pastaba: Reikalinga suprasti, jog šis metodas negydo fizinių sutrikimų, bet gydo tikrai destruktivius prisiminimus. Fiziniai sutrikimai tvarkosi savaime kaip tik po to, kai išgydomas destruktivus prisiminimas.

Po kokio nors destruktivaus prisiminimo išgydymo gali atsistatyti subyrėję tarpusavio santykiai, harmonizuojama pasaulėžiūra ir pasaulėjauta. Galbūt, jūs turėsite išgydyti ne vieną prisiminimą, o, pavyzdžiui, septynis destruktivius prisiminimus su vienu konkrečiu žmogumi, kad jūsų sutrikimas būtų išgydytas. Tikrai mes turime ne vieną ir ne du destruktivius prisiminimus, o daug daugiau, pavyzdžiui, aš turėjau išsigydyti 3 destruktivius prisiminimus su mama ir 7 destruktivius prisiminimus su sese. Kai tik išsigydžiau 3 destruktivius prisiminimus su mama, mes tapome labiau artimi ir mūsų santykiai atsistatė, mes tapome atviresni ir nuoširdesni vienas kitam.

Kuriant visus 6 prisiminimus, visą laiką rankas laikome ant galvos nurodytose vietose. Pastebėjau, kad efektas daug geresnis kai prisiminimai yra gydomi ne gulint, bet sėdint. Žmogaus sąmonė tuo metu turi būti aktyvi, rankų delnai kaip tik šį procesą suaktyvina ir sustiprina. Jeigu mintimis nuklydote nuo vaizdinių kūrimo, tiesiog vėl grįžkite į tą pačią vietą, kurioje nutrūko mintis.

www.pasamonesgydymas.com

[SKAITYTI VISĄ KNYGĄ “ATMINTIES KODAS”](#)
[SKAITYTI KNYGĄ “EMOCIJOS KODAS”](#)