

100 Düşünce Gücü 6 Son Bölüm

– Ömer Faruk · 09 Nisan 2018

%100 Düşünce Gücü

Yazarı:Jack Ensign Addington-Akaşa Yayınları

-George Macdonald'a göre "Cesaretin en büyük düşmanı,korkunun kendisidir,korkulan şey değil;içindeki korkuyu yenmeyi başarabilen insan en büyük kahramandır."

-Korkunun bulaşıcı olduğu doğru,ama cesaret için de aynı şey geçerlidir.

-Tüm korkular sonradan kazanılmıştır.İnsanoğlunun kazandığı tüm bu korkular Tanrı'nın anlaşılmasıyla-insanın içindeki sevgi,güç ve sağlam akılla- ortadan kaldırılabılır.

-Ölüm sadece bedene gelir,ruha dokunmaz.Ölümlle ilgili inancımız değişirse ölüm,bir düşman olmaktan çıkar.Hayata hiçbir şey olamaz.Hayat ölmez.İnsan bunu anladı mı,ölüm ona hiçbir zarar veremez.Hayat sonsuzdur.Kullandığı şekil değişebilir,ama hayat sonsuza dek sürer.Hayat yok edilemez.

-Yaratılmış dünya,sonsuzlukta küçük bir parantezdir yalnızca."diyor Sir Thomas Browne.

-Korktuğumuz şeyi kendimize çekeriz.Birçok örnekte düşmanı kendimiz yaratırız.

KENDİNİ YÖNETME

*-"Korkulacak hiçbir şey yok.Bana hakimiyet verilen zihinsel bir dünyada yaşıyorum.Karşılaşacağım her durumun üstesinden gelebilecek Güç içimde.İhtiyacım olan her şey içimde." *(Bu telkinleri kendinize veriniz.)

-Emerson'a göre:"Düşüncenin ortaya koyulması,insanı kölelikten kurtarıp özgürlüğe ulaştırır.

-Bir düşünce eken bir eylem biçer

Bir eylem eken bir alışkanlık biçer

Bir alışkanlık eken bir karakter biçer

Bir karakter eken kaderini biçer.

SİGARAYI BIRAKMA YOLU

1-Sigarayı bırakmayı siz mi seçtiniz?Bu sizin seçiminiz olmalı.

2-Bilinçaltına verdiğiniz emirler her zaman olumlu olsun.Bilinçaltı olumsuz emirleri anlamaz."Artık sigara içmeyeceğim" dersek,dikkat hâlâ sigara içmek üzerinde olur.Emir,"Sigara içme alışkanlığından kurtuldum."olmalı.

3-Kendiniz için yeni bir zincirleme reaksiyon,yeni bir motor karşılık sırası hazırlayın.Örneğin canınız sigara istediğinde sigara içmek için yaptığınız hareketleri bir başka şeyle yapabilirsiniz.Örneğin ayrı ayrı sarılmış nane şekerleri ile bunu aşanlar var.

4-Kendinizi sigara alışkanlığından çoktan kurtulmuş olarak kabul edin.

-Bilinçaltı her zaman olumlu emirlere karşılık verecektir."Sabah zamanında uyanamayacağım." Derseniz öyle olur.Fakat "Sabah tam altıda uyanacağım." dersiniz , sizi tam vaktinde kaldırır.

KENDİNİ YÖNETME

*-Sigara bırakmayı seçiyorum.Sigara içmiyorum.Birisi sigara tuttuğunda,otoriter bir sesle "Hayır,teşekkür ederim,kullanmıyorum."diyorum.Her sigara isteği duyduğumda ve sigarayı elime aldığımda,onu parça parça ediyor ve çöp sepetine atıyorum.Özgürüm. *(Bu telkinleri kendinize veriniz.)

KENDİNİ YÖNETME

*-Uyanık kalmaktan korkmuyorum;uykumu getirmek zorunda değilim.
-Geçmişle ilgili pişmanlığım,gelecek için endişem yok.
-Tüm kavgacı düşüncelerden arınıyorum.
-Kendimi ve başkalarını geçmiş hatalar yüzünden bağışlıyorum.
-Kafam rahat,ben huzurla doluyum.
-Güvenle yatıyorum ve uykumun gelmesine izin veriyorum.*
(Bu telkinleri kendinize veriniz.)

KENDİNİ YÖNETME

*-Cesaretimi yitirmeyi reddediyorum.
-Her duruma göğüs gerecek bilgelik tam içimde.
-Doğru seçimler yapmak için yönetiliyor ve yönlendiriliyorum.
-İçimdeki Kusursuz Güç,ne yapacağımı ve nasıl yapacağımı biliyor.
-Hiçbir şeyin onun için imkansız olmadığı Güç içimde.
-Yaptığım her şeyde içimdeki Kusursuz Güce güveniyorum.*
(Bu telkinleri kendinize veriniz.)

-Yaratıcı olmak için hayatla uzlaşmak gerekir.
-"Direnc,uzlaşmadan hoşlanmamaktır.Direnç,hayatımızdaki her şeyden daha fazla dikkat etmemiz gereken bir şeydir.Çevremize direnmek,insanlara direnmek,koşullara direnmek yada sadece metroya veya havaya direnmek.Direnç huzurun en büyük düşmanıdır.
-Yaşadığınız yerle uzlaşın.Her zaman yaşamayı istemeyeceğiniz kadar bir yer olabilir burası;ama en azından direnmezseniz,onunla uyum içersinde olursunuz.

KENDİNİ YÖNETME

*Son derece huzurluyum.

*Hayatımdaki iyiliğin gücüne inanıyorum.

*Koşullarda hiçbir güç yok,kişiliklerde hiçbir güç yok,yalnızca iyilikte güç var.

*Şu anda içimde bulunan güce engel olabilecek hiçbir insan,yer,nesne,durum veya ortam yok.

*Hiçbir şey bana karşı değil;hiçbir şey beni rahatsız edemez.

*Geçmişte olanların beni incitecek hiçbir gücü yok.

*Şu anki iyi düşüncelerle geleceğimi hazırlıyorum.

*Bugünü yaşıyorum,geleceğe güveniyorum,geçmişten hiçbir pişmanlık duymuyorum.

*Tüm hayatın benim iyiliğim için el ele verdiğiğine inanıyorum.Rahatım.HUZURLUYUM.

(Bu telkinleri kendinize veriniz.)

SON...