

# Dr. Joe Dispenza motiváció: Hogyan változtasd meg az energiádat hiányról bőségre? - A teremtés paradoxona

Lépd át a korlátjaidat és hárítsd el az akadályokat a teremtésed útjából!

Hogyan érd el azt, amire vágysz? - Dr. Joe Dispenza: A teremtés paradoxona

A legtöbb ember túlélési állapotban él. Próbálnak mindent irányítani, hogy mikor fog megtörténni, hogyan fog megtörténni, hol fog megtörténni, ki fogja elhozni nekik. És mivel folyamatosan elemeznek és túlgondolkodnak, nem veszik észre, hogy valójában a saját maguk által létrehozni kívánt dolog ellen dolgoznak.

Jelezik a kvantummezőnek, hogy nem bíznak egy nagyobb intelligenciában. Jelezik a hiányt.

Most mi lenne, ha azt mondanám, hogy minél kevésbé próbálsz meg erőltetni a dolgokat, annál gyorsabban jönnek el hozzád?

Amikor ellazulunk, amikor megadjuk magunkat, amikor bizalom állapotába lépünk, átlépünk a túlélési módból a teremtési módba. És ebben az állapotban már nem üldözzük az eredményt. Ehelyett energetikailag hangolódunk rá. Magunkhoz vonzzuk. Minden energia az univerzumban. A gondolataid, az érzelmeid, a hiedelmeid mind elektromágneses frekvenciát hordoznak. A kvantummező, ez a végtelen lehetőségek mezője, folyamatosan reagál ezekre a frekvenciákra.

Amikor stresszes, szorongó vagy kételkedő vagy, a tested az inkoherencia állapotába lép. Az agyad és a szíved nincsenek összhangban. Stresszhormonokat termelsz, mint a kortizol és az adrenalin, amelyek a múltban tartanak vagy a jövő miatt aggódsz. Szó szerint jelet küldesz a mezőnek, amivel azt üzened, hogy nincs meg, amire vágyom. Nem hiszem, hogy jönni fog. És mivel a valóság egyszerűen tükrözi a belső állapotodat, mi történik? Ugyanazokban a mintákban ragadsz. De amikor ellazulsz, amikor bízol, amikor átadod magad, megváltoztatod a frekvenciádat. Az agyhullámaid lelassulnak. Átlépsz a **beta, azaz a magas szorongás állapotából** az alfabá, végül pedig a thétába. És amikor ezekben az alacsonyabb agyhullám állapotokban vagy, már nem az analitikus elmédből működsz. Belépsz a tudatalatti állapotába, ahol a valódi változás történik. Ebben a térben már nem próbálsz valamit létrehozni. Egyszerűen csak vagy, és itt történik a varázslat.

## **Ez az, amit igazán szeretném, hogy megérts:**

Nem azt manifesztálsz, amit akarsz. Azt manifesztálsz, ami vagy. Ha hiányban vagy, és arra vársz, hogy valami kívülről megváltozzon, hogy jobban érezd magad, akkor még mindig egy korlátozott lineáris, ok-okozati modellen működsz.

De a kvantummodell szerint, ha most meg tudod érezni a jövőd érzelmeit, ha rá tudsz hangolódni a bőségre, a szeretet, az öröm energiájára, akkor a tested és az elméd nem tudja megkülönböztetni azt a képzeletbeli jövőt a jelenlegi valóságtól. És az univerzum, ez az intelligens mező, reagál arra, hogy ki vagy. Tehát amikor ellazulsz és bízol, azt mondd a mezőnek, hogy már megvan. Már az vagyok. Már megtörtént. És mivel már nem üldözöl valamit, mert vibrációs egyezésbe kerültél vele, nem marad más választása, mint hogy eljőjön hozzád.

**Az első lépés az, hogy tudomást szerezz a gondolataidról.** Folyamatosan aggódsz, hogy mikor fog valami megtörténni? Stresszelsz amiatt, hogy hogyan fog kibontakozni?

Ez egy világos jel, hogy túlélési üzemmódban élsz.

A kulcs az, hogy a figyelmedet visszahozd a mostba.

## **Próbáld ki ezt:**

Csukd be a szemed.

Vegyél egy mély lélegzetet. Tartsd bent. És amikor kifújod, érezd, ahogy belemerülsz ebbe a pillanatba.

Pont itt, pont most.

Amikor teljesen jelen vagy, már nem vagy hiányban.

Egyszerűen csak vagy.

Minden egyes reggel, mielőtt megnéznéd a telefonodat, mielőtt kapcsolatba lépnél a külvilággal, szánj időt arra, hogy meditálsz! A meditációban érezd a valóságot, amit létre akarsz hozni. Ne csak gondold rá, hanem érezd.

Ha bőséget manifesztálsz, érezd a hálát, mintha már a tiéd lenne. Ha a szeretetet hívod be, érezd az örömet, a kapcsolatot, a teljességet. Ha sikert teremtesz, érezd a magabiztosságot, a szabadságot. Ezzel újra kondicionálsz a testedet, hogy higgyen egy új jövőben. A kvantumtérben végtelen potenciál létezik

### **Most jön az a rész, amivel a legtöbb ember küzd.**

Miután megfogalmaztad a szándékot, miután érezted az érzelmet, el kell engedned. Ez nem jelenti azt, hogy abbahagyod a cselekvést. Azt jelenti, hogy abbahagyod a folyamat minden lépésének irányítását. Átállsz az erőből az áramlásra. Bízol benne, hogy az univerzum olyan módon szervezi a dolgokat, amit még felfogni sem tudsz.

Olyan ez, mint egy magot elültetni. Azt sem ássuk ki minden nap, hogy megnézzük, nő-e. Bízol benne, hogy a felszín alatt valami történik. Az univerzum mindig ad neked jeleket. De ha túlzottan arra összpontosítasz, hogy mikor fog megérkezni a manifesztációd, lehet, hogy elmulasztod a jeleket.

Lehet, hogy elkezdesz ismétlődő számokat látni. Lehet, hogy egy beszélgetést folytatasz, ami pontosan azt a választ adja, amire szükséged volt. Lehet, hogy egy lehetőség úgy mutatkozik meg, ahogy soha nem vártad volna.

Ezek mind jelek, hogy a kvantummező reagál rád. Tehát amikor észreveszed őket, ismerd el őket, érezd a hálát értük. Ezek bizonyítékai annak, hogy az energiád változik. Ha valóban meg akarod ezt tanulni, tedd a meditációt napi gyakorlattá. Amikor meditálsz, túllépsz az analitikus elméden. Belépsz a tudatalatti birodalmába. Belépsz a kvantummezőbe. És amikor abban a térben vagy, amikor már nem vagy kötődve az időhöz, az identitáshoz, a materiális világhoz, akkor válasz tiszta tudatossággá. Akkor már nem vagy különálló attól a dologtól, amit kívánsz. Te vagy az. És abban a pillanatban, hogy te vagy az, annak meg kell jelennie a valóságodban.

**Mi lenne, ha** most elkezdenél úgy viselkedni, mintha már a legjobb verziód lennél, nem remélve, nem kívánva, nem várva, hogy valami kívülről megváltozzon, hanem valójában megtestesítve azt az embert, akivé válni szeretnél.

A legtöbb ember azt hiszi, hogy a változás kívülről befelé történik. Azt hiszik, hogy amikor végre megkapják a sikert, a pénzt, a kapcsolatot, az egészséget, akkor kezdik el érezni magukat magabiztosnak, értékesnek, bőségesnek vagy boldognak. De az igazság az, hogy az univerzum nem így működik. A kvantummodell a valóságról azt mondja nekünk, hogy nem azt vonzzuk, amit akarunk.

Azt vonzzuk, akik vagyunk. Tehát, ha át akarod lépni a korlátaidat, legyőzni az akadályokat, és megvalósítani, amit kívánsz, most kell elkezdened azzá az emberré válni. Úgy kell cselekedned, mintha már az a verziód lennél. Mert amikor ezt teszed, elkezded küldeni egy új elektromágneses azonosítót a mezőbe, és a valóságnak nincs más választása, mint átszervezni magát, hogy illeszkedjen az új energiádhoz. Minden gondolat, amit gondolsz, minden érzelem, amit érzel, minden cselekedet, amit végrehajtasz, egy bizonyos módon vezeti be az agyadat.

**A legtöbb ember minden egyes nap ugyanazokat a gondolatokat gondolja**, ugyanazokat az érzelmeket érzi, és ugyanazokat a dolgokat csinálja. Emiatt szó szerint újra és újra ugyanazokat a mintákat aktiválják és vezetik be az agyukba.

Ezért tűnik nagyon nehéznek, amikor az emberek megpróbálnak változni. Biológiaiilag függővé váltak a régi önmaguktól.

**Most jön a izgalmas rész:** Az agyad nem tudja megkülönböztetni a valós élményt és a képzelte. Ez azt jelenti, hogy amikor elkezdés úgy viselkedni, mintha már az az ember lennél, akivé válni szeretnél, az agyad elkezd átkonfigurálódni, hogy illeszkedjen ehhez az új identitáshoz. Elkezdted új neurális pályák, új érzelmi minták és új viselkedések kialakítását, amelyek összhangban állnak a jövőbeli éneddel.

És amikor az agyad új módon kezd működni, kitalálsz, mi történik?

A tested követi. Az energiád megváltozik. A viselkedésed eltolódik. És hirtelen az akadályok, amelyek egykor olyan megterhelőnek tűntek, elkezdnek feloldódni, mert már első sorban nem ugyanaz az ember vagy, aki létrehozta őket.

Minden érzelmi állapot, amit átélsz, egy frekvenciát küld ki a kvantummezőbe. Ha úgy érzed, hogy meg vagy kötve, kételkedsz, félsz vagy bizonytalan vagy, akkor szó szerint ezt az energiát sugárod ki a mezőbe, és a mező, amely egyszerűen reagál a rezgésére, még többet hoz ugyanebből. De amikor belépsz az önmagad legmagasabb identitásába, amikor úgy jársz, beszélsz és gondolkodsz és érzel, mintha már az a személy lennél, aki áttörte az összes akadályt, egy teljesen új jelet küldesz ki.

**És mivel a kvantummező reagál arra, hogy ki vagy, az élet elkezd visszatükrözni lehetőségeket, új szinkronicitásokat és új utakat, amelyek összhangban állnak ezzel a fejlettebb verzióval. Ez nem vágyalom. Ez nem színlelés. Ez az átalakulás folyamata.**

Szóval hogyan csináljuk ezt? Hogyan lépünk át a vágyakozásból és reménykedésből a tényleges megtestesülésbe?

Adok neked egy folyamatot, amely, ha naponta gyakorolsz, újravezet az agyadat, áthelyezi az energiádat, és radikálisan átalakítja az életedet.

Minden reggel, mielőtt kapcsolatba lépnél a világgal, szánj időt arra, hogy lásd és érezd azt a személyt, akivé válni szeretnél. Ül le, csukd be a szemed, és képzelj el, hogy már éled azt a valóságot. Ha ez meg van, akkor képzelj el hogyan jár ez a verzió? Hogyan beszélsz ebben az állapotban? Miket hiszel el? Hogyan viselkedsz? Milyen érzelmeket érzel minden egyes nap? A legfontosabb, hogy érezd. Mert amikor érzed, elkezdted újrakondicionálni a testedet, hogy elhidd, a jövőd már megtörténik. És amikor a tested és az elméd hisz benne, a kvantummezőnek vissza kell tükröznie ugyanezt neked.

Ez hozza el a fordulatot. Miután kapcsolódtál a jövőbeli verziódhoz, kérdezd meg magadtól, hogyan cselekednék ma, ha már az a személy lennél? Aztán cselekedj ennek megfelelően. Ha már sikeres lennél, hogyan viselkednél egy találkozón? Ha már tökéletes egészségben lennél, hogyan bánnál a testeddel? Ha már a legszeretetteljesebb kapcsolatban lennél, hogyan mutatkoznál meg a világban? A legtöbb ember azt hiszi, hogy szüksége van a külső eredményre, mielőtt változhat. De amikor először változol, az eredmény követi.

**A szavaid teremtik meg a valóságodat.** Ha folyamatosan azt mondd, hogy nem vagy elég jó, ez túl nehéz, vagy nem tudom, hogyan, akkor megerősíted a régi identitást. Ehelyett kezdj el úgy beszélni, mint a jövőbeli éned. Próbáld meg azt mondani, hogy magabiztos vagy és képes vagy rá. A lehetőségek könnyedén áramlanak hozzád. Bízom az élet folyamatában. Már az a személy vagyok, akivé válok.

És nézd, hogyan kezd az külső világod összhangba kerülni ezekkel az új hiedelmekkel. A legnagyobb verziód nem létezik a jelenleg ismert világodban. Az ismeretlenben létezik. Tehát, ha valami nagyobb, nagyobbabbat akarsz megvalósítani, abba kell hagynod, hogy a múltbeli kondicionálásodból élj, és be kell lépned a lehetőségek terébe. Ez azt jelenti, hogy igent mondasz az új tapasztalatokra.

Ez azt jelenti, hogy cselekedned kell, mielőtt készen állnál. Ez azt jelenti, hogy bízol abban, hogy az élet a te érdekedben működik, még akkor is, ha nem látod, hogyan. Minden alkalommal, amikor túllépsz a komfortzónádon, jelezni kezdesz az univerzumnak, hogy készen állsz arra, hogy több legyél.

Egyszer már nagyon vágytál valamire, egy kapcsolatra, sikerre, egészségre, pénzre, de minél keményebben próbáltad, annál távolabbinak tűnt, igaz? Megfogalmaztad a szándékodat. Vizualizálsz. Cselekszel, de mégsem történik semmi.

Valójában néha úgy tűnik, hogy minél inkább összpontosítasz rá, annál elérhetetlenebb lesz, de miért is van ez?

**A válasz egyszerű: Túl szorosan kapaszkodsz.** És ezzel jelezni kezded a kvantummezőnek, hogy nem bízol abban a dologban, amit próbálsz létrehozni. Látod, a legtöbb ember nem realizálja, hogy ahhoz, hogy valóban megvalósítson valamit, hajlandónak kell lennie elengedni. Fel kell adnod. El kell engedned a szorítást azzal kapcsolatban, hogy hogyan és mikor fog megérkezni. És paradox módon, abban a pillanatban, amikor elengeded, amikor végre ellazulsz az ismeretlenbe, amikor abbahagyod, hogy annyira szükséged legyen rá, akkor az univerzum szállít. Bontsuk le ezt tudományosan. Most szeretném, ha megértenél valami nagyon fontosat az elméd és a tested kapcsolatáról. Minden egyes gondolat, amit gondolsz, biokémiai reakciót produkál az agyadban. Ez a reakció érzelmeket vált ki, és ezek az érzelmek jeleket küldenek a testednek. A probléma az, hogy a legtöbb ember folyamatos vágyakozásban, hiányban, elkülönülésben, frusztrációban él, mert túlzottan a vágyott dolgok hiányára összpontosítanak. És ez hatalmas probléma a megvalósítás szempontjából. Mert ne feledd, a kvantummező nem arra reagál, amit akarsz. Arra reagál, hogy ki vagy.

Tehát, ha szerelmet próbálsz megvalósítani, de magányosnak érzed magad, ha pénzt próbálsz megvalósítani, de hiányt érzel, ha sikert próbálsz megvalósítani, de méltatlannak érzed magad, akkor mi a helyzet? Egy elektromágneses egyedi azonosítót, egy jelet küldesz a hiányról, és mivel a valóságod egyszerűen a belső állapotod tükörképe, az univerzum csak azt tudja adni, amit sugárszol.

De, amikor elengeded, valami hihetetlen dolog történik. Abban a pillanatban, amikor elengeded a vágyadhoz fűződő ragaszkodást, abban a pillanatban, amikor már nem szükséges annyira, abban a pillanatban, amikor azt mondd, bízom benne, hogy ez már megtörtént, és már nem kell irányítanom, hogy hogyan történik, akkor az agyad és a tested a koherencia állapotába lép. Akkor kezded el kibocsátani azt a frekvenciát, amely megfelel annak a valóságnak, amelyet létre akarsz hozni.

És mivel a kvantummező mindig reagál az energiádra, akkor kezdődik a megnyilvánulás megjelenése.

Most képzelj el két embert. Az egyik ember kétségbeesetten próbál pénzt teremteni. Minden nap aggódva ébred a pénzügyei miatt. Folyamatosan ellenőrzi a bankszámláját. Aggódik, hogy mikor fog megérkezni a pénz. Folyamatosan kérdőjelezi meg, hogy jól csinálja-e a dolgokat.

Most hogyan érzi magát ez az ember?

Idegesnek érzi magát. Bizonytalanul érzi magát. Úgy érzi, hogy nincs elég. És mivel a domináló érzelme a hiány, az energiája valójában eltaszítja a pénzt, mert nincs vibrációs összhangban a bőséggel.

Most képzelj el egy másik embert, aki szintén pénzt akar teremteni, de ahelyett, hogy stresszelne rajta, minden reggel a bőség állapotában ébred. Úgy éli a napját, mintha már mindene meglenne, amire szüksége van.

Inspirált lépéseket tesz, de nem kényszerít semmit. Bízik. Tudja, hogy van. Ez az ember már nem várja, hogy a pénz megérkezzen, hogy bőségesnek érezze magát. Most bőségben él. És mivel az energiája már összhangban van a bőséggel, az univerzumnak nincs más választása, mint hogy megadja azt, ami ezzel azonos frekvencián van.

Érted a különbséget? Az egyik ember a hiányból cselekszik. A másik a bizalomból cselekszik. És a bizalom a teremtés kulcsa.

### **Átlépés a ragaszkodásból a bizalomba**

Szóval hogyan csinálod ezt? Hogyan lépsz át a ragaszkodásból a bizalom állapotába? Adok neked egy egyszerű, de hatékony folyamatot, ami segít elengedni az irányítást, áthelyezni az energiádat, és gyorsabban megnyilvánulni, mint valaha.

Az első lépés az, hogy hagyd abba az aggódást, hogy mikor és hogyan fog megérkezni a vágyad. Amikor folyamatosan ellenőrzöd, hogy a megnyilvánulásod megtörténik-e, valójában megerősíted azt a hitet, hogy még nem történt meg, és ez a hit megakadályozza a megnyilvánulást. Tehát helyette, tűzd ki világosan a szándékozat, de aztán engedd el. Mondd magadnak, bízom benne, hogy amit kívánok, már az enyém. Nem kell tudnom, hogyan vagy mikor fog megérkezni a

tökéletes módon, a tökéletes időben. Aztán térj vissza a jelen pillanatba. Ha igazán hiszel a teremtedben, hogy már úton van, hogyan éreznéd magad?

Nem fogsz stresszelni miatta. Nem fogod folyamatosan keresni a bizonyítékokat. Egyszerűen csak ellazulsz abban a tudatban, hogy ez már megvan, és ez a kulcs, Érezd, mintha már itt lenne, mielőtt valóban megérkezik. Tehát minden nap szánj időt arra, hogy kapcsolatba lépj a jövőd érzelmeivel. Érezd a hálát, mintha már megtörtént volna. Érezd az örömet, mintha már élnéd az álmodat. Érezd a bőséget, mintha a sikered elkerülhetetlen lenne.

Mert abban a pillanatban, amikor megtestesíted ezt az energiát, vibrációs összhangba kerülsz a vágyaddal, és az univerzumnak vissza kell tükröznie azt neked. A legtöbb ember azt hiszi, hogy a teremtés arról szól, hogy valamit megszerezzünk, de az igazság az, hogy arról van szó, hogy valakivé váljunk. Ahelyett, hogy azt kérdeznéd, hogyan kaphatnám meg, amit akarok? Kérdezd meg, kinek kell lennem ahhoz, hogy természetesen vonzzam ezt az életembe? Ha szerelmet akarsz, válj olyan emberré, aki sugározza a szeretetet. Ha bőséget akarsz, válj olyan emberré, aki hála és nagylelkűség állapotában él. Ha sikert akarsz, válj olyan emberré, aki megtestesíti a magabiztosságot, a fegyelmet és az örömet.

Minél inkább a létezésre összpontosítasz, annál kevésbé fogod érezni a szükségét annak, hogy bármit is üldözz, mert már összhangban élsz vele. És amikor már nincs szükséged rá, akkor érkezik meg erőfeszítés nélkül. Az egyik legnagyobb hiba, amit az emberek elkövetnek, hogy azt hiszik, pontosan tudják a megnyilvánulásuk idővonalát, de az univerzum isteni időzítés szerint működik. Ez azt jelenti, hogy amit kívánsz, akkor fog megérkezni, amikor valóban készen állsz rá, nem feltétlenül akkor, amikor az egód akarja. Tehát ahelyett, hogy megpróbálnád erőltetni a dolgokat, gyakorold a mély bizalmat. Mondd el magadnak, hogy az univerzum pontosan tudja, mikor és hogyan hozza el ezt neked. Az egyetlen dolgom, hogy összhangban maradjak, inspirált cselekvést végezzek, és bízzak a folyamatban, majd elengedjem.

Készen állsz elengedni? Készen állsz abbahagyni az üldözést, a kételkedést, a várakozást, és inkább belépni abba a tudatba, hogy amit kívánsz, már úton van? És mivel 35 éves korodra a személyiséged 95%-a egy sor memorizált viselkedés, érzelmi reakció és hit, ezek a gondolatok nem csupán gondolatok. Ezek utasítások, parancsok. Szó szerint jeleznek a testnek és az elmének, hogy folyamatosan ugyanazt a valóságot hozza létre újra és újra.

Miért? Mert a gondolatok az elektromos töltés a kvantummezőben, és az érzések a mágneses töltés. Együtt létrehoznak egy elektromágneses egyedi azonosítót, egy energiahullámot, amelyre a mező folyamatosan reagál. Tehát, ha minden egyes nap ugyanazokat a negatív, korlátozott gondolatokat gondolod, ugyanazokat a megszokott érzelmeket érzed, félelmet, kételet, frusztrációt, méltatlanságot, akkor ugyanazt a jelet küldöd ki. És mi történik?

Ugyanazt a valóságot kapod. A probléma nem az, hogy az univerzum nem hallgat rád. A probléma az, hogy rossz nyelvet beszélsz. Értsd meg ezt. Az agyad egyszerűen a múlt feljegyzése. Minden élmény, amit valaha átéltél, minden trauma, minden szívfájdalom, minden kudarc, mindez ott van tárolva neurológiai kapcsolatok formájában. És mivel az agy úgy van tervezve, hogy a múlt alapján várja el a jövőt, ez azt jelenti, hogy a legtöbb ember a jövőjét a saját történelme ismétlésének tekinti.

Amikor azt mondják maguknak, hogy több pénzt akarnak, amit valójában éreznek, az a hiány. Amikor azt mondják, hogy egészségesek akarnak lenni, amit valójában a betegségre összpontosítanak. Amikor azt mondják, hogy szerelmet akarnak, tudattalanul a szívfájdalomra emlékeznek, így a belső párbeszédük nincs összhangban azzal, amit valóban kívánnak. Ez ellentétes vele. Azt a jelet sugározzák, amit nem akarnak, ahelyett, hogy megtestesítenék azt az energiát, amit akarnak. És mivel a kvantummező nem arra reagál, amit mondunk, hogy akarunk, hanem arra, hogy kik vagyunk, folyamatosan ugyanazokat a körülményeket, ugyanazokat a kapcsolatokat, ugyanazokat a küzdelmeket teremtik újra és újra. Szóval hogyan változtathatunk ezen?

Ha új valóságot akarsz megjeleníteni, most azonnal a jövőbeli valóságból kell gondolkodnod, érezned és beszélned.

A belső párbeszédednek meg kell egyeznie azzal a személlyel, akivé válni akarsz, nem pedig azzal, aki voltál.

Ahelyett, hogy azt mondanád, miért olyan nehéz az életem? Azt mondod, mindig a megfelelő helyen vagyok a megfelelő időben. Az élet értem dolgozik.

Ahelyett, hogy azt mondanád, sosincs elég pénzem, azt mondod, a pénz váratlan módokon áramlik hozzám. Bőségben vagyok.

Ahelyett, hogy azt mondanád, hogy megrekedtem a karrieremben, azt mondod csodálatos lehetőségeket vonzok. Virágzom.

Először kényelmetlenül fogod érezni magad. A régi éned, a kondicionált éned, ellen fog állni. A test, amelyet évek múltbeli érzelmei programoztak, megpróbál visszahúzni a megszokottba. De abban a pillanatban, amikor kitarasz, abban a pillanatban, amikor elég hosszú ideig a jövőbeli énedként beszélsz, az agy elkezd újra vezetékeket kialakítani.

**És itt a titok.** A tested nem tudja megkülönböztetni a valós élményt és egy élenken elképzelt élményt. Ha minden egyes nap gyakorolod, hogy a jövőbeli énedként beszélsz magaddal meggyőződéssel, érzéssel, bizonyossággal, új idegi áramköröket aktiválsz.

A testedet arra kondicionálsz, hogy átélje a jövőbeli valóság érzelmeit, mielőtt az megtörténik. És ha képes vagy bőséget, méltóságot, szeretetet, sikert érezni, mielőtt a bizonyítékok megjelennek, akkor a kvantumfizika törvényei szerint annak a valóságnak meg kell nyilvánulnia, mert már nem várod, hogy a körülményeid megváltozzanak, mielőtt megváltoztatnád a gondolkodásodat és az érzéseidet. Te először megváltoztatod, hogy hogyan gondolkodsz és érzel, és lehetővé teszed a valóság számára, hogy köréd rendeződjön. A legtöbb ember azt hiszi, hogy a teremtés arról szól, hogy egy széken ülve, becsukott szemmel várják, hogy valami történjen.

De nem így működik. Nem csak kívánsz egy jobb életet. Te azzá a személlyé is válsz, aki már rendelkezik azzal a jobb élettel. Demonstrálsz ezt azzal, hogy úgy jársz, beszélsz, gondolkodsz, érzel, mintha már a tiéd lenne. És abban a pillanatban, amikor a belső párbeszéded elmozdul, hogy illeszkedjen a jövőbeli énedhez, a körülötted lévő világ elkezd átalakulni olyan módokon, amelyek szinte csodásnak tűnnek, mert már nem kéred az univerzumtól, hogy változzon. Te vagy a változás. És amikor te változol, minden körülötted nem tehet mást, mint hogy veled változik.

Az igazság az, hogy ha túl keményen próbálkozol, ha megszállott vagy az eredmény miatt, ha folyamatosan körülnézel, hogy vajon megtörtént-e már, akkor valójában távolabb tolod. Miért? Mert még mindig a hiány állapotából működsz. A legtöbb ember azt hiszi, hogy a teremtése arról szól, hogy keményebben dolgozzon, folyamatosan arra gondoljon, amit akar, állandóan ellenőrizze a bankszámláját, az emailjeit, a telefonját, várva, hogy valami megváltozzon. De amikor ezt teszed, akkor egy dolgot mondasz a kvantummezőnek: még nincs meg. És ha a mező reagál arra, hogy ki vagy, akkor mit erősítesz meg? Több várakozást, több elkülönülést, több hiányt.

Látod, amikor próbálkozás, kényszerítés, irányítás állapotában vagy, még mindig a régi éneddel azonosítod magad. Az régi én az, aki még nem rendelkezik veled. A régi én türelmetlen. A régi én a külső világot nézi, és azt mondja, hol van? Miért nem történt még meg? De a megnyilvánulás nem arról szól, hogy kívánsz valamit, hogy eljőjön hozzád. Arról szól, hogy azzá a személlyé válj, aki már rendelkezik veled.

És milyen érzés ilyen személynek lenni? Ők nyugodtnak érzik magukat. Biztosak. Hálásak, mert az elméjükben már megtörtént. Az a személy, aki már rendelkezik azzal, amit akar, nem ébred fel minden reggel azon gondolkodva, mikor fog megjelenni. Ők úgy élnek, mintha már a övék lenne. Ez a befogadás állapota.

Amikor stresszes, szorongó vagy türelmetlen vagy, az agyad a magas béta agyhullámokban, a túlélési módban van bezárva. Ez azt jelenti, hogy a figyelmed beszűkült, a tested stresszhormonokat termel, és hiperérzékeny vagy a külső világra. Bizonyítékokat, visszaigazolásokat keresel a környezetemben, hogy megerősítsd, hogy a teremtésed megtörténik, de a kvantummező nem így működik. Ha keresed, akkor megerősíted, hogy még nem itt van. És amíg azt hiszed, hogy még nem itt van, a jövőben tartod. Több elkülönülést hozol létre közted és a vágyott valóságod között.

**Tehát mit tegyünk helyette?** Meditáljunk. Amikor a relaxáció állapotában vagy, átlépsz az alfa és theta agyhullámokba.

Itt válhatsz fogékonnyá az új lehetőségekre. Itt már nem a régi énedre, a régi érzelmekre, a régi hiedelmekre összpontosítasz. Itt lépsz be a kvantummezőbe tiszta tudatként, már nem vagy időhöz kötve. És amikor már nem arra összpontosítasz, hogy mikor fog megérkezni vagy hogyan fog megérkezni, nyitott edénnyé válsz a befogadásra. A leggyorsabb módja annak, hogy átállj a bizalom, könnyedség és áramlás állapotába, a hála. A hála a befogadás végső állapota. Amikor hálás vagy, jelezni fogsz az univerzumnak, hogy már az enyém. Nem kívánsz. Nem reménykedsz. Egyszerűen vagy.

És abban a pillanatban, amikor hálásnak érzed magad, mielőtt a bizonyíték megjelenne, akkor kezd el a valóság átszervezni magát az új energiád körül. Gondolj bele. Ha igazán tudnád, hogy a megnyilvánulásod garantált, nem pihennél meg? Nem állnál meg az aggodalmaskodással? Csak élveznéd az utazást, nem? Itt van, amit a legtöbb ember nem vesz észre. Amikor megpróbálsz irányítani, hogy hogyan fog megtörténni, korlátozod a végtelen lehetőségeket csak arra, amit a logikus elméd képes felfogni.

De a kvantummező hozzáféréssel bírsz minden lehetőséghez, olyan kimenetekhez, amelyeket soha nem tudnál megjósolni, olyan lehetőségekhez, amelyeket soha nem tudnál megtervezni, olyan szinkronicitásokhoz, amelyeket a korlátozott elméd soha nem tudna megvalósítani. A feladatod nem az, hogy kitaláld, hogyan fog megérkezni. A feladatod az, hogy energetikailag összhangba kerülj vele. A feladatod az, hogy érezd, mielőtt megérkezik. A feladatod az, hogy megtestesítsd az érzelmeket, mintha már meglenne. A feladatod az, hogy nyitott, kíváncsi és hálás maradj, hogy amikor megjelenik, felismerd. És ez csak akkor történik meg, amikor elengeded és bízol a folyamatban.

Az a pillanat, amikor már nincs szükséged valamire, akkor érkezik meg végre. Ez a manifesztáció egyik legnagyobb titka, és mégis ez az a rész, amivel a legtöbb ember a legjobban küzd. Elsőre ez ellentmondásosnak tűnhet. Lehet, hogy azt gondolod, de ha tényleg akarok valamit, akkor nem kellene annak a vágyamnak segítenie, hogy megszerezsem? A válasz igen és nem. Óriási különbség van közöttük, hogy világos szándékod van, és közöttük, hogy érzelmileg kötődsz az eredményhez. Amikor túlságosan szükséged van valamire, legyen az pénz, szerelem, siker vagy egészség, a hiány energiájából működsz.

Jelzést küldesz ki. Még nincs meg ez számomra. Hiányos vagyok nélküle. Csak akkor leszek boldog, amikor megérkezik.

És mivel a kvantummező reagál arra, hogy ki vagy, mit vonzol még inkább?

Több szükségletet, több hiányt, több várákozást. Ha túlságosan kell valami valamit nagyon akarunk az olyan, mint megpróbálni vizet fogni a kezében. Minél jobban szorítod, annál gyorsabban folyik ki az ujjaid közül. Most nézzük ezt tudományosan. Amikor szükséged van valamire, az agyad túlélési módba kapcsol. Ez azt jelenti, hogy stresszhormonokat, kortizolt, adrenalin, norepinefrint termelsz. Ezek a vegyületek a testedet a harc vagy menekülés állapotába hozzák, ami fantasztikus, ha egy ragadozó elől futsz, de borzalmas a teremtés szempontjából. Miért? Mert amikor túlélési módban vagy, hiperfókuszált vagy a külső világra.

Folyamatosan jeleket keresel. Minden nap ellenőrzöd a bankszámládat. Felméred a környezetet, hogy van-e bizonyíték arra, hogy működik. És minden alkalommal, amikor nem látod az eredményeket, megerősíted azt a hitet, hogy nem történik meg. Ez egy ciklust teremt. Hiányt érzel. Túlzottan a külső világra fókuszálsz.

Nem látod, amit akarsz. Ez még jobban megerősíti a hiányt és többet hoz létre belőle.

A ciklus megismétlődik. Ezért olyan erőteljes az elengedés vagy megadás folyamata. Mert abban a pillanatban, amikor abbahagyod a keresést, abban a pillanatban, amikor abbahagyod az akarást, az agyad és a tested kilép a túlélési üzemmódból. Az agyhullámaid lelassulnak.

Megnyugszol, átlépsz a bizalom állapotába, és hirtelen nyitottá válsz a végtelen lehetőségekre.

Ekkor kezdődnek a szinkronicitások. Ekkor jelennek meg a váratlan lehetőségek.

Ekkor a dolgok erőfeszítés nélkül a helyükre kerülnek. Mert már nem üldözöl, akarsz.

**Tehát a kérdés az, hogyan tudod valójában elengedni a szükségletet valamire, miközben még mindig vágyakozol rá?**

Íme a kulcs. Te már megéled azt az érzést, mintha már meglenne, mielőtt megérkezik. Ez azt jelenti, hogy abbahagyod, hogy a külső világodban keresd a bizonyítékokat, és helyette úgy kezdesz élni, mintha már a tiéd lenne. Ha szerelmet manifesztálsz, nem töltesz minden napot

azzal, hogy azon tűnődsz, mikor találkozom a lelki társammal? Helyette már reggel úgy ébredsz, hogy érzed a szerelmet. Örömet sugársz. Mély megbecsülést ápolsz önmagad iránt. Olyanná válsz, aki már szerelmes, mielőtt a másik megjelenne. Ha pénzt manifestálsz, nem nézed meg kétségbeesetten a bankszámládat. Helyette bőséggel teli energiával jársz az életben. Gazdagnak érzed magad, mielőtt a pénz megérkezik. Bízol benne, hogy a lehetőségek jönnek, és úgy cselekszel, mintha már anyagilag biztos helyzetben lennél. Mert abban a pillanatban, amikor azzá a verzióddá válsz, aki már megkapta, az univerzumnak nincs más választása, mint hogy ezt visszatükrözze neked.

Itt van a paradoxon működés közben. Gondolj egy olyan időszakra az életedben, amikor kétségbeesetten próbáltál valamit elérni, de minél keményebben próbálkoztál, annál távolabbinak tűnt. Talán egy kapcsolat volt, egy munka vagy egy lehetőség, és aztán egy ponton feladtad. Már nem érdekelt annyira. Tovább léptél.

És hirtelen, bum. Megjelent a semmiből. Ez nem véletlen. Ez a kvantummező reagálása az energiád elmozdulására. Abban a pillanatban, amikor abbahagyod az akarást, beléptél az engedés állapotába. Megnyitottad a teret, hogy megérkezzen. Olyan, mint amikor otthon elveszítesz valamit.

Frusztráltan mindenhol keresgél, felfordítva az egész lakást, és nem találod. De abban a pillanatban, amikor abbahagyod a keresést és ellazulsz, hirtelen a legnyilvánvalóbb helyen megjelenik. Miért? Mert amikor abbahagyod a kényszerítést, a percepciód kitágul. Átállsz a csőlátásról, a túlélési módról egy nyitott tudatállapotra.

A beszűkülésből a kitágulásba lépsz. És abban az állapotban elérhetővé válsz a befogadásra.

### **A végső kulcs a bizalom.**

Bíznod kell abban, hogy az univerzum mindig érted dolgozik. Bíznod kell abban, hogy amit kívánsz, már úton van. Bíznod kell abban, hogy méltó vagy rá, még mielőtt meglátnád. Itt ragadnak meg a legtöbben.

Azt gondolják, hogy hiszik, ha majd látják. De a kvantummező nem így működik. Nem vársz arra, hogy lásd, hogy elhidd.

Először hiszel benne, és aztán látod. Ez a teszt. Ez a hit ugrása. Ez az, ami elválasztja azokat, akik könnyedén manifestálnak, azoktól, akik küzdenek.

Mert abban a pillanatban, amikor elengeded a szükségletet, hogy valami megtörténjen, amikor ellazulsz, élvezed a jelen pillanatot, és bízol az életed kibontakozásában, akkor jön el minden egyes alkalommal.

Tehát a kérdésem hozzád ez: hajlandó vagy elengedni? Hajlandó vagy bízni abban, hogy ez már a háttérben történik? Hajlandó vagy saját magad olyan verziójává válni, akinek már most megvan?

Abban a pillanatban, amikor ezt megteszed, az univerzum reagálni fog.

Abban a pillanatban, amikor abbahagyod a hajszolást,

abban a pillanatban, amikor abbahagyod az akarást,

abban a pillanatban, amikor belépsz abba az energiába, hogy már megvan, akkor jön.

Ez a teremtés paradoxonja.

Nem azt vonzod, amit akarsz, hanem azt vonzod, aki vagy.

Tehát a kérdés az, hogy ki vagy te?

Hiányban élsz, várva, hogy valami kívülről teljesítse ki az életedet?

Vagy megtestesíted az energiáját annak az embernek, aki már éli a bőséget, a méltóságot, a teljességet mielőtt mindez az anyagi világban is megérkezik?

Mert abban a pillanatban, amikor elengedsz, abban a pillanatban, amikor megadod magad, abban a pillanatban, amikor bízol, az univerzum teljesít.

Ha ez az üzenet rezonált veled, ha valami belül átkattant, akkor ez a te jelzésed.

Lazíts. Bízz. Élvezd az utazást.  
Ez már történik.