

PIRJO PIIPPOLA

Kastehelmiä II Näe enemmän ymmärrä laajemmin



Kastehelmiä II

Näe enemmän
ymmärrä laajemmin

Pirjo Piippola

Sisällysluettelo:

Ajatusten hiljentäminen	4
Erottelukyky ja riko rutiineja	7
Ota riski ja uskalla mokata	17
Ihminen tunne itsesi	23
Kokemukset opettavat	27
Energiakehot ja chakrat	29
Hengen ja energian lakeja	43
Tunnista energioita	49
Symboliikkaa	55
Ajatusenergia	59
Anteeksianto	62
Tee aina parhaasi	64
Ajatuksen voima	67
Etiäiset	69
Kanavointi	76

Esipuhe

Tämän kirjan on tarkoitus olla oppaana jokaiselle, kenelle on kasvanut kiinnostus henkisyyttä kohtaan. Herkkyyys aistia asioita joita ei näe. Herkkyyttä tunnistaa toisten mielialoja, olotiloja, ilman että voi sitä järkevästi selittää. Sen vai tuntee. On hyvä ymmärtää, ennen kuin kokee jotain joka pelottaa. Mehän pelkäämme asioita joita emme ymmärrä, emme voi järjellä selittää saatikka käsittää.

Kuitenkin nämä kaikki koetut ja aistitut asiat ovat totta. Ne ovat luonnollisia asioita tässä maailmassa.

Tiedostamalla että näin on, oppii käyttämään herkkyyttään sekä oman elämänsä laadun parantamiseen, myös toisten auttamiseen niillä lahjoilla, joita on syntymälahjaksi saanut. – Herkkyyttä.

**Kutsun sinut henkisen kehityksen tielle seikkailuun.
Tarkoituksena – nähdä enemmän ja ymmärtää
laajemmin. Tervetuloa**

Ajatusten hiljentäminen

Jos olet valmis muuttamaan elämäsi, aloitetaan ihan helpolla ja yksinkertaisella mielen hiljentämisellä, se on harjoitus, mikä on ihan ensimmäisenä tärkeä, jotta sitten jossain vaiheessa kuulemme sitä sisäistä opastusta paremmin. Onhan se niin, että jos meillä ajatukset ovat kuin viisikaistainen moottoritie, jolla on koko ajan kauhea liikenteen kohina, kuten varmasti tiedät, siinä hurisee hurjasti ja kun sinun henkinen oppaasi on siellä moottoritien toisella puolella, niin eihän hänen äänensä kuulu sen liikenteen äänien yli. Mutta, kun sinä opit hiljentämään sen moottoritien liikenteen, niin vau! Kyllä kuulet kaiken ohjauksen ja opastuksen. Siksi minä sanon, että harjoittele, *hiljennä mielesi*.

Yksinkertaisin aloitus, jos et ole harjoitellut hiljentymistä, niin ensin alkuun, ihan vain viisi minuuttia.

Valitse rauhallinen paikka, sulje puhelimesi, kaikki laitteet jotka voivat häiritä hiljentymistäsi. Rauhoita mielesi. *Aloita tietoinen harjoittelu.*

Aloita viidestä minuutista ja sitten, kun viisi minuuttia ajatuksesi pysyvät poissa, voit jatkaa, pidentää aikaa tuonne 20 minuuttiin jopa puoleen tuntiin, mutta ei enempää, se on ihan tarpeeksi. Se, miten se sitten tapahtuu, - ensimmäinen tärkeä asia on rentoutuminen ja hengitystekniikalla hengittäminen syvään ja rauhallisesti, syvään ja rauhallisesti.

Seurauksena -tunnet, miten olosi rentoutuu. Kun niitä ajatuksia sitten tulee, taatusti tulee, olen varma siitä, voin vakuuttaa että näin on. *Älä tartu niihin. Älä pyri estämään niitä.* Sillä kun estät, olet ansassa. Olet jumissa siinä ajatuksessa. Kuvittele että ne ajatukset ovat kuin pilviä, joita tulee ja menee. Älä tartu niihin, niitä vain tulee ja menee. Ainoastaan keskity siihen

syvään rauhalliseen hengitykseen ja huomaat jossain vaiheessa, että olet hiljentymisen tilassa.

Se vielä, viisi minuuttiakin, mistä sinä tiedät, kun olet siinä hiljentymisessä koska se aika on täynnä, joten taas ajatukset, -mitähän kello on? Onkohan se aika mennyt jo? Ei, ihan hyvä tekniikka on se, että nauhoitat itsellesi esim. sen viiden minuutin hiljentymismusiikin, rauhoittavaa hyvää musiikkia, joka on vain taustaaäni sinulle, jotta tiedät, - kun musiikki loppuu, voit palata tähän hetkeen. Samalla tavalla, kun edistyt ja lähdet pidempään hiljentymiseen, niin nauhoita itsellesi sopivan pituinen pätkä hyvää rauhoittavaa musiikkia, -netistä kyllä löytyy todella hyviä juttuja, valitse sellainen, joka tuntuu sinusta hyvältä. Tässähän lähdetään kehittämään omaa hyvää oloa. Löydä itsellesi sopiva, tunne olosi hyväksi, se on tärkeä, olet turvassa, kaikki on hyvin. Todellakin, kun musiikki loppuu, tiedät, - nyt minun on aika palata tähän aikaan ja paikkaan. Kiitos. Miten hyvä olo siitä tuleekaan, kannattaa harjoitella. Itse löysin ne hiljentymishetket, -se on päivällä vaikeaa, kun puhelin soi ja ovikello soi, kaikenlaista

häiriötä, - teen se aina iltaisin ennen nukahtamista, silloin on jo kaikki hiljaa. - Mahtava tapa saada lisäksi levollinen yöuni. Toinen hetki on aamulla, kun herään, en nouse ylös, en, minä jatkan lepäämistä, aloitan syvään ja rauhallisen hengityksen, tietoisesti vedän itseni siihen hiljentymisen tilaan, nautin siitä ja kun katson, nyt homma on hoidettu, -sanon itselleni:

Tämä päivä on hyvä päivä, tapahtukoon paras mahdollinen. Tämä päivä on hyvä päivä, ei niin, että tulee hyvä päivä, koska meillä on vain tämä hetki. Tulee – se on aina tulossa. Ei se ole koskaan tässä hetkessä. Joten *meillä on vain tämä nyt hetki.* Tämä päivä on hyvä päivä. Vielä pyyntö: tapahtukoon paras mahdollinen. Kiitos.

Erottelukyky ja riko rutiineja

Ensimmäisessä osassa neuvoin harjoittamaan ajatusten hiljentymistä, sekä korostin, miten tärkeää se on. Koska haluan että olet varma siitä, että näin todella on, niin tehdään pieni harjoitus:

Ota hyvä levollinen asento, - hengitä syvään ja rauhallisesti. Sulje silmäsi ja keskity ajattelemaan sitruunaa.. Ajattele sitruunaa niin voimakkaasti että näet sen sitruunan - henkisin silmin. Kun sitruuna on edessäsi, ala kuorimaan sitä. Kuori pala kerrallaan ja kun se on kuorittu, ota siitä viipale ja laita se viipale suuhusi ja – puraise. Miltä tuntuu? Alkoiko sylki erittyä suuhusi? Jos alkoi, niin mietipä – sinä teit tämän ajatuksen voimalla. Sinä vain ajattelit sitruunaa ja sinun kehosi totteli. Tämä, jos joku, on todella konkreettinen esimerkki siitä, miten tärkeää on se, mitä sinä ajattelet. Miten sinä ajattelet, -sillä sinun kehosi tottelee. Näin se vaan on. Tämä vahvistakoon tämän ensimmäisen osion tärkeyden mielen hiljentämisestä.

Kun opit hiljentämään mielesi, samalla opit hallitsemaan ajatuksesi. Mikä vielä oli tärkeää, oli se, että meillä on vain tämä hetki. Tärkeää on vielä myös se, että meidän mieleemme on juuri tässä hetkessä. Meillähän on vain tämä nyt hetki. Tämä motivoikoon sinua harjoittelemaan lisää ajatusten hallintaa ja mielen hiljentämistä.

Kerroin viimeksi myös siitä, että kun se henkiopas on siellä moottoritien toisella puolella ja se liikenteen hurina mikä siinä normaalisti on, eihän sieltä kuulu se opastuksen ääni, - ei sitten millään. Mutta, sitten kun olet oppinut hiljentämään ajatuksesi, - tulee uusi juttu opittavaksi.

Erottelukyky

Erottelukyky on myös todella tärkeää. Se tarkoittaa sitä, että sinun pitää olla varma siitä, että se ääni, jonka kuulet sieltä tien toiselta puolen, on todella sen valossa olevan henkioppaasi ääni. Tahdon sanoa, että on olemassa myös monenlaisia muita ääniä, ääniä, jotka tulevat matalammasta energiasta. Nyt kerron miten sinä erotat sen todellisen, oman sisäisen henkioppaasi äänen, joka on vain ja ainoastaan siellä sinun parhaaksesi, ohjatakseen sinut sille sielunpolulle, joka on sinua varten, juuri niihin kokemuksiin, joiden takia sinä olet tässä elämässä. *Mehän olemme täällä kokemuksia hakemassa, miksi muuten.*

Ei kaikki ole helppoa, meillä voi olla vastuksia, meillä on vastuksia, mutta me tarvitsemme niitä. Niistä syntyy tämä seikkailu. Asiaan. Mistä sinä erotat äänen, joka sinua pyrkii ohjaamaan.

Muista tämä: Sinun korkein henkioppaasi ei milloinkaan pakota sinua, ei uhkaile, ei esitä vaatimuksia, ei vetoa häpeään, ei pelkoon, ei mihinkään sellaiseen, että sinun täytyy, mieti mitä muutkin ajattelevat, näin sinun on pakko tehdä. Nämä äänet eivät kuulu valossa olevalle henkioppaalle.

Valossa olevan henkioppaan ääni on todella hiljainen, se on rakastava, se kunnioittaa sinun vapaanvalinnan oikeuttasi. Se ääni ei milloinkaan määrää sinua mihinkään, - se antaa sinulle tuntemuksia sydämeen, tämä tuntuu hyvältä, tämän minä voisin tehdä. Sitten, jos todella olet tärkeässä sielunsopimuksen kohdassa, kokemuksessa, joka on siellä sinua varten odottamassa, niin voin sanoa omasta kokemuksestani, et voi vastustaa sitä. Tunne sisälläsi on niin voimakas, - näin minun pitää tehdä, näin minä teen, koska minä haluan tehdä niin. Ei siksi

Kirja on tarkoitettu oppaaksi jokaiselle, joka tuntee oman herkkyytensä olevan jotain, jota ei ymmärrä, - ehkä jopa pelottaa. Kirja on tarkoitettu hänelle, joka vaistoaan/tunnistaa asioita, jotka eivät ole järjellä selitettävissä. Kirja on tarkoitettu jokaiselle näistä henkisistä asioista kiinnostuneelle. Kirja pitää sisällään harjoituksia, joiden kautta mieli oppii hyväksymään sen, että ihminen voi nähdä ja tunnistaa jotain sellaista, jota eivät fyysiset silmät näe. Kirjasta löytyy energian lainalaisuuksia, jotta ymmärrys tämän maailmankaikkeuden toiminnasta selkeytyy.

Me olemme kaikki henkisiä, toiset vain ovat herkempiä kuin toiset.

Ymmärrys avaa tietoisuutta. Näemme enemmän ja ymmärrämme laajemmin.



BoDTM
BOOKS on DEMAND

www.bod.fi