



POVEZAVA Z DUŠO

Ko se sprašujemo kaj je naše poslanstvo v tem življenju, pogosto namesto na odgovor, naletimo na še več vprašanj. Kako bomo v sebi našli odgovor?

Ko se začnemo zavedati svojega poslanstva, se nam je odprla pot do naše duše, ki nas od takrat naprej usmerja na najhitrejšo in najlažjo pot do izpopolnitve samega sebe in uresničenja vseh naših načrtov. Kako vzpostavimo stik z našo dušo?

Najprej moramo premagati vse travme našega življenja, potlačena čustva, strahove, jezo, sovraštvo, nezadovoljstvo, ... saj vse naše težke misli in bremena preteklosti, so ravno tako breme naši duši, ki v takih pogojih nikakor ne najde prave poti oz. povezave do nas samih in nas ne vodi v blaginjo našega bivanja. Začeti moramo z reševanjem starih problemov, sporov, vsega kar nas kakorkoli obremenjuje in sicer z odpuščanjem, delom na sebi, vsakodnevnim spreminjanjem, opuščanjem škodljivih vzorcev, ter tudi sprejemanjem trenutne situacije kot nekaj dobrega, saj nas trenutna situacija, vedno postavlja na pravo pot oz. izhodišče, da najdemo pot do rešitve naših težav.

Dokler se ne osvobodimo vseh bremen preteklosti, se vedno znova vračamo na začetno situacijo, kot priložnost da premagamo vse naše vzorce, tako zavestne, kot podzavestne. Ko se oddaljimo od bistva samega sebe, se ne znajdemo več v konfrontaciji lastnih misli, mnenj in občutkov, zato moramo nujno najti pot do pravih, čistih, pozitivnih misli, saj nas le te postavljajo na pot rešitev starih travm.

Misli so ustvarjalne, ustvarjajo reakcije, ki se v našem življenju kažejo kot manifestacije naše volje in ustvarjanja vsega kar si želimo. Misel je energija, ki je usmerjena k našim ciljem oz. željam in nas, kadar so pravilno usmerjene, postavlja na pot naše resnice in na tej poti se odpirajo stare rane, ki se bodo zacelile le z našim aktivnim delovanjem.

Prvi korak je vsekakor zavedanje, da se začnemo zavedati vseh svojih napak, vzorcev, načina obnašanja,.. in ugotavljanja, kateri stari vzorci, nas vedno znova vračajo na staro pot. Ko se začnemo spreminjati, reševati vse svoje stare težave, prioriteto po pomembnosti, bo to prvi korak v smeri stika z našo dušo, saj le čista notranja energija, vodi v notranji mir, ki je potreben za nadaljevanje procesa sprejemanja samega sebe. Ravno tako le povsem čista in neobremenjena notranja energija našega telesa, vodi do čistega srca in čistih misli, ki sta pot do višjih ciljev našega življenja.

Ko se v določeni meri spremenimo, odpustimo, prečistimo notranjo energijo, ... je čas za drugi korak, konkretno prošnjo za sprejemanje tako napotkov naše duše, kot ljubezni in znanja, ki ga duša prinaša sabo.

Zazrimo se vase, v miru in tišini, ter si postavimo vprašanje, npr. kaj nas vodi iz določene težavne situacije, kaj moramo spremeniti na sebi... in tako bo ta prošnja naslovljena tudi na našo dušo, ki hrepeni po samouresničitvi in po tem, da nas začne usmerjati na pravo pot v našem življenju. Torej ko želimo dobiti napotke naše duše, si moramo nujno postaviti določeno vprašanje, saj le tako lahko začnemo dobivati, skozi naše občutke, določene odgovore oz. napotke.

Stare težave se spreminjajo v rešitve, ko smo dovolj močni, da si priznamo naše napake in smo se sposobni spremeniti v svoji notranjosti in vedno dopuščati možnost, da smo se motili in da nas bo neka druga rešitev, mogoče hitreje pripeljala do cilja.

Duša naj torej usmerja skozi naše občutke, pot do zaznavanja teh občutkov, pa nujno vodi preko čistosti, tako naših misli, kot čistosti našega srca. Saj, ko si v svoji notranjosti postavimo neko vprašanje, naš razum po navadi zelo hitro pohiti z nekim logičnim odgovorom, a to ni odgovor naše duše. Rabimo kar nekaj časa, umirjenosti, notranjega miru, izkušenj, da se naučimo ločevati razum od sporočil naše duše. Sčasoma pa nas naš razvoj vodi do čistosti srca in čistosti misli, takrat pa nimamo več težav z razločevanjem, od kje prihaja odgovor.

Čisto srce je pot vase, v brezmejnem zaupanju vase, v svojo ljubezen, v čistost svoje volje. Naše najčistejše misli, ki jih lahko ustvarimo, nas peljejo do čistosti misli. To je proces, ki ni enodneven, ampak del vsakodnevnega treninga in spreminjanja. Ko pridejo slabe misli, preusmerimo tok naše pozornosti v pozitivno smer in sčasoma najdemo notranji mir, ki nas osvobaja hrepenenja po tistem, kar nam ne pripada in nas oddaljuje od nemira v naši duši. Notranji mir vsekakor kaže pravo pot naši intuiciji, ki zaznava naše notranje občutke in nas usmerja v iskanju prave poti.

Čistost srca je lahko naš najvišji ideal, kajti čisto srce nas osvobaja bremen preteklosti, ko se zazremo vase in čutimo samo ljubezen, tako do sebe, kot do vseh ostalih, ki so pomembni v našem življenju. Čiste misli nas pa usmerjajo k tistim vrednotam, ki nam zagotavljajo notranjo trdnost in stabilnost, v vsakdanjem življenju. Torej zazrimo se vase, poslušajmo notranji glas, ki nam pravi, kako se spremeniti in to bo recept osvobajanja starih travm, ki nas vlečejo nazaj, na staro pot, ki nas nikakor ni osrečevala, saj nas je pripeljala do branja tega članka.

Sandi

