



NOTRANJA SAMOPODOBA

Ko se zazremo vase, v svojo notranjo podobo, uzremo ogledalo naših dotedanjih izkušenj in spoznanj. Spoznanje je pot, ki nas osvobaja vseh starih prepričanj in nam odpira pot v boljši jutri.

Ko se odpiramo vase, v svojo notranjost, zunanost ni več tako pomembna in nas stvari na nas samih ne motijo več v taki meri kot prej, če nismo zadovoljni s svojim izgledom, saj izgled je le lupina, žlahtnost nam pa daje naša notranjost. Obrnimo se vase, v svojo notranjo lepoto in v sebi najdemo vse kar smo do tedaj iskali zunaj sebe, neuspešno, saj naše zavedanje nas privede do najvišjih odkritj samega sebe, do samospoznanja naše notranje moči in spreobrnitve na bolje na vseh tistih področjih, kjer si želimo spremembe v nas samih. Ko se zapiramo vase in bežimo pred težavami, je to pot, ki nas oddaljuje od našega bistva, saj je v pomoči eden drugemu, pravo razživetje naše notranje moči in vrline biti dober in nekemu pomagati, ko nas res potrebuje. Ne vsiljujmo svoje pomoči, saj nas potem ne cenijo dovolj, potrudimo se biti dobri, ko nas vsi zapustijo, v svoji notranji veri v samospoznanje v tišini in miru.

Ko se zagledamo vase, v svojo notranjost, takrat se nam bliža trenutek naše resnice, ki nas je preganjala že dolgo, a smo jo tlačili vase oz. v sebi in ji nismo pustili na dan, kajti sprejemanje samega sebe je težka pot, ki pa nam zapira vrata napuha in nas oddaljuje od ošabnosti, ko se ne sprejemamo v svoji podobi. Naša notranja podoba je pot do ostvaritve vseh naših upanj in pričakovanj, saj ko se zazremo vase in v sebi najdemo vso notranjo moč, ki je potrebna, da ustvarimo vse naše cilje in poti, se odpirajo kar same, saj smo vase, v svoj svet pritegnili pozornost, ki nam odpira tista vrata, ki so bila do tedaj zaprta zaradi našega nezaupanja vase. Ko se odločimo da nam bo v našem življenju uspelo ustvariti vse notranje želje, takrat nam bo notranja moč, ki je del naše samozavesti, odprla nove poti, kjer bomo srečevali samo take ljudi, ki nam bodo odprli nova spoznanja o samemu sebi in nam pomagali najti pot do

notranje uravnovešenosti. Kajti, ko se ne sprejemamo v notranji podobi, oz. je ne prepoznamo kot naše bistvo in jedro, se zunanja podoba odmika našim željam. Počutimo se domače v svojem telesu, drugega nimamo, potrudimo se da nam bo le to služilo optimalno, saj v notranji moči je tudi spoznanje našega bivanja v trenutnih razmerah tako, kot je optimalno za naše telo. Telo nam na nešteto načinov sporoča s čim ga obremenjujemo, a ne poslušamo, dokler nismo obrnjeni vase. Tudi naše misli in strahovi obremenjujejo naše telo, če niso poslani iz našega srca, bistva našega jedra. Jedro se spreminja iz dneva v dan če se ne postavimo na pravo pot, pot notranje moči in samospoznanja našega jedra, bistva za katerega živimo in se odpiramo notranji lepoti življenja. Življenje samo nas postavlja na pot sprememb in nam odpira nova vrata, samo če ne zaviramo svojega napredka na konzervativen način sprejemanja samega sebe, ločenega od celote, saj bistvo je v sodelovanju, ne v manipulacijah in notranjemu nemiru. Spreobrnimo se v notranji podobi ki nas bogati na poti vase in nam daje moč upreti se vsakodnevnim skušnjavam, ki preverjajo našo samozavest in se odprimo ljubezni, ki izvira iz nas samih, ne dušimo je, ampak jo sprejmimo kot nekaj dobrega, kar nas osvobaja stare navlake v naši notranjosti, s katero smo prekrili naše jedro. Naše jedro je naše bistvo bivanja samega, prava pot v odprtju notranjih potencialov, ki so nam dani od Boga, da se sprejmemo v svoji podobi in vsak si odpira vrata notranjega poguma in notranje moči, ki nas osvobaja vsega kar nočemo več biti.

Biti ali ne biti to kar smo, ni samo filozofsko vprašanje, ampak ljubezen do samega sebe, nas postavlja na tisto pot, da postanemo to kar smo in se odločimo v svoji notranjosti, da poti nazaj več ni. Saj stare stvari nas vračajo na staro pot, notranja ljubezen pa odpira tista vrata, ki si jih želimo v svojem srcu in v sebi najti pot notranjega razuma, ki nas bogati iz dneva v dan, na poti našega notranjega poguma. Ne ozirajte se nazaj, tam so izkušnje preteklosti, ki so že našle mesto v našem sprejemanju, odprite se novim iskušnjam in preizkušnjam, ki bogatijo naš notranji mir in nas ločujejo od preteklosti, ki lahko živi edino v našem spominu, ko je to potrebno, da ne ponavljamo več napak, ki nas vračajo na staro pot, oz. stari način življenja, ki pa smo ga že prerasli s svojo novo notranjo podobo in samopodobo novega dne.

Sandi, www.meditacija-sandi.com