

ENSEÑANZA UNIVERSAL YOGA-MEDITACIÓN



PRIMER LIBRO



TEORÍA Y PRÁCTICA PARA SER FELIZ



por Master Roger www.yogaspain.es



ოსტატი როჯერის პირველი წიგნი

შესავალი

ოსტატი როჯერი ქმნის WEB გვერდს 2009 წლის ნოემბერში და მისი თეორია დიდი წარმატება იყო მთელ მსოფლიოში. არსებობის სამწელიწადნახევრის განმავლობაში მას უკვე აქვს 22 000 000-ზე მეტი ვიზიტი:

www.yogaespaña.es www.yogaspain.es www.yogaroger.com ოსტატი

როჯერის სწავლება უნივერსალურია. ის მოიცავს ყველა რელიგიას და ყველა ცოცხალ არსებას აქვს ადგილი, იქნება ეს ადამიანები, ცხოველები თუ ბუნება. ჩვენ ყველანი ერთნი ვართ და თუ ვიცით ერთმანეთის სიყვარული, პატივისცემა და ზრუნვა, შეგვიძლია ეს სამყარო სამოთხედ გადავაქციოთ.

ეს წიგნი გვაძლევს რჩევებს, თუ როგორ უნდა წარვმართოთ ბედნიერი ცხოვრება. სიტყვების სიმარტივე, რომლითაც ოსტატი როჯერი გამოხატავს საკუთარ თავს, საშუალებას აძლევს ყველას გაიგოს ისინი და ამით გახსნას თითოეული ჩვენგანის გული.

ოსტატი როჯერი გვასწავლის, თუ როგორ უნდა მოვიქცეთ, რათა გვექონდეს კარგი ქცევა ცხოვრებაში და ვიყოთ კარგი ადამიანები, როგორც ღმერთი მოითხოვს ჩვენგან თავის 10 მცნებაში. მხოლოდ მაშინ შეგვიძლია ვიყოთ ბედნიერები.





თავების ინდექსი

. სწავლება იყო ბედნიერი

1. _____
2. ტვირთი, რომელსაც ჩვენ ვატარებთ.
3. კარმას კანონი. _____
4. სამი გული: სუფთა გული, სიკეთის გული და თანასწორობის გული. _____
5. ერთი ღმერთი ყველასთვის. _____
6. ათი მცნება ღმერთის ბუდას კანონის. _____
7. ღვთის კანონის 10 მცნება. _____
8. ჰკითხეთ საკუთარ თავს და არა ღმერთს. _____
9. სექტები / რელიგია და სექტები. _____
10. ყველა ბოროტების წარმოშობა. ეგოიზმი. _____
11. გულით გაიგეთ სწავლება. _____
12. სამოთხე, როგორ მივიდეთ სამოთხეში. _____
13. სიკეთე და ბოროტება . _____
14. ცხოვრება. ცხოვრება მირაჟია. ცხოვრება თეატრია. _____
15. სიცოცხლეს ორი გზა აქვს. _____
16. 10 რამ არის ცხოვრებაში. _____
17. მე ვარ სამყარო, სამყარო მე ვარ. _____
18. დაიცავით თავი საკუთარი თავისგან. _____
19. პოზიტივი იზიდავს დადებითს და უარყოფითს იზიდავს უარყოფითს. _____
20. კრედიტები. _____
21. მე, ეგოიზმი და მისი შედეგები. _____
22. სხეულისა და გონების დაავადებები: როგორ მოდიან ისინი და როგორ განვკურნოთ ისინი. ადამიანები, რომლებიც არასოდეს ავადდებიან. _____
23. სიკეთის და ბოროტების თესლი. _____
24. მონანიება. _____
25. შიშები, შიშები და კომპარები. _____
26. წარსული, აწმყო, მომავალი. _____
27. გქონდეს ჯანმრთელობა, სიმდიდრე და სიყვარული. _____
28. მანტრა. როგორ ვივარჯიშოთ, რომ გქონდეთ ჯანმრთელობა, ხანგრძლივი სიცოცხლე და იყოთ მომავალი ბუდა. მანტრას სასწაულები. _____

29. სიყვარული. _____

30. ისინი. _____

31. სექსი და პორნოგრაფია. _____

32. კაცი, ქალი, ქორწინება და ოჯახი. _____

33. დაავადებები და თვითგანკურნება. _____

34. რეინკარნაცია 35. უკრედი. _____

36. პოზიტიური აზროვნება. _____

37. სურვილები. _____

38. როგორ გავხდეთ უკვდავები. _____

39. სასჯელი. _____

40. ვეგეტარიანული დიეტა. _____

. მოკლე ტექსტები

1. სისხლის მიმოქცევა. _____

2. ასპექტი. _____

3. იყავი მილიონერი. _____

4. ცოლი. _____

5. სტიქიური უბედურებები. _____

6. მდიდარი და ღარიბი კაცი. _____

7. დავა. _____

8. მონეტა. _____

9. ალკოჰოლი. _____

10. ომი. _____

11. თვითმკვლელობა. _____

12. გარემო. _____

ნაწილი მესამე. იოგას თეორია და პრაქტიკა

თეორია იოგა _____

იოგა, რომ გქონდეთ ჯანმრთელობა და ხანგრძლივი სიცოცხლე. _____

იოგას პრაქტიკა _____

სულიერი იოგას პრაქტიკა _____

გმადლობთ გულით _____



სწავლება იყო ბედნიერი

1.- ცხოვრება სიზმარია

ცხოვრება ოცნებაა, ცხოვრება ოცნებაა. ბუდას „ბრილიანტის“ წმინდა წერილის თანახმად, ყველა გამოსახულება არის მირაჟი, ეს არის ცრუ გამოსახულება. სიცოცხლის ყველა სურათი ჰგავს ელვას ქარიშხალში, ჩნდება და ქრება მყისიერად. ბუდამ ასევე თქვა, რომ გამოსახულებები, ცხოვრება დილის ნამს ჰგავს, როცა მზე ამოდის, ნამი ქრება.

ცხოვრება ელვას ჰგავს, ეს ერთ წამში ხდება, ნამივითაა. ყველაფერი, რაც ხედავს, ეხება და ცხოვრობს, რასაც თქვენ ღია თვალებით ცხოვრობთ, ბუდას აზრით, სიზმარია, რომელიც არ არის რეალური. ბუდა და იესო ქრისტე იყვნენ ადამიანები, რომლებმაც გაიღვიძეს სიზმარში. ისინი მიხვდნენ, რომ ცხოვრება მხოლოდ სიზმარი იყო, რომ არაფერი იყო რეალური, მხოლოდ სიზმარი, არაფერი სიზმრის გარდა. ყველაფერი, რასაც ვხედავთ ან ვგრძნობთ, ყველაფერი, რაც იბადება, კვდება და ქრება: ნივთები, ადამიანები, ძალაუფლება, ფული, ქონება. ადრე სხვა იყავი და მომავალში ეს შეიძლება იყოს შენი შვილი ან სხვისი. ყველაფერი მოდის და მიდის, მუდმივი არაფერია. ანუ, თუ გინდა, რომ შენი ცხოვრება, შენი მომავალი და სიკვდილის შემდეგ იყოს პოზიტიური, უნდა აკეთო პოზიტიური საქმეები და შენი ცხოვრებაც პოზიტიური იქნება: დანარჩენი ცხოვრებით დატკბები პოზიტიურად და სიკვდილის შემდეგ ისიამოვნებ. პოზიტიური ცხოვრება. პოზიტიური რამ არის სხვების დახმარება. ბუდამ და იესო ქრისტემ მთელი ცხოვრება სხვებს მიუძღვნეს. ისინი იტანჯებოდნენ და იღუპებოდნენ სხვებისთვის, არასოდეს საკუთარი ინტერესებისთვის, რადგან ხვდებოდნენ, რომ ცხოვრება ფილმს ჰგავდა. ფილმები, რომლებსაც ჩვენ ვხედავთ, არ არის რეალური, არის სცენარი, რეჟისორი და რამდენიმე მსახიობი, ვიცით, რომ რასაც ვხედავთ არის ფანტაზია, რომ არაფერია რეალური. რაც აისახება ეკრანზე არის გამოსახულება, არაფერია რეალური, ეს არის მხოლოდ 25 კადრი წამში ბრუნვის მოძრაობა, როგორც ჩანს, ის მოძრაობს, მაგრამ სინამდვილეში ეს მხოლოდ 25 კადრია წამში. ცხოვრება იგივეა, გგონია რომ ბრუნავს, მოძრაობს, მაგრამ ასე არ არის. ასეა როცა ვოცნებობთ. ხანდახან კომპარები გვესიზმრება და სიზმრის დროს გვეჩვენება, რომ ეს სიზმარი არ არის, ვფიქრობთ, რომ ეს რეალურია, ამიტომ გვეშინია, გვატანჯავს, სხეული ოფლიანდება და პანიკური გამომეტყველება გვაქვს. სახე. უეცრად, როცა თვალებს ვახელოთ, შეშინების შემდეგ, შვებას ვგრძნობთ, როცა ვიცით, რომ ეს მხოლოდ რეალურია.

ეპოქა ა კომპარები, რა არა ეპოქა
ხალხი უშვებს შეცდომებს, მათ არ იცინან, რომ ორი კომპარია, კომპარია როცა გვძინავს, თვალებით

დახურულია და მეორე, როცა თვალს ახელ და კომპარში ცხოვრობ სხვა კომპარში, ასე რომ, კომპარი არ წასულხარ. ეს იგივეა, რაც ჰიპნოზი. მასწავლებლის ბრძანება, სანამ ჰიპნოზირებული ხართ, მაგალითად: „როცა მე ვიტყვი 1, 2, 3, გაიღვიძებ და როცა ვამბობ „1, შენ, ამბობ“ ჰაუ“, ჰაუ, როცა ვამბობ „2“ თქვი „მიაო, მიაო“ და როცა მე ვიტყვი „1,2,3“, თქვენ გაიღვიძებთ გახელილი თვალებით, მაგრამ მაინც ჰიპნოზირებული ხართ.

ასე რომ, როდესაც მასწავლებელი ამბობს „1“-ს, თქვენ ამბობთ „“ ჰაუ, ჰაუ“, როდესაც ის ამბობს „2“ და ამბობთ „მიაო, მიაო“ თვალებით გახელილი, ეს ნიშნავს, რომ ჩვენ გვჯერა, რომ ჩვენ არ ვოცნებობთ, არამედ ცდებიან, ჩვენ ისევ ვოცნებობთ. ცხოვრება, დაბადებიდან დღემდე, სავსეა კარგი და ცუდი სურათებით ჩვენს საყვარელ ადამიანებთან, მეგობრებთან, ადამიანებთან, რომლებიც იბადებიან, კვდებიან, უბედური შემთხვევები, დაავადებები და ყველაფერი, კვდებიან და გვტოვებენ.

ჩვენ ვხედავთ, რომ მეგობრები და ახლობლები იღუპებიან, მაგრამ ერთ მშვენიერ დღეს დადგება ჩვენი სიკვდილის ჯერი, ნებისმიერ დროს და გაფრთხილების გარეშე. ბუდა ამბობს, რომ რასაც ხედავს ან ეხება, ნებისმიერი სახის გამოსახულება მირაჟია, არაფერია რეალური. ამ სიზმარში იესო ქრისტემ და ბუდამ ერთმანეთს მიუძღვნეს. რადგან სიზმარში ვართ, შეეცადეთ იყოთ უფრო პოზიტიური, ეს არის ის, რაც უნდა გააკეთოთ, აკეთოთ პოზიტიური საქმეები.

ადამიანების უმეტესობას ჰგონია, რომ ცხოვრება სიზმარი არ არის, მათ ჰგონიათ, რომ ის რეალურია, ამიტომ აკეთებენ ყველაფერს, რასაც სჭირდება, ბოროტად იყენებენ სხვებს, სარგებლობენ სხვებით, აკეთებენ ყველაფერს, ყველაფერს, საკუთარი სარგებლისთვის, თქვენი ახირებისთვის.

მათ სურთ ჰქონდეთ ყველა მათი ახირება, თავიანთი ცუდი აზრებით. ფიქრობენ: თუ ამით ვისარგებლებ, რამდენ მოგებას მივიღებ? მაგრამ ისინი ცდებიან, ყველაფერი, რასაც ვაკეთებთ, ცნობილია, ეს დროის საკითხია. ქურდები ცუდ საქმეებს აკეთებენ, ადრე თუ გვიან დაიჭერენ და ციხეში წავლენ, ეს დროის ამბავია. რასაც ვაკეთებთ, ნანახია, ეს დროის საკითხია. როცა უარყოფით რაღაცეებს აკეთებ, გარწმუნებ, ნეგატიურად მთავრდება. ბევრი ხელისუფლება და მოქალაქე სრულიად ცდება, როცა აბორტის მომხრეა და მკვლელობას უჭერს მხარს. ამ დრომდე მსოფლიოში 9 200 000 უდანაშაულო ბავშვია მოკლული. ხალხმა მოკლა საკუთარი შვილი, 9 200 000 ბავშვი. ეს სულები იკარგებიან და დევნიან თავიანთ მკვლელებს და ელიან საუკეთესო მომენტს შურისძიების მიზნით.

დაიმახსოვრეთ, ყველას აქვს შურისძიების უფლება.

წარმოიდგინე, ვინმემ რომ მოგკლას შვილი ან მოგკლას, შურისძიება არ გინდა? დარწმუნებული ვარ, დიახ, რა თქმა უნდა, ის ელოდება საუკეთესო მომენტს შურისძიების მიზნით. 9,200,000-ზე სული დგას მათი მკვლელების უკან. ყველა, ვინც მხარს უჭერს ან ხელს უწყობს უდანაშაულო ბავშვების მკვლელობას, ყველას, ვინც მომხრეა, ექიმები, ძღვევამოსილი ადამიანები, არ აქვს მნიშვნელობა ვინ გადაიხდის ამაში მკვლელობის მომხრეებს. ყველა დაკარგული სული დაედევნება მათ მკვლელებს. მათი უმეტესობა, როცა სიბერეს მიაღწევს, არც ერთი კარგად არ მთავრდება.

თქვენი შვილები ან შვილიშვილები ასევე იხდიან იმას, რაც მამამ ან ბაბუამ გააკეთეს. ეს ნეგატიური ქმედება ძვირად გადაიხდება ამ სიზმარში. ამ სიზმარში არაფერია რეალობა, ამიტომ გირჩევთ ეცადოთ გამოფხიზლდეთ ამ სიზმრიდან, ეცადოთ ისარგებლოთ ამ მოგზაურობით დედამიწაზე და ამგვარად ეს ოცნება უფრო სასიამოვნო იქნება თქვენთვის, თქვენი ოჯახისთვის და ყველა თქვენს გარშემო.

დაიმახსოვრე, რომ ეს მხოლოდ სიზმარია, ცხოვრება მხოლოდ სიზმარია, სიზმარის გარდა. რაც ჩანს არარეალურია, ასე წერია ბუდას წმინდა წერილებში „ალმასი“. ბუდა ყოველთვის სიმართლეს ამბობს.

გისურვებ ამის გაგებას. შეეცადეთ მშვიდად იყოთ საკუთარ თავთან, ოჯახთან და სხვებთან. იყავი ყოველთვის ცხოვრების მომხრე, ყველას აქვს უფლება იცხოვროს ისე, როგორც შენ ან მე. ცხოველებსაც კი აქვთ ეს უფლება, მცენარეებს, ხეებს და ბუნებას აქვთ იგივე ცხოვრების უფლება.

თუ ჩვენ ვაბინძურებთ წყალს, ჩვენ ვაბინძურებთ საკუთარ თავს, თუ ჩვენ ვაბინძურებთ ჰაერს, ჩვენ ვაბინძურებთ საკუთარ თავს, რადგან ჩვენ ვისუნთქავთ და ვსვამთ ამ წყალს. ეს ყველაფერი ჩვენზე იმოქმედებს. ეცადეთ არ გტკივათ, რადგან ტკივილს ვიგრძნობთ.

რასაც ჩვენ ვაკეთებთ ამ სიზმარში, როგორც ნეგატიური აქტი, ვცდილობთ ვისარგებლოთ სხვებით ან ვისარგებლოთ თქვენი ძალაუფლებით, სხვებს წაახალისებს მოკვლას, მოკვლას, მოკვლას, მოკვლას, მოკვლას და მოკვლას, ბოლოს და ბოლოს, თქვენ პირველი იქნებით. , რადგან ჩვენში გვაქვს რაღაც სახელწოდებით "ცნობიერება". როცა ჩვენი დრო მოვა, მარტონი ვართ და თავს ვისაჯებით. ჩვენ ვერ გავეცევით ღმერთების დასჯას ან საკუთარ სასჯელს, ჩვენს სინდისს, ჩვენ ვქმნით ჩვენს ჯოჯოხეთს და არა ღმერთებს. ჩვენ საკუთარ თავს ვვსჯით და საკუთარ თავს ვერ გავიქცევით, რადგან სინდისი სუფთა გვაქვს. თითოეული შეცდომა რეგისტრირებულია როგორც თვითმფრინავის ერთგვარ შავ ყუთში. როდესაც ავიაკატასტროფა ხდება, შავი ყუთი ხელუხლებელი რჩება. შეგიძლიათ მოატყუოთ სხვები, მაგრამ არა საკუთარი თავი. თქვენი სინდისი აღრიცხავს ყოველ სიტყვას, ყოველ წამს და ყოველ უარყოფით საქციელს, მაგრამ ასევე აღწერს კარგ საქმეებს, რომლებიც დაჯილდოვდებიან თქვენ და სხვები.

თხოვ, მომისმინე.

იდი მაღლობა



უკან ინდექსი



2. ტვირთი, რომელსაც ჩვენ ვატარებთ

ტვირთი თითოეულის ჯვარია, ეს არის ის, რასაც ბურგჩანთაში ვატარებთ. რაც უფრო მეტ ტვირთს ვატარებთ ბურგჩანთაში (ტკივილები, სურვილები, ახირებები...) ცხოვრება გაცილებით გაგვიჭირდება.

ყველას თავისი ტვირთი აქვს, განსაკუთრებით წარსულის ტვირთი. არასოდეს დაივიწყოთ წარსულის ტვირთი, ტანჯვის და ტანჯვის ის ნუთები და წარსულის ყველა ნეგატიური სიტუაცია, რომელიც გროვდება ჩვენს ფიქრებში. თუ ვინმე გეტყვის სიტყვას, რომელიც არ მოგწონს, ჩადებ ბურგჩანთაში, თუ გტკივა, ბურგჩანთაშიც ჩადე.

რამდენჯერ გტკივა ხალხი, გატყუებს და ტანჯავს! ... ეს ყველაფერი შენს ბურგჩანთაში ჩადე. მაშინაც კი, თუ აბსოლუტურად მართალი ხარ, ყველა ეს ნეგატიური რამ და აუხდენელი სურვილები, შენ მას შიგნით ჩადებ და რაც უფრო მეტს ჩადებ შენში, შენი ტვირთი უფრო იწონის და შენი ჯვარი უფრო და უფრო დიდია. შენი აზროვნება სულ უფრო და უფრო მძიმდება და კარგად ვერ დადიხარ.

შეხედე ქუჩას, ბევრია ადამიანი, ვინც ვერ იტანს თავის ჯვარს და ბოლოს საკუთარ თავს ელაპარაკება, საკუთარ თავს პასუხობს, ყველგან მოჩვენებებს ხედავენ, უმეტესობა ფსიქიატრიულ საავადმყოფოში ხვდება. სანამ საავადმყოფოში მოხვდებიან, მათი უმეტესობა ფსიქიატრთან მიდის თავისი ისტორიების სათქმელად, ექიმი უნიშნავს აბებს შფოთვის გასაკონტროლებლად და ისინი ზომბივით ხდებიან. სხეულს ვერ აკონტროლებს და დასამშვიდებლად საძილე აბები სჭირდება. მას არ სურს დატოვოს ეს მე, ეგო. ყოველთვის ფიქრობ: ვფიქრობ, ვაკეთებ, მინდა, მე, მე, მე... ეს მე, რომელიც ასე გვიყვარს, მალე კვდება, იწურება და მერე აღარაფერი რჩება, ეს მე არსად არ მიდის. და რადგან არ გინდა ამ მე-ს დატოვება, ბურგჩანთა უფრო იწონის და წინსვლა უფრო რთულია.

ამიტომ უნდა დატოვო ეს მე, რომელიც ასე გვტკივა, უნდა გაათავისუფლო შენი ფიქრები, სურვილები, შურისძიება, ნეგატიური აზროვნება, მოკლედ: გაათავისუფლე შენი ტვირთი. ეს შენს სასიკეთოდ, თუ არ გაათავისუფლები ტვირთი, უფრო და უფრო იწონის. შენ გამოსცადე. აიღეთ ბურგჩანთა და დაიწყეთ ავსება: დადეთ კილო, შემდეგ 2 კილო... 50 კილო, განაგრძეთ 100, 200, 500 კილოგრამამდე დამატება... რამდენ წონას დაიკავებთ? ზოგი 50 კილომდე იტანს და ეცემა, ზოგი 100-მდე... მაგრამ ბოლოს ყველა ეცემა. რამდენ ხანს გაძლებთ სიცოცხლეს? მნიშვნელოვანია ყველა მუხტის განთავისუფლება. მუხტი არის რაღაც უარყოფითი, ეს არის ნეგატიური აზროვნება, ყველაფერი, რაც გავლენას ახდენს თქვენს მიმოქცევაზე, ემოციებზე....

ნებისმიერი ნეგატიური მოქმედების გასათავისუფლებლად, ერთადერთი, რაც შეგიძლიათ გააკეთოთ, არის მთელი გულით ბოდიშის მოხდა იმ ადამიანის მიმართ, ვინც განყენინეთ. ის ანაზღაურებს თქვენს მიერ მიყენებულ ზიანს, ასე რომ თქვენ შეგიძლიათ გაათავისუფლოთ თქვენი გადასახადი. შენდობის სათხოვნელად პირადად უნდა წახვიდე, ეს გულით უნდა გააკეთო, თორემ ვერ გაათავისუფლები. თუ ხალხმა განყენინა, თუნდაც ბოდიში არ მოგიხადო, შენ უნდა გქონდეს სინანული ამ ადამიანებზე.

მათ ნეგატიურ აქტებს არავინ გაუბრუნებს, ადრე თუ გვიან ყველა გადაიხდის. დროის საკითხია. ყველაფერს დაკარგავთ, თუ არ გაათავისუფლებთ ტვირთს და არ აპატიებთ.

ყველაფერი, რასაც არასწორად აკეთებ, არ იფიქრო, რომ არავინ იცის: ეს იცის სამოთხეში, იცის შენმა სინდისმა, სხვებმა იციან... და ადრე თუ გვიან მიიღებ შენს სასჯელს. არავის ავნო. როცა ატყუებ, იპარავ... ხალხმა არ იცის, მაგრამ მომავალში ხალხმა გაიგოს. როდესაც რაღაცას აკეთებთ, იფიქრეთ, რომ მილიონობით ადამიანი უყურებს რას აკეთებთ. თავს ნუ მოიტყუებ, ადრე თუ გვიან გაირკვევა და შენს დანაშაულს გადაგიხდის. ასე რომ არ იყოს, ციხეები ცარიელი იქნებოდა.

თითოეულ ადამიანს აქვს თავისი მომენტი და არავინ გაუბრუნებს მათ სასჯელს. როცა უწყვეტ დანაშაულს ჩაიდენ, ბოლოს და ბოლოს აღმოგაჩენენ. გმობას არავინ გაუბრუნებს. პრობლემა არის შემდგომი ცხოვრების სამართლიანობა. ეს არის ყველაზე სერიოზული. აქ მხოლოდ ციხეა, ყველანაირი კომფორტით; საწოლი, საჭმელი, სპორტული დარბაზი, აუზი... ყველანაირი კომფორტი... მაგრამ შემდგომი ცხოვრების მართლმსაჯულება 100 წლით თავისუფლების აღკვეთას სჯის, მერე განადგურებს და სული ისევ და ისევ ამალღდება ციხეში წასასვლელად და დაგჭრის. ამ ტკივილს 1 000 000 წელი იტანჯები. არა როგორც აქ, ამ დედამიწაზე, სადაც ციხეში ყოფნა შვებულებაში წასვლას ჰგავს. როცა მოკვდები შენი კომპარი იწყება. რომ ბევრი თვალთ. ნუ მიიღებ ყველაფერს ასე მსუბუქად. დაიჯერეთ თუ არა, ღმერთების კანონი არსებობს.

ტერორისტები, რომლებსაც არ სჯერათ კანონების, ყველანი ციხეში არიან, დაიჯერეთ თუ არა, ისინი ყველა ციხეში აღმოჩნდებიან. ზოგიერთი პრეზიდენტი, რომელმაც ამდენი ადამიანი მოკლა, მაგალითად, სირიის პრეზიდენტი, რომელიც ანადგურებს თავის ხალხს, იქნება საერთაშორისო დაგმობა. ნეგატიური აქტები გადახდილია, არავინ გაქცევა. თქვენ უნდა გასწიროთ საკუთარი თავი სხვებისთვის და არ მოელით, რომ სხვები განირავენ თქვენთვის. სირიის პრეზიდენტის მსგავსად, თუ ქალაქელები არ აკეთებენ იმას, რაც მას სურს, ის კლავს მათ. თუ ხალხი პროტესტის ნიშნად ადგება, რადგან არ აკეთებს ამას სწორად, პრეზიდენტი უნდა გადადგეს და არ დაიწყოს განურჩევლად მკვლელობა ძალაუფლების შესანარჩუნებლად. ეს სადმე მიდის? თუ ყველაფერს აკეთებ ხალხისთვის და თავს განირავენ მათთვის, ყველას უყვარხარ. თუ ამას არასწორად აკეთებ, არავის უყვარხარ და თუ ვინმეს უყვარხარ, როცა ამას არასწორად აკეთებ, ეს იმიტომ ხდება, რომ ისინი მოგებას იღებენ, ისინი იღებენ ნამცხვარს. ისინი თქვენი ნეგატიური მოქმედებების ბენეფიციარები არიან, ისინი ყველა დემონების ჯგუფია.

ტვირთის მოსახსნელად უნდა გესმოდეთ, რომ მე, შენ და ის ერთი ვართ. თუ თქვენ დაიწყებთ განსხვავებების შექმნას, მაშინ იწყება კონფლიქტები, რადგან თითოეული მიდის თავისი ინტერესებისთვის. ჩვენ რომ გვეგონა, რომ ყველანი ერთნი ვართ, ყოველთვის აპატიებდი სხვებს, რადგან ყოველთვის აპატიებ საკუთარ თავს, თუ რამეს არასწორად გააკეთებ. ასე რომ, თქვენ უნდა აპატიოთ სხვებს, როდესაც ისინი ცუდს აკეთებენ. ეს თქვენი სიკეთისთვის. თუ სხვას არ აპატიებ, იტვირთავ იმ ტვირთს, იმ ტკივილს, იმ წნეხს, სევდას თუ შურისძიების სურვილს და კარგად ვერ იცხოვრებ, ჯანმრთელობას ბევრი პრობლემა შეექმნება, ამიტომ უნდა გაათავისუფლო ეს ტვირთი, შეეცადე დატოვე ყველაფერი. თუ შენ არ შეგიძლია შენი ჯვრის ტარება, როგორ აპირებ სხვის ჯვრის ტარებას, არიან ადამიანები, რომლებიც ცდილობენ სხვისი ჯვრის ტარებას, უნდა იცოდეს როგორ იცხოვრო და მიიღო, რომ სხვისი ჯვრის ტარება არ შეგიძლია. თითოეულმა უნდა ატაროს თავისი ჯვარი. მიიღეთ ცხოვრება ისე, როგორც ის მოდის: კარგი ან ცუდი. თუ არ მიიღებთ, წონას ბურგჩანთაში დააგროვებთ. რაც უფრო მეტს შეინახავთ, მით უარესი იქნებით. არა უშავს, საქმეებს ასე სერიოზულად ნუ მიიღებ, შენს სასიკეთოდ. თქვენც გაქვთ პრობლემები, როგორც ყველას

მსოფლიოში, მაგრამ იფიქრეთ, რომ თქვენ თვითონ მოხვდით ამ პრობლემებში. თუ მხოლოდ პრობლემაზე ფიქრობ, ვერ მოაგვარებ მას.

ადამიანები, რომლებიც ცდილობენ თავიანთი ჯვრის გადმოცემას შენტვის და შენ მას მიიღებ, არასწორად იქცევი. უკვე ბევრი გიჭირთ სხვისი პრობლემების გადატანა. თუ ვინმე გეტყვით თავის პრობლემებს, არ უნდა ინერვიულოთ, უბრალოდ უნდა იზრუნოთ თქვენი პრობლემების მოგვარებაზე, რადგან თუ არა, უფრო მეტი პრობლემა გექნებათ: თქვენი და სხვისი და თქვენი ტვირთი იქნება. სულ უფრო მძიმე. თუ შეგიძლიათ დახმარება, გააკეთეთ ეს, მაგრამ არ მიიღოთ სხვისი საზრუნავი. თუ სხვებს ეხმარებით, უნდა გქონდეთ ლიმიტი, რადგან თუ ცდილობთ ამ ლიმიტის გადალახვას, ბევრი პრობლემა შეგექმნებათ. დაეხმარეთ, როცა შეძლებთ ზღვრამდე და სხვების საზრუნავის დამძიმების გარეშე. ასე რომ კარგად იცხოვრებ. თქვენ ეხმარებით, როგორც შეგიძლიათ, წერტილი. მეტი არაფერი და ივინყებ სხვის პრობლემას. შენ მხოლოდ შენს პრობლემებზე უნდა იდარდო, თავი ასწიე და მე მათ წინაშე დავდგები. სხეული ცოტა ხანს იცოცხლებს, მთავარია იცხოვრო მშვიდად, მშვიდად და ბედნიერად.

ამისთვის ზურგჩანთა უნდა განტვირთოთ. შეაჩერე ნეგატიური აზროვნება. რადგან რაც უფრო მეტს დაზოგავთ, მით მეტი პრობლემა გაქვთ და მით უფრო რთულია ამ ნეგატივისგან თავის დაღწევა. თუ ყველაფერს უარყოფითად ფიქრობ, ყველაფერი ნეგატიური მოვა შენთან. იმიტომ რომ ყველაფერს უარყოფითს უწოდებ შენი ფიქრით. და უბედურება გექნებათ. თქვენ თვითონ მოხვდით ნეგატივში და ვერ ახერხებთ გამოსვლას, რადგან არ აცნობიერებთ ამას და შემდეგ მოდის ცუდი ჯანმრთელობა და კომპარები.

ეს სხეული მე არ ვარ. ჩვენ უბრალოდ ვიყენებთ მას. სული იყენებს მას. ერთ დღეს სხეული იშლება და მე სად ვარ? ამდენი ბრძოლა, ამდენი ფული... შენი ქონება, შენი მშვენიერი ოჯახი... შენთან ერთად საფლაკზე წაყვანას აპირებ? დარწმუნებული არა. თუ არაფერს ავიღებთ, რა მნიშვნელობა აქვს? თუ რამე არასწორედ წარმართება, რა შეგიძლიათ გააკეთოთ? ეს არის ჩვენი მწუხარება. ყველამ უნდა იცხოვროს მშვენიერი მომენტებით და რთული მომენტებით. ცხოვრება ბევრ შემობრუნებას იღებს. თუ ახლა მოგიწევს ღამის გატარება, მშვიდად გაუძლო სიბნელეს. თუ მიიღებ სიბნელეს და დაელოდები მის გავლას, პრობლემა არ გექნება, თუ არ მიიღებ, გექნება უფრო და უფრო მეტი ტვირთი, მეტი ტანჯვა, მეტი ნეგატიური სევდა... და ეს შენს ჯანმრთელობაზე იმოქმედებს. ყველაფერი იწონის და ცუდია შენთვის. მოიშორეთ ეს წონა თქვენი სიკეთისთვის. ყველაფერს თუ არ ამოიღებ, პრობლემა იქნება და არანაირი სარგებელი.

ამიტომაც მოთმინებით ელოდება მზის ჩამოსვლას. როცა ნეგატიური აზროვნებით ხარ, ვერ მიიღებ პოზიტიურ გადარწმუნებებს, რადგან შენი გონება უარყოფითად ფიქრობს. ამიტომ მნიშვნელოვანია, როცა ნეგატიურ სიტუაციებში ხარ, პოზიტიურად იფიქრო, ასე რომ პოზიტიურად იპოვო მომავალი. დადექით სარკის წინ, თუ თქვენი სახე უარყოფითია, სარკე გამოგიგზავნით ნეგატიურ სურათს. თუ სახეს პოზიტიურად აყენებ, გარანტიას გაძლევთ, რომ სარკე დადებით სურათს მოგცემთ.

ასე რომ, მაშინაც კი, თუ თქვენ გაქვთ უარყოფითი სიტუაციები, ყოველთვის განათავსეთ პოზიტიური სახე, პოზიტიური მოქმედებები, დადებითი სიტყვები და აუცილებლად შეცვალეთ ნეგატიური პოზიტივით. არავის არ შეშურდეთ, რადგან მათ აქვთ იღბალი, რა თქმა უნდა, ამ ადამიანს ადრეც ჰქონია უბედურება და თქვენც გექნებათ თქვენი იღბლიანი დრო. ცხოვრება ასე მუშაობს, არის იღბლის დრო და უბედურების დრო. თუ ახლა არ გაგიმართლა, არ მითხრა, რომ ყოველთვის უიღბლო იყავი, დარწმუნებული ვარ, შენც გქონია შენი წარმატების ფაზები.

ახლა ბნელა, მაგრამ შემდეგ მზე მოდის.

ცხოვრება ასეა. არგი და ცუდი. თუ ამას გულით მიიღებ, აუცილებლად ძალიან კარგად იცხოვრებ.

ჩამოაგდეთ ტვირთი, ზურგჩანთას მეტი დატვირთვა არ დადოთ, არა უშავს. მიიღე ის, რაც გულით გაქვს, რადგან ყველაფერს მნიშვნელობა არ აქვს. თუ მიიღებთ იმას, რაც მოგივა, აუცილებლად სწრაფად გამოხვალთ ნეგატიური სიტუაციებიდან. ცუდი იღბალი სწრაფად მიდის. ეცადეთ დაეხმაროთ ადამიანებს, გააკეთოთ პოზიტიური ქმედებები სხვებისთვის, ასე რომ თქვენი უბედურება უფრო სწრაფად გაქრება და იპოვით წარმატებას. ბევრ ადამიანს სჭირდება თქვენი დახმარება, მისცეს რჩევები, მოხალისეებად იმუშავე, დაეხმარე ადამიანებს და ასე რომ შეგიძლია თავი დააღწიო ყოველგვარი ნეგატიური სიტუაციიდან. კარგს მოაქვს კარგი, ცუდს მოაქვს ცუდი. სხვები შენ ხარ და შენ სხვები.

რომ მათ უნდა იცოდნენ.

იდი მადლობა.



[უკან ინდექსი](#)



3.- კარმას კანონი

ყველამ იცის, რა არის კარმას კანონი. რაც დააშავეთ, ადრე თუ გვიან უნდა გადაიხადოთ. მათ სასჯელს არავინ გაურბის.

თუ სიკეთე გააკეთე და დაეხმარე ადამიანებს, ადრე თუ გვიან მიიღებ შენს ჯილდოს. ეს არის კარმის კანონი. ბევრ ადამიანს არ სჯერა კარმის კანონის. პირველი შეცდომა არის ის, რომ ხალხს ჰგონია, რომ ეს სხეული, ჩვენი სხეული მე ვარ. სხეული მე არ ვარ, ის ჩემია, მაგრამ მე არ ვარ. ეს ტანსაცმელი ჩემია, მაგრამ მე არ ვარ, ეს მოწყობილობა ჩემია, მაგრამ მე არ ვარ, ეს ხალიჩა ჩემია, მაგრამ მე არ ვარ. ჩემი მანქანა ჩემი მანქანაა, სახლი ჩემი სახლია... მაგრამ ეს მე არ ვარ. მე მეკუთვნივ ეს ყველაფერი, მაგრამ ეს ყველაფერი მე არ ვარ, ისინი ჩემია, მაგრამ ისინი მე არ არიან. შენ ფიქრობდი, რომ ეს სხეული მე ვარ, ის ჩემია, მაგრამ მე არ ვარ. ამ სხეულს სული იყენებს რეინკარნაციისთვის, ეს სხეული გამოსაყენებელი და გადაგდებაა. ისევე როგორც სიგარეტი, როცა ეწევი, გადააგდებ და ეს არის. სხეული, როცა იშლება, კვდება და აღარაფერს უხდება, სიგარეტივით იყრება. და ეს არის, მეტი არაფერი.

ხალხს აინტერესებს არის თუ არა რეინკარნაცია. რა თქმა უნდა, და თუ არ გჯერათ, მიმართეთ ინტერნეტს, შეგიძლიათ გააკეთოთ ჰიპნოზის სეანსი და თავად შეძლებთ თქვენი განვლილი ცხოვრების დანახვას. თქვენი დღევანდელი ცხოვრება დაკავშირებულია თქვენს წარსულ ცხოვრებასთან. რადგან წარსული ცხოვრება რომ არ იყოს, ყველა ერთნაირი იქნებოდა; ყველა მდიდარი იქნებოდა, დიდხანს სიცოცხლე, ჯანმრთელობა... მაშ, რატომ იბადება ბევრი ღარიბ ოჯახში და შიმშილით კვდება, რატომ ცხოვრობს ზოგი ასე კარგად, ზოგი კი ასე ცუდად? რატომ არიან ადამიანები, რომლებიც დაბადებიდან იტანჯებიან დაავადებებით? რატომ არის ზოგი ადამიანი ასეთი სიმპათიური და ზოგი ასეთი მახინჯი?

იმიტომ რომ? ყველა ეს განსხვავება დაკავშირებულია მის წარსულ ცხოვრებასთან, ისინი პირდაპირ კავშირშია კარმას კანონთან. ეს არის მიზეზისა და შედეგის კანონი. როგორც ამ ცხოვრებაში, თუ ახალგაზრდობაში არ მუშაობ და არ დაზოგავ ფულს, როცა ერთ დღეს პენსიაზე გადაიხარ, ფული არ გექნება დასახარჯავი. თუ არ დაზოგავ, ფული არ არის.

ხალხი ცდება და ფიქრობს, რომ ეს სხეული მე ვარ. არა, ეს შენ არ ხარ. სული შენ ხარ. სული სინათლის ნაკადს ჰგავს, სხეული კი ნათურას. როდესაც დენი მიაღწევს ნათურას, ის ანათებს, სხეული ნათურას ჰგავს, სული კი დენს. სხეული როცა სული აქვს მოძრაობს. როდესაც ამ სხეულს სული არ აქვს, მას იგივე ემართება, რაც ნათურას, რომელსაც არ აქვს ენერჯია: ის ითიშება და კვდება. გვამი გამორთული ნათურავით უსიცოცხლო სხეულია. არ შეცდეთ, რომ ეს სხეული მე არ ვარ. ეს სხეული შენია, მაგრამ შენ არ ხარ. როცა რაიმეს არასწორად აკეთებ, ეს არის წმინდა ეგოიზმის გამო, ეს არის ამ სხეულისთვის, ეს არის ამ სხეულის დატკობა, რომელიც შენ არ ხარ.

თუ მილიონერს აქვს მილიონი სართული, ის არ შეიძლება ერთდროულად იყოს მილიონ სართულზე, ის შეიძლება ერთდროულად იყოს მხოლოდ ერთ სართულზე. ბევრი ფულიც რომ გქონდეს, მუცელსაც იგივე აქვს

ზომა ვიდრე ღარიბი, მხოლოდ ორი-სამი კილო საჭმელი ჯდება მუცელში, მეტის ადგილი არ არის. არ შეიძლება ტონა საკვების ჭამა, კუჭი ვერ იტევს 1000 კგ საკვებს. თქვენ მხოლოდ უნდა გესმოდეთ, რომ ეს სხეული მე არ ვარ. ჩვენ ეგოისტები ვართ, რომ მივცეთ ახირება სხეულს. თუ გესმით, რომ ეს სხეული მე არ ვარ, მაშინ შეწყვეტეთ ეგოისტობა. ადამიანები ეგოისტები არიან, რადგან ფიქრობენ, რომ ეს სხეული მე ვარ.

შენ ხარ სული. სხეული ნათურას ჰგავს, სული კი დენს, როცა ნათურა ფუჭდება, ცვლი და სხვას აყენებ, ისევე როგორც სხეული. არავის არ სურს აღიაროს, რომ ეს სხეული შენია, მაგრამ ეს შენ არ ხარ. თუ გესმით ეს პირველი ნაბიჯი, ის თქვენს ცხოვრებას უკეთესობისკენ შეცვლის. გთხოვთ, შეეცადეთ გაიგოთ. რატომ აკეთებ რამეს არასწორად? ამიტომ?. გამოიყენეთ სხეული სიკეთისთვის, რადგან არ იცით როდის მოკვდებით.

ყოველდღე უამრავი ადამიანი იღუპება, შენი სხეული სამუდამოდ არ იცოცხლებს, ძალიან ცოტაა 100 წელს გადაცილებული ადამიანი, სასაფლაო სავსეა ყველა ასაკის ადამიანით. არ იცი რა იქნება შენი ბოლო დღე. თუ ამას გაიგებთ, შეწყვეტეთ ეგოისტობა. როცა მოკვდები, ოჯახი, სიმდიდრე, მანქანა, სახლი... ყველაფერი რაც გაქვს, საფლავზე არ წაიღებ, ვერაფერს წაიღებ, ყველაფერი უნდა დატოვო. საფლავზე არავის არაფერი მიჰყავს. ამიტომ არ უნდა იყოთ ასეთი ეგოისტი და ამდენი რამ დააგროვოთ. ერთადერთი, რაც მოკვდებით თან წაიღებ, არის ის, რაც გააკეთეთ, თქვენი დადებითი და უარყოფითი მოქმედებები. ეს არის ის, რაც თქვენ თან წაიღებ და მას ექნება შედეგები თქვენს შემდეგ ცხოვრებაში.

დადებითი ან უარყოფითი მოქმედებები ერთადერთია, რასაც ართმევ. სწორედ ამას იღებთ ამ ცხოვრებიდან. უყურე ტელევიზორს... რა ცუდია! რა ეგოისტურია მსოფლიოში! ყველაზე უარესი პოლიტიკოსები არიან, რადგან როცა ადამიანი ვინმეს იპარავს, მხოლოდ იმ ადამიანს ევალება. მაგრამ პოლიტიკოსები, რომლებიც იპარავენ მთელ ქალაქს, ვალი აქვთ მთელ ქალაქს, თითოეულ მათგანს და მომავალ ცხოვრებაში მათ მოუწევთ გადაიხადონ თითოეული მცხოვრები, საზოგადოების თითოეული ადამიანი. ადრე თუ გვიან ჩვენ ყველანი ვაპირებთ გადავიხადოთ ჩვენი ქმედებების შედეგები. თუ ჩვენ მათ არ გადავიხდით ამ ცხოვრებაში, შემდეგ ცხოვრებაში მოგინევთ გადაიხადოთ ყველაფერი, რაც არასწორად ჩაიდინეთ. არავინ გაქცევა. ნებისმიერი ქმედება, რომელსაც ახორციელებთ კანონის საწინააღმდეგოდ, ადრე თუ გვიან მოგინევთ ამის გადახდა. ამას კარმის კანონი ჰქვია. თქვენ უნდა გახდეთ ამის გაცნობიერება. უნდა გაიგო. მთელი გულით უნდა გჯეროდეს. თუ ადამიანს არ სჯერა კარმას კანონის, მას შეუძლია სისასტიკის ჩადენა, როგორც ტერორისტები, რომლებიც ბომბებს დებენ და კლავენ ამდენ უდანაშაულო ადამიანს. პოლიტიკოსს, რომელიც ხალხისგან მილიონებს იპარავს ან ხალხის ფულს ფუჭად ხარჯავს, არ სჯერა ღმერთის, არც საკუთარი სინდისის, მით უმეტეს კარმას კანონის, ამიტომაც ახორციელებს ნეგატიურ ქმედებებს, რადგან თვლის, რომ არანაირი შედეგი არ არის. რადგან ეგოისტია და მხოლოდ შენს კეთილდღეობაზე ფიქრობს. ეს ძვირად გადაიხდის.

ქალებს, რომლებიც აბორტს ახორციელებენ, მოგვიანებით კი ჯანმრთელობის შედეგები მოჰყვება, არ შეუძლიათ სუფთა სინდისი ჰქონდეთ შვილის მოკვლის გამო. თუ თქვენ არ შეგიძლიათ მხარი დაუჭიროთ თქვენს მიერ შექმნილ ბავშვს, სთხოვეთ დახმარება, რომ თქვენი შვილი დაიბადოს და შემდეგ მიეცით მას შვილად აყვანა, მაგრამ არ მოკლათ თქვენი შვილი. ყველაფერს აქვს ძალიან უარყოფითი შედეგები მომავალში. ეს არ არის ბავშვის თამაში. თუ არასასურველი ორსულობაა, ორი დამნაშავეა: კაცი და ქალი. ორივე დამნაშავეა და

პასუხისმგებელი. თუ ასე ძალიან მოგწონთ სექსი, კაცმა შეიძლება ჩაიცვას პრეზერვატივი, რათა არ დაორსულდეს ქალი და ქალს ბევრი ვარიანტი აქვს, რომ არ დაორსულდეს, არსებობს მრავალი კონტრაცეფციის მეთოდი, რომ არ დაორსულდეს. თუ გინდა, შეგიძლია ყოველდღე მილიონჯერ გქონდეს სექსი, ისიამოვნე ის, რაც გინდა სექსისგან მანამ, სანამ ეს არ იმოქმედებს სხვებზე. თუ თქვენი სურვილისამებრ დატკბეთ სექსით სიფრთხილის გარეშე და კონტრაცეფციის მეთოდების გარეშე, თქვენ უნდა მოკლათ საკუთარი შვილი, რადგან ეს არ გინდათ, ძვირად გადაიხდით.

კარო.

რამ შეიძლება გაამართლოს მკვლელობა? საკუთარი შვილის მკვლელობა? მამაშენი და დედაც ასე რომ გაგეკეთებინა, დღეს აქ არ იქნებოდი, რადგან სანამ დაიბადებოდი ნაწილ-ნაწილ დაგჭრიდნენ და გადაგდებდნენ. დღეს აქ არ იქნებოდი. როცა მოკვდები, ჯოჯოხეთში ნახვალ მინიმუმ 1 მილიონი წელი. ჩაგაგდებენ სისხლის გუბეში, სანამ არ გახდები და არ მოკვდები და მერე ისევ და ისევ გაცოცხლდები... მილიონ წლამდე! ყოველდღე გამოგიყვანენ ციხიდან და გაიძულებენ ჩაეხუტოთ რკინის ვარვარების სვეტს, რომ ცოცხლად დანვით. მერე გიგანტურ ანთლებულ რკინაზე დაგსვამენ, რომ დანვით. ვინ გსჯის? შენ სჯი საკუთარ თავს, შენი სინდისი გსჯის, შენი უარყოფითი საქციელი გსჯის. ჯოჯოხეთიდან არავინ გაქცევა, ყველა ადამიანი, ვინც სტკივა, ჯოჯოხეთში მიდის, ჯოჯოხეთიდან არავინ გათავისუფლდება. ასე ამბობს ღმერთების კანონი.

ფრთხილად იყავი, არ გააფუჭო, რადგან მაშინ ჯოჯოხეთში ნახვალ. მე მხოლოდ გაფრთხილებ, ფრთხილად იყავი რას აკეთებ, რადგან ყველაფერს თავისი შედეგი აქვს. მე ამას არ ვამბობ, ეს კარმის კანონია. აქ ციხე შვებულებას ჰგავს ყველა კომფორტით. ციხე ჯოჯოხეთში არ ჰგავს აქაურს. ჯოჯოხეთში თქვენ ბევრი იტანჯებით მილიონი წლის განმავლობაში, რათა გადაიხადოთ თქვენი უარყოფითი საქციელი. რეინკარნაცია არსებობს და არა იმიტომ, რომ მე ასე ვამბობ. თუ ჩემი არ გჯერათ, შეგიძლიათ ნახვიდეთ ჰიპნოზის სესიაზე და დაუყოვნებლივ გადაამოწმოთ მისი არსებობა. თუ თქვენი ახირებით სხვებს ტანჯავთ, ძვირად გადაიხდით. ამიტომ ძალიან ყურადღებით უყურებ. მტკიცებულება.

ეს სხეული გაძლებს რამდენიმე წელიწადს და როცა მოკვდები შენი კომპარტი დაიწყება, ყოველ შემთხვევაში, შენ იტანჯები მილიონი წელი. თვალი! არ დააბარალო ხალხი, არ მოატყუო ხალხი, არ გაანადგურო ხალხი, არ გაანადგურო ხალხი, არ მოკლა ვინმე. ჩვენ ყველანი ერთნაირები ვართ. ცხოველებიც კი არიან ჩვენნაირი, ყველამ პატივი უნდა ვცეთ ერთმანეთს, რადგან ყველა ერთნაირები ვართ.

ჩვენ უფრო გონიერი ცხოველები ვართ, მაგრამ ჩვენ ცხოველები ვართ. ჩვენ ყველანი თანასწორნი ვართ და ერთმანეთის განსხვავება არ არის. ნებისმიერი ორგანიზმი დიდი თუ პატარა, არაფერ შუაშია. ჩვენ ყველანი ერთნაირები ვართ. არავის არ გაანადგურო. არსებობს მიზეზისა და ეფექტის კანონი, კარმის კანონი. ყველაფერს, რასაც მოგვიანებით გააკეთებთ, ძვირად გადაიხდით. ძალიან ძვირად გადაიხდით. ნუ ეცდებით ადამიანების შეურაცხყოფას ან კანონის წინააღმდეგ წასვლას. ადრე თუ გვიან თქვენ აპირებთ ყველაფრის გადახდას. ზოგი ადრე და ზოგი შემდეგ.

კარგად დაფიქრდით, სანამ რაიმე ეგოისტურ მოქმედებას განახორციელებთ. თქვენ არ შეგიძლიათ გამოიყენოთ თქვენი ძალა ან ძალა სუსტთა დასამარცხებლად. შენ არ შეგიძლია შენი ბედნიერება სხვების მსხვერპლზე და ტკივილზე მაღლა ააშენო. თუ ამას აკეთებ, სინდისი გსჯის, მეგობრები გსჯიან, მთავრობა გსჯის, საზოგადოება გსჯის, მთელი მსოფლიო გსჯის და რაც მთავარია: არავინ გაქცევა. ნებისმიერი

უარყოფითი მიზეზი გამოიწვევს უარყოფით შედეგს. ეს ყოველთვის უნდა გქონდეს მხედველობაში. თუ არ გინდათ განიცადოთ თქვენი უარყოფითი ქმედებების ცუდი შედეგები, გააკეთეთ საქმეები კარგად და პატივი ეცით კანონებს. ყველა გიყურებს, არ იფიქრო, რომ არავინ გხედავს, როცა რამეს არასწორად აკეთებ. ყველაფერი ცნობილია. ყველაფერი კანონის მიღმა: ნუ გააკეთებ ამას.

თუ არ არსებობს საიდუმლოებები და ყველა გიყურებს, რატომ გტკივა? ნუ ეცდებით კანონზე მაღლა ასვლას. ამაში უნდა დარწმუნდე. ისევე როგორც, თუ სხვებს სიკეთეს უკეთებ და მთელი გულით გასცემთ, სხვები შეგიყვარებენ და შენი ცხოვრება მშვენიერი იქნება.

ჯერ უნდა გასცე, რომ მერე მიიღო. იფიქრე, რომ ეს სხეული შენ არ ხარ, მას შენი სული იყენებს.

შენი სული შენ ხარ.

იდი მაღლობა.



[უკან ინდექსი](#)



4.- სამი გული: სუფთა გული, სიკეთის გული და თანასწორობის გული.

გამარჯობა, სამი გულია: სუფთა გული, კეთილი გული და თანაბარი გული.

პირველი გული (სუფთა და მშვიდი გული)

მეორე (თანასწორობის გული) კარგია შენთვის, მესამე (სიკეთის გული) არის სხვებისთვის; არის ხალხის დახმარება და მომსახურება.

პირველი გული: სუფთა და მშვიდი გული. ეს გული შენთვის კარგია, რომ ამ ცხოვრებაში ბედნიერად იცხოვრო.

იმისათვის, რომ გქონდეთ სუფთა, მოდუნებული, მშვიდი და მშვიდი გული, პირველი ნაბიჯი, რომელიც უნდა გადადგათ არის გონებიდან ყველა სახის უარყოფითი აზრის ამოღება. როცა უარყოფით აზრს ამორებს, მხოლოდ დადებითი აზრი რჩება, ასე რომ შენი გული სუფთაა. ნეგატიური გული საზიანოა შენთვის: თუ ვინმე განადგურებს და მოგატყუებს და ყოველგვარ ზიანს მოგაყენებს, შურისძიება არ უნდა გქონდეს, რადგან წინააღმდეგ შემთხვევაში პრობლემები შეგექმნება. როცა შურისძიების სურვილი გიჩნდება, ბრაზდება და ნუხდება და ეს საზიანოა შენს ჯანმრთელობაზე. შურისძიების ფიქრი უარყოფითად მოქმედებს თქვენს სხეულზე, ინვესტს სტრესს და ნერვებს და შეიძლება ჯანმრთელობის პრობლემები შეგექმნათ. ამიტომ უნდა მოერიდოთ მას.

იმისთვის, რომ კარგი განწყობა გქონდეს და კარგი ჯანმრთელობა გქონდეს, ძალზე მნიშვნელოვანია შურისძიებაზე ფიქრის შეწყვეტა. სუფთა და მშვიდი გული რომ გქონდეთ, უნდა მოიშოროთ ყველანაირი ნეგატიური აზრი და იცხოვროთ პოზიტიური აზრებითა და მოქმედებებით, ასე რომ თქვენ შეგიძლიათ გადალახოთ ყველა დაბრკოლება, რომელიც თქვენს გზაზე დგება თქვენი ცხოვრების ყველა სფეროში: ოჯახი, სამსახური, მეგობრები... რადგან პოზიტივი იზიდავს პოზიტიურს. ისევე, როგორც სარკის წინ. გამოსახულება, რომელსაც სარკე იძლევა, არის ის, რაც თქვენ გაქვთ. თუ გინდა, რომ მთელი შენი ცხოვრება იყოს პოზიტიური, ეცადე, თავი დააღწიო ყველა ნეგატიურ ფიქრს. შეცვალეთ უარყოფითი პოზიტიურად. თუ უარყოფითი რამ მოგივიდათ, შეცვალეთ ისინი პოზიტიურად. პოზიტიურად რომ შეცვალოთ, უბრალოდ პოზიტიურად უნდა იფიქროთ. თუ უფრო უარყოფითად ფიქრობთ, კიდევ უფრო მეტ უარყოფითს მიიღებთ. თუ ყოველთვის უარყოფითად ფიქრობ, როგორ გამოგივა? აზროვნება ძალიან ძლიერია.

მეორე გული: თანასწორობის გული. ჩვენ ყველანი თანასწორნი ვართ ღვთის წინაშე. ჩვენ შორის განსხვავება არ გვაქვს.

ჩვენ ყველანი ღვთის შვილები ვართ. არა მხოლოდ ადამიანებს შორის. არავინ არავისზე მაღლა დგას. ჩვენ ყველას გვაქვს ერთი დონე, არ აქვს მნიშვნელობა ქვეყანას,

რასა, წეს-ჩვეულებები... ჩვენ ყველანი ღვთის შვილები ვართ. იესო დაიბადა ბეთლემში, ბუდა დაიბადა ინდოეთში, მაგრამ მიუხედავად იმისა, რომ დაიბადა სხვადასხვა ქვეყანაში და სხვადასხვა რასაში, ორივეს ერთი გული აქვს. ქალი და მამაკაცი თანასწორია; მდიდრები არიან თუ ღარიბები, თავადაზნაურებიდან თუ მოქალაქეებიდან, არც ერთისთვის არც მეორის განსაკუთრებული პირობები არ არსებობს. ჩვენ ყველანი ერთნაირები ვართ. ჩვენც თანასწორები ვართ კანონის წინაშე. შემდგომ ცხოვრებაში ჩვენც ცხოველებთან ტოლი ვართ. ცხოველებსა და ჩვენს შორის განსხვავება ისაა, რომ ჩვენ უფრო ჭკვიანები ვართ, მაგრამ მათი სიცოცხლე ისეთივე ღირს, როგორც ჩვენი. ცხოველებიც ღვთის შვილები არიან: მწერები, თევზები, ჩიტები, ჭიები, ყველა ცოცხალი არსება ღვთის შვილები არიან. კარგად დაიმახსოვრე. წყალი, მცენარეები, მთები, დედამიწა, სამყარო... ღვთის შვილები არიან. ეს არის თანასწორობა. ჩვენი ორგანიზმის უჭრედებსაც კი აქვთ საკუთარი აზრები.

ჩვენ ყველანი თანასწორნი ვართ ღვთის წინაშე. ამიტომ ყველამ ერთმანეთის პატივი უნდა ვცეთ. როდესაც ქალს სურს კაცთან განშორება და მამაკაცი კლავს მას, ეს იმიტომ ხდება, რომ მას სჯერა, რომ მას მეტი უფლებები აქვს და თვლის, რომ ის არის უმაღლესი. ზემდგომი არავინაა. ღმერთებისა და ადამიანების კანონის წინაშე არავინ აღემატება ვინმეს.

ყველას რომ ეფიქრა, რომ ჩვენ ყველანი თანასწორნი ვართ, რომ ჩვენ ყველანი ღვთის შვილები ვართ, არ იქნებოდა ბოროტება მსოფლიოში, არ იქნებოდა ომები, არ იქნებოდა მკვლევლობები და ეს დედამიწა იქნებოდა სამოთხე. თუ ერთ ქვეყანას აქვს პრობლემები, მეორე უნდა დაეხმაროს მას და პირიქით. ერთმანეთს რომ დავეხმაროთ, ძალიან კარგად ვიცხოვრებდით, როგორც ერთი დიდი ოჯახი. ოჯახი ყოველთვის გეხმარება: როცა პატარა ხარ მამა და დედა გეხმარებიან, გაძლევენ ყველაფერს, რაც გჭირდება საცხოვრებლად და შენზე ზრუნვისთვის. როცა მშობლები გაიზრდებიან, შვილებმა უნდა იზრუნონ მათზე და დაეხმარონ. ისევე როგორც ძმებს შორის, რომლებიც ერთმანეთს ეხმარებიან, როცა ეს სჭირდებათ. ყველას აქვს იღბლის და ცუდი იღბლის მომენტები. ისევე, როგორც ქვეყნებს, როცა აქვთ ბუნებრივი კატასტროფები, როგორცაა გვალვა, წყალდიდობა, ტორნადო... როცა ეს ხდება, სხვა ქვეყნები ეხმარებიან ამ უბედურების დაძლევაში. დღეს მას შეუძლია შეეხოს ერთ ქვეყანას, ხვალ კი მეორეს. ჩვენ ყველა უნდა დავეხმაროთ ერთმანეთს. ასე რომ, ეს სამყარო სამოთხე იქნება.

ომები უსარგებლოა, ისინი მხოლოდ ტანჯვას მოაქვთ ძმებს შორის. ჩვენ ყველანი ძმები ვართ, რადგან ჩვენი მამა ღმერთია. მოგვწონს თუ არა, ჩვენ ყველანი ღვთის შვილები ვართ. არც კაცი აჯობებს ქალს და არც ქალი კაცს. ბავშვები იგივეა, რაც მოზრდილები. დაბადებამდე ნაყოფებიც ჩვენთან თანასწორები არიან, იმიტომ კი არა, რომ უფრო პატარები არიან და დედის მუცელში არიან დაცული, წყვეტენ ადამიანობას. ისინი ჩვენნაირია, მაგრამ უფრო პატარაა. არ გაქვს უფლება მოკლა ვინმე, რაც არ უნდა პატარა და დაუცველი იყოს. სრულიად ცდებით. თუ არ გიყვარს შენი შვილი, ნება მიეცი ის დაიბადოს და როცა დაიბადება მიეცი გასაშვილებლად. ძალიან ბევრია, ვისაც სურს შვილის გაჩენა და არ შეუძლია. ბევრი კარგი ოჯახია, ვისაც შვილი უნდა, მაგრამ ფიზიკური პრობლემების გამო შვილის გაჩენა არ შეუძლია. არ უნდა მოკლა საკუთარი შვილი. The

დედა/მამა ფიქრობს, რომ ბავშვზე მალა დგას, ამიტომ კლავენ. დაბადებამდე ან მის შემდეგ, ჩვილები ჩვილები არიან.

ჩვენ ყველანი ღვთის შვილები ვართ. სწორედ ეს უნდა გესმოდეთ. ნაყოფს დაბადებამდე ისეთივე მდგომარეობა აქვს, როგორც დაბადების შემდეგ, თუმცა ადამიანთა კანონი ამის უფლებას არ აძლევს, ღმერთის წინაშე ისინი ჩვენთან თანასწორნი არიან. ყველა არსება, რომელსაც აქვს გული, დიდი თუ პატარა, ჩვენ ყველანი ღვთის შვილები ვართ. დედის მუცლიდან ნაწილ-ნაწილ ამოკვეთილი ნაყოფის ყვირილს რომ გაიგონებდე, გული გაგიტყდებათ. თუ გსურთ იგრძნოთ ეს ტკივილი, სცადეთ მაკრატლით მოჭრა ხელები და ფეხები. მტკიცებულება! ნახავთ რა ტკივილს გრძნობთ. ისე, ნაყოფიც იგივე ტკივილს გრძნობს. ამ ტკივილს შენი შვილიც გრძნობს, როცა მას კლავ.

მესამე გული: სიკეთის გული. სიკეთის გული არის გული სხვების მიმართ. თქვენ უნდა დაეხმაროთ მათ, ვისაც ყველაზე მეტად სჭირდება. თუ შეგიძლიათ დაეხმაროთ 1 ევროთ, დაეხმარეთ 1 ევროთ, თუ შეგიძლიათ მისცეთ 10 ევრო, მიეცით მათ, დაეხმარეთ 10 ევროთ. დაეხმარეთ შეძლებისდაგვარად. დარჩენილი ფულით უნდა დაეხმარო. თუ დაეხმარებით, თქვენი ენერჯია იქნება პოზიტიური და თქვენი ცხოვრება იქნება პოზიტიური. თქვენ თავად იგრძნობთ თავს კმაყოფილი და ბედნიერი.

1 დახმარება გაჭირვებულ ადამიანებს ფულით.

2 კარგი სიტყვებით ადამიანებს ურჩევს აკეთონ სიკეთე და არა ბოროტება.

3 გახდი მოხალისე თავისუფალ დროს, დაეხმარე გაჭირვებულებს: მოხუცები, ავადმყოფები, სცადე! ასე რომ, თქვენი ცხოვრება მშვენიერი იქნება. თქვენი საქმეები პროცენტით დაგიბრუნდებათ. თუ ფულით დაეხმარებით, მალე მიიღებთ მეტ ფულს, თუ ყოველდღე დაეხმარებით სიტყვებით, უფრო ჭკვიანი იქნებით, თუ მოხალისე გახდებით, გექნებათ ჯანმრთელობა და დიდხანს სიცოცხლე.

ეს სამი გულია. სამივე გულით რომ იმოქმედო, შენი ცხოვრება მუდამ პოზიტიური იქნება, ბედნიერად იცხოვრებ, დიდხანს გექნება ავადმყოფობის გარეშე და როცა ერთ დღეს მოკვდები, გარანტიას გაძლევთ, რომ ღმერთთან ერთად სამოთხეში იქნებით. თუ ისე მოიქცევი, როგორც ღმერთი ბრძანებს, ლოგიკურად იცხოვრებ ღმერთთან ერთად სამოთხეში. ამ დედამიწაზე იცხოვრებ როგორც სამოთხეში და როცა მოკვდები შენი სული სამოთხეში იქნება. თქვენ ეს ყველაფერი გექნებათ. მინდა, ჩემი რჩევა მიიღოთ. იფიქრე პოზიტიურად, ილაპარაკე პოზიტიურად და იმოქმედე პოზიტიურად და შენი ცხოვრება აქ და სიკვდილის შემდეგ პოზიტიური იქნება.

ყველას ვუსურვებ ამ სამი გულით იმოქმედონ.

იდი მადლობა.



უკან ინდექსი



5.- ერთი ღმერთი ყველასთვის

სამი რელიგია ერთია. მუსლიმი, კათოლიკე და ბუდისტი. სამივე ერთია, ერთი და იგივეა. ჩვენ ყველანი ღვთის შვილები ვართ. კათოლიკე ლოცულობს ზეცაში მყოფ მამას, მუსულმანს: ალაჰს და ბუდიზმი ბუდას.

იესო ქრისტე, ბუდა, მუჰამედი ყველა ღმერთის შვილები არიან, ისინი ერთი და იგივე ღმერთის შვილები არიან, ეს ჰგავს მამას, რომელსაც სამი შვილი ჰყავს. ისინი ერთი ოჯახიდან არიან. ამიტომ უნდა გესმოდეთ, რომ ყველა რელიგია ერთი ოჯახის ნაწილია. იგივე მამაა. ჩვენ უნდა დავეხმაროთ ერთმანეთს, ადამიანები ერთი რელიგიიდან მეორეში, ერთი რასიდან მეორე რასაში.

მაგალითად: ბენზინი, ეს საწვავი გამოიყენება ნებისმიერი ტიპის მანქანისთვის, ყველა ბრენდი იყენებს ერთსა და იმავე ბენზინს, რომელიც დამზადებულია ნავთობისგან. ეს ბენზინი სულს ჰგავს, ჩვენს ენერჯიას. ის ენერჯია სულიდან შემოდის ჩვენს სხეულში, არ აქვს მნიშვნელობა ლამაზი ხარ თუ მახინჯი, ღარიბი თუ მდიდარი, იგივეა, განსხვავება არ არის. ღმერთი ძლიერი, კეთილი და ჭკვიანია და აგზავნის თავის შვილებს თითოეული ქვეყნის კულტურისა და ადათ-წესების მიხედვით. ამიტომ ხალხმა სჯობს მიიღოს მისი სწავლება. ასე რომ ეს დედამიწა სამოთხეა. ეს არის ღმერთის მიზანი. ღმერთი არ განასხვავებს რასებსა და რელიგიებს შორის.

სამივე რელიგიის ყველა სწავლება პრაქტიკულად ერთნაირია, მიზანია გავხდეთ კარგი ადამიანები. ჩვენ არ უნდა მოვკლათ ერთმანეთი, რადგან ძმები ვართ, ერთი ღმერთის შვილები. იგივე ყველასთვის. ყოვლისშემძლე ალაჰი, იესო ქრისტე ან ბუდა არის ერთი და იგივე ადამიანი, ისინი უბრალოდ დაიბადნენ სხვადასხვა ქვეყანაში, სხვადასხვა კულტურაში, მაგრამ ისინი ყველა ერთნაირია. ყველა რასას, ყველა ადამიანს, რომელიც დაიბადა სხვადასხვა ადგილას და კულტურაში, ჩვენ ერთი სული გვაქვს. თუ ამის გაგება შეგიძლია, ამ სამყაროში საბოლოოდ შეგიძლია მშვიდად იცხოვრო. არ იქნება ომი და დანაშაული, რადგან ყველა ადამიანი ღვთის შვილია. განსხვავება მხოლოდ ისაა, რომ ზოგი პრინციად დაბადებული იყო, ზოგიც მათხოვრად, რადგან წარსულ ცხოვრებაში ზოგი სიკეთეს აკეთებდა ხალხს, ზოგი კი არაფერს აკეთებდა ან უბრალოდ ეგოისტურად ცხოვრობდა. ასე რომ, თუ წარსულში ეგოისტი იყავი და ადამიანებს ატკინე, ლოგიკურად ამ ცხოვრებაში ღარიბი იქნები, არაფერი გექნება. თუ წარსულში თქვენ სიკეთეს აკეთებდით ადამიანებისთვის ამ ცხოვრებაში, შეგიძლიათ ისიამოვნოთ. მაგრამ თუ მხოლოდ სიამოვნებას იღებ, ხარჯავ წარსული ცხოვრების ღვაწლს და თუ ადამიანებს სიკეთეს არ აკეთებ, მალე დახარჯავ შენს კრედიტს და თავიდან დაიწყებ.

მდიდარი კაცი იმიტომ არ არის მდიდარი, რომ რვა ხელი და ორი თავი აქვს, არა, ან იმიტომ, რომ უფრო ჭკვიანია. ყველაფერი წარსული ცხოვრებიდან მოდის. როცა შენს ხელში გექვს ძალა და სიმდიდრე, უნდა დაეხმარო ადამიანებს. არასოდეს შეუკვეთოთ მოკვლა ან ომი, რაც ამცირებს თქვენს იღბალს და ჯანმრთელობას. ადამიანები, რომლებიც კლავენ ან ზიანს აყენებენ სხვებს და მაინც ცხოვრობენ, ეს იმიტომ ხდება, რომ მათ წარსულ ცხოვრებაში დააგროვეს ღვაწლი და ჯერ არ დახარჯეს.

მთელი თქვენი კრედიტი, მაგრამ ნებისმიერ დროს შეიძლება არაფრის გარეშე დარჩეთ. თითქოს მამა ბევრ ფულს უტოვებს მემკვიდრეობით შვილს და

ვაჟი არ წყვეტს სისულელეებზე ხარჯვას და მაშინვე ხარჯავს თავის მემკვიდრეობას.

ერთ ღამეში ყველაფერი შეიძლება დაიკარგოს. მაგალითად, კაზინოში მოკლე დროში შეგიძლიათ დაკარგოთ 1 000 000 დოლარი. როგორც მმართველები, როცა ამბობენ „აბორტი, აბორტი, აბორტი...“ ფრთხილად, ისინი ხარჯავენ თავიანთი განვლილი ცხოვრების მთელ კრედიტს. ჯანმრთელობა, სიმდიდრე, ფული, თქვენი იღბალი, თქვენი ცხოვრება სწრაფად გადაიქცევა უარყოფითად. ფრთხილად! ნუ დახარჯავ! გამოიყენეთ შესაძლებლობა და დაეხმაროთ ხალხს. გროშიც არ უნდა შეინახოთ სხვებისგან, რადგან ძვირად გადაიხდით. ღმერთი ნებისმიერ მომენტში აპირებს დაგსჯოს, ნუ ისარგებლებთ სხვებით, ნუ ისარგებლებთ გადასახადებით საკუთარი თავის გასამდიდრებლად ან ოჯახის ან მეგობრების სარგებლად. ადრე თუ გვიან ამას ძვირად გადაიხდით. რა თქმა უნდა. არავინ გაქცევა.

აბორტს ისე ვერ დააფინანსებ, რომ ღარიბმა დედამ, რომელსაც წარმოდგენა არ აქვს შედეგებზე, შვილი მოკლას, რადგან შენს შვილს კლავ. იმიტომ რომ ჩვენ ყველანი ერთნი ვართ. ყველა უარყოფითი ანარქოებს უარყოფითს, ის შენთვის დემონად იქცევა. ეს არ არის საბავშვო თამაში. იმედია მიხვდებით რასაც ვამბობ. თუ თქვენ იწვევთ უარყოფითს, თქვენ სჯით საკუთარ თავს, რადგან ნეგატივი გიბრუნდებათ. ადამიანური კანონი არ გსჯის შენ, არამედ შენი სინდისი გსჯის. ჯოჯოხეთი არსებობს, გნამს თუ არა ღმერთის, სამართლიანობაც იგივე დაგმობს.

არ აქვს მნიშვნელობა გჯერა თუ არა, თუ არასწორად ჩაიღინე ციხეში წახვალ. არავინ გაქცევა და უპირველეს ყოვლისა შენ სჯი საკუთარ თავს. ასე რომ, როდესაც თქვენ გაქვთ ძალაუფლება ან სიმდიდრე, ისარგებლეთ ამით და დაეხმარეთ სხვებს. ასე რომ, შემდეგ ცხოვრებაში თქვენ აპირებთ მეფესავით ცხოვრებას. კარგად დაიმახსოვრეთ: თუ სხვებს სიკეთეს აკეთებთ, საკუთარ თავს აკეთებთ. ღირს ამის გაკეთება სხვებისთვის. როგორც პორნო მსახიობები/რა. ყველაზე საშინელი დანაშაული პორნოა. რაც უფრო მეტ პორნოს გააუარესებ, მით უარესად დამთავრდები. გექნებათ საბედისწერო სიბერე. არავინ მთავრდება კარგად. თქვენი შვილები, თქვენი შვილიშვილები ფატალურად დამთავრდებიან. კარგად დაიმახსოვრე: ნუ წახვალ ღვთის კანონს, ეს არ არის ბავშვური თამაში... ღმერთი ძლევამოსილია, ნებისმიერ მომენტში შეიძლება მიწისძვრა, ტაიფუნი, წყალდიდობა... ნებისმიერი უბედურება და აღარაფერი დავრჩეთ. 30 წლის განმავლობაში მსოფლიოს მოსახლეობა 70%-ით შემცირდება, რადგან ბევრი მიწისძვრა და სტიქიური უბედურება იქნება.

ჩვენ არ ვუფრთხილდებით ბუნებას და გარემოს, ოზონის შრეში უფრო და უფრო დიდი ხვრელია, ყოველდღე უფრო მეტად ვაბინძურებთ დედამიწას და რა ხდება? ჩვენ ვიხდით შედეგებს, ამინდი გიჟდება, ეს არის შედეგები.

რაც უფრო მეტს ვაბინძურებთ, მით უარესი იქნება ჩვენი პლანეტისთვის და ჩვენ ამ პლანეტაზე ვცხოვრობთ, სხვა არ არსებობს საცხოვრებლად. ჩვენ კარგად უნდა ვიზრუნოთ მასზე.

ჩვენ არ უნდა განვასხვავოთ: სამი რელიგია არის ერთი, იგივე ღმერთი. ბევრს არ ესმის: ალაჰი, მამა ღმერთი და ბუდა ერთი და იგივე პიროვნებაა. ერთადერთი, რაც დამოკიდებულია კულტურაზე, ქვეყანაზე ან რასაზე, ცვლის გზას უფრო მეტ ადამიანთან მისასვლელად, მთელ სამყარომდე მისასვლელად, ის იცვლება კულტურის მიხედვით. ეს ყველაფერი ერთი და იგივეა, განსხვავებული გარეგნობა

მაგრამ ეს ყველაფერი ერთი და იგივეა. სწავლების განსხვავებული გზა, მაგრამ მიზანი ერთია: გახდეს უკვდავი.

სწავლების გაგება და კარგი ადამიანების სწავლება არის ის, რაც მე ვცდილობ მივალწიო მსოფლიოს ყველა კუთხეს. ჩვენ ყველანი არა ვართ. ეს უნდა გესმოდეთ. ჩვენ ყველა უნდა დავებმართო ერთმანეთს, რადგან ერთი დიდი ოჯახი ვართ. არ არსებობს მე, შენ, ის, არა. ჩვენ ყველა უნდა დავებმართო ერთმანეთს. იმისათვის, რომ ყველამ კარგად იცხოვროს, მდიდარმა ქვეყნებმა ღარიბ ქვეყნებს უნდა დაეხმარონ.

ყველას მოსწონს თავისი წარმოშობის ქვეყანა, არავის უნდა გაქცევა და მით უმეტეს გემით, რომელიც ზღვას გადაკვეთს ბევრი საშიშროებით, არავის. მდიდარი ქვეყნები რომ დაეხმარონ ღარიბებს, სოლიდარული იყვნენ მათთან, არავინ დატოვებდა მათ ქვეყანას უკეთესი ცხოვრების საძიებლად. ჩვენ რომ მართლა ყველა ვგრძნობდეთ ერთს, მდიდარი ქვეყნები დაეხმარებოდნენ ღარიბებს და თითოეული იცხოვრებდა თავის ქვეყანაში ბედნიერად და მშვიდად. რა ხდება, მდიდარი ქვეყნები ეგოისტები არიან და მხოლოდ საკუთარ ხალხზე ზრუნავენ. მე, შენ და მას შორის სხვაობა რომ არ იყოს, ყველა ერთს რომ ვგრძნობდეთ, ეს სამყარო ძალიან ბედნიერი იქნებოდა, ყველასთვის სამოთხე იქნებოდა. არ უნდა გაანადგურო სხვა, არ მოატყუო სხვა ან ისარგებლო ხალხით, რადგან სხვა შენ ხარ.

გახსოვდეთ, რომ ჩვენ ყველანი ერთი ვართ.

იდი მადლობა.



უკან ინდექსი



6.- ათი მცნება ღმერთის ბუდას კანონის

გამარჯობა ბუდას კანონის 10 მცნებას. ისინი ღვთის კანონის 10 მცნების მსგავსია. ალიან მსგავსი.

ბუდიზმისთვის 10 მცნებაა:

ბუდას კანონის პირველი მცნება: პატივი ეცით მამას და დედას. მამას და დედას კარგად, გულით უნდა მოეპყრო.

იმითომ, რომ მამაშენმა და დედამ სიცოცხლე გაჩუქეს, გაჭედეს, ზრუნავდნენ, შემოგეცვათ, მთელი გულით მოგცეს განათლება. ეს არის პირველი მცნება:

პატივი ეცი მამას და დედას.

როცა უფრო ხარ, არ უნდა გაიკეთო აბორტი მაშინაც კი, თუ კანონი ამის საშუალებას მოგცემს. მამაშენმა და დედამ აბორტი რომ გაგვეკეთებინა, შენ არ დაიბადებოდი.

მამამ და დედამ სიცოცხლე გაჩუქეს, ყველაფერი გაჩუქეს. თუ აბორტს გააკეთებთ, მომავლისთვის უარყოფითი შედეგები გექნებათ. თვალი ადევნეთ! გირჩევ სიცოცხლეს პატივი სცე. არ მოკლა არც ერთი ცოცხალი არსება, არც ბუზი, არც ჭია, მით უმეტეს, ბავშვი დაბადებამდე, შენი სისხლის სისხლი, ეს უნდა გესმოდეთ. არც უნდა, მოკალი ბუნება; ხეების ჭრა, ჰაერის, წყლის დაბინძურება... ეს ყველაფერი ბუნებას კლავს. თქვენ უნდა დაეხმაროთ ხალხს, გააცნობიეროთ მათ თქვენი მოქმედებებითა და სიტყვებით, რომ არ უნდა მოკლათ არც ერთი ცხოველი.

როცა ცხოველს ვკლავთ და ვჭამთ, არ ვიცით, რა ვირუსი შეიძლება ჰქონდეს მას და რით შეიძლება დაგვაბინძუროს. მაიმუნების მსგავსად, მაიმუნის ხორცის ჭამით ბევრი ადამიანი დაინფიცირდა შიდსის ვირუსით, ამ ვირუსით მსოფლიოში მილიონობით ადამიანი დაიღუპა. ძროხების მოკვლითა და ჭამით ბევრი ადამიანი ასევე დაინფიცირდა შეშლილი ძროხის ვირუსით და გარდაიცვალა. ეს მოხდა ფრინველის ხორცის ჭამითაც, ბევრი ადამიანი დაინფიცირდა ფრინველის გრიპის ვირუსით. თუ ცხოველებს მიირთმევთ, შეიძლება მათი ვირუსებით დაინფიცირდეთ.

ბუდას კანონის მეორე მცნება: არ მოიპარო. ფულის მოპარვა, რომელიც არ არის თქვენი, ან რაიმეს კეთება იმისათვის, რომ მიიღოთ ფული, რომელიც არ არის თქვენი, არის ქურდობა. ისევე როგორც პოლიტიკოსები, რომლებიც მართავენ და იპარავენ ხალხის ფულს კომისიებით. მათმა სინდისმა იცის, რომ იპარავენ. საკომისიოს დარიცხვით ნებისმიერი სამუშაო უფრო ძვირია და ვინც იხდის, პოლიტიკოსები კი არა, გადასახადებიდან მიღებული თანხით გადახდილი მოქალაქეები არიან. რამდენიმე წელიწადში ისიამოვნებთ მოპარული ფულით. როცა მოკვდები, ჯოჯოხეთის ტანჯვა გელოდებათ მილიარდობით წლის განმავლობაში. არ ღირს ქურდობა ან ქრთამის აღება ან ანაზღაურება. ადრე თუ გვიან ძვირად გადაიხდით.

შენი სახელი შეფერხდება და ცუდად გამოიყურები ოჯახისა და საზოგადოების წინაშე. თუ ქურდებმა მომისმინეს, სწრაფად დააბრუნეთ მოპარული ფული და გააკეთეთ კეთილი საქმეები დანაშაულის გასაწმენდად.

ბუდას კანონის მესამე მცნება: სექსი. ეს არის ყველაზე დიდი დანაშაული ამქვეყნად. არსებობს ორი სახის სექსი აზროვნებით და მოქმედებებით. რამდენი ადამიანი დაიღუპა სექსისთვის? ქალები, რომლებიც ყიდვიან თავიანთ სხეულს ფულზე, რათა დააკმაყოფილონ მამაკაცის ახირება. სექსი წყვილში, ქორწინებაში სწორია. ქორწინების გარეთ არასწორი სექსია, ეს დანაშაულია და ძვირად გადაიხდით. ქორწინების გარეთ სექსი დაუშვებელია არავითარ შემთხვევაში, რაიმე საბაბით, თუნდაც სიყვარულისთვის. თუ ქალი გადაიღებს პორნო ფილმებს ან აჩვენებს თავის ინტიმურ სხეულს, რათა პროვოცირება მოახდინოს მამაკაცებზე და წაახალისოს ისინი სექსისკენ, ისინი მილიარდობით წელს გადაიხდიან ჯოჯოხეთში. გააკეთეთ პოზიტიური რამ ხალხისთვის.

ბუდას კანონის მეოთხე მცნება: არ მოიტყუო. როცა ტყუილს ამბობ, საკუთარ თავს ვერ მოიტყუებ. თქვენ შეგიძლიათ მოატყუოთ ხალხი, მაგრამ არ შეგიძლიათ მოატყუოთ საკუთარი თავი. იცი როცა იტყუები. ნუ ეცდებით ადამიანების მანიპულირებას თქვენი ტყუილით. ტყუილი, როცა მოკვდები, ისჯება ენის გაშლით და ნაჭრებად. ფრთხილად. არ ღირს მილიონობით წლის ტანჯვა იმისთვის, რომ თქვან ტყუილები, რომლებიც არსად მიდიან. თუ ხალხს ატყუებ, მაშინ არავინ გენდობა. შენი ცხოვრება არეულობა იქნება.

მატყუარა ადამიანი არ არის, ის ცხოველებზე უარესია. არასოდეს თქვა ტყუილი, თუნდაც სიმართლე არ იყოს შენს სასარგებლოდ, ყოველთვის თქვი სიმართლე. ვინაიდან ადამიანები, რომლებიც სასამართლოში მიდიან, ტყუილს ამბობენ სასამართლოში მოსაგებად, ეს სუბიექტი ჯოჯოხეთში მიდის. თქვენ შეგიძლიათ მოატყუოთ მოსამართლე, მაგრამ არა თქვენი სინდისი. როცა კვდები ყველაფერი ჩაწერილია და ცნობილია. შემდგომ ცხოვრებაში ყველაფერი ცნობილია.

ბუდას კანონის მეხუთე მცნება: ნუ ჩხუბობთ. ადამიანთა შორის ჩხუბის გაღვივება ან ვინმეს გაკრიტიკება, რათა სინდისი განიწმინდოს და სხვები ცუდად გამოიყურებოდეს, არის დანაშაული, რომელიც ისჯება მილიონობით წლით.

ბუდას კანონის მეექვსე მცნება: სიტყვა. არ უთხრათ ცუდი სიტყვები სხვებს. პატივი ეცით სხვას. სიტყვებით შეგიძლიათ მოკლათ ხალხი და შეგიძლიათ დააავადოთ და განაწყენოთ. უყურე შენს სიტყვებს და არავის ატკინო მათ.

ბუდას კანონის მეშვიდე მცნება: ნუ წაახალისებთ ადამიანებს სექსობრივი კავშირისკენ. არავის პროვოცირება არ მოახდინოთ სექსუალური აქტების ჩადენისკენ. ეს უნდა იცოდეს. ალიან მნიშვნელოვანი. არ უნდა გირჩიოთ პორნოფილმები, ღამის კლუბები... რომ ხალხი წავიდეს სექსზე ან მრუშობაზე. ეს არის დანაშაული. თვალი!

ბუდას კანონის მერვე მცნება: მიატოვეთ სურვილები. ხუთი სურვილი, რომლებიც აჯამებს დანარჩენებს, არის: დიდების სურვილები, სექსი, ფული, საკვები და ძილი. დიდების სურვილი: დიდებისთვის ბევრი ადამიანი ყველაფერს სწირავს. ამასთან, იყავით ძალიან ფრთხილად.

სექსის სურვილი: სიყვარულისთვის თუ სხვა რამისთვის, ამ სამყაროში ბევრი სიკვდილია ამ მიზეზით. სექსისთვის რაიმე საბაბის პოვნა დანაშაულია. ს არ მუშაობს. არავითარ შემთხვევაში არ შეიძლება ქორწინების გარეთ სექსი. არანაირი საბაბი არ მუშაობს. ეს უნდა გესმოდეთ. ფულის სურვილი: ფულისთვის კორუმპირებული პოლიტიკოსები აკისრებენ საკომისიოს გამდიდრებას, ხალხის მოტყუებას, ხალხის მოპარვას, ადამიანების მოკვლას, ნარკოტიკების გაყიდვას, ადამიანების ზიანს, რასაც თავისი შედეგები მოჰყვება ადრე თუ გვიან, ისინი გადაიხდიან.

რამდენიმე წლით ტკობა არ ღირს. ჯობია ნაკლები გამოიმუშავო და უკეთ იცხოვრო. ანგარიშები არ გამოდის. იშოვე ფული ლეგალურად.

სურსათის სურვილი: ჩვენ გვჭირდება ჭამა, მაგრამ არ უნდა ბოროტად ვიყოთ საკვები, განსაკუთრებით ხორცი. ყველა სახეობა ატარებს თავის ვირუსებს.. მათ მრავალი სიკვდილი გამოიწვია. არ ღირს. ფრინველის ხორცი, საქონლის ხორცი, მაიმუნის ხორცი... მთელი პრობლემა იმაშია, რომ ღარიბებს ვკლავთ, რომ ჭამაში წავახალისოთ. 40 წელია ვეგეტარიანელი ვარ და ჯანმრთელობის პრობლემა არასდროს მქონია. ჩვენი კბილები ძროხებსა და ცხენებს ჰგავს, ვეგეტარიანელები ვართ, ხორცისთვის არ ვართ მომზადებული, როგორც ვეფხვები და ლომები. ჩვენი ნაწლავები ძალიან გრძელია და ხორცის გამოდევნას ორი კვირა გვჭირდება და სწორედ ამიტომ ღებება ის ჩვენში, განსხვავებით კატებისგან, რომლებიც სწრაფად აშორებენ ხორცს. ძილის სურვილი: ბევრს უყვარს ძილი. მაგრამ ბევრმა ძილმა შეიძლება ჯანმრთელობის პრობლემები გამოიწვიოს.

სხეულს მოძრაობა სჭირდება, თუ არ ვმოძრაობთ სხეული იშლება. ამიტომ უნდა იძინოთ საკმარისად, არც ძალიან ბევრი და არც ძალიან ცოტა. უსტად საკმარისი. როცა მოკვდები მილიონობით წელი შეძლებ დაძინებას და არავინ შეგანუხებს, ასე რომ არ ინერვიულო.

მეცხრე მცნება და ბუდას კანონი: არ იძიოთ შურისძიება. შურისძიება არ უნდა გქონდეს სხვების მიმართ, მაშინაც კი, თუ ადამიანებმა გატკინეს, გატეხონ, შური არ უნდა იძიო. თუ არ მიატოვებთ სიძულვილისა და შურისძიების აზრს, პირველი, ვინც დაზარალდება, თქვენ ხართ. თუ ამ ტვირთს ყოველდღე ატარებთ, ეს თქვენს ცხოვრებაზე უარყოფითად იმოქმედებს.

მაშინაც კი, თუ სამყაროში აბსოლუტურად მართალი ხარ, დაივიწყე ეს აზრი. ამისთვის ერთადერთი გამოსავალი პატიებაა, რადგან ადრე თუ გვიან მეორეს დამსახურებული სასჯელი ექნება. ღმერთების კანონი იბრუნებს მის დასჯაზე. თქვენ არ უნდა ინერვიულოთ. შურისძიება ცუდია თქვენთვის. თქვენ უნდა გესმოდეთ ეს და უნდა დაიცვათ თავი და არ გაატაროთ შურისძიების ეს გრძნობა თქვენს შიგნით, რადგან ეს მხოლოდ დაზარალდება. აივინყე. არ ჩაყაროთ მეტი ნაგავი თქვენს შიგნით, მაშინაც კი, თუ თქვენ აბსოლუტურად მართალი ხართ მსოფლიოში. არ ინერვიულო, ყველას თავისი სასჯელი ექნება.

ბუდას კანონის მეათე მცნება: გააკეთე სიკეთე და არა ბოროტება.

ადამიანი, რომელმაც იცის, რომ რასაც აკეთებს არასწორია და აგრძელებს ამ დანაშაულის ჩადენას. იცის, რომ მტკივა და გრძელდება და გრძელდება. თქვენ ყოველთვის ციხეში აღმოჩნდებით. მან იცის რა არის კარგი და რა არის ბოროტი, მაგრამ აგრძელებს ბოროტების კეთებას. ის არ უსმენს არავის რჩევას. ამ ადამიანს თავში ბევრი ნეგატივი აქვს.

ეს არის ბუდას კანონის 10 მცნება. თუ თქვენ შეძლებთ ამ მცნებების შესრულებას, როცა მოკვდებით, დაიბადებით სამოთხეში, რომ ისიამოვნოთ მინიმუმ 9,000,000,000 წლით. თუ მათ არ შეასრულებ, სამოთხეში ვერ შეხვალ და ჯოჯოხეთის ტანჯვა გელით. ამიტომ დაფიქრდით. რამდენიმე წელი ვიცხოვრებთ.

ეცადეთ, საქმეები კარგად გააკეთოთ.

იდი მადლობა.



უკან ინდექსი



7. ღვთის კანონის 10 მცნება.

ღვთის კანონის 10 მცნება. რატომ გვაფრთხილებს ღმერთი ამ მცნებების შესახებ? ეს მცნებები ყველასთვის სავალდებულოა. ყოველმა ადამიანმა, ღვთის ყველა შვილმა უნდა შეასრულოს ღვთის კანონის ეს 10 მცნება. როდესაც რომელიმე ადამიანი ასრულებს ამ 10 მცნებას, ის ღვთის ჭეშმარიტი შვილია და როცა მოკვდება, ღვთის სასუფეველში იცხოვრებს. თქვენ შეგიძლიათ შეხვიდეთ ღმერთების სამეფოში. თქვენ უნდა შეასრულოთ ამ მცნებების 100%. ის შესვლის პასპორტს ჰგავს და როგორც კი შეხვალ ღმერთების სამეფოში, ის სამუდამოდ რჩება. ამ დედამიწაზე, მხოლოდ 20% მიდის ჩვენთვის კარგად, 80% არ მიდის კარგად ან არასწორია. ამ დედამიწაზე ჩვენ ვცხოვრობთ ტანჯვით, პრობლემებით, შიშებით, სიკვდილით... და ყველანაირი ნეგატივით. ღვთის სასუფეველში სიცოცხლე უსასრულოა, კარგად დაიმახსოვრეთ, როცა შეხვალთ, მარადიული გექნებათ სიცოცხლე. როდესაც წმინდა და სუფთა სული ჩადის ღმერთების სამეფოში, შეასრულა 10 მცნება, სანამ არ შეასრულებ ამ 10 მოთხოვნას, ვერ შეხვალ. ღმერთი გარკვევით გვეუბნება, როგორც კი შეხვალთ, თქვენ გაქვთ წმინდანის კატეგორია. წმინდანი არასოდეს კვდება, მისი სიცოცხლე უსასრულოა და არა მხოლოდ ეს, ყველაფერი, რაზეც იმ მომენტში ფიქრობ, შენს წინაშეა. ეს ნიშნავს, რომ თუ გინდა იცხოვრო ოქროთი და ბრილიანტებით და ძვირფასი ქვებით დამზადებულ სასახლეში, თუ გინდა მიირთვათ ნებისმიერი სახის საკვები, რომლის წარმოდგენაც შეგიძლიათ, გამოდის ყველაფერი, რაზეც ფიქრობთ. შეგიძლია იცხოვრო იმ ადამიანებთან, ვინც ყველაზე მეტად გიყვარს, შვილებთან, მეგობრებთან, ვისთანაც გინდა სამუდამოდ. არა როგორც აქ, ამ დედამიწაზე, რომ თითოეული თავისი ინტერესებისთვის მიდის. მაგალითად, ესპანეთში, წყვილების 65%-ს, რომლებიც განქორწინდებიან, არავის აქვს სუფთა გული, ამიტომაც აქვთ პრობლემები. როცა გათხოვდები, ღმერთის წინაშე იფიცებ, რომ ეს ადამიანი სიცოცხლის ბოლომდე გეყვარება, კარგით თუ უარესით და მერე ეს აზრი იცვლება. ეს არ ჰგავს ღვთის სასუფეველს, იქ ყველაფერი დადებითია და შეგიძლიათ ვარსკვლავებს შორის იმოგზაუროთ სამყაროს ნებისმიერ ადგილას. ჩვენი მზის სისტემა არ არის ერთადერთი, არსებობს მილიონობით მილიონი მზის სისტემა. შეგიძლია იმოგზაურო და იცხოვრო სადაც გინდა და ვისთან ერთადაც გინდა. თქვენ გაქვთ წმინდანის კატეგორია.

ათი მცნება ერთადერთია, რაც შენგან მოითხოვება ღმერთების სამეფოში შესვლისთვის. თუ შენ შეასრულებ ყველაფერს, რასაც ღმერთები სიკვდილამდე მოითხოვენ, მაშინ იქნები წმინდა სული, როგორც იესო. თუ თქვენ შეძლებთ მის შესრულებას, თქვენ დაემსგავსებით იესო ქრისტეს.

ახლა მე ვაპირებ ვისაუბრო ამ 10 მცნებაზე: პირველი:
თქვენ უნდა გიყვარდეთ ღმერთი ყველაფერზე მაღლა.

? გიყვარდეთ ღმერთი ყველაფერზე მეტად ამ დედამიწაზე.
იმიტომ რომ? რადგან ყველაფერი, რასაც ხედავ და შეეხები, არ არის რეალური, ეს არის სუფთა ფანტაზია. ყველაფერი, რაც გაქვს, ქონება, ფული, ტიტულები, ყველაფერი რაც გაქვს, ნებისმიერ დროს, როცა მოკვდები, ყველაფერი ქრება და აღარაფერი გაქვს. როცა მოკვდები, შენთან არაფერი წაიღე. ყველაფერი რაც გაქვს ქრება. არაფერი დაგრჩენია, შენი არაფერია. რაც თქვენ გაქვთ ამ დედამიწაზე არის გამოსაყენებლად ამ დედამიწაზე, როცა მოკვდებით, თქვენთან ერთად არაფერს წაიღებთ. ისევე როგორც როცა

ჩვენ დავიბადეთ, არაფერი შემოგვაქვს ამქვეყნად. როცა მოკვდები, ყველაფერი უნდა მიატოვო, მხოლოდ კარგი და ცუდი საქმეების აღება შეგიძლია, ეს ერთადერთია, რასაც ჩვენ ვატარებთ. თუ 10 მცნებას დავიცვათ, როცა მოკვდები, ღმერთი მოვა და დაგეძებს, თუ 10 მცნებას არ დაიცავ, ეშმაკი მოვა, რომ ჯოჯობეთში წაგიყვანოს. განსაცდელები ჯოჯობეთში, ვერაფერს დამალავ, თითქოს სინდისი ეკრანს უკავშირდება. ყველა შენი აზრი, ყველა შენი ცუდი საქმე ჩანს. ეს არ ჰგავს ამქვეყნიური განსაცდელებს მოსამართლის წინაშე ტყუილის თქმა. ჯოჯობეთის სამსჯავროში ყველაფერი ფილმს დაემსგავსება, არაფრის თქმა არ გჭირდებათ. ჯოჯობეთში ხედავ ყველაფერს. ჩვენი სინდისი ჰგავს თვითმფრინავის შავ ყუთს, რომელიც აღრიცხავს ყველა თქვენს კარგ და ცუდ საქციელს. თავს არასდროს მოიტყუებ, ყველაფერი ჩანერილია, რადგან შენი ბედია სუფთაა, შენი აზრია ნეგატიური, ამიტომ სული იწერს ყველაფერს. არავინ გაქცევა და სასჯელი იგივე დადგება. როგორც კი ჯოჯობეთში შეხვალ, 1 000 000 წლის შემდეგ არ გამოხვალ. და ყოველდღე განამებ, სანამ არ შეასრულებ სასჯელს შენი უარყოფითი ქმედებისთვის. ეს არ ჰგავს ციხეს აქ დედამიწაზე ყველა კომფორტით.

კარგად დაიმახსოვრე: არ შეხვიდე ჯოჯობეთში. ნუ წახვალ ღვთის კანონის მცნებებს და გექნება შენი ჯილდო. ღმერთი ყველაფერზე მეტად შეგიყვარდებათ, რადგან ღმერთი მარადიულია. არ იფიქრო, რომ მრავალი წელი იცოცხლებ, რადგან ნებისმიერი დღე შეიძლება იყოს შენი ბოლო დღე, ნებისმიერი ღამე შეიძლება იყოს შენი ბოლო ღამე. რავინ იცის. ნებისმიერ მომენტში შეიძლება მოკვდე. სასაფლაო სავსეა ყველა ასაკის ხალხით. ჩვენ მოგზაურები ვართ ამ დედამიწაზე. თუ ამ 10 ტესტს ჩააბარებ, შეგიძლია სამოთხეში სამუდამოდ წახვიდე და თუ ნეგატიურ ცხოვრებას ატარებ, სამუდამოდ ჯოჯობეთში წახვალ. თუ ნეგატიური და ცუდი ხარ, მხოლოდ დემონებს მოინდომებენ და ჯოჯობეთი გელოდებათ.

მეორე: ტყუილად არ მოიხსენიოთ ღმერთის სახელი.

ეს ნიშნავს, რომ თქვენ არ შეგიძლიათ ღმერთს ასე მსუბუქად აღიქვათ ან ხალხი ბევრს ამბობს: " დაასახელოთ. ღმერთს ვფიცავ!". ეს აკრძალულია. დიდ შეცდომას უშვებ, ღმერთს ვერ მოატყუებ. ღმერთი ძლიერია, უნიკალური, მან ყველაფერი იცის, ის არის ჩვენი მამა. მის სახელს ასე მსუბუქად ვერ გამოვიყენებთ, ღვთის სახელს პატივი უნდა ვცეთ. ნუ იძლევი ცრუ დაპირებებს ღვთის სახელით. თქვენ არ შეგიძლიათ მოკვლა ღვთის სახელით; ბევრი ადამიანი იყენებს ღვთის სახელს მოსაკლავად. სხვადასხვა კულტურის, სხვადასხვა ქვეყნის მიხედვით, ღმერთის სახელი შეიძლება სხვადასხვაგვარად წარმოითქმოს სხვადასხვა სახელებით: ალაჰ, ბუდა, მამაო ჩვენო... თითოეულს როგორც უნდა, მაგრამ ღმერთი მხოლოდ ერთია. არ აქვს მნიშვნელობა რა სახელს დავარქმევთ. ღვთის კანონის ათი მცნება არის ღვთის ყველა შვილი, განურჩევლად რასისა და ფერისა, თეთრი, შავი, ყვითელი, წითელი... არ აქვს მნიშვნელობა ფერს. ჩვენ ყველანი ღვთის შვილები ვართ; ქალები, ბავშვები, სიმპათიური, მახინჯი, მაღალი, დაბალი, ძლევამოსილი, მილიონერები... ჩვენ ყველანი თანასწორნი ვართ და ყველანი ერთნაირად დაისჯებიან.

მესამე: თქვენ აკურობებით დღესასწაულებს.

რა არის უფრო მნიშვნელოვანი? წადი წვეულებაზე ან წადი ეკლესიაში ღვთის სიტყვის მოსასმენად. თუ ღმერთის არ გნამს, ვერასდროს გაიგონებ ღვთის სიტყვას. თუ წვეულებაზე წასვლის ნაცვლად მიდიხარ ეკლესიაში ღვთის სიტყვის მოსასმენად, სასწავლად და შემდეგ იფიქრე და მოიქეცი ისე, როგორც ღმერთი ბრძანებს, იქნები წმინდანი და იცხოვრებ ღვთის სასუფეველში. ამიტომ თავისუფალ დროს უნდა მოუსმინოთ ღვთის სიტყვას, კვირაში ერთხელ მაინც უნდა წახვიდე ეკლესიაში ღვთის სიტყვის მოსასმენად. ს მოხდება

დიდ სარგებელს მოუტანს. ნუ იქნები ეგოისტი, რადგან ეგოისტები ჯოჯოხეთში ხვდებიან.

მეოთხე: თქვენ პატივს სცემთ მამას და დედას.

კარგი შვილი უნდა იყო. რატომ ამბობს ღმერთი ამას? იმიტომ რომ მშობლებმა სიცოცხლე გაჩუქეს, ეს სხეული ზეციდან არ ჩამოვარდნილა, ზრუნავენ, გჭამენ, თავშესაფარს გაძლევენ, განათლებას გაძლევენ, სიყვარულს გაძლევენ. ყველაფერს გაძლევენ, როცა არაფერი გაქვს და ვერ იზრუნებ საკუთარ თავზე. ბევრი სიკეთე გმართებთ მშობლების მიმართ. მსოფლიოში ყოველწლიურად 10 000 000-ზე მეტი აბორტი კეთდება. ეს ადამიანები არიან ნეგატიურები, ბანდიტები, დემონები... მას შემდეგ, რაც მშობლებმა სიცოცხლე, ზრუნვა და სიყვარული აჩუქეს, მშობლების მაგალითს არ მიჰყვებიან და საკუთარ შვილებს კლავენ. ეს ადამიანები კანონს ეყრდნობიან, რადგან კანონი ამბობს, რომ თუ ბავშვი დაიბადება, მას ვერ მოკლავ, მაგრამ თუ ჯერ არ დაბადებულა, შეიძლება მოკლა. ასე რომ, ეს ნეგატიური ადამიანები მიდიან საავადმყოფოში, რათა მოკლან თავიანთი შვილები სხვა დემონების დახმარებით, რომლებიც არიან ექთნები და ექიმები, რომლებიც ასრულებენ აბორტს.

დანებითა და მაკრატლით იწყებენ ბავშვის ნაწილ-ნაწილ ჭრას, რომ არ დაიბადოს. ბავშვს ნაწილ-ნაწილ იღებენ დედის შიგნიდან და შემდეგ ნაჭრებს ურნაში აგდებენ. ისინი კლავენ ღვთის შვილს.

ეს დემონები პირდაპირ ჯოჯოხეთში მიდიან 1 000 000 წლის განმავლობაში. თუ მშობლები შენზე ზრუნავენ და ყველაფერს გაძლევენ, შვილებთანაც ასე უნდა მოიქცე. თქვენც იგივე უნდა გააკეთოთ. თქვენ უნდა მოუსმინოთ და იზრუნოთ თქვენს მშობლებზე, როდესაც ისინი გაიზრდებიან და არ გაგზავნოთ ისინი რეზიდენციაში და დაივიწყოთ მათი არსებობა. ბავშვები ჯერ ყოველ კვირას მიდიან მშობლების სანახავად, შემდეგ ყოველთვიურად, შემდეგ წელიწადში ერთხელ და ბოლოს ავიწყდებათ, რომ მათი მშობლები რეზიდენციაში არიან. ღმერთი გეუბნება, რომ შენს მშობლებს პატივს სცემ და შეიყვარებ ისე, როგორც შენთან ერთად, ზრუნავდნენ, გაჭმევდნენ, გაძლევენ განათლებას, სახლში საცხოვრებლად... ყველაფერი ტყუილად. ახლა თქვენ უნდა დაუბრუნოთ მათ ყველაფერი ისე, როგორც მათ მოგცეს ყველაფერი. სანამ მშობლები მთელი გულით იზრუნებდნენ შენზე და ერთ დღეს, როცა მათ შენი ყურადღება დასჭირდებათ, უნდა იზრუნოთ და იზრუნოთ მათზე. თქვენ უნდა დაუბრუნდეთ დღეს შენთვის ხვალ ჩემთვის. გული გულით. შენი სიცოცხლე მშობლების წინაშე ხარ. ამიტომ ღმერთი ამბობს, რომ მამას და დედას ისე სცემთ პატივს, როგორც პატივს სცემდნენ, როცა პატარა იყავი. თუ ადამიანი არ არის კარგი მშობლების მიმართ, ის ცხოველს ჰგავს.

მეხუთე: არ უნდა მოკლა.

ეს ძალიან ნათელია. არ მოკლავ. არ კლავს საკუთარ შვილებს, როგორც ამას ბევრი ადამიანი აკეთებს აბორტის დროს. თქვენი შვილის მოკვლა საკუთარი თავის მოკვლას ჰგავს, რადგან თქვენი შვილი თქვენი ნაწილია, თქვენი სხეულის ნაწილი. არ შეიძლება საკუთარი შვილის მოკვლა, ცხოველებიც კი ზრუნავენ და იცავენ შვილებს. როცა პატარა დედას უახლოვდები, ის კბილებს გიჩვენებს და თუ ძალიან მიახლოვდები, შეიძლება მოგკლას შვილების დასაცავად. ეს უნდა გესმოდეთ. არავითარ შემთხვევაში არ შეიძლება მოკვლა. ბევრი ქვეყანაა, რომლებიც ერთმანეთს კლავენ, რასებს შორის, ბევრი მაგალითია. ღმერთის სახელით ომი არ შეიძლება, ღვთის სახელით ბევრი ომი და მკვლელობაა. ღმერთი ამბობს: არ მოკლა. არავითარ შემთხვევაში არ უნდა და არ შეიძლება მოკვლა. აკრძალულია მოკვლა. უნდა გახსოვდეს. მმართველებს, ისევე როგორც სირიის დიქტატორს, სურთ შეინარჩუნონ მისი ოჯახი ხელისუფლებაში და ვინც ხელს აწევს, მოკლავს მას. ეს ძალიან ნეგატიურია მისი ოჯახისთვის და ქვეყნისთვის. როცა მოკლავ, ძალიან მალე მიიღებ ღვთის სასჯელს. არავინ გაქცევა. შენი სინდისიც

დასჯის. ნუ მოკლავთ ადამიანებს ან ცხოველებს. იცხოვრე და იცხოვრე. ბევრი ადამიანი კლავს სპორტისთვის. ცხოველის მოკვლა დაცვის გარეშე სპორტია? მანამდე, როცა ინგლისელები აფრიკას იპყრობდნენ, შავკანიანებთან ერთად ნადირობის სპორტსაც ატარებდნენ.

მათ თქვეს: გაიქეცი, ჩვენ მოგცემთ 10 წუთის წინ და შემდეგ ბანდიტების ჯგუფი დაიწყებს მათ ძებნას და მოკვლას. ამას ქვია სპორტი? ჩვენ ყველანი ღვთის შვილები ვართ, არ აქვს მნიშვნელობა ფერს. ღმერთი ამას არ ამბობს, არა. არ მოკლავ. არც ადამიანები და არც ცხოველები. მოკვლა მოკვლაა. ჩვენ პატივი უნდა ვცეთ ყველა ცოცხალ არსებას. თუ არ დაგიშავებენ და არ შეგანუხებენ, რატომ კლავ? გინდა ვინმემ მოგკლას? ფიქრე ამაზე. თუ არ გინდა მოკვდე, სხვას ნუ მოკლავ. თქვენ არ მოკლავთ არცერთ ცოცხალ არსებას, არც ადამიანებს, არც ცხოველებს და არც ხეებს. ახლა ბევრია, ვისაც უნდა კარგად ცხოვრება და მთაში ხეების მოჭრა. ხეები ზრუნავს ჩვენზე და გვაძლევს ბევრ სარგებელს. ხეების მოჭრა იგივეა, რაც ქათმების მოკვლა მათი კვერცხების მისაღებად. როგორც კი ქათამს მოკლავთ, კვერცხი აღარ გამოდის. ეს უნდა გესმოდეთ. ამიტომ ღმერთი ამბობს: არ მოკლაო.

მეექვსე: თქვენ არ უნდა ჩაიდინოთ უნმინდური ქმედებები.

რა არის უნმინდური ქმედებები? უნმინდური ქმედებები არის ეგოიზმის გამო შესრულებული: მე, მე, მე. ააშენეთ ბედნიერება სხვისი ტკივილითა და ტანჯვით. ისევე როგორც სირიის პრეზიდენტი, რომელმაც ძალაუფლების შესანარჩუნებლად საკუთარი ქვეყნის 100 000 მოქალაქე მოკლა. დახოცეთ უდანაშაულოები, ქალები, ბავშვები, ჩვილები „ჩანთით“ სხვების სიცოცხლესა და მათ ტანჯვაზე ზრუნვის გარეშე. ნებისმიერი ეგოისტური ქმედება არის უნმინდური ქმედება. უნმინდური აქტი არის ის, რომ ყველა ის მოქმედება, რომელსაც თქვენ ასრულებთ სხვების მიმართ უარყოფითად. რაც არ უნდა გააკეთო, რა ქმედებაც არ უნდა ატკინოს ადამიანებს, იქნება ეს ბევრი თუ ცოტა, უნმინდურია. მკვლელობა და სექსი უნმინდური ქმედებებია. სექსი არის ნომერ პირველი უნმინდური აქტი, რადგან ძვირად ვიხდით სექსს ამ სამყაროში. ყველა სახის დაავადება გადადის სქესობრივი გზით. ყველაზე მნიშვნელოვანი არის შიდსი. ყოველდღიურად შიდსით უფრო მეტი ადამიანი იღუპება, მილიონობით ადამიანი დღემდე. ყველას რომ მხოლოდ ქმართან ან ცოლთან ჰქონოდა სექსი, დღეს მსოფლიოში სიცოცხლე აღარ იქნებოდა. ამდენი ხალხი არ მოკვდებოდა. რატომ გავრცელდა შიდსი ასე სწრაფად? უპირველეს ყოვლისა, ეს იყო სექსით განხორციელებული ყველა ეს უნმინდური ქმედება. ყველა ეფლირტავება და სახელის ცოდნის გარეშე უკვე სექსს უყოყმანოდ. ზემოთ ცხოველებისავით დაცვის გარეშე. ეს ქმედებები ძვირად არის გადახდილი. ნახეთ რამდენი ადამიანია შიდსით ინფიცირებული. ამიტომ ღმერთი ამბობს: არ ჩაიდინოთ უნმინდური საქმეები.

თუ მათ ჩაიდენთ, ძვირად გადაიხდით. ღმერთი ადრე გაფრთხილებთ. თუ აბორტის გზით მოკლავთ თქვენს შვილს, თქვენ გექნებათ ფსიქოლოგიური და ფიზიკური შედეგები. პოლიტიკოსები, რომლებიც ამტკიცებენ კანონებს, რომლებიც ეწინააღმდეგება ღმერთს და პატივს სცემენ სიცოცხლეს, ძვირად გადაიხდიან. ყველა ეს ადამიანი დემონია. რასაც ისინი აკეთებენ ეწინააღმდეგება ღმერთს. ისინი აკეთებენ იმას, რაც სურთ, ღვთის კანონის პატივისცემის გარეშე. ერთ დღეს მათ მოუწევთ ღმერთთან ანგარიშის გასწორება. ყველანი ჯოჯოხეთში მიდიან, არავინ გაურბის. ამ ცხოვრებაში გექნება ძალა, მაგრამ არ გექნება ეს ძალა როცა მოკვდები. ჯოჯოხეთში არაერთხელ იტანჯებით წამებით, სანამ სასჯელის მოხდით.

მეშვიდე: არ მოიპარო.

ეს არის წმინდა ეგოიზმის აქტი. ადამიანები, რომლებიც იპარავენ, ართმევენ იმას, რაც სხვებს აქვთ საკუთარი სარგებლისთვის. ბევრ ქვეყანაში ბავშვებს იპარავენ გასაყიდად. ევრში. ომები გაძარცვის მიზნით არის შექმნილი

სხვა ქვეყნებში და შეინარჩუნე ის, რაც სხვებს აქვთ. თუ არა, რატომ არის ომები? ქვეყანა შემოიჭრება მეზობელში, რათა მოიპაროს ყველაფერი, რაც არის. ყველა ქურდობა უარყოფითი და ეგოისტური ქმედებაა. არავითარ შემთხვევაში არ მოპაროთ არავის არაფერი. თქვენ არ შეგიძლიათ შეინახოთ ის, რაც თქვენი არ არის ან წაართვათ სხვებს ის, რაც მათია. ამიტომ ამბობს ღმერთი: არ მოიპარო. ქურდობა ვერასოდეს გამართლდება.

მერვე: თქვენ არ მოგცემთ ცრუ ჩვენებას ან ტყუილს.

მითუმეტეს ტყუილები. რამდენ ადამიანს არ უთქვამს ტყუილი? დიდი თუ პატარა, არ აქვს მნიშვნელობა. ხალხი ფიქრობს, რომ პატარა ტყუილი არაფერია. მაგრამ ეს ასე არ არის. ჯერ პატარა ტყუილით იწყებ და ამთავრებ ბევრ და უფრო დიდ ტყუილს. ის თოვლის ბურთს ჰგავს, რომელიც პატარა მთის წვერიდან იწყებს გორვას და სულ უფრო და უფრო დიდდება. ნეგატივი აგროვებს ნეგატივს და ყოველდღე უფრო ნეგატიურია. თქვენ არ მოგცემთ ცრუ ჩვენებას ან ტყუილს. სასამართლო პროცესზე რამდენი ჩვენება ამბობს ტყუილს! ადვოკატმა იცის, რომ მისი დაცვის ქვეშ მყოფი დამნაშავეა, მაგრამ სასამართლოში მოსაგებად რაც შეიძლება მეტ ტყუილს ამბობს. მაგრამ რადგან კლიენტი იხდის, ადვოკატი ყველაფერს ამბობს და იტყუება, ფულის საშოვნელად. ეს არ უნდა გააკეთო. რასაც იხდით, ცოტაა, უბედურებაა იმასთან შედარებით, რასაც გადაიხდით ჯოჯოხეთში მილიონობით წლის განმავლობაში. არ ღირს. ყველაფერი რაც თქვენ უნდა გითხრათ სიმართლე.

კარგად დაიმახსოვრეთ, შეგიძლიათ მოატყუოთ ხალხი, ნებისმიერი, მოსამართლე, მაგრამ არა საკუთარი თავი და სინდისი.

მეცხრე: თქვენ არ უნდა დაეთანხმოთ უწმინდურ აზრებს ან სურვილებს.

ეს მცნება სხვებთან შედარებით ბევრად უკეთესია. რადგან პირველ რიგში, რაიმე ქმედების ჩადენამდე, ის შენს ფიქრებშია. თუ თქვენი აზრი უწმინდურია, თუ უარყოფითია, მაშინ ის ქმედებად იქცევა. ფიქრი არის პირველი ნაბიჯი ნებისმიერი უწმინდური მოქმედების ჩადენამდე. ნებისმიერი მოქმედების წინ უნდა შეწყვიტოთ ფიქრი. თუ ცუდს არაფერს ფიქრობ, ცუდს არაფერს გააკეთებ. თუ ეგოისტურად ფიქრობ, შენი ქმედებები ეგოისტურია. ტერორისტები, ადამიანების დახოცვამდე, უკვე ითვლიან როგორ და სად შეიძლება განახორციელონ მკვლელობა, სწავლობენ და აპროგრამებენ გონებაში. ამიტომ ღმერთი ამბობს: არ დათანხმდებით უწმინდურ აზრებსა და მოქმედებებზე. ყველა მოქმედება მათ ჩადენამდე გაიარეთ აზროვნება. თუ უწმინდურმა აზრმა, ნეგატიურმა სურვილმა გაიარა თქვენს თავში, მაშინვე უნდა მოიჭრათ იგი, სანამ ეს აზრი ქმედებად იქცევა. სანამ რაიმეს გააკეთებ, დაფიქრდი, გინდა თუ არა, რომ ასე გაგიკეთონ. იფიქრეთ, რომ ჩვენ ყველანი ერთნი ვართ, ერთი დიდი ოჯახი ვართ, ყველა ღვთის შვილები ვართ. რომ გესმოდეთ, ხესავით ვართ, ყოველი ადამიანი ფოთოლია, ყოველი ტოტი ქვეყანაა, ღერო ჩვენი საწყისია, ის ჩვენი მამაა.

ჩვენ ყველანი ვქმნით ხეს. ჩვენ ერთად ვართ. დედამინაზე ჩვენ ერთი დიდი ოჯახი ვართ. ყველა უწმინდური სურვილი და აზრი ქმედებად იქცევა. შემდეგ მოდის იმ უარყოფითი და უწმინდური ქმედებების შედეგები. თუ ეს აზრი სწორია, ეს დედამინა სამოთხე იქნებოდა.

ღმერთის კანონის მეათე მცნება: არ დაიფაროთ სხვისი საკუთრება.

ეს არის ღვთის კანონის ბოლო მცნება. არ შეეცადოთ მოიპაროთ ან დაისაკუთროთ ის, რაც სხვებს აქვთ. სიტყვა კარგად არის ძალიან ფართო; ეხება ყველა სახის თვისებას, არა მხოლოდ მასალებს

ინტელექტუალები, აზროვნება, ფული... იმისთვის, რომ არ გვინდოდეს, მოქმედებამდე შევწყვიტოთ ფიქრი. მოქმედებამდე ყოველთვის ვფიქრობთ; როგორ მოიპაროს და როგორ ისარგებლოს იმით, რაც სხვას აქვს, იქნება ეს კანონიერი თუ უკანონო. სხვისი ქონებით სარგებლობას ორი გზა აქვს, ლეგალურად და უკანონოდ:

1 ლეგალურად; ის სარგებლობს უდანაშაულო ადამიანებით, როგორცაა ბანკები, რომლებმაც დადეს იპოთეკა. როცა ბანკს ვერ იხდით, ბანკი აცხადებს, რომ გეუბნებით, რომ ხელი მოაწერე პირობებს მაშინაც კი, თუ წვრილმანი არ წაგიკითხავთ. ახლა თქვენი ქონება მხოლოდ 50,000 ევრო ღირს, მაგრამ მანამდე, როცა სესხს ითხოვდით, 100,000 ევრო მოგცეს. ეს ბანკი კანონიერად იპარავს, ხალხის ფულით სარგებლობს. ადრე ბანკში გეუბნებოდნენ, რომ შენი ბინა 100 ღირდა, ახლა კი 50 ღირს, ამიტომ ბანკი 50-ზე ცდილობს შენით ისარგებლოს. კანონი არასწორია, რადგან ეს მორალურად უკანონოა. თუ ვერ გადაიხადე, გამოგასახლებენ და ქუჩაში აგდებენ და ბანკი შენს ბინას წაართმევს. ეს არის ხალხის კანონიერად სარგებლობა.

2 არალეგალურად; ეს არის ნებისმიერი სახის ქურდობა ან თაღლითობა. თუ ადამიანს შეუძლია ისარგებლოს ისეთი ადამიანებით, როგორცაა 100 000 ევრო, თავიდან ის ძალიან ბედნიერია, რადგან 100 000 ევრო მიიღო, მაგრამ ამ ადამიანს ავიწყდება ერთი რამ; თუ ის 100 000 ევროდან ატყუებს ღარიბ ადამიანებს, თავისი ინტელექტით მას შეეძლო 1 000 000 ევროს მოგება მოტყუების გარეშე. თქვენ არასწორად გამოიყენეთ თქვენი ინტელექტი. მითუმეტეს ძვირად გადაიხდის, რადგან საცდელი პროცესი ექნება და თუ საცდელი წაგება მოუწევს 100 000 ევროს პლიუს პროცენტები და ხარჯები. ამიტომ ღმერთი გვეუბნება, რომ არ ვისარგებლოთ და არ გვინდოდეს სხვისი საქონელი, რადგან საბოლოოდ ჩვენ ძვირად ვიხდით მას. სჯობს ლეგალურად გამოიმუშაოთ ფული თქვენი ინტელექტით. პოლიტიკოსები; იპარავენ კანონიერად და უკანონოდ. ისინი თავიანთი მდგომარეობით და გავლენით ატყუებენ პატიოსან ადამიანებს, იპარავენ ქალაქის გადასახადებს, იყენებენ სუბსიდიებს თავიანთი ნათესავების დასახმარებლად და ბოლოს ყველაფერი გამოდის. ეს ყველაფერი არსად მიდის. სჯობს, პატიოსანი იყო და ხალხის ფული არ მოიპაროთ, ბოლოს ყველა დაეცემა და ციხეში ჩაკეტეს. ზოგი ადრე და ზოგი შემდეგ. თუ ადამიანს მოიპარავ ან მოატყუებ, მხოლოდ ამ ადამიანის ვალი ხარ. მაგრამ თუ თქვენ იპარავთ ან მოატყუებთ მოქალაქეებს, თქვენ ყველა მოქალაქეს მართებთ.

თუ ესპანეთს 40 000 000 მოსახლე ჰყავს და ხალხის ფულს იპარავ, 40 000 000 მილიონი ადამიანის ვალი გაქვს. სახელმწიფო ფულს არ ეკარება. ეს ძალიან სერიოზულია. ადამიანის მოპარვა ან ქალაქიდან გადასახადების მოპარვა არ არის იგივე, ღვთის კანონისთვის ხალხის ფულის მოპარვა ბევრად უფრო სერიოზულია. იყავით ძალიან ფრთხილად პოლიტიკოსებთან და ადამიანებთან, რომლებსაც აქვთ მნიშვნელოვანი თანამდებობები. ფრთხილად იყავით იმ ხალხთან. არცერთი არ დასრულდება კარგად. არც ერთი გროში არ უნდა დახარჯონ ხალხისგან, რადგან ღმერთი გითვალთვალავს და მერე მოგიწევს ანგარიშის გასწორება აქაც და შემდეგშიც. ღმერთი დაგსჯის შენც და შენს სინდისსაც. მერე კარგად ვერ დაიძინებ და ხალხის ფულის მოპარვისთვის სინანული გექნება. თითქმის ყველა პოლიტიკოსი და პარტია დაიჭირეს ქურდობაში და რეკეტში, ამას ყოველდღიურად ვხედავთ ახალ ამბებში. ძვირად იხდიან და არავინ გაურბის. სანამ ამას გააკეთებ, კარგად დაფიქრდი. არ შეიძლება ხალხის ფული ფუჭად დახარჯო და არც შენი ძალაუფლების პოზიციით ისარგებლო. რადგან თუ ამას გააკეთებ, ძვირად გადაიხდი და ციხეში ჩახვალ და არა მარტო ეს, შენი სახელიც ბანდიტივით შეფერხდება.

შენი ოჯახი შერცხვება შენი. რატომ იფარავს ყველა პოლიტიკოსი სახეზე დაკავებისას? იმიტომ რომ იციან, რომ არასწორად ჩაიდინეს და რცხვენიათ. არ იფიქროთ, რომ გადაარჩინოთ და ვერასდროს დაგიჭერენ: ყველა თაღლითი და ქურდი ადრე თუ გვიან მას ემორჩილება. დროის საკითხია. არასდროს მიდის კარგად. არ ღირს მთელი ცხოვრების ციხეში გატარება. არა მხოლოდ ეს, როცა მოკვდები, სულ მცირე, მილიონი წლით ჯოჯოხეთში წახვალ. ჯოჯოხეთი გელოდებოდა, რათა გატანჯოთ მილიონი წლის განმავლობაში. თუნდაც არ გჯეროდეს ან არ გაინტერესებდეს დაჯერება, მაინც ჯოჯოხეთში წახვალ. იქ იქნები ციხეში და ყოველ დღე გამოგიყვანენ, რომ მოგკლას უსასრულოდ, სანამ სასჯელს არ დაასრულებ. გჯერა კანონის თუ არა, როცა დაგიჭერენ, ყველა ციხეში მიდის. გჯერა ჯოჯოხეთის თუ არა, ციხეშიც ჩაგსვამენ და ჯოჯოხეთის ციხე არ არის ისეთი, როგორც აქ არის კომფორტით სავსე. ბევრი თვალთ ხედავ.

ყველა პოლიტიკოსი ხალხის მსახურია. ისინი არ არიან ხალხის თავები. ხალხი არ ემსახურება პოლიტიკოსებს. პოლიტიკოსები არ არიან ხალხზე მაღლა. თქვენ უნდა დაეხმაროთ ხალხს უკეთესად იცხოვრონ. თუ გაფლანგავ, იპარავ და მეგობრებს აძლევ სუბსიდიებს, შენ იპარავ ხალხს და ამას თავისი სასჯელი აქვს, აქაც, ამქვეყნადაც და სამახსოვროშიც. როდესაც ერთ დღეს ციხეში წახვალ, მეგობრები არ აპირებენ შენთან ერთად. არავინ აპირებს შენთვის გადახდას, არავინ არაფერს გააკეთებს შენთვის. თუ კანონის წარმომადგენელი ხარ და ხარხარი, უნდა გასწორდე, სხვებს მაგალითი უნდა მისცე, რადგან ვერავისგან ვერ მოითხოვ იმას, რისი შესრულებაც არ შეგიძლია.

თუ საჯარო დაწესებულებები, როგორცაა მუნიციპალიტეტები, არ წყვეტენ ხალხის ჩახშობას და პრობლემების ძიებას, ისინი არ არიან ხალხის მსახურები. პოლიტიკოსებს უნდა ჰქონდეთ გული და დაეხმარონ ხალხს და არა უმოწყალოდ დაამტვრიონ. პოლიტიკოსობის უპირველესი პირობა უნდა იყოს ოქროს გული, სხვებისადმი თავდადება და ხალხის პრობლემების გადაჭრა.

ხალხი პოლიტიკოსებს ოქროს გულის გამო არ ირჩევს. ამიტომაც ვართ ახლა ასე ცუდად. ღმერთმა იცის, რომ ეს სამყარო ყოველ ჯერზე უარესდება, ამიტომ ღვთის კანონის ბოლო მცნებაა: არ მოისურვოთ სხვისი საქონელი. ძალიან არასწორია კანონის აღსრულება სხვაზე და თავად არ დაემორჩილო მას. თუ მამა ეწევა, როგორ უნდა უთხრას შვილს, რომ მოწევა ცუდია? თქვენ უნდა აჩვენოთ მაგალითი, ასე რომ ყველაფერი კარგად იქნება. თუ პოლიტიკოსები იპარავენ და სჩადიან დანაშაულს, როგორ მოითხოვენ, რომ სხვები არ მოიპარონ ან არ ჩაიდინონ დანაშაული? არ არის ლოგიკური. ვისაც კანონი ხელთ აქვს, 100%-ით უნდა შეასრულოს სხვების მოთხოვნამდე. რამდენი ადამიანი აკეთებს ისე, როგორც ღმერთი ბრძანებს? 1%? დანარჩენი, 99% ეგოისტია და იპარავს სხვებს რამდენადაც შეუძლიათ. თუ გროშს მოიპარავ, შემდეგ ცხოვრებაში მოგიწევს გადახდა. თქვენ რეინკარნაცია მოახდენთ ცხოველად ისევ და ისევ, სანამ არ გადაიხდით ყველაფერს, რაც ვალში გაქვთ. დღეს შეგიძლიათ იყოთ პოლიტიკოსი, რადგან წარსულ ცხოვრებაში კარგად მოიქცეთ, მაგრამ არ ისარგებლოთ ახლა, რადგან თქვენი დაცემა უფრო ძლიერი იქნება. რატომ ცხოვრობენ პოლიტიკოსები ასე კომფორტულად? დიდი სახლები აქვთ, სამსახურებრივი მანქანა მძღოლით, პირველი კლასის მგზავრობა... ჩვენზე მაღლა არიან? არა, ეს ასე არ არის. თქვენ უნდა მისცეთ მაგალითი და რასაც აკეთებთ არის საგადასახადო ფულის სარგებლობა, რათა უკეთ იცხოვროთ. ეს ყველაფერი ეგოიზმისგან მოდის: მე, მე, მე. თუ საკუთარ თავზე უპირველეს ყოვლისა სხვაზე ფიქრობთ, არასოდეს ჩაიდენთ ასეთ ცოდვებს და ბედნიერად იცხოვრებთ ამ დედამიწაზე.

სხვის ტკივილს არ მოგადგებათ, რადგან თუ ზიანს მიაყენებთ, მეორეს თქვენზე შურისძიების სურვილი გაუჩნდება და თქვენც ცუდ დროს გაატარებთ. ამიტომაც არ ატკინო, თუ არ გინდა, რომ დაგიშავონ. ნუ იქნები ეგოისტი და მხოლოდ საკუთარ თავზე იფიქრე. კარგად უნდა იფიქრო საკუთარ თავზე, უნდა იყო პოზიტიურად ეგოისტი და კარგად იფიქრო რა სარგებელს მოგიტანს და რა გტკივა. კარგად დაიმახსოვრე: სანამ სხვა ადამიანების საქონელს გსურს, იფიქრე ამაზე. შეწყვიტე ეს აზრი! რადგან შემდეგ თქვენ განიცდიან შედეგებს, ჩახვალთ ციხეში და შემდეგ, როცა მოკვდებით, ჯოჯოხეთში მოხვდებით. იმუშავე ხალხისთვის გულით, ასე ააშენებ სამოთხეს დედამიწაზე. თუ ჩვენ ყველანი ეგოისტები ვიქნებით და სხვებზე მალლა ვდგავართ, რათა უკეთესი ცხოვრება მივიღოთ სხვების ტანჯვისა და ძალისხმევის გარეშე, ეს სამყარო უფრო და უფრო უარესდება, ეს სამყარო ჯოჯოხეთი გახდება. არასოდეს ისარგებლოთ ვინმეთი, ნუ მოატყუებთ ვინმეს ან ცრუ დაპირებებით, ან ტყუილით, შეეცადეთ მიიღოთ ფული ხალხისგან, რომ ისარგებლოთ საკუთარი თავისთვის ან იცხოვროთ მშვიდად და უკეთესად. იშოვე ფული პატიოსნად და ნუ ისარგებლებ სხვისი შრომითა და ძალისხმევით, რათა უკეთ იცხოვრო შენთვის.

ამაში ძვირად გადაიხდით, თქვენი სინდისი და ამქვეყნიური და შემდგომი კანონები დაგსჯის მილიონობით წლის განმავლობაში ჯოჯოხეთში. არასოდეს ისარგებლოთ ადამიანებით, რადგან მაშინ ხალხი შურს იძიებს თქვენზე და ცუდ დროს გაატარებთ.

!დაადევნე თვალი

იდი მადლობა.



უკან ინდექსი



8.- ჰკითხეთ საკუთარ თავს არა ღმერთს

ურვილი ჩაიფიქრე. სურვილების გასაკეთებლად ყველას აქვს ბევრი სურვილი, ყველას აქვს ბევრი სურვილი. პირველი სურვილი, რომელსაც ადამიანები ითხოვენ, არის ჯანმრთელობა და ხანგრძლივი სიცოცხლე. ბევრი ადამიანი ღმერთს სთხოვს, რომ იყოს ჯანმრთელი, ღმერთი ვერ დაგეხმარება. რომ იცოდე, ჯანმრთელობა და დიდხანს სიცოცხლე რომ გქონდეს, ღმერთს ნუ სთხოვ, ჰკითხე საკუთარ თავს.

თქვენ გაქვთ ჯანმრთელობის თხოვნის ორი გზა:

ჯერ გონება უნდა იფიქროს პოზიტიურად. ნუ იფიქრებთ უარყოფითად, რადგან ნეგატიური მოაქვს ნეგატიურს და პოზიტიურს მოაქვს დადებითი.

აქტების მიხედვით შეასრულეთ მოქმედებები სხვების სასარგებლოდ. გააკეთე სიკეთე სხვებისთვის. არა შენს სასარგებლოდ. ყოველთვის სხვების სასარგებლოდ და არა შენს სასარგებლოდ. ამას ჰქვია პოზიტიურად მოქმედება და პოზიტიური მოაქვს დადებითი და უარყოფითი მოაქვს უარყოფითი. ყველა ქმედება, რომელიც ხელს უწყობს საკუთარ თავს, უარყოფითია და ნეგატიური მოაქვს ნეგატიურს. ყველა თქვენი ქმედება სხვებისთვის უნდა გაკეთდეს. არ არსებობს საბაბი. არ აქვს მნიშვნელობა რას აკეთებ. როგორც ჩანს, ხალხს ეხმარებით, მაგრამ მოგებას იღებთ. ეს არ არის პოზიტიური, ეს არის ნეგატიური და შენ საკუთარ თავს ავნებს.

ვიყოთ ჯანმრთელები, ვნახოთ, ჯანმრთელობა დამოკიდებულია სისხლის მიმოქცევაზე. თუ სისხლი კარგად არ ცირკულირებს, ჯანმრთელობა არ გექნებათ. ნეგატიური აზროვნება, ნერვები, სტრესი, ბრაზი, სევდა... ყველა ეს გრძნობა უარყოფითია და უარყოფითად მოქმედებს თქვენს ჯანმრთელობაზე. თუ სისხლი კარგად არ ცირკულირებს ღვიძლში, გექნებათ ღვიძლის პრობლემები, თუ სისხლი კარგად არ ცირკულირებს გულში, მაშინ გექნებათ გულის პრობლემები. თუ სისხლი სხეულის რომელიმე ნაწილში კარგად არ ცირკულირებს, პრობლემები შეგექმნებათ, ავად გახდებით, შეშუპება, სისხლი ჩერდება, ჩნდება კისტები, სიმსივნეები და კიბო. თუ კარგად არ ცირკულირებს, ყველაფერი საბედისწერო იქნება შენთვის. თუ სისხლი კარგად არ ცირკულირებს, თქვენი ორგანიზმი კრიზისში გადადის. ეს ლოგიკურია, მსოფლიო ეკონომიკას ჰგავს, საზოგადოებების თუ სახელმწიფოების, ოჯახების ეკონომიკას... თუ არ შემოდის, არ გამოდის. თუ მოხმარება არ არის, თუ ხალხი არ ყიდულობს, ქარხნები იხურება. ყველაფერი ჩერდება და თუ გაჩერდა, არის კრიზისი. თუ ყველა იყიდის, ყველა მოიხმარს, ყველაფერი იდეალურად იქნება და კრიზისი არ იქნება.

სანამ ნდობის ნაკლებობაა, ყველაფერი ჩერდება და იწყება კრიზისი. ეს ჰგავს სისხლის მიმოქცევას; თუ ის კარგად არ მიმოქცევაში გექნებათ კრიზისი.

ასე რომ არ მოხდეს, ყოველთვის ოქროს გულით უნდა გააკეთო სხვებისთვის.

ყოველთვის სხვების სასარგებლოდ და არა საკუთარი თავის. ეს დადებითია. თუ თქვენ არ მიიღებთ რაიმე სარგებელს, როდესაც აკეთებთ დადებით საქმეებს სხვებისთვის, მაშინ ეს იქნება დადებითი აქტი. თუ სიკეთეს აკეთებთ სხვებისთვის, არა თქვენი ოჯახისთვის, ვიღაც უცნობისთვის, მაშინ იგრძნობთ ძალიან სასიამოვნო შეგრძნებას თქვენს სხეულში, იგრძნობთ თავს ბედნიერად და ძალიან პოზიტიურად და ეს შეგრძნება, ეს ენერჯია მოგცემთ კარგ სისხლის მიმოქცევას.

თუ თქვენ ეხმარებით სხვებს რაიმე სახის მოგების გარეშე, ეს მოგცემთ კარგ ენერჯიას და გექნებათ კარგი ჯანმრთელობა და ხანგრძლივი სიცოცხლე. თუ რაიმე პოზიტიური აქტით იღებთ სარგებელს, ეს ხდება ნეგატიური აქტი. ვინაიდან ყველა უარყოფითი გავლენას ახდენს სისხლის მიმოქცევაზე, თქვენ გექნებათ ცუდი ჯანმრთელობა. ეს არის ის, რასაც ყოველდღე ვაკეთებ, ვაკეთებ დადებით მოქმედებებს ხალხისთვის და თავს ძალიან ბედნიერად ვგრძნობ, ეს ძალიან დადებით ენერჯიას მაძლევს. ხალხიც კი მეკითხება: რატომ ხარ ასეთი ბედნიერი? მოიგეთ ლატარია? ამიტომ მე ყოველთვის ყოველდღიურად ვაკეთებ დადებით აქტებს ადამიანებისთვის და ამით ძალიან კარგი ჯანმრთელობა მაქვს. ეს არის ის, რაც თქვენ უნდა გააკეთოთ.

თუ ჩემსავით ჯანმრთელობა გინდათ, საკუთარ თავს უნდა ჰკითხოთ ხალხისთვის პოზიტიური ქმედებებით და რაიმე სახის სარგებლობის გარეშე.

ღმერთი ვერ დაგეხმარება, ჯანმრთელობა უნდა მოიპოვო.

მეორე არის ის, რასაც ჭამთ. იყავით ძალიან ფრთხილად რას ჭამთ. ყველა ხორცს აქვს თავისი ვირუსები, თუ გაგიმართლა და ვირუსით დაინფიცირებულ ხორცის ნაჭერს მიირთმევ, ეს ვირუსი გადავა შენს ორგანიზმში და დაავადდები.

ჩვენ უკვე ვიცით მსოფლიოში ხორცის მოხმარების გამო გაჩენილი ეპიდემიები: აზიაში ფრინველის გრიპით ბევრი ადამიანი დაინფიცირდა და ჰაერის მეშვეობით, სუნთქვით, ადამიანები ავად ხდებოდნენ და ბუშტებივით დაეცემოდათ. შიდსი მოდის აფრიკიდან, მაიმუნებიდან. მაიმუნები ყოველთვის იყვნენ ამ ვირუსის მატარებლები და მათ არაფერი მომხდარა, მაგრამ მას შემდეგ, რაც ჩვენ მათ ხორცს ვჭამთ, ახლა ეს ვირუსი დავიჭირეთ. ეს ვირუსი არ არის თავსებადი ჩვენთან და ამიტომაც გვართმევს ჯანმრთელობას და გვაიძულებს მალე ავადდებოდეს და მოვკვდეთ.

ს პრობლემაა.

თევზის მსგავსად, თევზი ჭიებს ატარებს და რომც მოხარშოთ, შეწვათ ან ძალიან ცხელ წყალში მოხარშოთ, ამ ჭიებს არ მოკლავთ და როცა ამ თევზს შეჭამთ, დაინფიცირდებით ამ ჭიებით. არ გჯერა? აბა, გაიკეთე ტესტი: მოხარშული ხორცის ნაჭერი ჩაყარე, თუნდაც ნახშირით დაინვა, დადგი თეფშზე ერთი კვირა და დაინახავ, როგორ შავდება ის ხორცი, როგორც ნახშირი ლპება და მატლები გამოდის. ჭიები არ კვდებიან. ორგანიზმები არ კვდებიან. ასე რომ, თუ გაგიმართლათ და ინფიცირებულ ხორცს მიირთმევთ, ავად გახდებით. არავინ იძლევა გარანტიას, რომ ხორცი ვირუსებისგან თავისუფალია. ჩვეულებრივ, ჯანმრთელობა აკონტროლებს ფერმებს, მაგრამ არ ამოწმებს ყველა ცხოველს. ის აანალიზებს მხოლოდ 1 ცხოველს, მაგალითად ძროხას, მაგრამ არ აქვს დრო, რომ ყველა ძროხა გააანალიზოს. თუ რომელიმე ძროხას აქვს ვირუსი, ის უცნობია და ის მოხმარებამდე აღწევს ანალიზის გარეშე. თუ შეჭამ, მაშინ ავად გახდები.

იშვიათი დაავადებების მრავალი სახეობა არსებობს, ისინი ამ სახელს ატარებენ, რადგან უცნობი დაავადებებია. უცნობია, საიდან მოდის და როგორ განკურნოს ისინი. ყველა ეს დაავადება მოდის ვირუსებიდან, რომლებიც ცხოველებს მოაქვთ. ცხოველები, ისინი, რომლებიც მიწაზე დარბიან, ისინი, რომლებიც ჰაერში დაფრინავენ ან ისინი, რომლებიც წყალქვეშ არიან, უმჯობესია არ შეეხოთ მათ. თუ მათ შეჭამთ და მათ აქვთ ვირუსები, მაშინ დაავადდებით, უმჯობესია არ შეეხოთ მათ. ყოველდღე თამაშობთ თქვენს ჯანმრთელობას ცხოველების ჭამით. როგორც ჩვენ წლების წინ შეშლილი ძროხის ვირუსით; ერთი ნაჭერი ხორცის ჭამა ხალხი გარდაიცვალა. არავინ იცის, რამდენი უცნობი ვირუსია ცხოველების სხეულში.

ჩვენ თვითონ ვატარებთ ვირუსებს, როგორცაა კიბო და ვერ ვმკურნალობთ, როგორ განვკურნოთ ცხოველების უცნობი ვირუსები? თუ არ ვიცნობთ მათ, ვერ განვკურნავთ. შეხედეთ შიდსის ვირუსს, განკურნება არ არსებობს.

ჯანმრთელობის პრობლემების თავიდან ასაცილებლად, შეეცადეთ არ მიირთვათ ხორცი ან თევზი. მოიქეცი ისე, როგორც მე 40 წელია ვეგეტარიანელი ვარ და არასდროს ვყოფილვარ ავად, არც საავადმყოფოში ვყოფილვარ და არც ექიმთან მინახავს. ეს არის შედეგი. ამიტომ, თუ ჯანმრთელობა გინდათ, ჰკითხეთ საკუთარ თავს არა ღმერთს. ფრთხილად იყავით, რას ჩადებთ პირში.

ეს უნდა იცოდეთ.

იდი მადლობა.



უკან ინდექსი



9.- სექტები / რელიგია და სექტები

მსოფლიოში პირველი ბოროტება არის სექსი. დღეს ჩვენ ვაპირებთ ვისაუბროთ რამდენიმე რელიგიაზე, რომლებიც სარგებლობენ ღარიბი ადამიანებით, რომლებმაც არაფერი იციან. ბევრი ადამიანია, ვინც სარგებლობს ქალებითა და ადამიანებით გამდიდრების მიზნით. ბევრი „რელიგია“ სარგებლობს ღარიბი გაუნათლებელი ხალხით. მაგალითად, მასწავლებელი სთხოვს ხალხს ფულს და ჰპირდება, რომ იღბლიანი და ჯანმრთელი იქნება.

კიდევ ერთი სისულელე ამბობს: ქალს უნდა ჰქონდეს სექსი მასწავლებელთან, რომ ჯანმრთელობა და დიდხანს სიცოცხლე ჰქონდესო. ყველა რელიგია კარგია, სანამ ისინი ღმერთების კანონშია. მაგრამ ქალს არ შეუძლია შესთავაზოს თავის სხეულს ბატონისთვის სექსი და მას შემდეგ, რაც ოსტატი ამ ქალთან სექსით დაკავდება, ის მას სხვა მიმდევრებს აძლევს სექსის დასაკავებლად. ეს ძალიან არასწორია. ეს ეწინააღმდეგება ღვთის კანონს. ბევრ რელიგიაში დროდადრო გამოდის მასწავლებელი, რომელიც უამრავ ბიანს აყენებს ადამიანებს, სარგებლობს ხალხის უცოდინრობით. ადამიანებს სურთ იყვნენ ჯანმრთელები და სჯერათ ყველაფრის, რასაც ეუბნებიან. ამით სარგებლობენ ეს „ოსტატები“. ისინი ეუბნებიან ქალებს, რომ თუ მათ უნდათ ჰქონდეთ ჯანმრთელობა და დიდხანს სიცოცხლე, უნდა დაკავდნენ სექსით მასწავლებელთან, რათა განკურნონ თავიანთი დაავადებები და გააგრძელონ სიცოცხლე. ისინი სექსის სანაცვლოდ ჯანმრთელობას, იღბალს და ხანგრძლივ სიცოცხლეს სთავაზობენ.

მასწავლებელთან სექსობრივი კავშირის შემდეგ მასწავლებელი მათ სხვა მიმდევრებს აძლევს, რომ მასთან სექსი დაკავდნენ. ეს სისულელეა. ეს ეწინააღმდეგება ღვთის კანონს. ეს „მასწავლებელი“ ხალხის უცოდინრობით თავის სასარგებლოდ სარგებლობს. იყავით ძალიან ფრთხილად ამით. ეს ხალხი ციხეში უნდა იყოს.

კიდევ ერთი რამ, რასაც ეს მასწავლებლები ხალხს სთხოვენ, არის ფული, რომ გამდიდრდნენ და იცხოვრონ ყველანაირი კომფორტით. თუ

გინდა რომ გქონდეს კარგი ჯანმრთელობა და ხანგრძლივი სიცოცხლე, ფული უნდა მისცე ადამიანებს, ვისაც ეს სჭირდება, ორგანიზაციებს, რომლებიც ეხმარებიან ადამიანებს. განკურნება. მაგალითად ექიმები საზღვრებს გარეშე. თუ გინდა დიდხანს გქონდეს სიცოცხლე, ფული უნდა შესწირო ადამიანებს, რათა მათაც გაახანგრძლივონ სიცოცხლე მათი დაავადებების განკურნებით. ნუ მისცემთ ფულს ამ მასწავლებლებს, რომლებსაც სურთ მხოლოდ ღარიბი ხალხისგან ისარგებლონ და გამდიდრდნენ. არცერთი მასწავლებელი არ არის ღმერთი. ჩვენ ყველანი ადამიანები ვართ. თუ მასწავლებელი ამბობს, რომ ის ღმერთია, ეს ტყუილია. არავინ ვარა ვინც ამბობს, რომ ღმერთი ცოცხალია, უბრალოდ უნდა ისარგებლოს ხალხით უფასო სექსისთვის და ფულით გამდიდრებისთვის. ისინი ცრუ მასწავლებლები არიან. ამასთან, იყავით ძალიან ფრთხილად. ბევრ ქვეყანაში არსებობს მრავალი სექტა, რომლებიც ამბობენ, რომ ისინი ტიბეტელი ბუდისტები არიან და მხოლოდ მოგებას იღებენ. მე არავის ვადაწაშაულებ, უბრალოდ ვამბობ, რომ ძალიან ფრთხილად იყავით სექტებთან, რომლებიც თავს ტიბეტელ ბუდისტებად წარმოაჩენენ და ითხოვენ სექსს და ფულს ჯანმრთელობის, იღბლის და ხანგრძლივი სიცოცხლის სანაცვლოდ. ბუდისტი მასწავლებელი არასდროს არაფერს ითხოვს სწორი გზის სწავლების, სხვების დახმარების სანაცვლოდ.

ვინც ტიბეტურ ბუდიზმშია, იყავით ძალიან ფრთხილად, ყოველი შემთხვევისთვის. მხოლოდ გაფრთხილებ, რომ ფული არ წაგიღონ და ქუჩაში დარჩე არაფრით ან ამდენ ადამიანთან მოგიწიოს სექსი და მე რე შიდას ან სხვა სქესობრივი გზით გადამდები დაავადებები დაგემართოს. მე მხოლოდ გაფრთხილებთ: ფრთხილად იყავით სექტებთან, რომლებიც ითხოვენ სექსს და ფულს ჯანმრთელობის, იღბლის და ხანგრძლივი სიცოცხლის სანაცვლოდ. მსოფლიოში ბევრი ადამიანია, რომლებიც წარმოადგენენ ტიბეტელ ბუდისტ მასწავლებლებს მხოლოდ იმისთვის, რომ ისარგებლონ იმ ადამიანებით, რომლებსაც ჯანმრთელობა და ხანგრძლივი სიცოცხლე სურთ. დიდი ზრუნვა. ამით.

ამ სამყაროში ბევრი კარგი მასწავლებელია, მაგრამ ასევე ბევრი ცუდი მასწავლებელი. ყველა რელიგიაა: ბუდისტური, კათოლიკური... თუ გინდა ფული გქონდეს, ღარიბებს უნდა დაეხმარო. თუ ერთი ევრო დაგრჩათ, დაეხმარეთ გაჭირვებულებს ერთი ევროთ, თუ 10 ევრო დაგრჩათ, ღარიბებს დაეხმარეთ 10 ევროთი. ამით ღმერთები დაგეხმარებიან. თუ ადამიანებს ეხმარებით, მეგობრები გეყოლებათ, არ აქვს მნიშვნელობა რამდენს გასცემთ. და არ არსებობს გამართლებული საბაბი, უბრალოდ გააკეთე ეს და ეს არის ის. სანაცვლოდ არაფრის მოთხოვნის გარეშე. თუ შეგიძლიათ, დაეხმარეთ სანაცვლოდ არაფრის თხოვნის გარეშე.

ნუ მისცემთ ადამიანებს უფლებას ისარგებლონ თქვენით ფულის მოთხოვნით.

ახლა უამრავი სექტაა ღმერთების სახელები, რომლებიც სარგებლობენ ადამიანებით. იყავით ძალიან ფრთხილად მათთან.

მასწავლებელი, რომელიც ატარებს ღამაზ ტანსაცმელს და ცხოვრობს ღამაზ სახლში, სადაც უამრავი კეთილმოწყობაა მის გარშემო... იყავით ძალიან ფრთხილად მათთან!

დიდი მასწავლებელი სანაცვლოდ არაფერს ითხოვს.

16 წელია სახლში იოგას და მედიტაციას უფასოდ ვასწავლი და სანაცვლოდ არაფერს ვითხოვ. სანაცვლოდ არც ცენტს და არც საჩუქარს არ ვიღებ. ყველაფერს უფასოდ ვაკეთებ ხალხის დასახმარებლად, რადგან ამას გულით ვაკეთებ.

არ ვიცი ჩემი სტუდენტების სახელი ან ტელეფონის ნომერი, რატომ? უბრალოდ ვცდილობ დავეხმარო ადამიანებს. ყველა იმ ადამიანს ვისაც ეს სჭირდება და სანაცვლოდ არაფერს ვითხოვ.

თუ მასწავლებელი გთხოვს ფულს და სექსს, რაიმე მიზეზით მისი მოსწავლეებისგან, მაშინ ის ბანდიტია, ის არ არის მასწავლებელი. ტყუილია. ის არ არის მასწავლებელი. მასწავლებელს მოსწონს იესო ქრისტე, რომელმაც თავი მიუძღვნა ხალხს სანაცვლოდ არაფრის თხოვნის გარეშე, ისევე როგორც მე. მე არასოდეს არავის არაფერს ვითხოვ, ისევე როგორც იესო ქრისტემ, რომელმაც სიცოცხლე სხვებისთვის გაიღო, სანაცვლოდ არაფრის თხოვნის გარეშე, მხოლოდ ადამიანებს ეხმარება. თუ მასწავლებელი სანაცვლოდ რაღაცას გთხოვს, მაშინ ის ცრუ მასწავლებელია. ის არის ბანდიტი, რომელსაც მხოლოდ შენით სარგებლობა სურს. არასდროს არავის ვითხოვ ფულს, ვეხმარები მხოლოდ მათ, ვისაც ეს სჭირდება.

ტიბეტელ ბუდისტებთან ბევრი კამათია, სიმართლე თუ ტყუილი არ ვიცი, მხოლოდ იმას ვამბობ, რომ ძალიან ფრთხილად იყავი. მე მხოლოდ გაფრთხილებ. ნამდვილი ოსტატი არასოდეს სთხოვს ხალხს ფულს. მასწავლებელი არასოდეს ითხოვს სექსს ჯანმრთელობისა და ხანგრძლივი სიცოცხლის სანაცვლოდ. ეს არის ხალხის სარგებლობა. იყავით ძალიან ფრთხილად მათთან. თუ მეძავს არ უნდა სექსი, არ უნდა. მაგრამ თუ შეუერთდები ამ სექტებს, უნდა გქონდეს სექსი ბატონთან და ყველა მიმდევართან... რომ ბანდიტი იყო თაღლითი და მატყუარა. თვალი ადევნეთ. თუ მასწავლებელი გთხოვს სექსს ან ფულს, ის არ არის ნამდვილი მასწავლებელი. თუ ის აბსოლუტურად არაფერს გთხოვს და დახმარებას და სწავლებას შემოგთავაზებთ სანაცვლოდ არაფრის თხოვნის გარეშე, ეს არის ნამდვილი მასწავლებელი, როგორც მე.

დაახლოებით ერთ დღეს მოხუცი ქალბატონი მოვიდა ჩემს იოგას ოთახში ჩვენთან ერთად იოგას მედიტაციის შესასრულებლად და მითხრა, რომ მიდიოდა იოგას გაკვეთილზე, სადაც მასწავლებელმა აიძულა ყველა ქალი გაშიშვლებულიყო, რათა უკეთ ემუშავათ იოგაში და ამით მიეღოთ კარგი ენერჯია.

ქალბატონმა მითხრა, რომ მას რცხვენოდა შიშველი სხეულის ჩვენება, რადგან ახალგაზრდა აღარ იყო და მისი სხეული ნაოჭებიანი და სიყვარულის სახელურებით იყო საკვებ. თუ იოგას აკეთებ, რატომ უნდა გაიხადო ტანსაცმელი? იოგა მას არაფერი აქვს საერთო ტანსაცმელთან. ეს მასწავლებელი მხოლოდ სარგებლობს.

იყავით ძალიან ფრთხილად სექტებთან, რომლებიც სანაცვლოდ რაღაცებს ითხოვენ.

ვისაც თქვენგან რაღაცის გამოტანა სურს, თაღლითია. თუ რამეს გთხოვს, თაღლითია, სექტაა. თქვენ არ შეგიძლიათ მოითხოვოთ სექსი ან ფული. ეს ადამიანები სხვებისგან ყველაფერს იღებენ, რათა კარგად იცხოვრონ.

იმისთვის, რომ იყოთ ჯანმრთელი, გააკეთეთ სიკეთე ხალხისთვის და გექნებათ დადებითი ენერჯია და თავს ძალიან ბედნიერად იგრძნობთ: ეს ჯანმრთელობას მოაქვს.

ღმერთი ყოველთვის ამბობს: აპატიე სხვებს. იმიტომ, რომ თუ არ აპატიებ, თუ გძულს, ეს ნეგატიური ენერჯია, რომელსაც სიძულვილი წარმოშობს, დაგიშავებს და ჯანმრთელობის პრობლემები გექნება, რადგან ყოველთვის გაბრაზებული, გაბრაზებული და სევდიანი იქნები. თუ ადამიანები შენს წინააღმდეგ რაიმე ცუდს გააკეთებენ, ადრე თუ გვიან ისინი გადაიხდიან ამაში. ამიტომ არ უნდა გძულდეთ და გაბრაზდეთ, ყველას თავისი სასჯელი ექნება, არ ინერვიულოთ.

რელიგია და სექტები

გამარჯობა რელიგია და სექტა. რა არის კარგი რელიგია და რა არის ცუდი? არის ორი რამ, რაც დაუყოვნებლივ უნდა იცოდეთ. ამ სამყაროში ბევრი სხვადასხვა რელიგიაა. რელიგიაში მთავარია ის, თუ როგორ აკეთებთ საქმეს. არის ზღვარი, რომელსაც ვერასდროს ვერავინ გადალახავს, არ აქვს მნიშვნელობა, დიდი რელიგია იქნება ბევრი მიმდევარი თუ პატარა, არ აქვს მნიშვნელობა. ნებისმიერმა მიმდევარმა უნდა გაითვალისწინოს:

1.- მასწავლებელი ან მღვდელია, ან ბერი, თუ მონაფეების ფულს ყიდულობს თავისი სახლის, ძვირადღირებული მანქანის საყიდლად, ახირების ასასრულებლად... ეს არის სექტა. თუ ხალხი ფულს აძლევს რელიგიას, მასწავლებელმა ფული უნდა გამოიყენოს ხალხის დასახმარებლად.

გაჭირვებულთა დასახმარებლად.

2.- მასწავლებელს არ შეიძლება ჰქონდეს რაიმე სახის სურვილები. თუ ხედავთ ლამაზ ტანსაცმელში გამონყობილ მასწავლებელს, რომელიც მოგზაურობს ძვირფასი მანქანებით, ცხოვრობს სასახლეებში ყველანაირი ფუფუნებით, ფრთხილად იყავით! ეს მასწავლებელი თუ არ მუშაობს... საიდან მოაქვს ფული? ისე, გასაგებია მისი მიმდევრებისგან. თუ მიმდევრებს ფულის გაცემა სურთ, მასწავლებელმა ამ ფულით უნდა დაეხმაროს გაჭირვებულ ადამიანებს, არა ნივთების ყიდვა და ფუფუნებაში ცხოვრება. თქვენ უნდა დაეხმაროთ გაჭირვებულ ადამიანებს, არ გაამდიდროთ მასწავლებელი და დააფინანსოთ მისი ახირება, როგორცაა ოქროსა და ბრილიანტის საათები ან სუპერ ძვირადღირებული მანქანები. ხალხისგან შემოსული ფული საზოგადოებას უნდა დაუბრუნდეს. ფული ციდან არ ცვივა, ძნელია შოვნა.

ასეთი მასწავლებელი სარგებლობს თქვენგან და თქვენ უნდა მისცეთ მას უფლება. არ აქვს მნიშვნელობა რას ამბობს ან როგორ ამბობს, თუ ის ყოველთვის იღებს ხალხის ფულს, თქვენ მისგან შორს უნდა იყოთ. მასწავლებელმა უნდა მისცეს მაგალითი. ყველას შეუძლია კარგი სიტყვების თქმა, მაგრამ მთავარია ქმედებები. მასწავლებლები, რომლებიც ასე იქცევიან, არიან თაღლითები და თაღლითები. არ აქვს მნიშვნელობა ის ლაპარაკობს სუპერ სასწაულებზე. ეს მასწავლებლები ძალიან კარგად სწავლობენ ბიბლიას ხალხის დასარწმუნებლად და მათგან ფულის მისაღებად.

3.- 16 წელია სახლში უფასოდ ვაკეთებ იოგას. ერთ დღეს ჩემმა სტუდენტმა მითხრა: ცენტრში იოგას გასაკეთებლად დავდიოდი.

მასწავლებელმა ხალხს გაშიშვლება აიძულებდა, ქალებს ყველა ტანსაცმელი გაგვხადა, რომ ენერჯია უფრო პირდაპირ მიეღოთ. მითხრა, რომ ძალიან მრცხვენია, რადგან მისი სხეული ახალგაზრდა არ იყო და სასიყვარულო სახელურები ჰქონდა. ახალგაზრდა გოგონებს არ აინტერესებდათ, მაგრამ ძალიან შერცხვა. ამ ტიპის მასწავლებელს სურს ისარგებლოს ადამიანებით, დაინახოს ქალის შიშველი სხეული. ითხოვე ფული და მერე სექსი, ეს არ არის სწორი. თუ მასწავლებელი ამბობს, რომ იყო ბუდა, დიდხანს იცოცხლო, იყო ლამაზი, ჯანმრთელი... უნდა გაშიშვლდე და მასთან სექსი დაკავდე, თორემ ფულს გთხოვს... ეს ყველაფერი ტყუილია. ნუ მისცემთ უფლებას იმ ცრუ მასწავლებლებს ისარგებლონ თქვენზე.

საოცრებებს ლაპარაკობენ, მაგრამ ბოლოს მხოლოდ სექსი და/ან ფული უნდათ. არ აქვს მნიშვნელობა როგორ საუბრობენ, გთხოვენ სექსს თუ ფულს, მათ უბრალოდ უნდათ ისარგებლონ თქვენით ბუდას, იესო ქრისტეს ან სხვა ღმერთის სახელით. ბევრი რელიგია საუბრობს სექსზე, რომ ერთად ვიყოთ ბუდა. ფრთხილად! ეს კიდევ ერთი დიდი, დიდი ტყუილია. ესენი არიან თაღლითები.

თუ გსურთ გქონდეთ კარგი ჯანმრთელობა, რაც უნდა გააკეთოთ არის საკუთარი თავის დატოვება. იმიტომ რომ რაც მეტი მექნება მით უფრო ეგოისტი იქნები და მეტი პრობლემა გექნება. თქვენ უნდა მიატოვოთ ეს საკუთარი თავი და დაეხმაროთ ხალხს. ჯანმრთელობა თქვენზეა დამოკიდებული. თუ გინდა გქონდეს კარგი ენერჯია, უნდა დაეხმარო ღარიბ ადამიანებს, ურჩიო ხალხს იყოს კარგი ადამიანი, მიეცი ფული ორგანიზაციებს, რომლებიც ეძღვნება სხვების დახმარებას. მაგრამ არასოდეს მისცეთ ფული მასწავლებლის გასამდიდრებლად. და თავისუფალ დროს ეხმარებით ადამიანებს. თუ ამას გააკეთებთ, თქვენ გექნებათ ბედნიერი და ჯანსაღი ცხოვრება. დანარჩენი ყველაფერი ტყუილია. სექტები ასე იქცევიან: ამით სარგებლობენ ხალხისგან ფულის მისაღებად და უფასო სექსით. უყურეთ, გაქვთ თუ არა სექსი იმ დაავადებების გამო, რომლებიც შეიძლება დაავადდეთ, როგორიცაა შიდსი.

ჯერ უნდა უყურო რას აკეთებს მასწავლებელი, უბრალოდ არ მოუსმინო სიტყვებს. ნებისმიერი რელიგია, რომელიც მოგმართავს ფულის გამო ან სექსისთვის მოგიწოდებთ, არის თაღლითობა. დიდი ტყუილია.

ჩვენ ყველანი თანასწორნი ვართ, არავინ არავისზე მაღლა არ დგას. თუნდაც ის მასწავლებელი იყოს. უყურეთ რას აკეთებს, უბრალოდ არ მოუსმინოთ რას ამბობს. რთხილად უნდა იყოთ.

რელიგია, როგორც ღმერთი ბრძანებს, არასოდეს მოგთხოვს ფულს და არ მიმართავს ვინმეს სექსით. ის მხოლოდ გეხმარება, მხოლოდ გასწავლის და გეხმარება, როგორც შეუძლია. ჩემს სტუდენტებს ფული არასდროს მითხოვია და არც საჩუქრებს ვიღებ ვინმესგან. 16 წელია ჩემს იოგას სტუდიაში უფასოდ ვასწავლი. და მე არასდროს მისარგებლია არაფრით და არავისით.

მე აქ ხალხის დასახმარებლად ვარ და მეტი არაფერი. ასე ნათელი და მარტივი.

ეს არის განსხვავება რელიგიასა და სექტას შორის.

იდი მაღლობა.





10.- ყველა ბოროტების წარმოშობა. ეგოიზმი

ბოროტების საწყისი არის ეგოიზმი. ბოროტების მთელი სათავე ეგოიზმშია. ეგოიზმი მავნებელია ჯანმრთელობისთვის, ცუდი აზროვნებისთვის, ცუდი მომავლისთვის... ყველა სახის ბოროტებას მხოლოდ ერთი საწყისი აქვს: მე. ბევრს აწვდიან საავადმყოფოში სიგიჟის გამო, რადგან გაგიჟებამდე ბევრს ფიქრობენ. ბევრი იფიქრე „მე“-ზე: მინდა, არ მინდა, მე, მე, მე... ცხოვრება ბევრ რიგს იღებს. არიან ადამიანები, რომლებიც ცხოვრებას ძალიან სერიოზულად უყურებენ. და როცა სურვილი არ სრულდება, ის ძალიან იმედგაცრუებული და მოწყენილი ხდება, ან თუ ვინმე გტკივა, ყოველთვის შურისძიებაზე ფიქრობ და ეს ტანჯვას იწვევს.

ყველა ეს აზრი თქვენს ცნობიერებას ამოძრავებს. ყოველი გასული დღე მით უფრო მეტად ამოძრავებთ თქვენს ცნობიერებას.

ყველა სიძულვილი საკუთარი თავისგან მოდის. ყველა ჩემზე ფიქრობს პირველ რიგში: როგორ მინდა, როგორ არ მინდა, როგორ მინდა, როგორ არ მინდა... მე მინდა ასე ვიყო და არ მინდა ასე, მომწონს ან არ მომწონს. ზოგი იტანჯება, რადგან მხოლოდ ჩემზე ფიქრობენ.

ხანდახან ყველაფერი ისე არ მიდის, როგორც შენ გინდა ან ელი. ცხოვრებაში ყველაფერი ისე არ მიდის, როგორც შენ გინდა. და თუ გინდა 100, გექნება 100 ტანჯვა. თუ გინდა 10, გექნება მხოლოდ 10 ტანჯვა. თუ არაფერი არ გინდა, ტანჯვა არ გექნება.

ყველაფერი საკუთარი თავისგან მოდის. არაფრის კეთება არ არის საჭირო იმისათვის, რომ გამდიდრდე, თუ მოკვდები არაფერს ალებ. ვინ იცის რამდენი წელი იცოცხლებს? სასაფლაოზე მარტო მოხუცები კი არა, ახალგაზრდებითაა სავსე.

ბევრი ახალგაზრდა იღუპება ავტოკატასტროფაში, რატომ? იმიტომ რომ ჩქარობენ, იმიტომ რომ უნდათ აჩვენონ, რომ სხვაზე მეტი იციან და სხვებზე, ყოველთვის ჩემზე მაღლა დგას. და ამ თვითმმართველობამ მიიყვანა იგი სიკვდილამდე. ამიტომ უნდა იფიქრო, რომ ეს საკუთარი თავი გტკივა.

ამიტომ ყველა მეგობრობა წყდება. რადგან თუ მეგობრები არ აკეთებენ იმას, რაც მე მინდა, ეს დასრულდა და მეგობრობა იშლება. როდესაც ორი აზრი ერთმანეთს ეჯახება, ურთიერთობა წყდება. ეს ჩემი პრობლემაა. ცხოვრებაში ბევრი ძალიან მოწყენილი ადამიანი მინახავს. თუ მე არ ვარ, არ არის სევდა. რაც მეტი მე, მით მეტი პრობლემა გექნება. არიან ადამიანები, რომლებსაც არ შეუძლიათ იძინონ, რადგან ბევრს ფიქრობენ თავიანთ პრობლემებზე, სურვილებზე... და არ არის საჭირო ამდენი ფიქრი.

თუ რამე კარგი უნდა მოვიდეს, მოვა და შენ უნდა მიიღო, თუ ცუდი მოვა, შენც უნდა მიიღო. მაშ რის გადაჭრას აპირებ ამდენი ფიქრით? მთავარია საკუთარი თავის დატოვება.

რაც უფრო დიდი გაქვთ საკუთარი თავი, მით უფრო მეტად იტანჯებით. ამიტომ უნდა ისწავლო საკუთარი თავის გაშვება. როგორც ბევრ ადამიანს, მათაც სურთ გახდნენ მილიონერი და იყვნენ ასე, აკეთებენ კანონის მიღმა რაღაცას, იპარავენ ფულს, ყიდნიან ნარკოტიკებს... ყველანაირი დანაშაული. მტკივა. ასე არ შეიძლება. ბოლოს ცუდად მთავრდება. პოლიციამ დაიჭირა და ციხეში ჩასვა, მერე რა? ეს არ არის მოსახერხებელი, არასდროს მოსახერხებელი. ამიტომ ბოროტების კეთებამდე იფიქრე ამაზე. ასე არ შეიძლება.

ბევრია ვინც საკუთარ თავს ელაპარაკება. რატომ? რადგან მას ბევრი ჰყავს ჩემი, ბევრს ფიქრობს. ის ყველაფერს გულთან ახლოს იღებს. ეს ცუდია, ცუდია შენთვისაც და სხვებისთვისაც.

ასე რომ დაფიქრდით თქვენს სასიკეთოდ. მე გასწავლით: იფიქრე სხვებისთვის. თუ ამ შემთხვევაში სხვებზე ფიქრობთ, კარგი მომავალი გექნებათ. ძალიან კარგი მომავალი გექნებათ. თუ მეგობრებთან ერთად, პირველ რიგში მეგობრის საჭიროებაზე ფიქრობთ და არა შენს საჭიროებაზე, კარგი ცხოვრება გექნება. ისინი ყოველთვის შენთან იქნებიან. თუ მენარმე ხარ, ჯერ მუშაზე იფიქრე, მუშა გულით იქნება შენთან და უფრო მეტ ფულს გამოგიშვავებს, თუ მუშა ყოველთვის ბოსზე ფიქრობს, ბოსი ყოველთვის მუშის მაგივრად. თუ დამსაქმებელი არ ფიქრობს ან ზრუნავს მუშაზე, მუშა მშვიდად არ იმუშავებს და საბოლოოდ კომპანია ამას შეამჩნევს. არავისთვის კარგი არ არის.

ამიტომ ყველაფერი რაც თქვენ უნდა გააკეთოთ არის ყოველთვის იფიქროთ სხვის საჭიროებაზე. თუ ჯერ საკუთარ თავზე ფიქრობთ, საკუთარ მახეში ჩავარდით, ეს არის ეგოიზმი. თქვენ უნდა გააკეთოთ ისეთი რამ, რომ სხვებს მოეწონოთ. ცხოვრებაში ყველაფერი გექნებათ, თუ სხვებზე ფიქრობთ. თუ თქვენ ყოველთვის ფიქრობთ სხვებზე, ხალხი ყოველთვის დიდად იფიქრებს თქვენზე. და შენ თვითონ გააკეთე სიკეთე. ბევრი ადამიანი ცდება. იმიტომ, რომ თუ შენ ყოველთვის შენს სასარგებლოდ ფიქრობ და სხვები შენზე არასოდეს იფიქრებენ.

თუ სხვებზე ფიქრობ, შენთვის სამყაროს ყველა კარი გაიღება. თუ ეგოისტი ხარ, მაშინ არასწორად ნახვალ. მიატოვე სურვილი, თუ არ მიატოვებ ამდენი ფიქრისგან გაგიჟდები. კარგია თუ ცუდი, არ აქვს მნიშვნელობა.

რაც უფრო მეტს ფიქრობთ, მით უფრო მეტად აშორებთ ნეგატივს თქვენი გონებიდან. ეცადეთ ნაკლები იფიქროთ და გექნებათ კარგი ჯანმრთელობა, კარგი ოჯახი, კარგი სამსახური. ყოველთვის შენს წინ სხვები. ასე რომ, თქვენი მომავალი იქნება სრულყოფილი. ეს ყველაფერი შენზეა დამოკიდებული, როგორც გინდა. უნდა გააცნობიეროთ.

ყველა ფიქრი, ძალიან ბევრი იფიქრე, ეცადე ნაკლები იფიქრო და ასე გექნება უკეთესი სამსახური, უკეთესი ოჯახი, უკეთესი ბიზნესი... ასე ყველაფერი კარგად გამოგივა ცხოვრებაში. რაც მეტს ფიქრობთ, მით მეტი პრობლემა გექნებათ. იმიტომ, რომ ფიქრი ზიანს აყენებს შენს ჯანმრთელობას, კეთილდღეობას, სამსახურს, ოჯახს, პარტნიორს... ნუ იფიქრებ, დაე, რამე მოხდეს, კარგი თუ ცუდი, არ აქვს მნიშვნელობა.

პოზიტივი ყოველთვის მოაქვს შენთვის პოზიტიურს. თუ უბრალოდ ფიქრობ და არ იქცევი, ეს იგივეა, რაც 0. მე მინახავს ბევრი უბედურება... ბევრი უბედურება! იმიტომ რომ ბევრს ფიქრობენ და როცა საქმე ისე არ მიდის, როგორც შენ გინდა, იმედგაცრუებული და მოწყენილი ხარ. და შენ თავს სჯი. თქვენ მხოლოდ საკუთარ თავზე იღებთ უარყოფითს. მხოლოდ ეს, მეტი არ არის. თუ თავი კედელს დაარტყამ, საკუთარ თავს ავნებს. ამიტომაც არ ღირს.

თუ მოწყენილი ხარ, ჯანმრთელობა მოგდის, ვერ იძინებ და ვერ ჭამ, მთელი დღე ზომბივით ხარ... ეს შენთვის ცუდია. რატომ ფიქრობ ამდენს? ჩემზე ფიქრი უარყოფითია. თუ გინდა კარგად იცხოვრო იფიქრე სხვაზე. ყველანაირი შურისძიება, ნერვების სტრესია, მნიშვნელობა არ აქვს მიზეზით თუ უმიზეზოდ, ცუდია. თუ გინდა კარგად იცხოვრო, დატოვე ეს აზრი.

თუ არა, ვერასდროს იცხოვრებ კარგად და არ გექნება კარგი მომავალი. თუ შენს თავს ართულებ ცხოვრებას, რადგან "ქოქოსს ჭამ" და სხვის ნაგავს წაიღე, მაშინ კარგად ვერ იცხოვრებ, ვერასდროს იცხოვრებ კარგად.

ამიტომ, თქვენი სასიკეთოდ, არ უნდა იფიქროთ საკუთარ თავზე.

თქვენ უნდა იფიქროთ მხოლოდ სხვებზე, რათა სხვებმა დაგიბრუნონ სიკეთე.
თუ ჯერ სხვაზე ფიქრობ, ყველას უყვარხარ. ეს ყველაფერი ხალხისთვის ფიქრია და
მეტი არაფერი.

უბრალოდ იფიქრე სხვებზე, ასე რომ შენი ცხოვრება ვარდების საწოლი იქნება.
იდი მადლობა.



უკან ინდექსი



11.- გულით გაიგეთ სწავლება.

კათოლიკეები, პროტესტანტები, მღვდლები, ბერები, მასწავლებლები... იმდენად, რომ ვსწავლობთ ბიბლიას და რატომ არ შეგვიძლია ვიფიქროთ ან ვიმოქმედოთ იესო ქრისტეს მსგავსად: რატომ? იმიტომ რომ, როცა ბიბლიას ვსწავლობთ, ბიბლიაში არ შევდივართ, მხოლოდ ვკითხულობთ, მხოლოდ ვსწავლობთ, გულით არ გვესმის. ჩვენ უნდა ვიცოდეთ როგორ გავხდეთ ბიბლია, ჩვენ უნდა ვიყოთ ერთი, ჩვენ უნდა გავერთიანდეთ და ვიყოთ მხოლოდ ერთი. თუ თქვენ გესმით, რას ამბობს იესო ქრისტე, ბუდა, ეს სიტყვები შედის თქვენს გონებასა და გულში და გარდაქმნის თქვენს გონებას და გულს იესო ქრისტეს აზრად.

როცა სწავლობ, უბრალოდ არ უნდა წაიკითხო, რომ წაიკითხო... ეს არაუშავს.

მსოფლიოში ბევრი მღვდელი იწვევს სკანდალებს, რატომ? თუ ყველამ კარგად იცის ბიბლია. იმიტომ რომ ცუდად იქცევიან. იესო ქრისტესა და ჩვენს შორის განსხვავება ისაა, რომ იესო ქრისტეს არ აქვს საკუთარი თავი, მას არ აქვს ეგოიზმი. მღვდელი თუ ყოველთვის ჩემზე ვფიქრობთ, ეგოისტები ვართ. ამ შემთხვევაში ჩვენ არეულობთ და ვუშვებთ ყველანაირ შეცდომებს. ვფიქრობ, ვამბობ, ვაკეთებ, მომწონს, არ მომწონს, ვაკეთებ, არ ვაკეთებ... 100% მე. იესო ქრისტე ან ბუდა მოქმედებენ მხოლოდ ადამიანებისთვის, არასდროს ეგოიზმისთვის. ეს არის განსხვავება მათსა და ჩვენს შორის. იესო ქრისტე კვდება ხალხისთვის და ჩვენ მხოლოდ საკუთარი თავისთვის ვკვდებით და არა ვინმესთვის. თუ სხვებისთვის მოვკვდებით, უკვდავები გავხდებით.

თუ იესო ქრისტე ეგოისტი იყო, იმ დღეს, როცა მის მოსაკლავად წავიდნენ, გაიქცეოდა, გაიქცეოდა, მაგრამ მოლოდინში დარჩა. ნებისმიერმა ჩვენგანმა, თუ ვიცით, რომ მოვლენ ჩვენს მოსაკლავად, გავიქცევით, თუ 100 ვართ, 100-ნი გავიქცევით. არავინ ელოდება სიკვდილს.

რატომ არ გარბის იესო ქრისტე? რადგან მას არ აქვს საკუთარი თავი, მის გულში არ არის ეგოიზმი.

ნებისმიერი ჩვენგანი, ღარიბი პატარა ადამიანები ვართ. რომ კარგად ვერ გავიგეთ. თუ სხვებისთვის აკეთებთ, ამდიდრებთ საკუთარ თავს, ეს მე გაერთიანებთ იესო ქრისტესთან, თუ არ გაქვთ საკუთარი თავი და არ გაქვთ ეგოიზმი, გახდებით სულიწმინდა. თუ ეგოისტი ხარ, დემონი ხდები.

ორი სული. სად არის განსხვავება? განსხვავება ისაა, რომ სულიწმინდას არ აქვს საკუთარი თავი და ეშმაკი არის წმინდა ეგოიზმი, ის არის სუფთა მე.

ხალხმა არ იცის, თუ აზარალებს ხალხს მოგების მისაღებად, სად მიდიხარ ამ მოგებით? საფლავამდე? მე და შენ ვიცით, რომ როცა ვიბადებით, არაფერი მოგვაქვს და როცა მოვკვდებით, ჩვენთან ერთად. რატომ ავნო სხვებს? გგონიათ, რომ ასე შეგვიძლია მთელი ცხოვრება დატკბეთ? რა არის სიცოცხლისთვის? In

სასაფლაოზე ყველა არ არის მოხუცი ან პენსიონერი, ასევე ბევრი ახალგაზრდაა. როგორც ყოველ შაბათ-კვირას, ბევრი ადამიანი იღუპება ავარიში სხვადასხვა მიზეზის გამო.

ამიტომ ყველა პრობლემა ეგოიზმისგან მოდის. ეგოიზმმა გააფუჭა ბუნება. სტიქიური უბედურებები, რადგან ჩვენ ვიყენებთ ბევრ ქიმიას. გერმანიაში ბევრი ადამიანი იღუპება დაბინძურებული საკვებით. თუ ხილსა და ბოსტნეულში ჭიების მოსაკლავად ქიმიურ საშუალებებს ჩავსვამთ, მაშინ ჩვენ ამ ქიმიურ ნივთიერებას ვჭამთ და ის გვტკივა. ცხოველების მსგავსად, ისინი ხელოვნურად გასუქდებიან ქიმიკატებით, რომლებსაც შემდეგ ჩვენ ვჭამთ და ვაბინძურებთ ჩვენს სხეულს.

ყველაფერი, რასაც ვაკეთებთ, არის იმ ტანჯვის მიზეზი, რაც ახლა გვაქვს, ყველაფერი ჰაერისა და საკვების დაბინძურებისგან მოდის. ადრე დედამიწა სამოთხე იყო, ახლა გვაქვს მიწისძვრები, ცუნამიები, ტორნადოები, კოკისპირული წვიმები თუ გვალვები... ყველაფერი ჩვენი ეგოიზმიდან მოდის. რადგან ყოველდღე უფრო მეტად ვაფუჭებთ ბუნებას და ეს არის შედეგები. ბრძენი ამბობს, რომ 30 წლის განმავლობაში ეს მიწა მხოლოდ 20% იქნება. ესაძლებელია. რადგან ყოველდღე უფრო ეგოისტები ვართ და უფრო მეტ ქიმიურ ნივთიერებებს ვიყენებთ, რომლებიც ბუნებას აფუჭებს.

ყოველდღიურად უფრო მეტად ვაფუჭებთ ბუნებას, ამიტომაც ყოველდღიურად უფრო მეტი სტიქიური უბედურება და ეპიდემია ხდება. ჩვენ მხოლოდ ვსუნთქავთ და ვკვდებით ინფექციით. ასე რომ, თუ გვინდა კარგად ვიცხოვროთ, ბუნება არ უნდა გავაფუჭოთ. ნახეთ, რა მოხდა იაპონიაში: მიწისძვრა? ჩვენ ყველამ უნდა ვიზრუნოთ ბუნებაზე. ნუ ვცდილობთ ეშმაკთან შეთანხმების დადებას, როგორც ბირთვული: ჩვენ სულს ვყიდით ეშმაკს. ჩვენ უნდა გამოვიყენოთ ბუნებრივი ენერჯები, როგორიცაა მზე, ქარი, წყალი...

თუ ყველა წაიკითხავს ბიბლიას და გაიგებს, რისი თქმა სურს ღმერთს, თუ ჩვენ გვესმის ჩვენი გულით, მაშინ ჩვენ არ გავაკეთებთ იმას, რასაც ვაკეთებთ. მთავრობებმა, პოლიტიკურმა პარტიებმა... არ უნდა დახარჯონ სისულელეებზე და ახირებულ რალაცეებზე, რაც მათ ინტერესებშია, ეგოიზმის გამო და ხალხი იტანჯება. ანდალუზიაში მთავრობამ მილიონობით ევრო დახარჯა სისულელეებზე და ხალხი შიმშილობს. 5 000 000-ზე მეტი უმუშევარი და პოლიტიკოსები ფულს ფუჭად ხარჯავენ. ს რა არის? სუფთა ეგოიზმი. თუ მთავრობა ფიქრობდა თავისი ხალხისთვის, როგორც იესო ქრისტე, რომელიც ყოველთვის სხვებზე ფიქრობდა... თუ ხალხი სარტყელს იჭერს, მთავრობამ უნდა შეიკრას ღვედები, თუ ხალხი იტანჯება, მთავრობამ უნდა იტანჯოს და არც ერთი გროში არ დახარჯოს. მაშინ გარანტიას გაძლევთ, რომ კრიზისიდან სასწრაფოდ გამოვალთ. უფრო მეტი ადამიანი დაიქირავეს. სად არის ფული? ყველას უნდა, რომ კარგად და კომფორტულად იცხოვრონ და ხალხს სჭრიან, სისხლს სხამენ. როგორ ვაპირებთ თავის აწევას? . თუ ვინმე ამას კარგად არ აკეთებს, მაშინ თქვენ უნდა შეცვალოთ პიროვნება ან პარტია. არ აქვს მნიშვნელობა რომელი პარტია ან ვის, სანამ სხვებისთვის აკეთებთ იესო ქრისტეს მსგავსად. არა ეგოისტი.

ეგოიზმი ავნებს ადამიანებს. ხალხს არაფრის გაკეთება არ შეუძლია, მაგრამ ღმერთს შეუძლია. და გარწმუნებთ, რომ მათ ექნებათ თავიანთი სასჯელი სამყაროს კანონით. ეს არ დაგავინწყდეთ. როდესაც ისინი მოკვდებიან, ისინი სასჯელს მოიხდიენ. თუნდაც არ გჯეროდეს. თუ დანაშაულს ჩაიდენ, გჯერა, გინდ არა, კანონიც იგივეს დაგასჯის. ჯოჯოხეთის რომც არ გჯეროდეს, როცა მოკვდები, დაიტანჯები, გჯერა თუ არა, ვერავინ გაექცევა.

აბორტი ძალიან ცუდად მოქმედებს თქვენზე, თქვენს პარტიაზე... თქვენ არ შეგიძლიათ საკუთარი ხალხის, საკუთარი რასის მოკვლის უფლებას. მოგწონს ან არ მოსწონს. თქვენ არ შეგიძლიათ აბორტი. ღვთის კანონის მიხედვით ჩვენ ყველანი თანასწორნი ვართ: სიმპათიური, მახინჯი, მდიდარი, ღარიბი, ბავშვები, მოზრდილები... ღვთის კანონის წინაშე ყველა ერთნაირები ვართ. არა იმიტომ, რომ არ დაიბადე, არ გაქვს უფლებები, კანონი ყველასთვის ერთია.

ყოველდღე უნდა შეიცვალო ნელ-ნელა, როგორც იესო ქრისტე. თუ ყველა ამას გააკეთებს, დედამინა თანდათან სამოთხედ გადაიქცევა. მაგრამ თუ ამდენი ეგოიზმით გავაგრძელებთ, ყოველდღე იქნება უფრო მეტი სტიქიური უბედურება, მეტი დაავადება... შიდსი: მსოფლიოში 30 მილიონი ადამიანი დაიღუპა ამ დაავადებით. ყოველდღიურად შიდსის 7000-ზე მეტი ახალი შემთხვევა ფიქსირდება.

ახლა 2012 წელს ჩვენ გვყავს 40 000 000-ზე მეტი შიდსით ინფიცირებული. ეს დაავადება ფართოდ არის გავრცელებული ჰომოსექსუალებში. ყველაფერი, რაც ბუნებასთან შეწყვეტას ცდილობს, ცუდად მთავრდება. ღმერთი ქმნის მამაკაცსა და ქალს და ახლა ყოველდღე უფრო მეტი ადამიანი იკრიბება: კაცები მამაკაცებთან და ქალები ქალებთან. თითქოს ხუმრობა იყოს: მღვდელი აცხადებს ქმარ-ქმარს ან ცოლ-ქმარს. სასაცილო ჩანს ქალისა და ქალის გამოცხადება. ამგვარად, იმ მიწაზე 50 წელიწადში აღარავინ დარჩება. იმიტომ რომ შვილების გაჩენას არ ვაპირებთ და კაცობრიობა შთამომავლობის გარეშე დარჩება. მამაშენი ან დედაშენი რომ იყოს ჰომოსექსუალი ან ლესბოსელი, შენ არ იქნებოდი ამქვეყნად, რადგან ორ მამაკაცს არ შეუძლია შვილის მამა და არც ორ ქალს. შენ არ დაიბადებოდი. ამიტომ ის, რაც მოგწონს, ერთია, ბუნების წინააღმდეგ წასვლა კი მეორე. რა თქმა უნდა, ვიცით, რომ გეები და ლესბოსელები არავის ავნებს, მაგრამ საქმე ისაა, რომ ბუნებას ვერ დავარღვევთ. როცა ბუნების წინააღმდეგ მივდივართ და ვუყურებთ როგორი ამინდია, სავსეა სტიქიური უბედურებებით. ამიტომ მინდა, ყველამ წაიკითხოს ბიბლია და შევიდეს ბიბლიაში, რომ გულით გაიგოს. და დაემსგავსე იესო ქრისტეს.

იფიქრე და მოიქეცი ისევე, როგორც იესო ქრისტე, რომ გახდე იესო ქრისტე.

იდი მადლობა.



უკან ინდექსი



12.- სამოთხე

სამოთხე. სამოთხე არის ღმერთი, იესო ქრისტე ან ალაჰი ან ბუდა. ეს ყველაფერი სამოთხის იგივე კატეგორიაა. არსებობს მხოლოდ ერთი სამოთხე, არ არის ორი ან სამი.

სამოთხეში შესასვლელად თქვენ უნდა მოიქცეთ იესო ქრისტეს ან მუჰამედის ან ბუდას მსგავსად. ყოველთვის გააკეთე სხვებისთვის, დაეხმარე ადამიანებს, მიეცი კარგი რჩევები ადამიანებს, განირე შენი თავი ხალხისთვის.

ეს არის ის, რაც თქვენ უნდა გააკეთოთ და რას აკეთებენ ეს ღმერთები. ბევრი ადამიანი მანიპულირებს და მოქმედებს განსხვავებულად, ვიდრე ბიბლია ამბობს. არც იესო ქრისტეს ბიბლია, არც ბუდას ბიბლია და არც ყურანი არ ამბობენ, რომ ადამიანი უნდა მოკლა. არასოდეს. ყოველთვის კარგი გულით გადაარჩინე ხალხი. მას არასოდეს უთქვამს, რომ სხეულზე ბომბის დადება, რათა მოკლა ხალხი, სამოთხეში მიდის.

სამოთხეში წასასვლელად უნდა გქონდეს სუფთა გული, ოქროს გული.

იესო ქრისტეს მსგავსად, ბუდას მსგავსად, მუჰამედის მსგავსად. არ ცდებით.

ვინც გეტყვის, რომ ადამიანების მკვლელობით სამოთხეში მიდიხარ, შეუძლებელია. ყველა, ვინც სამოთხეში მიდის, არის ის, ვინც ეხმარება ადამიანებს, ვინც სიცოცხლეს წირავს სხვებისთვის. არ კლავს ხალხს. ეს არის სრული შეცდომა. ბევრი ადამიანი მანიპულირებს ბიბლიის სიტყვებით. არ ემორჩილებიან.

სამოთხეში წასასვლელად არ შეიძლება იფიქრო ჩემზე, მე, მე.

ეს არის წმინდა ეგოიზმი. გარანტიას გაძლევთ, რომ ეს ხალხი სამოთხეში არ მიდის.

ის ჯოჯოხეთში წავა. იფიქრე გონივრულად. თუ ყველაფერს კარგი გულით აკეთებ, ყველაფერს როგორც მან თქვა, "ალაჰი დიდია", რადგან ის ეხმარებოდა ხალხს თავისი გულით, ის ასწავლიდა ხალხს კარგი იყო. ეს სწორია. და თუ ვინმე ამბობს იმის საპირისპიროს, რაც ალაჰმა, იესო ქრისტემ ან ბუდამ გვითხრა, ეს არის მანიპულირება. ეს ადამიანი დაინტერესებულია, ის ჰგავს დემონს, რადგან ცდილობს ღმერთების სიტყვით მანიპულირებას.

სამოთხეში ასვლა ყოველთვის არის ხალხის დახმარება, ხალხისთვის სიკეთის კეთება, ხალხისთვის საკუთარი თავის განჩრვა. იმიტომ რომ სამოთხეში წასასვლელად ეგოიზმი არ შეიძლება. თუ არის განსხვავება მე-შენ-ის შორის მაშინ ყველა იბრძვის თავისი ინტერესებისთვის და შენ ეგოისტი ხარ. ამ მიწაზე უძველესი დროიდან ყოველთვის არის ომები ქვეყნებს შორის ან სამოქალაქო ომები ერთი ქვეყნის შიგნით. ეს ყველაფერი განსხვავებულობის გამო, ეგოიზმის გამო, რადგან ყველა ფიქრობს, რომ სხვაზე უკეთესია და უნდა იყოს მართალი.

კვადრატული თავით. რადგან ის ყოველთვის ფიქრობს, რომ მე უკეთესი ვარ, ჩემი რასა უკეთესია, რომ ჩემი აზროვნება უკეთესია. ყველაფერი მიდის ჩემთვის. ამ საზოგადოებაში ყველაფერი მოძრაობს საკუთარი თავის მიერ.

ამ ქვეყანაში პოლიტიკოსები არ წყვეტენ ხალხის ფულს საკუთარი ინტერესებისთვის ხარჯვას. ისინი არ წყვეტენ უმონწალოდ ხარჯვას. როდესაც მისი ცხელი სერია დასრულდება, რაც მან წარსულში გააკეთა, მას ღვთის სასჯელი ექნება. ხალხისგან არც ერთ გროშს ვერ დახარჯავთ.

თუ ხარჯავ, ხალხის საკეთილდღეოდ უნდა დახარჯო. უ თქვენ გაქვთ

ქალაქიდან გაყვანილი, მას ქალაქში ინვესტიცია უნევს. ეს კარგი მმართველია. ვინც ცდილობს რაკეტების გაკეთებას, ცუდად დასრულდება, ისევე როგორც ისინი, ვინც აბორტის მომხრეა, რომლებიც მხოლოდ დაბადებამდე ფიქრობენ ჩვილების მოკვლაზე. არავინ არის ღმერთი, რომ ვინმეს სიცოცხლე წაართვას.

თუ ცდილობ იყო ღმერთი, ეშმაკი გახდება და ჯოჯოხეთში წახვალ.

კარგად დაიმახსოვრე. ჩვენ არ ვართ ღმერთები, ჩვენ არ შეგვიძლია ვინმეს მოკვლის ბრძანება. ვენ არ შეგვიძლია. ამას სერიოზული შედეგები მოჰყვება. პოლიტიკოსები, მმართველები, ძლევამოსილინი შეიძლება იყვნენ ასე, რადგან სხვა წარსულ ცხოვრებაში მათ სიკეთე გააკეთეს ხალხისთვის, მაგრამ თუ ისინი ეწინააღმდეგებიან ღმერთების კანონს, წაართმევენ რელიგიურ განათლებას, რათა ხალხს არ სწამდეს ღმერთის ან არაფრის, ეს ხალხი ძალიან საშიშია. ისინი ძალიან ეგოისტები არიან. თუ მათ შეუძლიათ შენს გადალახვა, ისინი გადაგელახებიან.

ყველა მოქალაქეს აქვს თავისი სინდისი, თავისი გული. სინდისი და ბიბლია არ არის ორი განსხვავებული რამ, ეს ორი არის ერთი და არა ორი განსხვავებული რამ. რომ იცოდეთ, თუ ბიბლიას წავართმევთ, სინდისს წავართმევთ. მაგალითად, თუ ქალს არ სურს ბავშვის გაჩენა, ის კლავს მას. ატომ გააკეთე ეს? თუ არ გსურთ ჩვილების გაჩენა, გაიკეთეთ ოპერაცია ან იღებთ აბებს, რათა თავიდან აიცილოთ ისინი. არსებობს მრავალი მეთოდი, რომ არ გყავდეთ ბავშვები.

თუ ერთ მშვენიერ დღეს დაორსულდები და შვილი არ მოგიჩნდება, შვილად აყვანის უფლებას აძლევ. რატომ მოკვლა? პოლიტიკოსები, რომლებიც ამბობენ სისულელეს ღმერთების წინააღმდეგ, როგორცაა ლეგალური აბორტი, წარმოიდგინეთ, რომ მამა და დედაც იგივეს აკეთებენ, შენ და მთელი შენი პარტია, არ აქვს მნიშვნელობა რომელ პარტიას ეკუთვნოდე, თუ ისინი მხარს უჭერენ აბორტს, დღეს აქ არ იქნებოდი ამქვეყნად. სანამ დაიბადებოდი, უკვე მოგკლავდნენ, შენ უკვე მკვდარი იქნებოდი.

პრეზიდენტი და მოადგილე ვერ იქნებოდი. დღეს აქ არ იქნებოდი.

მას შემდეგ რაც დედა და მამა გაგიკეთებენ სიკეთეს, რომ მოგცენ სიცოცხლე, ზრუნავენ შენზე, გასწავლიან, სხვას არ აძლევ ამის საშუალებას. ხიდს გადაკვეთს აკეთებ და როცა მეორე მხარეს გადახვალ, ხიდს ხსნი, რომ სხვამ ვერ გადალახოს. ამას ჰქვია წმინდა ეგოიზმი.

ყველას აქვს სასჯელი ღვთისგან. არავინ გაქცევა. არცერთი. ყველაფერს, რასაც აკეთებ, ძვირად გადაიხდის. ჯერ შენი სინდისი გსჯის. ჩვილების ყველა სული აპირებს შენგან შურისძიების თხოვნას, ისინი შენს შემდეგ აპირებენ შურისძიებას. მათ შეუძლიათ წაართვან სიცოცხლე და ჯანმრთელობა. იმიტომ, რომ ყველა ის ბავშვი სული აპირებს თქვენს შემდეგ. ეს დროის საკითხია.

არ უნდა წახვიდე ღმერთების წინააღმდეგ. თქვენ უნდა დაეხმაროთ ჩასახვის კონტროლში, რათა არ გყავდეთ ჩვილები, მაგრამ არასოდეს დაეხმაროთ აბორტს ან მისცეთ ამის უფლება. თქვენ უნდა დაეხმაროთ, რომ ყველა ბავშვი დაიბადოს. მიეცით ყველა სახის დამხმარე საშუალება და საშუალება ჩვილებისთვის. შენ არ შეგიძლია მოკლა საკუთარი ხალხი, შენი თანამემამულე. ენ არ შეგიძლია. რამდენი წელი აპირებ ცხოვრებას? და როცა მოკვდები რა? ღმერთების კანონი არ გაპატიებს. თვალი თვალის წილ და კბილი კბილის წილ. ფრთხილად იყავით ამით. შენ არაფერი და არავინ ხარ. ერთ მომენტში გულის შეტევა გაქვს და კვდები. შენ არავინ ხარ. ენ არაფერი ხარ. ნუ ეცდებით ღმერთს დაემსგავსოთ. არა, შენ დემონი ხარ, ღმერთი არ ხარ.

მოკვლა უარყოფითია, ეშმაკს ჰგავს. კარგად დაიმახსოვრე. სინდისი ანგარიშების განმენდას აპირებს.

ასე რომ თქვენ უკვე იცით. სამოთხეში წასასვლელად საჭიროა ადამიანების დახმარება, სხვებისთვის საკუთარი თავის განჩირვა. თუ იქცევი იესო ქრისტეს მსგავსად, ბუდასავით, მუჰამედის მსგავსად, აუცილებლად წახვალ სამოთხეში.

როდესაც ერთხელ შეძლებ სამოთხეში შესვლას, ბევრი უპირატესობა გექნება.

ახლა ვაპირებ ავხსნა სამოთხეში წასვლის უპირატესობა.

ნებისმიერი ღმერთი, ისევე როგორც იესო ქრისტე, როგორც ბუდა, როგორც მუჰამედი, ყველა მათგანი, შეიძლება დაიბადოს ნებისმიერ ქვეყანაში, სადაც აირჩევს, სადაც ურჩევნია. დაბადებამდე ისინი თავად ქმნიან ცხოვრებას იმის მიხედვით, თუ რა სურს თითოეულს. თუ გსურთ დაიბადოთ როგორც პრინცი, თქვენ დაიბადეთ პრინცი, როგორც ბუდა. თუ გსურთ დაიბადოთ ღარიბ ოჯახში, ირჩევთ ღარიბ ოჯახში დაბადებას, როგორც იესო ქრისტე. ა გინდა. თქვენ ამბადებთ თქვენს ცხოვრებას და როგორ გსურთ იცხოვროთ. ნებისმიერ დროს შეგიძლიათ მოხვიდეთ ან წახვიდეთ, როგორც გინდათ. ჩვენნაირი კი არა, ნებისმიერ წამს შეიძლება მოვკვდეთ, მაგალითად, ინფარქტით, ავარიით... ყველაფერი შეიძლება მოხდეს. ჩვენ არაფერი ვართ, ჩვენ ვართ 0. ჩვენ არ ვიცით როდის მოვკვდებით და არც როდის იქნება ჩვენი ბოლო ღამე. ბევრი დგება, ქუჩაში გამოდის და მანქანას მიჰყავს და მერე არ ბრუნდება, რადგან ავარიაში მოჰყვა, გზაზე დაიღუპა. ყოველდღე უამრავი ადამიანი იღუპება გზაზე. არავინ იცის, როდის არის მისი ბოლო ღამე. არავინ. ამიტომ უნდა იფიქრო, რომ დღეს შენი ბოლო ღამეა. და სიკეთე უნდა გაუკეთო ადამიანებს, ასე რომ სამოთხეში წახვალ. ნუ ეცდებით ადამიანების მოკვლას ან მათი ფულის მიღებას. არ ღირს. ეგოიზმის მომენტისთვის, თქვენ სწირავთ უმრავლესობას, რომ სარგებელი მოაქვს თქვენ, ვინც უმცირესობა ხართ. პოლიტიკოსების მსგავსად, რომლებიც ხალხს სწირავენ საკუთარი თავის სასარგებლოდ. იმიტომ რომ ხალხის ფულის გაფლანგვის უფლება არ აქვთ. ფული შენი არ არის. მათი რომ იყოს, თითოეული თავისი ფულით აკეთებს იმას, რაც უნდა, სხვისი ფულით არა.

ყოველ პენსს, რომელსაც ხარჯავ და შენი არ არის, კარგად დააკვირდი. რადგან ყველაფერს თავისი შედეგი აქვს. ამიტომაც, როცა სამოთხეში დაიბადები, ის სამუდამოდ რჩება. აღარასოდეს კვდება. რადგან სამოთხეში ყველას აქვს სუფთა გული. თუ გული მყავს, მე, მე, ეგოისტია და მერე აუცილებლად ჯოჯოხეთში წავა.

თუ ამას მთელი გულით გააკეთებ ოჯახთან, მეგობრებთან, საზოგადოებასთან, სახელმწიფოსთან, შენთვის ყველაფერი პოზიტიური გახდება. თუ გინდა, რომ შენი ცხოვრება იყოს პოზიტიური, ერთადერთი გზაა შენ იყო პოზიტიური სხვებთან. ასე რომ თქვენ შეგიძლიათ მიიღოთ ყველა სურვილი, რაც გსურთ. ეგოიზმი, საბოლოოდ მოაქვს ნეგატიურს და მთავრდება ფატალურად. თუ გინდა ძალიან კარგად იცხოვრო, საქმეები უნდა გააკეთო სწორად, კანონის ფარგლებში. ასე გრძელდება თქვენი ბედნიერება და სიმდიდრე სამუდამოდ. სწორედ ეს უნდა გესმოდეთ: არ უნდა ისარგებლოთ ხალხით. ცხოვრებაში არის ორი გზა:

- 1 დაეხმარეთ სხვებს სამოთხეში ასვლაში ან,
- 2 იმოქმედეთ ეგოისტურად ჯოჯოხეთში წასასვლელად.

როგორც კი სამოთხეში მოხვდებით, შეგიძლიათ იმოგზაუროთ მთელ სამყაროში. თქვენ შეგიძლიათ დაიბადოთ ნებისმიერ მზის სისტემაში, ნებისმიერ პლანეტაზე, სადაც გინდათ. ეგოიზმით არსად მიდიხარ, ღარიბი დაიბადები, ან თევზის ცხოველი... ყველაზე ცუდი რაც არის. მიტომ?

წაიკითხე იესო ქრისტეს ბიბლია, ყურანი, ბუდას ბიბლია... და თუ გააკეთებ იმას, რასაც ბიბლია ამბობს, იქნები ღმერთი. სამოთხეში წახვალ ამოთხე ან ჯოჯოხეთი. ენზეა დამოკიდებული. დაეხმარეთ თქვენს ოჯახს, დაეხმარეთ მეგობრებს, დაეხმარეთ მეზობლებს, დაეხმარეთ საზოგადოებას, დაეხმარეთ სახელმწიფოს... თუ ამას გააკეთებ, შენი ცხოვრება სამოთხე იქნება, სამოთხე. ეს ყველაფერი შენზეა დამოკიდებული. სამოთხის გზას გირჩევ. თქვენ აპირებთ იცხოვროთ უკეთესად, უფრო კომფორტულად, დიდი ჯამრთელობით და ხანგრძლივი ცხოვრებით და ბევრი ბედნიერებით და

ასევე თქვენი დაავადებების მოსაშორებლად, რადგან ყველა დაავადება ნეგატიური აზროვნებიდან მოდის. ბრაზი, სევდა, ეს არის ნეგატიური აზროვნება. თქვენ უკვე იცით, ყველა სახის დაავადების მოსაშორებლად, ჯერ უნდა მოიცილოთ თქვენი უარყოფითი აზროვნება.

როცა გონებიდან ნეგატიურ აზრს აშორებ, უნდა განირო საკუთარი თავი სხვებისთვის და შენი სიცოცხლე სხვებს შესთავაზო. ეს პოზიტიური აზრი ყველაფერს სძლევს; თქვენი დაავადება, თქვენი ცუდი ილბალი და გაძლევს დიდხანს სიცოცხლეს. სხვა გზა არაა. სხვა გამოსავალი არ არის.

აბა, იცი, ერთადერთი, რაც უნდა გააკეთო იმისთვის, რომ კარგად იცხოვრო და ყველამ შეგიყვაროს, გქონდეს დიდხანს სიცოცხლე და ბედნიერება, არის შენი სიცოცხლე შესთავაზო ხალხს, მთელი გულით. არავისთვის არ აქვს მნიშვნელობა, რომელიმე სოციალური კატეგორიიდან, სიმპათიური თუ მახინჯი. გულით შესთავაზე ნებისმიერს. ასე რომ თქვენ გექნებათ სამყარო თქვენს ხელში. ასე რომ, თქვენ არასოდეს გექნებათ დაავადება და ყოველთვის გექნებათ ილბალი, როგორც მე. 40 წელია იოგას ვაკეთებ და ყოველთვის პოზიტიურად ვფიქრობდი და ყოველთვის პოზიტიურად ადამიანებთან ერთად. 40 წლის განმავლობაში არასოდეს გავხდი ავად. ეს არის შედეგი. თუ ჯანმრთელობა არ გაქვს, არაფერი გაქვს, ამიტომ იფიქრე ჩემსავით: ყოველთვის პოზიტიურად. არასოდეს ისარგებლოთ ადამიანებით, დაეხმარეთ ადამიანებს, ასე რომ თქვენ ისარგებლებთ. თუ მომისმენთ და დაეხმარებით ადამიანებს, როგორც მე, თქვენი ცხოვრება ამ დედამიწაზე იქნება ფანტასტიკური სამოთხე.

როგორ მივიღეთ სამოთხეში

ბევრი ადამიანი, ბერები, მონაზვნები, მღვდლები... რატომ ტოვებენ პირად ცხოვრებას და ეკლესიას ეძღვნება? ეს არის მიზეზი: ერთ დღეს სამოთხეში მისვლა. ისინი აკეთებენ იმას, როგორც ღმერთს უბრძანებს, როგორც იესო ქრისტეს სამოთხეში მოხვედრა. მაგრამ არ დაგვაზინყდეს ერთი რამ: ყველაფერი, რასაც ვაკეთებთ, უნდა გავაკეთოთ ისე, როგორც იესო ქრისტემ გააკეთა, ყველაფერი სხვებისთვის და არა თქვენთვის. რელიგიები, რომლებსაც ყველაზე მეტი მიმდევარი ჰყავს მსოფლიოში; კათოლიკეს, პროტესტანტს, მორმონს... ერთი და იგივე მიზანი აქვთ: მიბაძონ იესო ქრისტეს მაგალითს, მოიქცნენ მის მსგავსად და მოკვდნენ მის მსგავსად. ყველაფერი სამოთხეში მოსახვედრად.

მაგრამ მე გეტყვით ერთ რამეს, რათა არ დაგვაზინყდეთ: ჰკითხეთ საკუთარ თავს, გჯერათ თუ არა, რომ ეს არის იესო ქრისტე. ბევრი ამბობს, დიახ, დიახ... ამიტომ გავხდი მონაზონი ან მღვდელი. მაგრამ თუ მართლა გჯეროდა იესო ქრისტეს, თუ გჯეროდა მისი სიტყვის, ეს უნდა აჩვენო შენი ქმედებებით, შენი ფიქრებით და არა მხოლოდ სიტყვებით. იესო ქრისტემ იცოდა, რომ მეორე დღეს რომაელები მოვიდოდნენ მის მოსაკლავად და იცოდა ყველა განსაცდელი, რაც მას ელოდა. იესო ქრისტე ჩვენსავით რომ ეფიქრა, გაქცეულიყო, გაქცეულიყო დასამალად. და რატომ არ გაიქცა იესო ქრისტემ ეს იცოდა? რადგან ის მზად იყო მოკვდა კაცობრიობისთვის, ჩვენთვის. ეს ნიშნავს, რომ იესო ქრისტე მხოლოდ სხვებზე ფიქრობს და არა საკუთარ თავზე. ამიტომ, თუ მართლა გნამთ იესო ქრისტეს, გნამთ მისი სიტყვის, უნდა იფიქროთ, ილაპარაკოთ და მოიქცეთ იესო ქრისტეს მსგავსად. თუ თქვენ მხოლოდ აკეთებთ, იფიქრეთ და თქვით იმის 50%, რასაც ის აკეთებს, და იესო ქრისტე ამბობს, ეს ნიშნავს, რომ თქვენ მხოლოდ 50% გჯერათ მისი. თუ ბევრს ლაპარაკობ და არაფერს აკეთებ, თუნდაც თქვა, რომ გჯერა, ეს ასე არ არის. თუ მართლა გჯერათ ბიბლიის, იესო ქრისტეს სიტყვის, რა თქმა უნდა, თქვენი მოქმედებები იგივეა, რაც იესო ქრისტეს 100%. ეს დარწმუნებულა. ამიტომ ბევრი ადამიანი ყოველდღიურად ბევრ ცოდვას სჩადის, ცოდვის ჩადენის შემდეგ კი მიდის აღსარებაზე, ღმერთს შენდობის სათხოვნელად. წორია.

მაგრამ ჭეშმარიტად მონანიების გარეშე ისევ იგივე ცოდვას ჩაიდნით. ჭეშმარიტი მონანიებითა და ღმერთსა და ხალხს შენდობის თხოვნით, თუ მართლა შენუხდებით, არ დაუშვებთ იგივე შეცდომას, იგივე ცოდვას. ეს არის ნამდვილი მონანიება.

თუ დღეს რაიმე სახის ცოდვას ჩაიდენ, მიდი აღსარებაზე და სთხოვე ღმერთს პატიება და ხვალ ისევ იგივე ცოდვა ჩაიდინე და ისევ ითხოვე პატიება და ისევ და ისევ იგივე გააკეთე, ეს იმიტომ, რომ არ გენანება. გგონიათ ბოდიში? არა, რა თქმა უნდა, არა, თქვენ თავს იტყუებთ და ღმერთს. თქვენ არ შეგიძლიათ მოატყუოთ საკუთარი თავი, მით უმეტეს, ღმერთი. ჭეშმარიტი მონანიება არის იგივე ცოდვის ხელახლა არ ჩადენა.

როცა ამას აკეთებ, ნიშნავს იმას, რომ მართლა ნუხხარ. არსებობს ორი სახის მონანიება, ჭეშმარიტი და ყალბი.

უმეტესობა ნანობს ტყუილს, აღიარების შემდეგ რამდენი ადამიანი აღარ უშვებს იგივე შეცდომას? ძალიან ცოტა, თითქმის არავინ.

თუ ისევ იგივე ცოდვას ჩაიდნით, არ მონანიებთ და თავს და ღმერთს ატყუებთ. ეს არის ცრუ მონანიება. თქვენ გექნებათ პრობლემები საკუთარ თავთან, თუ ამას გააგრძელებთ. ღმერთს პრობლემები არ ექნება. თითოეული იხდის თავის ცოდვებს. არ იფიქრო, რომ არავინ იცის შენი ცოდვები. პირველი, ვინც იცით, თქვენ ხართ. შენ იცი, რომ ატყუებ ხალხს, აჭედებ ხალხს, აბუჩად აგდებ... ვინ არ იცის, როდის ავნებ ხალხს? თქვენ პირველი ხართ, ვინც იცით, რომ ეს არ არის კარგად გაკეთებული. სულ ცოტა ხანში მთელი მსოფლიო გაიგებს, რადგან ყველაფერი ცნობილია. ტელევიზორში ხედავთ, ყოველდღე არის რაღაც ამბები, რომ პოლიციამ დაიჭირა ეს ადამიანი, ეს სხვა... პოლიტიკოსები, ბანდიტები, ქურდები, განგსტერები... ყველა ეს ადამიანი, ვინც ხალხს ატყუებს.

ს მხოლოდ დროის საკითხია. შეუძლებელია, როცა ვინმე რამეს არასწორად აკეთებს, ვერავინ გაიგებს. ეუძლებელია. ადრე თუ გვიან დაგიჭერენ.

თითქოს ცეცხლი გაქვს და ქალაქს აფარებ, ადრე თუ გვიან ცეცხლი ქალაქს დაწვავს და ნახავ, რომ ქალაქის ქვეშ ცეცხლია. თქვენ არ შეგიძლიათ მოატყუოთ. ამიტომ გეუბნები კარგად დაფიქრდი სანამ რამე ცუდს გააკეთებ. ყველა ცოდვის ჩადენა მხოლოდ ერთხელ შეიძლება, თუ ამას ორჯერ გააკეთებ, ეს ცუდია შენთვის, შენი მომავლისთვის და შემდგომისთვის. ერთსა და იმავე ცოდვას ორჯერ ვერ ჩაიდენ. იფიქრე გონივრულად. პირველად ცოდვას ჩაიდნით, მეგობრებმა, ოჯახმა ან თუნდაც კანონით, თუ ცოდვა არ არის ძალიან სერიოზული, მაპატიეთ. მაგრამ თუ ისევ იგივე ცოდვას ჩაიდენ, არავინ გაპატიებს, არც მეგობრები, არც ოჯახი, არც კანონი. არავინ აპირებს ორჯერ გადაყლაპვას. ასე რომ, ისარგებლეთ პირველი და ბოლო შანსით თქვენი შეცდომის გამოსასწორებლად. იმის გამო, რომ მეორედ, როცა კრედიტი აღარ გექნება, არავინ დაგიჭერებს და არც შენთან ახლოს მოვა. და ყველაფერი დასრულდა: მეგობრები გტოვებენ, ოჯახი არ გენდობიან... ყველა განზე გტოვებს. თქვენ მართო დარჩებით ამ სამყაროში. ერთხელ კარგია, ორჯერ არა. ასე რომ არ დაგავინწყდეთ. თუ მართლა გჯერა იესო ქრისტეს, ბიბლიის, თუ მართლა გნამს და არა უბრალოდ კითხულობ და დაიმახსოვრებ, ეს შენი მოქმედებით უნდა დაამტკიცო და არა მხოლოდ შენი სიტყვებით. ეს ნამდვილად აჩვენებს ამას

აჩვენე შენი ქმედებებით, რომ აკეთებ ისე, როგორც ღმერთი ბრძანებს. ეს არის იესო ქრისტეს გულით რწმენა. თუ თქვენ შეგიძლიათ გააკეთოთ, იფიქროთ და ისაუბროთ იესო ქრისტეს მსგავსად, მაშინ თქვენ დაემსგავსებით იესო ქრისტეს. იესო ქრისტემ თავის ცხოვრებაში მრავალი სასწაული მოახდინა, როგორცაა წყალზე სიარული. და რატომ არ შეგიძლია წყალზე სიარული? რადგან ჩვენ ბევრი გვყავს. ეგოისტები ვართ. და იესო ქრისტე მხოლოდ შენზე ფიქრობს, სხვაზე, სხვებზე. ეს არის განსხვავება. ნუ ეცდებით ხალხით ისარგებლოთ, თუნდაც მცირედით, რადგან ამაში გადაიხდით კარო.

იმოქმედეთ როგორც იესო ქრისტე და მიაღწევთ სამოთხეს.

იდი მადლობა.



უკან ინდექსი



13.- სიკეთე და ბოროტება

ა არის კარგი? რა არის ბოროტება?

კარგი: სიკეთის კეთება ნიშნავს იმას, რომ რასაც აკეთებ სხვებს სარგებელს მოუტანს, პირადად შენთვის არ არის სასარგებლო. ეს კარგს აკეთებს. იმის გამო, რომ თქვენ აკეთებთ მხოლოდ სხვებს საკუთარი თავის ინტერესის გარეშე, მაშინ აკეთებთ სიკეთეს. თუ მხოლოდ თქვენი ინტერესებისთვის აკეთებთ, მაშინ ეგოისტურად მოქმედებთ. სიკეთის გასაკეთებლად თქვენ უნდა გქონდეთ ფიქრი თანასწორობაზე: ჩვენ ყველანი თანასწორები ვართ. როგორ ვართ ერთნაირები? არც მდიდარი და არც ღარიბი, არც ილბალი და არც უბედური, არც ლამაზი და არც მახინჯი... ყველა ერთ კატეგორიაში ვართ. მდიდარსაც და ღარიბსაც, ნებისმიერ რასას ერთნაირი პატივი უნდა სცე. ჩვენ ყველანი თანასწორნი ვართ და არავინაა ზემდგომი. ეს არის საქმეების სწორად კეთება.

თუ უფრო შორს წავალთ; ცხოველებსაც, ბუნებას, წყალს ასე უნდა მოეპყრო... ნუ დააბინძურებ წყლებს, არ მოჭრა ხეები, არ დანვა ტყეები... პატივი სცეს ბუნებას და ცხოველებს, თითქოს შენ ხარ. როცა ვაბინძურებთ, საკუთარ თავს ძვირად გადავიხდით. ჩვენ უნდა გამოვიყენოთ ბუნებრივი ენერჯია, როგორიცაა მზე, წყალი და ჰაერი, არ უნდა ვისარგებლოთ იმით, რაც არის დედამიწის ქვეშ, როგორიცაა ნავთობი, რადგან საბოლოოდ დედამიწა შიგნით ცარიელი დარჩება და ჩვენ ყველანი ჩავვარდებით.

ყველაფერს, რასაც ხედავ, მოექეცი მას ისე, თითქოს შენ იყო. წყალს, ცას, მიწას უნდა ვუმადლოდეთ... რადგან თუ არა, საკუთარ თავს ავნებს. ჩვენ უნდა ვიცხოვროთ, თუ უფრო და უფრო მეტი სტიქიური უბედურება ხდება, ეს იმიტომ ხდება, რომ ბუნება გვაფრთხილებს, რომ მას ვექცევით როგორც რაღაც არასრულფასოვნებას. ამიტომ დღეს ჩვენ გვაქვს ამდენი პრობლემა ამ დედამიწაზე, რადგან ბუნებას ისე არ ვეპყრობით, თითქოს ის საკუთარ თავს ვიყოთ.

ომები კიდევ ერთი ბოროტებაა მსოფლიოში: რატომ არის ომები? იმიტომ რომ ეგოისტები ვართ და მხოლოდ ჩემზე ვფიქრობთ. ისინი ყველა ფიქრობენ საკუთარ თავზე, თავის ინტერესებზე, განასხვავებენ მე, შენ, მას.

ეგოიზმია: მე არ მომწონს ეს, ამიტომ მოგკლავ. ყველაფერი ეგოიზმისგან მოდის. ყველას რომ ეგონა, რომ მე შენ ვარ და შენ მე ხარ, მაშინ პრობლემა არ იქნებოდა. პრობლემა გაქვს?

ასე რომ, მე დაგეხმარები, რადგან შენ მე ხარ. და პირიქით; თუ პრობლემა მაქვს დამეხმარეთ. იმიტომ რომ ჩვენ ყველანი ერთნი ვართ. მშვიერი ხარ? მე შენ გჭამ, რადგან შენ მე ხარ.

ფულით, რომელსაც მთავრობები ხარჯავენ ომებზე, მათ შეუძლიათ მთელი დედამიწა გამოკვებოს. ჩვენ შეგვიძლია დავეხმაროთ მთელ მსოფლიოს.

ნუ ჩადებ ფულს ბომბებში, რომ მოკლა, მოკლა, მოკლა... ბოლოს და ბოლოს, რა? რატომ აკეთებენ ამას? იმიტომ რომ ჩემსა და შენს შორის არის განსხვავებები. ჩვენ რომ ყველა ერთი ვიყოთ, ომები არ იქნებოდა.

რატომ ეპყრობიან ერთმანეთს ცუდად? იმის გამო, რომ ზოგი თვლის, რომ ისინი სხვებზე მაღლა დგას. ზოგიერთი მამაკაცის მსგავსად, რომლებიც ცუდად ექცევიან ქალებს, რადგან თვლიან, რომ ისინი მათზე დაბალია.

ეს კაცები ცდებიან, არავინ აჯობებს, ჩვენ ყველა ერთნაირი ბუნების ვართ, რადგან ყველანი ერთნი ვართ, ერთნაირები ვართ, თუნდაც ცხოველებთან და მთელ ბუნებასთან. რაც მეტი განსხვავებაა, მით მეტი პრობლემა გაქვთ ამ დედამიწაზე. ჩვენ უნდა ვისწავლოთ: ჩვენ ყველანი ერთნი ვართ. ჩვენ ორნი არ ვართ. თუ სხვა ადამიანს საკუთარ თავს ხედავ, ეს დედამიწა სამოთხედ გახდება.

შენი შვილი ჩემი შვილია, ჩემი შვილიც შენი შვილია და ჩვენ ყველა ერთმანეთს ვუფრთხილდებით. ასე რომ, ეს დედამიწა სამოთხე იქნებოდა. თუ არა, როგორ ვცხოვრობთ? თუ ამას აკეთებ, ეს ნიშნავს, რომ აკეთებ ისე, როგორც ღმერთი ბრძანებს, აკეთებ კეთილსინდისიერად, სუფთა და სუფთა გულით. ამას სხვებისთვის აკეთებთ, მაგრამ არა სიბრალულის გამო, არამედ იმიტომ, რომ ჩვენ ერთი ვართ და არავის არ სურს საკუთარი თავის შეურაცხყოფა.

მეორე შენ ხარ. სხვა არაა. ჩვენ ყველანი ვქმნით სხეულს და იმისთვის, რომ სხეულმა იმუშაოს, ერთმა მეორეზე უნდა იზრუნოს. როგორ ზრუნავთ თქვენი სხეულის თითოეულ ნაწილზე. იცით რამდენი უჯრედი აქვს თქვენს სხეულს? მილიონობით უჯრედი. იცი რამდენი ადამიანია მსოფლიოში? მილიონობით ადამიანი და თითოეული ადამიანი ჰგავს უჯრედს უფრო დიდ სხეულში. თუ ადამიანმა, ქვეყანამ ან ტერიტორიამ დააზარალებს მეორეს, მაშინ ყველაფერი იმოქმედებს მთელზე, სხვებზე. უ არა? ენ ფიქრობ.

ჩვენ რომ ყველამ ვიზრუნოთ ერთმანეთზე, არ იქნებოდნენ ტერორისტები, ქურდები, ბოროტი ადამიანები, რადგან ვის უნდა საკუთარი თავის დაზავება? ყველა ერთმანეთზე გულით რომ ზრუნავდეს, ეს სამყარო სამოთხე იქნებოდა. ხალხი კარგად იგრძნობს თავს. ხელისუფლება არ წყვეტს თქვას: გააჩერეთ, გააჩერეთ, გააჩერეთ! ის არ წყვეტს მკვლელობას.

ყოველგვარი სიკვდილი, არ აქვს მნიშვნელობა, რომ მას აქვს ყველაზე პატარა თავი, ან პანაწინა მკლავები, ან დედის საშვილოსნოშია, სუფთა ეგოიზმია, ეს არის ქმედებები სინდისის გარეშე, გულის გარეშე.

ნაყოფი არ გტკივა, რატომ გინდა მისი მოკვლა? რას მიიღებთ აქედან? ნაყოფს არაფერი დაუშავებია შენთვის. რატომ სურს ხელისუფლებას მომავალი მოქალაქეების მოკვლა? მათი წყალობით ქვეყანა შესაძლოა კრიზისიდან გამოვიდეს. ეს ნაყოფი დაბადებამდე შეიძლება იყოს ძალიან კარგი ლიდერი და დაეხმაროს ქვეყანას კრიზისიდან გამოყვანაში.

თუ მამა და დედა დაგეხმარათ დაბადებაში, მაშინ რატომ არ ეხმარებით სხვებს დაბადებაში? თუ ბავშვი არ გინდა, შვილად აყვანის უფლებას აძლევ და ეგაა. რატომ უნდა მოკლა? წარმოიდგინე რომ შენ ხარ ნაყოფი... მოგკლავენ?

ჩვენ ყველანი ერთი ვართ, სუფთა გულით. გთხოვთ, ბევრ არასრულწლოვან ქალს, ვინც აბორტს აკეთებს, წარმოადგენა არ აქვს რა არის

კეთება. თუ რაიმე ორსულობა არასასურველია, ნუ მოკლავთ ბავშვს, მიეცით საშუალება ამ ქალებს ბავშვის გაჩენისთვის.

მერთის სიყვარულისთვის. გულიდან გულამდე. ყველაფერს ცუდს, რასაც ჩვენ ვაკეთებთ ამ დედამინაზე, თუმცა ადამიანების მიერ მიღებული კანონი არ სჯის, ღმერთების კანონი დასჯის მას. დაიმასხოვრე ჩემი სიტყვები.

როცა მოკვდები, შენი პრობლემები დაიწყება.

იდი მადლობა.



უკან ინდექსი



14.- ცხოვრება.

ცხოვრება მირაჟია, ცხოვრება თეატრია.

თუ გინდა კარგად იცხოვრო, უნდა ისწავლო. რასაც ჩვენ განვიცდით, იგივეა, რაც ტელევიზორის ეკრანი, დებ ნებისმიერ არხზე და გამოდის ყველანაირი სურათი და თუ ცდილობ რაიმე სურათის გადაღებას, მაგალითად ფულის, მხოლოდ ეკრანს იღებ.

ისევე როგორც სიცოცხლეს, თუ ადამიანს ბევრი ფული აქვს, როცა კვდება, სად მიდის მისი ფული? ფული საფლავში ვერ მიგიყვანს.

თუ ავად არის, ფულსაც ვერ გამოიყენებს. ყველაფერი რაც გვაქვს, არაფერია რეალური, ისევე როგორც არაფერია რეალური. ამიტომაც არ არის საჭირო საქმეების ასე სერიოზულად აღქმა. როგორც გძინავს, როცა ღამე დგება და ჩვენ ვოცნებობთ, ხანდახან გვესიზმრება საშინელი სიზმრები, მაგალითად, ოცნებობ, რომ ვიღაც გდევის, რომ მოგკლას და ამ სიზმრებით ოფლიანობ შიშისგან, მთელი ტანსაცმელი სველდება.

როცა გაიღვიძებ ფიქრობ: მაღლობა ღმერთს, ეს ყველაფერი სიზმარი იყო. მაგრამ როცა სიზმარი გაქვს, გგონია, რომ ეს რეალურია, ამიტომაც გაოფლიანდი ამდენი შიშისგან. როცა გაიღვიძებ, ამბობ: მაღლობა ღმერთს, ეს ყველაფერი სიზმარი იყო!

მაგრამ თქვენ ცდებით, რადგან გაღვიძებისას სხვა სიზმარში შედიხართ. არის სიზმარი დახუჭული თვალებით და სხვები ღია თვალებით. ორივე ოცნებაა და არცერთი არ არის რეალური. ხალხი ამბობს აჰ!... სიცოცხლე, სიცოცხლე, სიცოცხლე... მაგრამ ეს არ არის რეალური. მაგრამ ჩვენ საგნებს ისე ვიღებთ, თითქოს ისინი რეალურია. რასაც ხედავ და რასაც ეხები, მხოლოდ რამდენიმე წელი ან თვე, რამდენიმე დღე ან რამდენიმე წუთია, რადგან არ ვიცით როდის მოვკვდებით. ნებისმიერ მომენტში შეიძლება მოვკვდეთ. ზოგი ადრე და ზოგი შემდეგ, მაგრამ ჩვენ ყველანი მოვკვდებით. როცა დავიძინებთ, არ ვიცით, იქნება თუ არა ეს ჩვენი ბოლო ღამე. ბევრი ადამიანი როცა დგება, ავარიში მოყვება, ავადდება და კვდება. ნებისმიერი ღამე შეიძლება იყოს შენი ბოლო ღამე. ვინ გაძლევთ გარანტიას, რომ ეს არ იქნება თქვენი ბოლო ღამე?

ამ დედამიწაზე, ამდენ მილიონ ადამიანთან ერთად... რამდენი ადამიანისთვის იქნება ეს მათი ბოლო ღამე? როცა ამას ყველაზე ნაკლებად ელოდები, შეიძლება მოკვდე. არაფერია გარკვეული, არაფერია რეალური. როცა მოკვდები, შენთან არაფერს წაიღებ. არ აქვს მნიშვნელობა მილიონერი ხარ, დიდგვაროვანი, ღარიბი კაცი... ძალიან კარგად და ბედნიერად ცხოვრობ... არაფერია რეალური. თუ იცით, რომ არაფერია რეალური, ნუ მიიღებთ ცხოვრებას ასე სერიოზულად. რეალური არაფერია. სიყვარული, არაფერია რეალური, რადგან როცა კვდები, თუ სხეული არ არის, რა გიყვარს? რაფერია რეალური. თუ ეს გესმის, შეგიძლია იცხოვრო კარგად და ბედნიერად.

თუ სურვილი გაქვს და ვერ ასრულებ, სევდიანი... თუ ათი სურვილი გაქვს, 10-ჯერ მოწყენილი იქნები, თუ მილიონი სურვილი გაქვს, მილიონს გახდები. ჯერ სევდიანი. ამიტომ იცხოვრე კარგად, აკეთე ის, რაც უნდა გააკეთო და ნუ ეცდები სხვების სარგებლობას. ბევრი ამბობს: ნახე, ნახე, მე ვისარგებლე იმ საწყალი ქალით/კაცით და დღეს მილიონი ევრო მაქვსო. მაგრამ ეს ადამიანი ცდება. ხალხით რომ არ გამოეყენებინა, დღეს მას 10 მილიონი ევროც კი არ შეეძლო. იმიტომ რომ ბოლო ცხოვრება კარგად მოიქცა და 10 მილიონი უნდა ჰქონოდა, მაგრამ რადგან ამ ცხოვრებაში ხალხი მოატყუა და გაანადგურა, მხოლოდ მილიონს შეძლებს. პატიოსნად რომ გაეკეთებინა, დღეს ამ კაცს 10 მილიონი შეეძლო. ბევრმა არ იცის. ხალხი ფიქრობს: ფული რომ გქონდეს, უნდა იბრძოლო. ეს რა თქმა უნდა, ფული რომ გქონდეს, უნდა იმუშაო, მაგრამ მუშაობის ორი გზა არსებობს, ერთი იმუშაო პატიოსნად და მეორე იმისთვის, რომ იმუშაო ხალხის უპირატესობით, როგორც ბანდიტი. და მის დახარჯვას ასევე აქვს ორი განსხვავებული გზა; ერთია ახირებაზე დახარჯვა, როგორც ბევრი ცნობილი ადამიანი, მაგალითად ჰოლივუდის მსახიობები, რომლებიც ამდენ ფულს შოულობენ და არ იციან რა გააკეთონ ამდენ მილიონზე... როგორ მთავრდება ყველა? ნარკოტიკებზე მიჯაჭვული, ყველა ნარკოტიკზე მთავრდება. თუ ეს ფული ჩადებული იქნებოდა კარგი საქმეების გასაკეთებლად, როგორცაა ფონდის შექმნა ხალხის დასახმარებლად, მაშინ ისინი წმინდანები იქნებოდნენ. მაგრამ როგორც ამბობენ ყველაფერი ჩემთვის, ყველაფერი ჩემთვის... ისინი ჭამენ როგორც ყველა, ყოველდღიურად კილოგრამ საჭმელს? ყველას მეტ-ნაკლებად ერთნაირი მუცელი გვაქვს და მეტის ადგილი არ არის. ისინი ჭამენ ხორცს, თევზს, ხილს და ბოსტნეულს, ამქვეყნად სხვა არაფერია საჭმელი. სულიერად უნდა გამდიდრდნენ, რადგან სხვებს უნდა დაეხმარონ. რატომ უნდა დავეხმაროთ სხვებს? კარგად აგინხნი. თითოეული ჩვენგანი სხეულის უჯრედს ჰგავს.

და სხეულს აქვს მილიონობით უჯრედი, თითოეული სხეული არის პატარა სამყარო. ჩვენი სხეულის ყველა უჯრედს აქვს კიდევ ერთი მილიონი უჯრედი შიგნით. ამიტომ თითოეულ უჯრედს აქვს თავისი აზრი და შეუძლია გადაადგილება, მიდის ყველგან, სადაც უნდა. და ეს უჯრედები ერთმანეთთან ურთიერთობენ, ისევე როგორც მე თქვენთან. ამიტომ ექიმი აღმოაჩენს, რომ კიბოს უჯრედი სიკვდილამდე არწმუნებს სხვა ჯანმრთელ უჯრედებს და ისინი ცუდ უჯრედებად იქცევიან. ამიტომაც კიბო არასოდეს იკურნება, რატომ? იმის გამო, რომ უჯრედები ურთიერთობენ ერთმანეთთან, ისინი აინფიცირებენ ერთმანეთს. ვინაიდან არსებობენ ცუდი ადამიანები, მაგალითად ქურდი, ერთი ასწავლის მეორეს და უფრო და უფრო მეტი ქურდია. და ყველა ერთად კარგი უჯრედები და ცუდი უჯრედები ერთად ცხოვრობენ ამ სამყაროში. ჩვენ ვგავართ უჯრედს უფრო დიდ სამყაროში, რომელიც არის სამყარო.

რათა გაიგოთ რასაც ვამბობ; ჩვენ ვართ უფრო დიდი სამყაროს უჯრედი. უჯრედის შიგნით არის სხვა უფრო პატარა უჯრედები და თითოეულ მათგანში არის სხვა უჯრედები და მათში არის სხვები... ყველა ეს უჯრედი ქმნის ჩემს სხეულს და ჩემი სხეული არის საზოგადოებაში და ეს საზოგადოება არის სახელმწიფოში. და სახელმწიფო ქვეყნის შიგნით და ყველა ქვეყანა ქმნის ამ მიწას. და დედამიწა პლანეტებთან ერთად ქმნის მზის სისტემას და ეს მზის სისტემა არის მზის სისტემებით სავსე სამყაროს ნაწილი. ისე რომ გაიგო როგორ მიდის. ჩვენი მზის სისტემა არის სამყაროს მხოლოდ ნაწილი, რომელიც სავსეა მზის სისტემებით. ეს არ არის ერთადერთი მზის სისტემა ამ სამყაროში, არა. ჩვენ ვართ სისტემის ნაწილი

მზის სისტემა მილიონობით მზის სისტემიდან, რომლებიც ქმნიან სამყაროს. ამ შემთხვევაში, თუ სხვას ეხმარები, ის სხვა გეხმარება. შენ სხვას კი არ ეხმარები, შენ საკუთარ თავს ეხმარები. იმიტომ რომ ჩვენ ყველა ვქმნით კომპლექტს. თუ სხვას ავნებ, საკუთარ თავს ავნებ. მაგალითად, ჩვენი სხეული. თუ მარჯვენა ხელი მარცხენა ხელზე მოხვდა, მარცხენა ხელის ტკივილი მთელ სხეულზე ვრცელდება. ხელიც კი, რომელიც ურტყამს, ცუდად გრძობს თავს. ტკივილი გადამდებია. ეს ნიშნავს, რომ თუ ოჯახი ცუდად ასწავლის შვილს, ერთ დღეს ის ბავშვი გახდება ტერორისტი ან მკვლელი, ამ შემთხვევაში თანატოლებმა ცუდად აღზარდეს შვილი და მათმა შვილმა შეიძლება ზიანი მიაყენოს სხვებს. მაშინაც კი, თუ თქვენ დაიბადეთ მსოფლიოს ნებისმიერ ქვეყანაში, ქალაქში ან ქალაქში, თუ კარგად არ აღზრდით საკუთარ თავს, ერთ მშვენიერ დღეს შეგიძლიათ ვინმეს ზიანი მიაყენოთ. თუ ოჯახი კარგად ასწავლის თავის შვილს, ეს ბავშვი იქნება ამ სამყაროს მხსნელი. ამან შეიძლება თქვენი ცხოვრება ბევრად უკეთესი გახადოს. ამიტომ უნდა გაიგო, რომ შენ, მე და ის არ ვარსებობთ. ჩვენ ყველანი ერთი ვართ, ორნი არ ვართ. თუ კარგად გესმით ჩემი ნათქვამი, ეს სამყარო სამოთხე იქნება. ყველაფერი, რასაც ადამიანები გაგიკეთებენ, კარგიც და ცუდიც, სიზმარია. ეს სიზმარია ღია თვალებით, მაგრამ მაინც სიზმარია. ჩვენ მსახიობები ვართ ფილმში. თითოეული თავის როლს ასრულებს. ისევე როგორც მე, რომელიც შვილებთან ერთად მამის როლს ვთამაშობ, ცოლთან ერთად ქმრის, მეგობრებთან მეგობრის, მოსწავლეებთან მასწავლებლის როლს. თითოეული თამაშობს ბევრ როლს. თქვენ უნდა შეასრულოთ ის ნაწილები, რომლებსაც თამაშობთ, როგორც მე. შეეცადეთ დაეხმაროთ ცუდ უჯრედებს გახდნენ კარგი, რადგან თუ არ დაეხმარებით, ერთ დღეს ეს უჯრედები შეიძლება გახდეს ცუდი უჯრედები. ყველას სასიკეთოდ.

ყველაფერს აქვს მიზეზი და შედეგი. კარგად დაიმახსოვრეთ: ნუ მიიღებთ საქმეს ასე პირადად. როგორც ესპანეთში ყოველწლიურად ბევრი მამაკაცი კლავს ცოლებს და ყველა ერთსა და იმავე სისულელეს ამბობს: თუ ეს მე არ ვარ, ეს არავისთვისაა. მაგრამ მათ ავინყდებათ, რომ კაცი და ქალი და ცხოველები ერთი და იგივე კატეგორიაში არიან, არც ერთი არ არის აღმატებული. ქალი არ არის შენი და არც მამაკაცი არ არის ქალის. კარგად დაიმახსოვრეთ: არავინ არავის ეკუთვნის. ცხოველი არავის ეკუთვნის. თითოეულს აქვს თავისი ცხოვრება, თავისი აზრი. თუ ცოლს ან ქმარს კარგად არ ექცევი, მეორეს კი, რადგან თავს კარგად არ გრძობს, უნდა განშორება, კარგია, მაგრამ შურს ვერ იძიებ, რადგან შენი ბრალი იყო.

ყოველთვის ვერასოდეს იფიქრებ ჩემზე, მე, მე... რადგან შენი ცხოვრება "დაღმართზე წავა" საბედისწერო იქნება. შენ ვერასოდეს გეყოლება მე, მე, მე. კარგად დაიმახსოვრეთ: ჩვენ სამყაროს უჯრედი ვართ და სხეულს აქვს მილიონი უჯრედი, თუ ერთი მეორეზე ზრუნავს და მეორე მეორეზე, ეს სხეული ჯანმრთელია. ყველაფერი იდეალურად იქნება. თუ სხვას ასწავლი კარგს, ეს სხვა სხვას ასწავლის კარგს და ამით მთელი ქვეყანა იქნება კარგი. ეს არის ის, რაც თქვენ უნდა გააკეთოთ. ნუ განვასხვავებ შენ, მე, მას შორის. ჩვენ ყველანი არა ვართ. თუ სხვას ისე ექცევი, თითქოს საკუთარ თავს ატკინო, შეუძლებელია, ავნო, რადგან არავის სურს საკუთარი თავის შეურაცხყოფა. თუ სხვებს ისე მოექცევი, თითქოს ისინი საკუთარ თავს იყვნენ, ეს სამყარო სამოთხე იქნებოდა და ყველა კარგად მოგექცევა. იგივეა, რაც პოლიტიკა. თუ ხალხმა კრიზისის გამო ქაშაღები მოიჭირა, ხელისუფლებამაც უნდა შეიკრას ღვედი და ერთ გროშსაც ვერ დახარჯავს. თუ ხალხი მეტროთი დადის, ხელისუფლება მეტროთი უნდა წავიდეს. თუ ხალხი მართავს, მთავრობა მართავს.

იმიტომ რომ ჩვენ ყველანი ერთნი ვართ. ასე ამოდის ის კრიზისიდან. თუ ხალხი ღარიბია და მთავრობა მდიდარია, თუ ხალხი ღობეს იჭერს და ხელისუფლება არა, ასე არ შეიძლება. თუ ჩვენ ყველა ერთმანეთს საკუთარ თავზე გვეგონა, აქ სამოთხე იქნებოდა. თუ თითოეული თავის ინტერესებზე წავა, ყველაფერი ძალიან ცუდად წავა. იმიტომ, რომ თქვენ ცდილობთ კარგად გაერთოთ ისე, რომ არ იფიქროთ ადამიანებზე, რომლებსაც ცუდი დრო აქვთ. რამდენი მილიონი ოჯახი უნდა გაგენიროს შენთვის? რომ ოჯახმა კარგად იცხოვროს... რამდენი ოჯახი უნდა დაზარალდეს? ეს ცოდვაა.

რატომ არის ცხოვრება ოცნება?

ცხოვრება იგივეა რაც სიზმარი, რადგან როცა ვიბადებით არაფრით მოვდივართ და მთელი ცხოვრება ვაგრძელებთ სიმდიდრეს და როცა მოვკვდებით არაფერს ვიღებთ თან. თუ ამ მოგზაურობისას, რაც სიცოცხლეა, ჩვენთან არაფერი წაგვიყვანს, ბოლოს და ბოლოს, ჩვენთან არაფერი წაგვიყვანს. თუ არაფერს ვიღებთ, რატომ ვჩხუბობთ ამდენს? ას ვაკეთებთ? და თუ არაფერს რატომ ვაყენებთ ამდენ ზიანს და ვატყუებთ ხალხს? იმიტომ რომ?

ერთადერთი, რაც ჩვენ თან ვატარებთ სიკვდილის შემდეგ, არის ჩვენი კარგი და ცუდი საქციელი, ეს არის ჩვენი სინდისი.

ცნობიერება თვითმფრინავის „შავ ყუთს“ ჰგავს, სადაც ჩანერილია ყველაფერი, რასაც ცხოვრებაში ვაკეთებთ.

ვის არ სძინავს ჩვენსავით? ესო ქრისტე. მან გაიღვიძა ამ სიზმრიდან, რომელიც არის ცხოვრება. ერთადერთი, რაც გვახსოვს ადამიანზე, როცა ის კვდება, მისი ქმედებები. ისევე როგორც იესო ქრისტე, ისევე როგორც ბუდა ან ყველა ადამიანი, ვინც სიცოცხლეს მიუძღვნის ხალხის სამსახურს. ჩვენ მათ ვიხსენებთ მათი მოქმედებებით, ისინი ცდილობენ გამოგვფხიზლონ ცხოვრების ამ ოცნებებიდან, რათა არ გავაგრძელოთ ოცნება, ფანტაზიით. თუ ვიცით, რომ საბოლოოდ ყველაფერი 0-ით მთავრდება, მაშინ რას ვაკეთებთ ამდენს?

არ უნდა ვიყოთ ეგოისტები და ვიბრძოლოთ საკუთარი თავისთვის. თუ საბოლოოდ არაფერს ვიღებთ, რატომ? რატომ არ გავცვლით ამ ეგოიზმს კეთილშობილებაში და არ ვეხმარებით ადამიანებს?

როდესაც ვეფხვი კვდება, ის ტოვებს თავის კანს, ჩვენ ვინახავთ მის კანს და მის თავს. და რას დავტოვებთ? იესო ქრისტე ტოვებს თავის სახელს, ტოვებს სიტყვას, ტოვებს სიკეთეს, ტოვებს გულს. ბუდა ტოვებს თავის სიტყვას, თავის წერილს, ბიბლიას, თავის ქმედებებს გულით.

როგორც მუჰამედი და ყველა ეს დიდი რელიგიური ლიდერი. ამდენი ხნის შემდეგ ისევ მათზე ვფიქრობთ, რადგან მათ ყველაფერი გასცეს ხალხისთვის. ისინი ამ ცხოვრებას ეხმარებიან ადამიანებს და ჩვენ მხოლოდ ეგოისტურად ვფიქრობთ, მხოლოდ საკუთარ თავზე ვფიქრობთ. რა განსხვავებაა? მათი სიკვდილის შემდეგ ისინი სამოთხეში მიდიან მარადისობისთვის და ჩვენ არაფერს ვატარებთ ჩვენთან ჩვენი ეგოისტური ქმედებებით.

შეადარეთ თქვენი ქმედებები ყველა ამ წმინდა ხალხის ქმედებებს. რატომ არ მოგვწონს ისინი?, დავტოვოთ ჩვენი სიტყვები და კარგი რჩევა, დავეხმაროთ ხალხს. თუ სხვებისთვის სიკეთეს აკეთებ, შენთვისაც და შენი სინდისისთვისაც კარგს აკეთებ.

ასე რომ, თქვენი სინდისი სუფთაა.

ნებისმიერ მომენტში ნებისმიერი ჩვენგანი შეიძლება მოკვდეს. მარტო მოხუცები კი არა, ყველას შეუძლია მოკვდეს, ჩვილები, ახალგაზრდები, მოხუცები... სასაფლაო სავსეა ყველა ასაკის ადამიანით. არავინ გაძლევს გარანტიას, რომ სიბერემდე იცოცხლებ. ნებისმიერ მომენტში შეიძლება მოკვდეთ. ისარგებლეთ თქვენი ცხოვრებით და დაეხმარეთ სხვებს მთელი გულით.

ბავშვობიდან მამა და დედა ზრუნავენ შენზე, გჭამენ, გასწავლიან, გჩუქნიან სითბოს და დიდ სიყვარულს, ამიტომ პირველ რიგში მამისა და დედის მაღლიერი უნდა იყო. თუ არ იცი, როგორ მაღლობა გადაუხადო მშობლებს იმ სიკეთისთვის, რაც მათ გააკეთეს შენთვის, საკუთარ თავს ადამიანად ვერ ჩათვლი.

ასე რომ, ახლა თქვენ იცით, რომ ცხოვრება ოცნებაა, ისარგებლეთ ამით, რათა დაეხმაროთ სხვებს მთელი გულით, რადგან როცა მოკვდებით, მხოლოდ თქვენს ქმედებებს ატარებთ.

რატომ არის ცხოვრება თეატრი?

არ შეცდეთ, ჩვენ კინოს მსახიობები ვართ, რასაც ამ ცხოვრებაში ვთამაშობთ, არის სუფთა თეატრი, რადგან თითოეული რამდენიმე როლს ასრულებს.

მაგალითად, მე ვთამაშობ მამის, შვილის, ქმრის, მეგობრის, ბიძის ან მასწავლებლის როლს, თითოეული ასრულებს რამდენიმე როლს. მთელი ეს ინტერპრეტაცია სწორედ ისაა, რადგან რასაც ჩვენ ვთამაშობთ, პრინცი, მეფე, მილიონერი, ილბლიანი თუ უილბლო კაცი, ყველა ეს როლი სუფთა ფანტაზიაა, ეს არ არის რეალური.

ბევრი ადამიანი თამაშობს ძალიან უბედური ადამიანების როლებს, სხვები მილიონერების და ისინი ბედნიერები არიან, ყველა ეს როლი არ არის რეალური, რადგან რაც გვაქვს, სიმდიდრე, ბედნიერება, ყველაფერი რაც აქვთ, როცა სუნთქვას ვწყვეტთ, ეს დამთავრდა. ყველა ეს ინტერპრეტირებული სპექტაკლი ნებისმიერ დროს შეიძლება დასრულდეს, ანუ ცხოვრებაში უნდა იცოდეთ, რომ ყველაფერი, რასაც ვხედავთ, ვხეებით და ვფლობთ, ნამიერია, ეს არ არის სამუდამოდ. ჩვენ მოვდივართ ამ სამყაროში მარტო და ხელცარიელი და როცა ერთ დღეს მივდივართ, ვტოვებთ მარტო, ერთი ადამიანი და ხელცარიელი.

ერთადერთი, რაც ჩვენ თან გვაქვს, არის ჩვენი სინდისი, ეს არის ის, რაც ჩვენთან მოდის.

კარგ საქმეებს თავისი ნაყოფი ექნება და ცუდ საქმეებსაც თავისი ნაყოფი. ბევრი ადამიანი იბნევა და იბრძვის ამ ცხოვრებაში ყველაფრისთვის, რაც ფლობს, თვლის, რომ ის სამუდამოდ გაგრძელდება, ამიტომ ბევრი ადამიანი აკეთებს ყველაფერს, რაც სჭირდება: ისინი ტკივილს აყენებენ ადამიანებს, ატყუებენ და ატყუებენ, რათა მიიღონ ის, რაც სურთ ნებისმიერ ფასად.

ცოტა ხნის წინ ახალ ამბებში გავრცელდა ნარკორეალიზატორის შემთხვევა, რომელმაც პოლიციას დასამალად საკუთარ ბაღში 50 მეტრიანი სარდაფი გააკეთა და იქ მრავალი წელი ცხოვრობდა. მას ჰქონდა ფული და ძალაუფლება, მაგრამ ვირთხავით ცხოვრობდა, რომ პოლიცია არ დაეჭირა. დავფიქრდეთ, როგორი ცხოვრება ენეოდა, ვირთხავით ცხოვრობდა მიწისქვეშეთში, გარეთ ვერ გავიდა და ბოლოს ტყვედ ჩავარდა.

ეს ადამიანი აპირებს მთელი სიცოცხლის გატარებას ციხეში მხოლოდ იმისთვის, რომ ისარგებლოს რამდენიმე წლის სიმდიდრით, ის აპირებს გადაიხადოს დარჩენილი სიცოცხლე თავისი შეცდომებისთვის. როცა მოკვდება, მოუწევს ანგარიშების განმენდა სინდისთან, ღმერთთან და ღვთის კანონთან, კომმარის სიკვდილის შემდეგ დაიწყება, რადგან ადამიანური კანონი მხოლოდ მას აპატიმრებს, ღმერთების კანონი მას ყოველდღიურობას მოუტანს. სასიკვდილო განაჩენი ასობით, ათასობით და მილიონობით წლის განმავლობაში. ეს არ ღირს, ეს ის ტიპია, ვისაც არ ესმის, რომ ცხოვრება არაფერია, ჩვენ უბრალოდ როლს ვთამაშობთ, თქვენ არ უნდა იყოთ ცუდი ბიჭი.

ვირთხას ჰგავს ქუჩაში რომ გადის, ყველა ეძებს და სძულს, არავის მოსწონს. ეს ადამიანები მხოლოდ ფიქრობენ, რომ მოკლე დროში ცოტა ფულის გამომუშავებისას ძალიან ცდებიან.

ადამიანები, რომლებიც თამაშობენ კარგ ბიჭს, ავრცელებენ სიყვარულს ადამიანებს და საკუთარ თავს. სანამ სხვებს შეიყვარებ, უნდა გიყვარდეს საკუთარი თავი, უნდა სცე პატივი, უნდა გააკეთო ისეთი რამ, რის გამოც შეიძლება თავი აწიო ღმერთებისკენ და არ გააკეთო ისეთი რამ, რაც სირცხვილისგან სახეს აგდებს, მანამდე უნდა იმართლო თავი. ჯერ საკუთარ თავს. ცუდ სინდისს თავად ვერ შექმნი, ამიტომაც კარგად უნდა გააკეთო საქმე, რომ მშვიდად დაიძინო.

სიკეთის გულიდან კეთება კარგია შენთვის, რადგან ეხმარები ადამიანებს სიკეთის გაკეთებაში სანაცვლოდ არაფრის თხოვნის გარეშე, მაგრამ ეს ანონიმურად უნდა გააკეთო, რომ არავინ ილაპარაკოს შენზე და არ მოგიწიოს ტრაბახი.

თუ ამით იკვებნის, მისი საქციელი არ არის სუფთა, ამ პირობით საქმის კეთება სუფთა საქმეა და ჯობია არ გააკეთო, ეს არის საქმე, რომელიც გულიდან უნდა მოდიოდეს და არ უნდა იყოს პრეტენზია, გამეორება ან ნათქვამი. მაგრამ ეს არის თვითპროპაგანდა. როდესაც თქვენ ეხმარებით ადამიანებს, რომლებზეც არ საუბრობთ, ეს უნდა იყოს სუფთა და კარგი მოქმედება.

თუ კარგ საქციელს გააკეთებ, ადამიანს, ვისაც დაეხმარე, ყოველთვის ემახსოვრება და შენი ქმედება ღმერთს აუნაზღაურებს.

რადგან ცხოვრება თეატრია, ჩვენ უნდა ვეცადოთ დავეხმაროთ ადამიანებს, ეს კარგი საქმეები ერთადერთია, რაც ნავალთ. არ აქვს მნიშვნელობა მთელი სიმდიდრე, ფული, ქონება, შვილები და პარტნიორი გყავს, როცა მოკვდები, მარტო ნახვალ. შენი ოჯახი არ აპირებს თვითმკვლელობას შენთან ერთად, შენ მარტო მოდიხარ ამქვეყნად და მარტო ტოვებ.

იფიქრეთ, რომ ყოველი ღამე შეიძლება იყოს ბოლო, სასაფლაო მხოლოდ მოხუცებით არ არის სავსე, ახალგაზრდებიც ბევრია. ბევრი ადამიანი იღუპება ავტოსაგზაო შემთხვევის შედეგად, რომ სცოდნოდათ, რომ იმ დღეს ავარიაში მოკვდებოდნენ, აუცილებლად არ წავიდოდნენ. არ არის საჭირო შორეული მომავლის გეგმების შედგენა, ახლა რაც უნდა გააკეთო არის საკუთარი თავის სარგებელს სხვების დახმარება, რადგან იმ დღეს, როცა პრობლემა შეგექმნება, ის ხალხი დაგეხმარება.

თუ ეგოისტი ხარ და მხოლოდ საკუთარ თავზე ფიქრობ, გვერდით არავინ გეყოლება. არავის სურს იყოს ადამიანთან, რომელიც მხოლოდ საკუთარ თავზე ფიქრობს.

იმისთვის, რომ კარგად იყო მათთან, ჯერ უნდა იფიქროთ მათზე და გააკეთოთ რამე მათთვის. სარკესავითაა, როცა სიყვარულს აჩვენებ, სარკე სიყვარულს უბრუნებს, ნუ ცდილობ მოტყუებას, ტყუილი უნდა დაიფაროს 10 ტყუილით, რომ ერთი დაიფაროს, ასე ტყუილი, რომ დაფაროს ათი, ერთი ტყუილი მეორის მიყოლებით არსად მივყავართ. შეიძლება ერთხელ მოატყუო, მაგრამ არა მეტი, ამას მომავალი არ აქვს.

ყოველთვის გულიდან უნდა აკეთო საქმეები, ასე რომ ყველას შეგიყვარდებათ, ბედნიერი ოჯახი გეყოლებათ, ხალხი ენდობა თქვენს საქმეს და იქნებით პატიოსანი ადამიანი და შორს წახვალთ, მაგრამ თუ არ შეწყვეტთ ამაზე ფიქრს. საკუთარ თავს და არ შეწყვიტო ტყუილი და მოტყუება, ხალხი არ მოგიახლოვდება და არ დაგეხმარება როცა გაჭირვებაში ხარ, გზა ჯოჯოხეთისკენ დაიწყება როცა მოკვდები. არიან ადამიანები, რომლებსაც არ სჯერათ ჯოჯოხეთის, მაგრამ ეს არ ნიშნავს რომ ის არ არსებობს.

ათვისტებს არ სჯერათ ჯოჯოხეთის, მაგრამ მე მათ ვეუბნები, რომ დაიჯერონ 50%-ს, რომ ის არსებობს და 50%-ს რომ არ არსებობს. ბიბლია ყოველთვის საუბრობს სამოთხესა და ჯოჯოხეთზე, მოგვწონს თუ არა, ისინი არსებობენ და არიან. რა ახსნა აქვს, რომ ზოგი პრინცად იბადება, ზოგიც ღარიბ ქვეყნებში, სადაც შიმშილით კვდებიან, ზოგი კი ძალიან მდიდარი. ეს განსხვავებები წარსული ცხოვრების შედეგია, ღმერთი სამართლიანია, თითოეული იმკის რასაც დათესა. წარსული ცხოვრების ყველა ნეგატივი ამ ცხოვრებაში ბედ-იღბალით იკრიფება. თუ ამ ცხოვრებაში იღბალი გაქვს და ყველაფერი მშვენივრად მიდის, ეს იმიტომ ხდება, რომ წარსულ ცხოვრებაში დათესე პოზიტიური რამ, დაეხმარე ადამიანებს და ამიტომაც მოიმკი ამ ცხოვრებაში პოზიტიური რამ. ხალხს შურს, ვინც კარგად ცხოვრობს, მაგრამ ეს ყველაფერი დამოკიდებულია იმაზე, თუ რა გააკეთა თითოეულმა. თუ წარსულში სიკეთე გააკეთე, თითქოს შენს წინა ცხოვრებაში ბევრი ფული დაზოგე ამ ცხოვრებით ტკბობისთვის, თუ ამ ცხოვრებაში ცუდი იღბალი გაქვს, რაც უნდა გააკეთო არის სხვების დახმარება დროში. თუ შეგიძლია ვინმეს დაეხმარო 1 ცენტით, შეგიძლია დაეხმარო მას, ვისაც ეს შენზე მეტად სჭირდება, კარგი საქმის 1 ცენტი უდრის მილიონერის 100000-ს. თუ მილიონერი იძლევა 100 000-ს და ღარიბი 1 ცენტს, ღმერთის თვალში მას იგივე მნიშვნელობა აქვს, ანუ თუ მილიონერი იძლევა თავისი ქონების 10%-ს, ამ შემთხვევაში 100000-ს, ხოლო ღარიბს აქვს მხოლოდ 1000 და იძლევა 100-ს, ეს 100 უდრის მილიონერის 100000-ს. ღმერთის წინაშე ეს თანხა კი არა, გულიდან გაცემულია, თორემ ყველა მილიონერი სამოთხეში წავა და ყველა ღარიბი ჯოჯოხეთში.

სინამდვილეში, მილიონერების უმეტესობა ჯოჯოხეთში მიდის, რადგან ისინი ეგოისტებისკენ არიან მიდრეკილნი და მხოლოდ საკუთარ თავზე ფიქრობენ და თავიანთ სიმდიდრეს ოჯახს უზიარებენ. ღარიბები უფრო გამგები არიან და ყოველთვის ეხმარებიან სხვა ღარიბებს და ამიტომაც მიდიან სამოთხეში. იმისთვის, რომ ყველაფერი კარგად წავიდეს, უნდა დაეხმარო სხვებს, ეს ნამდვილად შენთვისაა, შენ უნდა დაეხმარო სხვებს, რადგან სხვები გულიდან კეთილგანწყობას დააბრუნებენ, ხოლო თუ ცდილობ ისარგებლო სხვებით, ეს არის "პური". დღეს და ხვალინდელი მშვიერი", აბიჯებენ სხვებს ასასვლელად. თქვენ უნდა გააკეთოთ რამე სხვებისთვის, რადგან ეს პირდაპირ და ირიბად სარგებელს მოგცემთ. თუ ატყუებ და მოატყუებ სხვებს, მხოლოდ საკუთარ თავს ზიანს აყენებ, სხვები კი მხოლოდ შურისძიების მომენტს დაელოდებიან და ეს არ არის ცხოვრება, რომ უწყვეტად უყურო ზურგს.

ამ ცხოვრებაში მსახიობები ვართ, არ უნდა იფიქროთ, რომ რეალურ როლებს ვთამაშობთ, რა არის რეალური? როცა კვდები, შენთან აბსოლუტურად არაფერს წაიღებ.

თუ არარეალურია, რა აზრი აქვს ტყუილს და მოკვლას მოგების მისაღებად, თუ საბოლოოდ ამას არაფერი წაგართმევთ, ნებისმიერ დროს შეიძლება მოკვდეთ საგზაო შემთხვევისგან, სამუშაო შემთხვევისგან, თავდასხმისგან...

ვერავინ მოგცემთ გარანტიას რამდენ ხანს იცოცხლებთ, თქვენ უნდა ისარგებლოთ ყოველი დღით, რომ გააკეთოთ რაღაც სხვებისთვის, რათა აზრი მისცეთ ჩვენს ცხოვრებას, თუ ეგოისტურად იფიქრობთ, დარჩებით მარტო, ციხეში და დაისჯებით, როცა დრო მოვა. .

ცხოვრება სიზმარია, ჩვენ მსახიობები ვართ თეატრში თუ კინოში, ცხოვრება არ არის რეალური. ამიტომ შეეცადეთ არ იფიქროთ საკუთარ თავზე, იფიქრეთ სხვაზე.

რატომ არის ცხოვრება მირაჟი და ილუზია?

ხალხმა იცის, რომ ცხოვრება მირაჟია. და რატომ აგრძელებს ის ამ ილუზიაში და ამ ფანტაზიაში? ყველამ ვიცით, რომ როდესაც ღამით ფეხსაცმელს ვიხსნით, ეს შეიძლება იყოს ჩვენი ბოლო ღამე. შეიძლება აღარასდროს ჩავიცვათ ფეხსაცმელი, რადგან მოკვდებით. ბევრი ადამიანი დილით იცვამს ფეხსაცმელს და აღარ იცვამს, რადგან დღისით კრუნჩხვა დაემართა და გარდაიცვალა, ან უბედური შემთხვევის გამო. არ აქვს მნიშვნელობა რამდენი წლის ხარ, ახალგაზრდა ხარ თუ მოხუცი, ყველა ჩვენგანის დრო დგება, ზოგი ადრე და ზოგი შემდეგ.

რაც ჩვენ ვიცით არის ის, რომ ჩვენ ყველანი მოკვდებით. ყველას, სიკვდილს არავინ გაურბის. არავინ, არავინ იცის როდის მოკვდებიან, სადმე შეიძლება მოკვდეთ. იცი? რამდენმა ადამიანმა იცის, რომ როდესაც გაიღვიძებს ერთ დღეს, ეს იქნება მათი ცხოვრების ბოლო დღე?

ჩვენ ვიცით, რომ საჭმელად გვჭირდება ცოტა ფული, რამდენი ფული გვჭირდება საჭმელად? ძალიან ცოტა ჩვენ უკვე ვიცით.

რა ღირს კვება? ბაზარში რომ იყიდო და მერე სახლში მოამზადო, რამდენის დახარჯვა შეგიძლია? 20 თუ 30 ევრო? ცოტაა. ვარ ვეგეტარიანელი, ერთ დღეში შემიძლია 5 ევრო დავხარჯო საჭმელად; ვყიდულობ ხილს, ბოსტნეულს, მარცვლეულს... 5 ევრო საკმარისია, მეტი არ მჭირდება.

მაგალითად, 1 ევროთ ყიდულობთ სპაგეტის შეკვრას და ორჯერ მაინც ჭამთ. ეს ნიშნავს, რომ თუ სახლში მიირთმევთ, შეგიძლიათ მიირთვათ .50 ცენტად. იგივე სპაგეტი თუ მიდიხარ რესტორანში მეტ-ნაკლებად იგივე კალათას გაძლევს, ხარისხი შეიძლება უფრო მაღალი იყოს, მაქსიმუმ 3 ან 4 ევროთი მეტი ღირდეს. მაგრამ რამდენს იხდით რესტორანში ამ სპაგეტის საჭმელად? იხდით 30, 50, 100 ევროს იმისდა მიხედვით, თუ რა რესტორანი მიდიხართ. და რატომ იხდით ამდენს? ახირებით იხდით, სპაგეტი, ბაზაც იგივეა. დიახ, ერთი ადამიანი, ვინც სახლში ჭამს, შეუძლია დახარჯოს 0,50 ცენტი, ხოლო მეორეს რესტორანში შეუძლია დახარჯოს 100 ევრომდე. საფუძველი იგივეა. ვიცით, რომ ყველაფერი ახირებაა.

ჩვენ ვიცით, რომ ამ სხეულის შენარჩუნება ცოტა ღირს. კაპრიზები რა ღირს. მანქანების მსგავსად, 3000 ან 4000 ევროდ გყავს მანქანა, რომელიც გადაგიყვანს ერთი ადგილიდან მეორეში და არის მანქანები, რომლებიც 1 000 000 ან მეტი ღირს. ისინიც იმავე მიზანს ემსახურებიან, მაგრამ ჩვენ ძვირად ვიხდით ახირებებს.

ჩვენ ამ სამყაროში ვცხოვრობთ ილუზიაში, მირაჟში. რა არის რეალური? მაგალითად, ეს კონტროლერი არის ამ მომენტში და დროთა განმავლობაში ის ფუჭდება და თქვენ გადააგდებთ მას.

ეს მკლავი, რომელიც ბრძანებას უჭირავს, ეს სხეული, რომელიც გვაქვს, რამდენიმე წელიწადში ლპება და ქრება. სხეული კვდება და ძვალი აღარ რჩება. სად არის სხეული? ის გაქრა. ამ სამყაროში არაფერია რეალური, ყველაფერი მირაჟია. დაფიქრდი, თუ რეალური არაფერია, რატომ აყენებ ამხელა ზიანს, ამდენ ზიანს აყენებ ადამიანებს, კლავ, ატეხავ, ცუდად ექცევა... ისარგებლოს?

ას იღებ? უპირველეს ყოვლისა, მთავრობა, რადგან ფული მათი არ არის, როგორც უნდა, ისე ხარჯავს და ვისაც უნდა, ჩუქნის. ეს ფული იმ ხალხს ეკუთვნის, ვინც პენი-პენი იშოვს. ფული მოქალაქეებიდან მოდის და ის მოქალაქეებს უნდა დაუბრუნდეს. ღარიბებს არ სჭირდებათ მდიდრების დახმარება, ეს არ არის სწორი. პოლიტიკოსები ხალხისგან ფულს იღებენ, რომ ბანკებს მისცენ. წელს ესპანეთში, 2012 წლის ამ ცხრა თვეში ბანკიამ 7 053 მილიონი ევრო დაკარგა.

და ხალხმა უნდა გადაიხადოს იმ ბანკირებს, რომლებმაც არ იციან როგორ მართონ თავიანთი ბიზნესი, და მთავრობამ უნდა გაზარდოს გადასახადები და აიღოს ფული ყველგან, რომ მისცეს ბანკებს. წარმოიდგინეთ, მთავრობას 40 მილიარდი სჭირდება ბანკების დასაფარად. წარმოიდგინეთ ამ ფულით, რამდენი ოჯახის დახმარება შეიძლება! და დახმარების ნაცვლად, ის ფულს იღებს ხალხისგან მდიდრების დასახმარებლად. მდიდარი კაცი ეხმარება სხვა მდიდარს. ბანკირებს ბევრი ფული და ბევრი რამ აქვთ. რატომ ეხმარებიან მათ, თუ ეს არ სჭირდებათ? ფული სჭირდება ადამიანებს, რომლებიც ძალიან ცუდ დროს ატარებენ. ესპანეთში 1 700 000 ოჯახია, რომელთა არცერთი წევრი არ მუშაობს, ორივე უმუშევარია და საჭმელის ფულიც არ აქვს. ცხოვრება ილუზიაა, ერთადერთი, რაც სინამდვილეში გაქვს, არის ის, რასაც აკეთებ, შენი კარგი თუ ცუდი საქციელი. ეს არის ის, რაც თქვენთან ერთად მოკვდებათ. ამიტომ ამ ცხოვრებაში ყველაფერი მირაჟია.

არაფერია რეალური, ერთადერთი რაც მნიშვნელოვანია ჩვენი ქმედებებია.

ასე რომ, აქ სამოთხე იქნება.

იდი მადლობა.



[უკან ინდექსი](#)



15.- ცხოვრებას ორი გზა აქვს

ცხოვრებას ორი გზა აქვს.

პირველი გზა ეგოიზმის გზაა. ჩემთვის, ჩემთვის და ჩემთვის. ჩვეულებრივ, ადამიანები ამ გზას ირჩევენ. წმინდა ეგოიზმის გზა: მე მინდა ეს, არ მინდა ის. ყველა მასზე ფიქრობს პირველ რიგში. ეს არის პირველი გზა.

პრობლემა ის არის, რომ ჩვენ ყველა ვფიქრობთ საკუთარ თავზე და ეს ნიშნავს, რომ ჩვენ არ ვფიქრობთ სხვებზე. ამას ჰქვია უარყოფითი.

ამ გზაზე ცუდი ის არის, რომ ნებისმიერ სიტუაციაში ყოველთვის საკუთარ თავზე ფიქრობ და არასდროს სხვებზე, ყოველთვის პირველ რიგში შენს ინტერესებზე. ამ შემთხვევაში თქვენ არასოდეს გეყოლებათ მეგობრები. თუ ეგოისტი ხართ, კარგი პარტნიორი არ გეყოლებათ, რადგან თუ მხოლოდ საკუთარ თავზე ფიქრობთ და არ ფიქრობთ ცოლზე, როგორ წავა კარგად. თუ ყველა იბრძვის თავისი ინტერესებისთვის, როგორ წავა კარგად? ოჯახშიც იგივე, მამასთან, დედასთან, შვილებთან... არც შენ გამოგივა კარგად, რადგან სხვის ნაცვლად მხოლოდ საკუთარ თავზე ფიქრობ. შენ უნდა დააყენო საკუთარი თავი სხვის ადგილას, იმაში, რაც სხვას სჭირდება და არა იმაში, რაც შენ გჭირდება. თუ მხოლოდ შენს ინტერესებზე ფიქრობ და არა სხვის ინტერესებზე. შორს არ წახვალ. ადამიანების მსგავსად, რომლებიც ყოველთვის ნარკოტიკებს, იარაღს ან რაიმე უარყოფითს, მათ არ აინტერესებთ ზიანის მიყენება, თუ ამ იარაღით აპირებენ ადამიანების მოკვლას თუ ნარკოტიკებით აპირებენ გაანადგურონ სიცოცხლე და ოჯახები, ისინი მხოლოდ იმაზე ფიქრობენ. ფულის კეთება. ეს არის წმინდა ეგოიზმი. ის მხოლოდ თავის ინტერესებზე ზრუნავს, როგორც ქურდული ხალხი, არ ფიქრობს იმაზე, თუ რა ზიანს აყენებს სხვას. ადამიანები, რომლებიც ატყუებენ სხვებს გამდიდრების მიზნით, არ აინტერესებთ, თუ სხვები განიცდიან. ხელისუფლება, რომელიც ხალხის ოფლის ფულს და ღონეს ხარჯავს სისულელეებზე, მხოლოდ მათ კეთილდღეობაზე ფიქრობს, ეს არის წმინდა ეგოიზმი. თითოეული პენი 100-ჯერ უნდა დაფიქრდეს სანამ დახარჯავთ, რადგან ეს ფული თქვენი არ არის, ის ეკუთვნის ხალხს, ვინც თავისი ძალისხმევით გამოიმუშავა. ამას აქვს შედეგები. მისი სინდისი და ღმერთი დასჯის მას. მთავრობები, რომლებიც ფულს გაძლევენ აბორტისთვის, რათა დაეხმარონ საკუთარი ხალხის მოკვლას, ექნებათ თავისი შედეგები, ბავშვის სული შურს იძიებს მის მკვლელობაში მონაწილე ყველა მხარეს. მთავრობა, რომელიც ამას ამტკიცებს, ექიმი, რომელიც ნაწილ-ნაწილ ჭრის ბავშვს დედის მუცლიდან და დედა, რომელიც თანხმდება ამ მკვლელობაზე.

წარმოიდგინე, ნაწილ-ნაწილ რომ გაჭრიდნენ, რას ფიქრობ? შენ მხოლოდ საკუთარ თავზე ფიქრობ, ეგოისტი ხარ. მთავრობა, რომელიც თანხმდება არასრულწლოვანთა შორის სექსუალურ ურთიერთობაზე, ამბობს, რომ არაფერი ხდება, რადგან თუ დარჩები

ფეხმძიმე პასუხისმგებელია თქვენი შვილის უპრობლემოდ ლიკვიდაციაზე, ეს ძალიან ნეგატიური მთავრობაა და ყველა გადაიხდის შედეგებს.

ხალხის ფულს იყენებს საკუთარი ხალხის მოსაკლავად, მომავალი მოქალაქეების მოსაკლავად და როგორც ქალი სულელია, თანხმდება შვილის მოკვლაზე. მაგრამ შემდეგ სინდისი და ღვთის კანონი სასტიკად დასჯის მათ. შედეგები ძალიან სერიოზულია. შენი სინდისი არასოდეს დამშვიდდება. ორი აბორტის შემდეგ, დაივიწყეთ მეტი შვილის გაჩენა, რადგან ყოველ ჯერზე ნაკლები შანსი გექნებათ შვილის გაჩენის, თქვენი საშვილოსნო ვეღარ გაუძლებს მეორე ორსულობას და როცა გასურს შვილის გაჩენა ვერ შეძლებ. დაფიქრდით, სანამ აბორტს გააკეთებთ.

თუ არ გინდა შენი შვილი, მიეცი შვილად აყვანა, ძალიან ბევრია შვილად აყვანის მსურველი, რადგან შვილის გაჩენა არ შეუძლია. დარწმუნებული ვარ შენი შვილი ძალიან ბედნიერად იცხოვრებს, არ უნდა მოკლა. ბევრი ადამიანი ელოდება შვილად აყვანას. არ შეიძლება ითქვას, რომ სანამ ბავშვი დაიბადება, ის არ არის ადამიანი, ჩვენ ყველა თანასწორი ვართ და გვაქვს ერთი და იგივე უფლებები. ჩვენ გვაქვს იგივე სხეული, ერთი დიდი და ერთი პატარა, გვაქვს სული და ბავშვსაც აქვს სული. ჩვენ ყველანი ერთნაირები ვართ. არ მითხრათ, რომ ბავშვის თვალები ჩვენნაირი თვალები არ არის, გული ჩვენსავით არ ცემს... რა უფლება გვაქვს მოვკლათ? მოკვლა არასდროს არის კარგი. ფიქრე ამაზე. თქვენ შეგიძლიათ მოატყუოთ ხალხი, მაგრამ არა სინდისით. იმის გამო, რომ კომპარები გელოდებათ, არ გეყოლებათ მეგობრები ან ოჯახი. არასოდეს არ უნდა თქვა ტყუილი, მაშინაც კი, თუ სიმართლე დაგიშავებს. თქვენ უნდა იყოთ გულწრფელი თქვენი გულისთვის. ჯერ თავი უნდა აწიო და ხმამაღლა თქვა მე ყოველთვის სიმართლეს ვამბობ მაშინაც კი, თუ ეს ჩემს ინტერესებს აზიანებს. ვერასდროს გამოტოვებ სიმართლეს. გულწრფელი უნდა იყოთ. ტყუილი არასდროს მიდის შორს.

სანამ თავს ყველას წინაშე აყენებ, შენი გზა ჯოჯოხეთში მიდის. ნებისმიერ მომენტში შეიძლება მოკვდე, ასე რომ, სანამ ცოცხალი ხარ, შეეცადე დატოვო ეგოიზმის ეს გზა.

მეორე გზა არის იმის გაგება, რომ საკუთარი თავი არ არის მნიშვნელოვანი. ეს არის I-ის დატოვება. ეს მეორე გზა უნდა გააკეთოს პირველი გზის საპირისპიროდ. შენს სასიკეთოდ, ჯერ საკუთარ თავზე უნდა იფიქრო სხვა ადამიანზე, ნებისმიერზე. ნებისმიერ სიტუაციაში.

ყოველთვის იფიქრეთ სხვის ინტერესებზე. თუ სხვების მიმართ სიკეთითა და სიყვარულით ხარ, სხვები მოგექცევიან სიკეთით და სიყვარულით. სარკესავითაა. რასაც აჩვენებ სარკეს, არის ის, რაც აისახება სარკეში და გამოსახულება, რომელიც გიბრუნდება.

თუ ვინმე ცუდად გექცევა, თუ ვინმეს ცუდ სახეს აქცევთ, მეორეც გაჩვენებთ მის ცუდ სახეს.

თუ თქვენ ეხმარებით ადამიანებს, როდესაც მათ ეს სჭირდებათ და არ ამართლებთ საბაბს, უბრალოდ დაეხმარეთ რამდენადაც შეგიძლიათ, ხალხი დაგიბრუნებთ ორმაგად იმას, რაც თქვენ მიეცით. ფაქტები ათას სიტყვად ღირს. რა მნიშვნელობა აქვს არის ფაქტები.

თუ გასურს კარგი ცხოვრება, ყოველთვის იმოქმედე გულით ხელში, ამიტომ გარანტიას გაძლევთ, რომ მიიღებთ ყველაფერს, რაც გასურთ.

ყოველთვის პირველ რიგში სხვაზე იფიქრე. ვინც შეცდომებს უშვებს, თუ მართლა ნანობს და აღარ გაუმეორებს, მისი ცხოვრება შეიცვლება.

თუ ადამიანი ისევ და ისევ უშვებს ერთსა და იმავე შეცდომებს, ეს ადამიანი ნამდვილად არ ზუსს.

არასოდეს მოატყუო ხალხი.

კარგად დაიმახსოვრე მეორე გზა არის განახორციელო შენი ქმედებები ჯერ სხვებზე ფიქრით, არაფრის თქმის გარეშე, შენი ქმედებებით ეხმარები სანაცვლოდ არაფრის მოთხოვნის გარეშე.

იდი მადლობა.



უკან ინდექსი



16.- 10 რამ არის ცხოვრებაში

10 მცნება, 10 რჩევა ამ ცხოვრებაში წარმატების მისაღწევად.

1. თუ არ ხარ კარგი მამისა და დედის მიმართ, ღმერთს არაფერი სთხოვო, რადგან ღმერთი ვერ დაგეხმარება. იმიტომ, რომ თუ არ ფიქრობ მამაზე და დედაზე, ვინც ამდენს გაძლევს, იბრუნე შენზე, გასწავლე, ზრუნავს შენზე და ყველაფერზე სუფთა სიყვარულით, სანაცვლოდ არაფრის მოლოდინის გარეშე, თუ არ იცი როგორ დაბრუნდე ეს მონყალე და არ ზრუნავ მშობლებზე, როცა ისინი ავად არიან, ცხოველებზე უარესი ხარ. თუ არ ხარ კარგი მშობლების მიმართ, ეს არის ყველაზე ცუდი რამ, რისი გაკეთებაც შეგიძლია: არ იცი მადლობის გადახდა

2. შენი და-ძმები ყოველთვის ჩხუბობენ, მუდამ კამათობენ, ეწყობიან ერთმანეთს, თუ შენ ვერ ახერხებ საკუთარ ოჯახს, მაშინ როგორ შეგიძლია მეგობრებთან ურთიერთობა? თუ ერთი და იგივე სისხლი ვერ ახერხებს, თქვენ ვერასოდეს შეეგუებით სხვებს. ეუძლებელია. თუ გსურთ წარმატების მიღწევა, უნდა იცოდეთ, რომ ყოველთვის უნდა გააკეთოთ სხვებისთვის. თუ ოჯახთან ერთად არ ხარ და სიყვარული არ არის, როგორ შეიძლება გქონდეს სიყვარული სხვების მიმართ.

მაშინ მარცხი იქნები.

3. თუ შენი აზრი, შენი გული და სიტყვა მცდარია, მატყუარაა, თუ ატყუებ ხალხს და იყენებ ხალხს საკუთარი ინტერესებისთვის. არ აქვს მნიშვნელობა ოჯახი დაგიტოვებს ფულს, კომფორტულ სახლს... ეს დიდხანს არ გაგრძელდება. თუ მატყუარა ხარ, სიმდიდრე დიდხანს არ გაძლებს, რადგან ნეგატივს უარყოფითი მოაქვს. და უარყოფითი არის ცუდი ილბალი, ცუდი ჯანმრთელობა, ისინი ყველა წარუმატებლობაა. ეს არის თქვენი უარყოფითი აზროვნების შედეგები.

თუ ყურძენს თესავ, ვაშლი ვერ იზრდება. იფიქრე გონივრულად.

ნეგატივს უარყოფითი მოაქვს. თუ თქვენი აზროვნება პოზიტიურია, თქვენი ცხოვრება შეიცვლება პოზიტიურად და გექნებათ წარმატებები და ადამიანები დაგეხმარებიან და ყოველდღე შეძლებთ თქვენი ყველა სურვილის ასრულებას. ვერასოდეს იტყვი ტყუილს, ყოველთვის უნდა შეასრულო შენი სიტყვა, რათა ხალხი შეგიყვარდეს. დადებითი მოაქვს დადებითი და უარყოფითი მოაქვს უარყოფითი.

4. თუ თქვენი ქმედებები ზიანს აყენებს სხვა ადამიანს და მხოლოდ საკუთარ თავზე ფიქრობთ. თუ თქვენ იყენებთ სხვებს მოგების მისაღებად, თუნდაც ბევრი ისწავლოთ, ეს არ გამოგადგებათ. რატომ სწავლობ ბიბლიას? ბიბლია არ არის დასამახსოვრებლად, ის არის იმისთვის, რომ ვაკეთოთ და დავიცვათ ყველაფერი, რასაც ის გვეუბნება, ვიმოქმედოთ ათი მცნების მიხედვით.

ღმერთმა მოგვცა 10 მცნება, რომ დავიცვათ და არა დავიმახსოვროთ.

5. თუ გგონია, მე, მე, მე, მე... შენ გგონია, რომ შენ ხარ უმაღლესი. თუ ასე ფიქრობთ, თუ ფიქრობთ, რომ იმის გამო, რომ ბევრი უნივერსიტეტში სწავლობთ, თქვენ სჯობიხართ მათ, ვისაც სწავლა არ აქვს, ვინც არასრულფასოვანია და რომ ყველა სულელია. ცდებით. რადგან ადამიანი, რომელსაც ბევრი სწავლა აქვს, ყოველთვის ძალიან კეთილგანწყობილია ადამიანების მიმართ, ადამიანების მიმართ, ვინც ცოტა იცის, ის ადამიანი, რომელიც ხალხს ზემოდან უყურებს, ამ შემთხვევაში, რა არის ტიტულები? რომ შენს ცხოვრებაში უბედურება მოიტანო, რადგან თუ სხვებს არასრულფასოვნებად უყურებ, ფრთხილად იყავი ამ ადამიანებთან, მათ მხოლოდ უბედურება მოაქვთ.

6. თუ უკანონო საქმეებს აკეთებ, სწრაფად გაიზარდო და სწრაფი სარგებელი მიიღო, თუ საზოგადოების ნორმების მიხედვით არ აკეთებ, მხოლოდ სხვების სარგებლობას ცდილობ, ეს არ არის ინტელექტი, მხოლოდ შენთვის ცუდად თესავ. ხვალ. ყოველთვის გააკეთე ყველაფერი ისე, როგორც ღმერთი ბრძანებს, რათა არ გააფუჭო. ამიტომაც არ იფიქრო, რომ ძალიან ჭკვიანი ხარ, როგორც ამბობენ, ჭკვიანი ხარ. ამიტომ დაიმახსოვრე და ჭკუაზე ნუ იქნები, ვინც ძალიან შორს წავა, დაზარალდება.

7. როცა ცუდი იღბალი გაქვს, თუ ყოველთვის რაღაცას აკეთებ და კარგად არ გამოდის და სხვები ყველაფერს აკეთებენ და ყოველთვის კარგად მიდის, კარგად დაიმახსოვრე, ცხოვრება დღე და ღამეა, როცა ყველაფერი არასწორედ მიდის, ეცადე დაისვენო, ეცადე ისწავლო. რაღაც სასარგებლო, როგორიცაა სწავლა ან პროფესიის სწავლა ამ დროს, რადგან როცა იღბალი მოვა, ეს დაგეხმარებათ.

როცა ცუდი იღბალი გაქვს, თითქოს ღამე იყო, ღამე ბნელა, მოითმინე, რადგან ღამის მერე რა მოდის? გათენება მოდის, მზე ამოდის, დღე, სინათლე, წარმატებები. და პირიქით, როცა ადამიანებს აქვთ იღბალი, ეს შუადღის მზეს ჰგავს, მაგრამ ნუ გაიხარებ, რადგან ღამე და სიბნელე მალე მოვა.

ამიტომაც გეუბნებით, რომ ცხოვრება იღბალია, ბედ-იღბალი, იღბალი - ბედ-იღბალი და ასე ტრიალებს. ამიტომ, კარგად დაიმახსოვრე: როცა უბედურება გაქვს, ნუ სევდიანი, მით უმეტეს, თავი მოიკლა, რადგან როცა ღამის სიბნელე გაქრება, დღის სინათლე მოვა.

8.- თუ უკანონოდ იღებ ფულს, როგორც ბანდიტი და ამით ეხმარები ხალხს, უაზრობაა. თუ სარგებლობ ხალხით, ატყუებ მათ ფულის მისაღებად. ამიტომ თუ გინდა კარგი მომავალი გქონდეს, ფული პატიოსნად უნდა იშოვო. რამდენი ადამიანი, ვინც თაღლითობს, ხვდება ციხეში! არ ღირს.

9.- თუ არ იზრუნებ შენს ცხოვრებაზე, ვერც ექიმები და ვერც წამლები ვერ გიმკურნალებენ. თუ ღამით დისკოთეკაში წახვალ და აბებს სვამ, რომ მთელი ღამე არ გძინოს, ბოლოს და ბოლოს შენი სიცოცხლით გადაიხდის ჯანმრთელობას. დააკვირდით თქვენს ჯანმრთელობას. იკვებეთ მონესრიგებულად, თუ ჯანმრთელობა არ გაქვთ, თქვენი ცხოვრება დასრულებულია. თუ ცუდად ექცევით თქვენს სხეულს, მაშინ თქვენი სხეული სწრაფად იწურება. იზრუნეთ ჯანმრთელობაზე. როცა ძილის დროა, დაიძინე.

როცა ჭამის დროა: ჭამე. ნუ ეთამაშებით საკვებს, იკვებეთ ზომიერად. თუ ჯანმრთელი არ ხარ, არაფერი გაქვს. თუ არ ჭამ, რომ ლამაზი და გამხდარი იყო, ბოლოს ავად გახდები. ძალიან ლამაზი იქნები, მაგრამ ჯანმრთელი არ იქნები. კარგად დაიმახსოვრეთ, ნუ ეთამაშებით ჯანმრთელობას, რადგან ჯანმრთელობის გარეშე არაფერი გაქვთ.

10.- სექსი. თუ ქორწინების გარეთ გაქვთ სექსი, ჯოჯოხეთში მოხვდებით. მამაკაცისა და მამაკაცის სექსი ფატალურად მთავრდება. ეს ურთიერთობები არის ის, ვინც ყველაზე მეტად ავრცელებს შიდსს. ანალური სექსობრივი კავშირი ენინააღმდეგება ბუნებას. ძვირად გადაიხდით ამ ტიპის ურთიერთობის შენარჩუნებას. ჯანმრთელობა არ გექნება. თუ ჯანმრთელობასთან ერთად დიდხანს სიცოცხლე გინდა, ნუ გააკეთებ იმას, რაც ჯანმრთელობისთვის საზიანოა. ეს ადამიანები არავის ზიანს არ აყენებენ, მაგრამ საკუთარ ბუნებას ენინააღმდეგებიან. ყველა ჰომოსექსუალი რომ ვიყოთ, არ დავიბადებოდით, მოკლე დროში გაქრებოდა კაცობრიობა, რადგან კაცთან ერთად კაცს და ქალს ქალთან შვილები არ შეიძლება. ეს სუფთა ახირებაა და ახირება ძვირია. ბოლოს ყველა ეს ადამიანი ფატალურად მთავრდება. ღმერთების კანონის თანახმად, ყველა ეს ადამიანი ჯოჯოხეთში მიდის. ეცადე იცხოვრო კარგად, ნორმალური ცხოვრებით, როგორც ღმერთმა განიზრახა. შენი მომავალი შენს ხელშია.

ეს უბრალოდ რჩევაა.
იდი მადლობა.



უკან ინდექსი



17.- მე ვარ სამყარო, სამყარო მე ვარ.

მე სამყარო ვარ, სამყარო მე ვარ. ეს იგივეა, რაც თქვა, რომ მე ვარ სამყარო და სამყარო მე ვარ. ისევე, როგორც მე თავისუფალი ვარ. რა არის თავისუფალი? სული რომ გათავისუფლდე, ფიქრი გათავისუფლდე, ჩემგან გათავისუფლდე, მაგალითს მოგიყვან, რომ გაიგო: ახლა ჭაში ჩამწყვდეულ ბაყაყს ვგავართ. ვუყურებთ ცას და ვხედავთ მხოლოდ ცის იმ ნაჭერს, რომლის დანახვის საშუალებასაც ჭიდან გასასვლელი გვაძლევს. ჩვენ თვითონ ჭაში ჩავვარდით და ხაფანგში ვართ.

თუ გინდა იყო თავისუფალი, უნდა გესმოდეს ერთი რამ: ეს სხეული იწურება და კვდება ნებისმიერ მომენტში. მრავალი მიზეზის გამო ის იშლება. ის სისხლისა და ხორცის მანქანას ჰგავს, რომელსაც ბევრი კომპონენტი სჭირდება იმისთვის, რომ იმუშაოს: გული, ტვინი, ღვიძლი... ბევრი რამ და მას აქვს მილიონობით უჯრედი და თითოეულ უჯრედში მილიონობით უჯრედი...

სხეული მანქანას ჰგავს. მანქანას ფუნქციონირებისთვის ათასობით ნაწილი სჭირდება. თქვენ არ გჭირდებათ მხოლოდ ძრავა, თქვენ გჭირდებათ ბევრი რამ. არ არის სწორი ამ სხეულისთვის ბრძოლა, რადგან მოგვიანებით, როცა ის მოკვდება, მას არაფერი აქვს. ლოგიკური არაა, ბოლოს ტყუილად ვიბრძოლეთ. რამე რომ გქონდეს, არ უნდა იბრძოლო ამ ხორცისა და სისხლის მანქანისთვის, რადგან ბოლოს და ბოლოს, რა გაქვს? არაფერი. როცა მოკვდები, შენთან არაფერი ნაიღე. თუ არაფერს აიღებთ, რისთვის იბრძვით?

რატომ გტკივა, თუ საბოლოოდ არაფერს ართმევ. სარგებელი რომ მიიღოთ, ადამიანებს ავნებთ. ამიტომ ერთადერთი, რისი მიღებაც შეგიძლიათ, არის ბრძოლა თქვენი სულისთვის.

ბიბლიაში რეინკარნაციაზე არ არის ლაპარაკი, მაგრამ თუ გინდა, შეგიძლია ნახვიდე ჰიპნოზის სესიაზე და შენ თვითონ დაინახო შენი წარსული ცხოვრება. ეს სხეული არის გამოსაყენებელი და გადასაყრელი. მანქანას ჰგავს, როცა დაბერდება წყვეტს მუშაობას და ვკვლით სხვას. სხეული იგივეა, ერთ დღეს ის წყვეტს მუშაობას და ვკვდებით. სული ტოვებს სხეულს და როცა ეს ხდება სხეული ხდება გვამი, ხისტი.

რა განსხვავებაა ცოცხალ სხეულსა და მკვდარს შორის? ისევე როგორც ნათურა გამორთული და მეორე ჩართული. ნათურა გამორთულია, რადგან დენი არ აღწევს მას და ის ჩართულია, როდესაც მას აღწევს ელექტრო დენი, ისევე როგორც ჩვენი სხეული, ის ცხოვრობს, რადგან სული შიგნით არის და კვდება, როდესაც სული ტოვებს სხეულს. ამიტომ ეცადე გაიგო: არ უნდა იბრძოლო სხეულის მანქანისთვის, ეს დიდი შეცდომაა, უნდა იბრძოლო იმისთვის, რომ შენი სული იყოს თავისუფალი.

შეწყვიტე ამ სხეულის სურვილი. თუ გესმით, რომ თქვენი სხეული არის = 0, და რომ ნებისმიერ მომენტში შეგიძლიათ მოკვდეთ (ჩვენ არ ვიცით როდის იქნება ჩვენი ბოლო ღამე, სასაფლაო სავსეა პენსიონერებით, მაგრამ

ასევე არიან ყველა ასაკის ადამიანები) თუ გესმით, რომ თქვენ არ ხართ სხეული, გახდებით თავისუფალი.

არ დაიჯერო, რომ სიბერეს მიაღწევ, შეეცადე გამოიყენო ყოველი დღე, ყოველი საათი, ყოველი წუთი, ყოველი წამი, რომ იყო ჩემნაირი თავისუფალი. ძალიან კარგად გავიგე, უნდა ვიბრძოლო, რომ ჩემი სული იყოს თავისუფალი.

ამიტომ გეუბნებით: მე ვარ სამყარო და სამყარო მე ვარ. ამ თემის გასაგებად, უნდა გესმოდეთ, რომ ეს სხეული მე არ ვარ, ეს არის ის, რასაც თქვენ იყენებთ. ნათურის მსგავსად. შენ ხარ მიმდინარე. თუ ნათურა გატყდა, ამოიღებთ, გადააგდებთ და ჩადებთ ახალ ნათურას, შემდეგ დენი ისევ სხვა ნათურას ანთებს. ასე მუშაობს სული ამ სხეულთან. ჩვენ მოვდივართ ამქვეყნად იმისთვის, რომ გავიგოთ სულის შესახებ, ჩვენ არ მოვდივართ ამქვეყნად იმისთვის, რომ გავმდიდრდეთ და ყველაფერი დავკარგოთ ნებისმიერ მომენტში, როცა მოვკვდებით. უნდა გესმოდეთ, რომ უნდა იბრძოლოთ იმისთვის, რომ თქვენი სული იყოს თავისუფალი. ადამიანების უმეტესობა მხოლოდ სხეულზე ზრუნავს, ამ სხეულის დასაკმაყოფილებლად ყველანაირ ახირებას აძლევს. თქვენ უნდა აამაღლოთ სულის ცოდნის დონე. შეხედეთ საზოგადოებაში, უამრავი სახის ადამიანია: არიან ადამიანები, რომლებსაც არ შეუძლიათ წერა-კითხვა, არიან ადამიანები, რომლებსაც აქვთ დოქტორის ხარისხი, ბევრი დონეა, სულის ცოდნის დონე უნდა ანო. თუ თქვენ შეგიძლიათ დატოვოთ ეს საკუთარი თავი, თქვენ იქნებით სამყარო და შეძლებთ სამყაროში მოგზაურობას. თუ გჯერა, რომ ეს სხეული მე ვარ, ვერასდროს გამოხვალ ამ სხეულიდან, ვერასდროს გამოხვალ ჭიდან.

თითქოს ოთახში შედიხარ და შენ თვითონ დაკეტე კარი. შიგნით ხარ და თუ გინდა იყო თავისუფალი, გააღე კარი და გამოდი. სამყარო უსასრულოა. უამრავი ადამიანი სვამს ნარკოტიკებს და იბადება ყველანაირი შეგრძნებით. თუ გსურთ ნამდვილი შეგრძნება, თუ გსურთ იმოგზაუროთ ვარსკვლავებს შორის უსასრულობაში და გქონდეთ უსასრულო სიცოცხლე, თუ გსურთ იყოთ თავისუფალი, თავისუფალი მოგზაური ვარსკვლავებს შორის და მილიონობით მზის სისტემასა და სამყაროს შორის, უბრალოდ უნდა სხეულის საკუთარი თავის დატოვება. ჩვენ არ ვართ ერთადერთი ცოცხალი არსებები სამყაროებში. ჩვენ უკვე გავიგეთ, რომ უცხოპლანეტელები მოდიან ჩვენთან სანახავად, სიცოცხლე არსებობს სხვა პლანეტებსა და სამყაროებზე, რომელთა შესახებაც ჩვენ არ ვიცით. ჩვენ არ შეგვიძლია შევქმნათ ხომალდები, რომლებიც სამყაროს გავლით მიემგზავრებიან სხვა სამყაროებში, ჩვენ არ შეგვიძლია ამ კოსმოსური ხომალდების წარმოება.

ჩვენ შეგვიძლია ავაშენოთ მხოლოდ თვითმფრინავები, რომლებიც მიდიან დედამიწაზე ერთი ადგილიდან მეორეზე ან გემები, რომლებიც მთვარეზე ან მარსზე აღწევენ. იმიტომ რომ? რადგან ძალიან ეგოისტები ვართ და მხოლოდ ფულის შოვნაზე ვფიქრობთ და როგორ გავაუმჯობესოთ ამ სხეულის სიცოცხლე, მივცეთ სხეულს ახირება. ბევრი ადამიანი მხოლოდ საკუთარ და ოჯახის კეთილდღეობაზე ზრუნავს.

მაგალითად, სირიის პრეზიდენტი, რომელიც ძალაუფლების შესანარჩუნებლად და ოჯახს ყველანაირი სიმდიდრისა და კომფორტის მისაცემად, უმონყალოდ ანადგურებს თავის ხალხს. როცა ხალხი ხმას აიმაღლებს: ეს მათ კლავს. ვინც მის იდეებს ეწინააღმდეგება, ის კლავს. ეგოიზმია.

მოკალი ხალხი ძალაუფლების შესანარჩუნებლად. ეს არის წმინდა ეგოიზმი. თუ შეწყვეტთ ეგოისტობას, შეგიძლიათ იყოთ თავისუფალი. სხვა პლანეტებზე მათ ჩვენზე ბევრად მეტი ტექნოლოგია აქვთ, რატომ? რადგან აქ დედამიწაზე ჩვენ ძალიან ეგოისტები ვართ და ჩვენი ცხოვრება გრძელდება რამდენიმე წელიწადი, მაქსიმუმ დაახლოებით 100 წელი, და დიდი რამის გამოგონებისთვის საჭიროა მრავალი წლის კვლევა და შესწავლა. სხვა პლანეტებზე სიცოცხლე 1000 წელიწადს გრძელდება და ამიტომ მათ შეუძლიათ უფრო დიდხანს გამოიკვლიონ. ჩვენ რომ ვიცხოვროთ ათასი წლის დაშორებით, შეიძლება გქონდეს ასეთი მონინავე ტექნოლოგია. იმიტომ, რომ ისინი

შეუძლიათ მათ უფრო დიდხანს იცხოვრონ? რადგან მათ ოქროს გული აქვთ და ჩვენ ძალიან ეგოისტები ვართ. ფანარითაა, ფანარს 24 საათი ვაჩერებთ, ფიქრს არ ვწყვეტთ

დღისა და ღამის განმავლობაში წამში მილიონობით ფიქრი გვექნება და როცა გვძინავს სიზმარში ფიქრს ვაგრძელებთ. ამიტომ ჩვენი ენერჯია იწურება, ის უფრო სწრაფად იხარჯება. სხვა პლანეტებზე ისინი ენერჯიას მხოლოდ მაშინ რთავენ, როცა ეს სჭირდებათ, რათა უფრო მეტხანს გაგრძელდეს. მანქანას ჰგავს, არასოდეს გამორთავ, ყოველთვის დადის, როგორც ტაქსები, რომლებიც განუწყვეტლივ მოძრაობენ, ამიტომაც ძლებენ კერძო მანქანაზე ნაკლებს. ამიტომ თუ გსურს გქონდეს დიდხანს სიცოცხლე, ბედნიერება, იყო თავისუფალი, საკმარისია შეწყვიტო ბრძოლა ამ სხეულისთვის.

არ უნდა განვასხვავოთ მე, თქვენ, მას, ქვეყნებს შორის, რასებს შორის... ჩვენ ყველა ერთნი ვართ და ყველანი თანასწორნი ვართ.

არ არსებობს სხვებზე ზემდგომები, ჩვენ ყველას გვაქვს სხეული, იგივე სხეული. შენს წარსულ ცხოვრებაში შეიძლებოდა იყო შავი, აფრიკელი... არ აქვს მნიშვნელობა რა ბრენდის ნათურაა, ჩვენ ყველანი ნათურები ვართ. ასე რომ, არ არსებობს განსხვავება მამაკაცებსა და ქალებს შორის. ცხოველებსაც კი ჩვენნაირი სულები აქვთ. ბევრ მამაკაცს, ვისაც ასე უყვარს ქალობა და ოპერაციას ატარებენ, რომ ქალს დაემსგავსონ, მკერდს იცვამენ, ქალებივით იცვამენ... გეუბნები, რომ არ არის აუცილებელი ამ ყველაფრის გაკეთება, თუ ასე ძალიან გინდა იყო ქალი, გარანტიას გაძლევთ, რომ მომავალ ცხოვრებაში თქვენ დაიბადებით როგორც ქალი. თქვენ არ გჭირდებათ თქვენი ბუნების შეცვლა. თუ მიიღებ, რომ ეს მე მხოლოდ სხეულია, თავისუფალი იქნები და ვარსკვლავებს შორის მოგზაურობას შეძლებ და ყველაფერი, რაც გინდა, შენს ხელში იქნება. მხოლოდ ეს. თუ თქვენ არ ხართ იმედგაცრუებული ამ სხეულით, შეგიძლიათ ჯანმრთელობასთან ერთად დიდხანს იცხოვროთ. 40 წლის განმავლობაში არასოდეს გავხდი ავად, არასოდეს წავსულვარ საავადმყოფოში, 40 წელი იდეალური, არ მექონია ავარიები და არც ძვლები დამიმტვრია. რადგან მივხვდი, რომ ეს სხეული მე არ ვარ. ეს არის ის, რასაც მე ვიყენებ ამ ცხოვრებაში.

მე ჩემი სული ვარ. პოზიტიური აზროვნებით ეგოიზმი არ არის და მთელი ორგანიზმი იქნება პოზიტიური და ჩემნაირი დაავადება არ გექნება.

რატომ აქვს ზოგიერთ ადამიანს კიბო? იმიტომ, რომ მას ბევრი აქვს: მინდა, მინდა, მომწონს ეს, არ მომწონს... ყოველთვის იმაზე ფიქრობს, როგორ დააკმაყოფილო სხეული. თუ არ მიიღებ იმას, რაც გინდა, მაშინ ნერვიულობ და ავად გახდები. რასაც თქვენ აკეთებთ სხეულისთვის, თქვენ თანდათან დაასრულებთ სიცოცხლეს. იზრუნეთ თქვენს სხეულზე პოზიტივით, ჯერ სხვაზე იფიქრეთ. ამას ჰქვია პოზიტიური ყოფნა. თუ ხალხთან პოზიტიური ხართ, ხალხი დაგიბრუნდებათ დადებითად.

თუ თქვენ ეხმარებით ადამიანებს, ადამიანები კეთილგანწყობას უპასუხებენ გულით. უარის თქმას ვერასდროს ამთავრებ კარგად, "დღევანდელი პურია და ხვალინდელი შიმშილი", რადგან ადრე თუ გვიან ძვირად გადაგიხდის. თუ ცოდვას უშვებ ადამიანებს, ხალხი ანაზღაურებს 10 ცოდვას.

ამიტომაც მინდა, რომ მომისმინოთ, გულით გაიგოთ. ერთადერთი, ვისაც შენი გადარჩენა შეუძლია, შენ ხარ და არა ღმერთი. ღმერთო რისი გაკეთება შეგიძლია? ბევრი ადამიანია, ვინც ბიბლიას მრავალი წლის განმავლობაში სწავლობს, მაგრამ რამდენი ადამიანი აქცევს ყურადღებას, რას ამბობს ბიბლია და რას ამბობს იესო ქრისტე? თუ კითხულობ და ვერ გაიგებ, უსარგებლოა. იესო ტოვებს საკუთარ თავს, ამიტომ შეუძლია სასწაულების მოხდენა: ალადგინოს მკვდრები, განკურნოს სნეულები, სიარული ნყალზე, იცოდე მისი მომავალი... თუ მიხვდები, რომ ეს სხეული მე არ ვარ, შენ შეგიძლია მოახდინო სასწაულები, როგორც იესო ქრისტე. იესო ქრისტე მხოლოდ ადამიანებზე ფიქრობს, ის არასოდეს ფიქრობს საკუთარ თავზე.

ბიბლია იმისთვისაა, რომ გაიგოთ და იცოდეთ, როგორ უნდა მოიქცეთ ცხოვრებაში. ბიბლია არ არის მხოლოდ დასამახსოვრებლად. ეს არის ისე, რომ თქვენ გაიგოთ, როგორ უნდა მოიქცეთ, რომ იყოთ თავისუფალი. ივარჯიშეთ და იმოქმედეთ იესო ქრისტეს მსგავსად. არ დაიმახსოვროთ და სხვა არაფერი, თქვენ უნდა იმოქმედოთ. ყველა ცდილობს იყოს თავისუფალი.

ამიტომ, რომ იყო თავისუფალი, უბრალოდ უნდა გესმოდეს, რომ ეს სხეული მე არ ვარ და რომ ჩვენ ყველანი თანასწორნი ვართ, ყველანი ერთნი ვართ. ცხოველები, ბუნება, ვარსკვლავები, ღმერთი... თუ ღმერთივით ფიქრობ და იქცევი, ღმერთი გახდები. ღმერთს არაფერი სთხოვო, ჰკითხე საკუთარ თავს. თუ გინდა ჯანმრთელობა, ბედნიერება, დიდხანს სიცოცხლე... ჰკითხე საკუთარ თავს. როგორ ვკითხო? ხალხის მთელი პოზიტიური აზროვნებით, ასე რომ თქვენი ყველა სურვილი ახდება. მხოლოდ დადებითი სურვილები. ნეგატიურ სურვილებს აქვს უარყოფითი შედეგები.

მინდა გაიგო, რომ ყველაფერი შენზეა დამოკიდებული.

სხვა არავის.

იდი მადლობა.



[უკან ინდექსი](#)



18.- დაიცავი შენი თავი საკუთარი თავისგან.

როგორ დავიცვათ თავი? ხალხმა არ იცის როგორ დაიცვას თავი. თუ არ იცავ, ვინ გიცავს?

ბევრი ფიქრობს, რომ ხალხის მოტყუება მოგების მიზნით მისთვის კარგია. მაგრამ ცდებით. თუ ხალხს ატყუებ და ხალხს ანადგურებ, ღმერთებისა და ადამიანების კანონს ეწინააღმდეგები: ეს ცუდია საკუთარი თავისთვის. იმიტომ, რომ თუ ატკინე, მოატყუებ, ისარგებლებ, ხალხი შურისძიების შანსს დაელოდება.

ის აუცილებლად შურს იძიებს. შენთვის ცუდია. თუ გინდა დაიცვა თავი, დაეხმარე ხალხს და ხალხი დაგიცავს. თუ ხალხს არასწორად აკეთებთ, ხალხი პროცენტით გადაგიხდით. ამ შემთხვევაში თქვენ თავს არ იცავთ, პირიქით, საკუთარ თავს ავნებთ. შენი ქმედებებით თავი დაანებე ეგოიზმს, თუ ყოველთვის ჩემზე ფიქრობ ჯერ საკუთარ თავს ავნებ. არავინ გაქცევა. დროის საკითხია. ეს სხეული უსასრულოდ არ გრძელდება. სხეულის მეშვეობით ჩვენ ჩავდივართ ეგოისტურ ქმედებებს, თქვენ ხედავთ ამბებში, რომ ყველა, ვინც უარყოფით მოქმედებებს ასრულებს, ცუდად მთავრდება. საკუთარი თავისგან თავის დასაცავად, პირველ რიგში უნდა იზრუნოთ თქვენს ქმედებებზე და თქვენს აზრებზე. ნეგატიური აზროვნება უფრო სერიოზულია, ვიდრე ნეგატიური მოქმედებები, რადგან ნებისმიერი ნეგატიური აქტი სათავეს უარყოფით აზროვნებაში იღებს. ნეგატიური აზრი იქცევა უარყოფით აქტად.

თქვენ უნდა იზრუნოთ თქვენში შემოსულ ინფორმაციაზე; თქვენ უნდა შეწყვიტოთ ნებისმიერი უარყოფითი აზროვნება. როცა რაიმე უარყოფითად ფიქრობ, საკუთარ თავს ავნებს. თუ გსურთ იყოთ კარგად, უნდა შეწყვიტოთ ყველანაირი ფიქრი სევდაზე, ტკივილზე, ნეგატიურზე, რადგან ეს გავლენას ახდენს თქვენს ჯანმრთელობაზე. თქვენი გონება აგზავნის ინფორმაციას მთელ სხეულს, ნერვების მეშვეობით, რომლებიც აკავშირებენ ტვინს ხერხემალთან მთელ სხეულს და ის ავად არის. გონება სხეულთან ურთიერთობს ხერხემლის მეშვეობით. თუ გონება დაბლოკილია, ინფორმაცია იბლოკება და არ აღწევს სხეულის დანარჩენ ნაწილს და მოდის დაავადებები. ყველაფერს თავისი სათავე გონებაში აქვს. ეცადეთ არ ინერვიულოთ, არ მოახდინოთ პროვოცირება. არავითარ შემთხვევაში არ გაბრაზდეთ და არ მოწყინდეთ, რადგან ამ ყველაფერს თქვენი ჯანმრთელობა გადაიხდით. რაც გონებაში შედის, შემდეგ გავლენას ახდენს სხეულზე.

თუ ინფორმაცია, რომელსაც გონებაში უშვებთ, უარყოფითია, ის სხეულის დანარჩენ ნაწილს მიაღწევს და ავად გახდებით.

ნებისმიერი მეგობარი, ოჯახი, ნაცნობი... თუ არ შეწყვეტს „ქოქოსის ჭამას“, არ წყვეტს შენთვის პრობლემების მოტანას და არ წყვეტს დარდის დათვლას; უნდა თქვა შეჩერდი! თუ ყველა გეტყვის შენს მწუხარებას და შენ დააყენებ

შენი აზრით, ცუდად დამთავრდება. შენი თავი უფრო და უფრო დიდი გახდება. იჭერ სევდას, ნერვებს, ყველანაირ მწუხარებას... და ვერ იტანს. თითქოს შენი ოჯახი, მეგობრები, ვინმე, სანაპიროზე დაიხრჩო და დახმარება ითხოვოს.

თქვენ ხტებით მათ გადასარჩენად, მაგრამ არ იცით ცურვა, მით უმეტეს, რომ გადაარჩინოთ სხვები. ამ შემთხვევაში გვამის ნაცვლად წყლიდან ორი გვამი ამოდის. თქვენ არ გჭირდებათ საკუთარი თავის განჩირვა სხვებისთვის. თუ ცურვა იცი და ვინმეს გადასარჩენად ხტები: კარგია. მაგრამ ტყუილად ნუ მოკვდები. თუნდაც შენი ოჯახი იყოს, თუ არაფრის გაკეთება არ შეგიძლია. ოჯახის, მეგობრების, საკუთარი... ყველა დარდი რომ ჩაიდო თავში, ბოლოს ნერვებისგან აკანკალებ.

ნებისმიერ მომენტში გექნებათ შეტევა და ეს გავლენას მოახდენს თქვენს ცხოვრებასა და ჯანმრთელობაზე. ამიტომ უნდა დააყენო Stop. ნებისმიერ ოჯახს თუ მეგობარს, რომელიც შენზე უარყოფითად მოქმედებს, უნდა განშორდე მას, დაცული დისტანცია, პატივისცემით; ეს შენი დაცვაა. ნებისმიერი ადამიანი, ვინც თქვენთან ურთიერთობს და გადასცემს ინფორმაციას, რომელიც უარყოფითად მოქმედებს თქვენზე, თქვენ უნდა შეაჩეროთ. ამ შემთხვევაში, თქვენ უნდა უთხრათ ამ ადამიანს, რომ არ გინდათ, რომ ამ ტიპის ინფორმაცია გადმოგცეთ, რადგან ეს გაგრძობინებთ თავს ცუდად და განუხებთ. ეს გიცავს. მაგალითად მოწვევა. ჩვენ ვიცით, რომ სიგარეტის მოწვევა ტოქსიკურია თქვენი ორგანიზმისთვის და თქვენ აგრძელებთ მოწვევას. თითოეულ სიგარეტს თქვენი ცხოვრების 5 წუთი სჭირდება. ის ხალხი, ვინც თავს არ იცავს.

თავს იტკინებს, ნელ-ნელა თავს იკლავს. თანაც ფული იხარჯება ნელ-ნელა თვითმკვლელობაზე, ლოგიკურია? ერთადერთი მტერი შენშია. ყველა ადამიანს აქვს ორი სახე საკუთარ თავში: ერთი დადებითი და მეორე უარყოფითი.

ცხოვრება, რომელსაც ორი გზა აქვს: ერთი უარყოფითი და მეორე დადებითი: გზა, რომლის გავლაც გინდა, შენზეა დამოკიდებული. თუ ადამიანს აქვს ჯანმრთელობა, კარგი ცხოვრება, ბედნიერება... ეს იმიტომ, რომ პოზიტიურ გზას ირჩევს.

თუ გინდა ყველაფერი დადებითი გქონდეს; თქვენი ოჯახი, თქვენი ჯანმრთელობა, თქვენი ცხოვრება, თქვენი სამუშაო... თქვენ უნდა იფიქროთ და იმოქმედოთ პოზიტიურად. ადამიანების უმეტესობა ნეგატიურ გზას ირჩევს, რადგან ეგოისტია: მე, მე, მე. არაფერზე, პირველი აზრი მე ვარ; ისარგებლე ინტერესიდან გამომდინარე, როგორც ჩემთვის საუკეთესოა... სხვები ჩემი საქმე არ არის. ამიტომაც უმეტესობა საკუთარ კეთილდღეობას სხვების ტკივილსა და ტანჯვაზე მაღლა აშენებს. მას არ აინტერესებს სხვისი ტკივილი, ეს არის პრობლემა. ეს ადამიანი უარყოფით გზას ირჩევს.

რასაც დღეს თესავთ, ხვალ მოიმკით: თესავთ უარყოფითს, მოიმკით უარყოფითს / თესავთ დადებითს / მოიმკით დადებითს.

ს მხოლოდ დროის საკითხია. კარმას კანონი არ პატიობს, მოგწონს თუ არა. ადრე თუ გვიან მას ექნება უარყოფითი შედეგები.

თქვენ არასწორად გააკეთებთ უარყოფით შედეგებს. ეს ყველაფერი წმინდა ეგოიზმის გამო,

თუ რაიმეს გააკეთებთ კანონის საწინააღმდეგოდ, გექნებათ უარყოფითი შედეგები. ამ ყველაფრის ერთადერთი მიზეზი ეგოიზმია.

ალკოჰოლის მსგავსად; თუ დალევთ ჭიქა ალკოჰოლს, ეს კარგია თქვენი სხეულისთვის, მაგრამ თუ ძალიან ბევრს სვამთ, სანამ არ დათვრებით, ეს აზიანებს თქვენს ღვიძლს, სხეულს და გონებას.

ჩვენ ვიცით, რომ ეს ცუდია და რატომ არის ამდენი ალკოჰოლიკი მსოფლიოში? იმის გამო, რომ ეს ადამიანები ერთმანეთს კლავენ, მათ საკუთარ თავზე შურისძიების უარყოფითი გზა აირჩიეს. ქვეცნობიერად თუ შეგნებულად თქვენ გამოყავთ დემონი, რომელსაც შიგნით ატარებთ. თითქოს ქვა აიღო და ფეხსაცმელში ჩადო. ვერავინ დაგიშავებს, თუ არ გინდა. ამიტომ უნდა გესმოდეს, რომ ყველაფერი ახირებაა: მონევაავით იცი რომ გტკივა და ეწევი, ლოგიკური არაა, მითუმეტეს შუბლის ოფლის ფულით ეწევი. ეს არის თქვენთვის უარყოფითი გზის არჩევა, ეფექტი თქვენთვის უარყოფითი იქნება.

მაშ, რატომ აკეთებ ამას? რადგან ეს ადამიანი ეგოისტია, ის ნეგატიურია.

ნუ აწყენინებ სხვებს: ნუ გაუკეთებ სხვას იმას, რაც არ გინდა რომ გაგიკეთონ.

ყველას აქვს ცხოვრების უფლება. შვიდობით. თუ არავინ არ გერევა, რატომ ახშობ სხვებს? რატომ იყენებ ყველაზე სუსტს? ყველაფერს თავისი შედეგები აქვს.

ადამიანის კანონი აბორტს უშვებს, მაგრამ ჩვენ რამდენიმე წელი ვცხოვრობთ, ადამიანური კანონი გიცავს სანამ ცოცხალი ხარ, მაგრამ როცა მოკვდები, არც ღვთის კანონი გაპატიებს და არც სინდისი, მოგიწევს იმ მკვლელობის გადახდა. ექიმები, რომლებიც აბორტს აკეთებენ, კლავენ უდანაშაულო არსებებს, ისინიც დაისჯებიან იმ ნაყოფის მოკვლის გამო. ყოველი ნაყოფის მოკვლის გამო ისინი მილიონ წელს იტანჯებიან და ისევე მოკვდებიან, როგორც მოკლავენ.

ჯოჯობეთი არ არის მხოლოდ სიკვდილის შემდეგ, ის ყველგან არის: მიმოიხედე გარშემო, რამდენი ტანჯვაა! საავადმყოფოებში უამრავი ადამიანი იტანჯება. უყურე რას აკეთებ! რადგან ყველაფერს აქვს თავისი შედეგები.

არასოდეს დაივიწყო, რომ ყველაფერს თავისი შედეგები აქვს; კარგიც და ცუდიც. არ იფიქროთ, რომ ის არასოდეს შეგეხებათ. გარანტიას გაძლევთ, რომ შეგეხებათ, ეს მხოლოდ დროის საკითხია. ამიტომ უნდა დაიცვა თავი.

სამყარო სულ უფრო და უფრო ეგოისტური ხდება. ცხოველებს ვკლავთ, რომ ვჭამოთ: უმონყალოდ. ხორცს აქვს თავისი ცილები, მაგრამ ის ასევე ატარებს ვირუსებს.

შიდსის ვირუსი მაიმუნისგან მოდის. მისი ხორცის ჭამის სურვილით, ახლა მილიონობით ადამიანია ინფიცირებული. სხვა მაგალითებია შეშლილი ძროხები, ფრინველის გრიპი... ფრთხილად იყავით ხორცთან!

ეცადეთ დაიცვათ თავი, ნუ მიირთმევთ ამდენი ხორცს და თუ შესაძლებელია, შეწყვიტეთ ხორცის ჭამაც. სიცოცხლე ხორცზე უფრო მნიშვნელოვანია, ბევრი ადამიანი მოკვდა ერთი ხორცისთვის. დაიცავით თქვენი გონება და სხეული.

თუ თავს არ დაიცავ, ვინ დაგიცავს?

დღეს ჩვენ ვსაუბრობთ "იშვიათ დაავადებებზე" რა არის ეს? რატომ არის უფრო იშვიათი დაავადებები ყოველდღე? იმიტომ რომ?

ეს ყველაფერი ხორცის ვირუსებისგან მოდის. დაფიქრდით სანამ ხორცს მიირთმევთ.
მაშინაც კი, თუ კარგად იცხოვრებ ყველა კომფორტით, თუ ხორცის ნაჭერს შეჭამ
და ის დაინფიცირებულია, შენი კარგი ცხოვრება დასრულდა.

ამიტომ 40 წელზე მეტია ხორცს არ ვჭამ და იოგას მედიტაციას ვაკეთებ და
ჯანმრთელობის პრობლემა არასდროს მქონია. თუ ჯანმრთელობა არ გაქვს, რა
გაქვს? რა სარგებლობა მოაქვს მშვენიერი ოჯახი, კარგი სამსახური, კარგი
ბიზნესი... თუ ავად ხარ? არ ღირს. ფიქრე ამაზე.

ვინც თქვენზე უარყოფითად მოქმედებს, თქვენ უნდა დაიცვათ უსაფრთხო
დისტანცია, რომ ეს თქვენზე არ იმოქმედოს. სისულელეებს ნუ აკეთებ.
ყველა ახირება, როგორცაა ნარკოტიკი, არის შენი მოკვლა. ისინი მხოლოდ შენს
ნელ-ნელა მოკვლას ემსახურებიან. ხალხმა იცის, მაგრამ გრძნობების გასაჩენად
სისულელეს აკეთებენ. თუ გსურთ გქონდეთ კარგი შეგრძნებები, გააკეთეთ იოგა-
მედიტაცია. იოგასთან ერთად, როცა მოდუნებული ხართ, შეგიძლიათ იმოგზაუროთ
ვარსკვლავების მიღმა, თქვენი სული გამოეყო თქვენი სხეულიდან და შემდეგ
ბრუნდება, და ეს ყველაფერი გვერდითი ეფექტების გარეშე.

თუ გინდა, შემიძლია გასწავლო იოგა-მედიტაცია და შენ შეძლებ ყველა ამ
შეგრძნებას. შეგიძლიათ ბარსელონაში ჩახვიდეთ სასწავლებლად, მე გასწავლით
სრულიად უფასოდ.

თუ გსურთ გქონდეთ ზებუნებრივი ძალები, ისწავლეთ იოგა-მედიტაცია.
არასოდეს გამოიყენოთ ჯადოქრობა, ეს უარყოფითია.

შენს ქმედებებზე პასუხისმგებელი მხოლოდ შენ ხარ. სხვებს ნუ ადანაშაულებ.

დაიცავი შენი თავი, შენი გულისთვის ნუ ავნო სხვას იმიტომ რომ საკუთარ თავს
ავნებ. პატივი ეცით კანონს.

მოძებნეთ პოზიტიური გზა და დატოვეთ ეგოიზმი.

იდი მადლობა.



[უკან ინდექსი](#)



19. პოზიტივი იზიდავს დადებითს და უარყოფითს იზიდავს უარყოფითს.

პოზიტივი იზიდავს პოზიტიურს და უარყოფითი იზიდავს უარყოფითს. როგორ ავიცილოთ თავიდან სტრესი, ნერვები, სევდა, ბრაზი თვითმკვლელობის ზღვარამდე? ძალიან ადვილია, საკუთარი თავის დატოვება. ყველა სტრესი საკუთარი თავისგან მოდის. და ვფიქრობ, რომ არ ვფიქრობ, მომწონს, არ მომწონს, მინდა, არ მინდა. რატომ იქცევი ასე?

იფიქრე, იფიქრე, იფიქრე... იფიქრე, რომ სხეულის ეს მე ყოველთვის ყველაფერზე ფიქრობს, როცა მარტოა. თუ ადამიანი ცხოვრობს მარტო ან მარტო, ეს ბევრად უარესია. არავისთან რომ არ ელაპარაკება, უმეტესად წარსულზე ფიქრობს, ფიქრობს და ფიქრობს. ადამიანების უმეტესობა ფიქრობს ნეგატიურ და სამწუხარო მოვლენებზე, რაც მათ შეემთხვა, ცოტა ადამიანი ფიქრობს კარგ მოგონებებზე და ბედნიერ მომენტებზე. დაფიქრდი... თუ მარტო ხარ, რა მომავალი, მარტოობასთან ერთად სულ შავი იქნება. როცა ნეგატიურად ფიქრობთ, თქვენ აერთიანებთ 3 ნეგატიურ აზრს: ყველა იმ საკითხზე, რაც დაგემართათ წარსულიდან, რაც განიცადეთ, ახლანდელი აწმყოდან და მომავლის შესახებ, რომელიც გელოდებათ. ასე ჩნდება ფსიქიკური დაავადებები და მერე საკუთარ თავს ელაპარაკები და შენს თავს პასუხობ. მერე ფსიქიატრიულ საავადმყოფოში აღმოჩნდები. რატომ მთავრდება ეს ხალხი ასე ცუდად? რადგან ის მხოლოდ ჩემზე ფიქრობს, ჩემზე, ჩემზე.

ნერვული მდგომარეობების თავიდან ასაცილებლად, ჩემზე ამდენს ნუ იფიქრებთ. რამდენი წელი ვიცხოვრებთ არ ვიცით, სასაფლაოებზე მარტო მოხუცები კი არა, ახალგაზრდებიც არიან. სიკვდილი შეიძლება ნებისმიერ დროს მოგივიდეს, შემთხვევით, ალკოჰოლით, ნარკოტიკებით... ახალგაზრდობაში სიკვდილის მრავალი მიზეზი არსებობს. ამ ადამიანებს არ შეუძლიათ გონების გაკონტროლება: თუ გყავს იაფი და სწრაფი მანქანა, როცა ამუხრუჭებ ან ატრიალებ მოსახვევში, ვერ აკონტროლებ მას, ვერ აკონტროლებ სიჩქარეს. ისევე, როგორც ახალგაზრდები, რომლებიც ნარკოტიკებს სვამენ და მთვრალიან... მათ არ ძალუძთ ფიქრი საკუთარ თავზე. მთელი ეს სტრესი წარმოიქმნება საგნების ასე პირადად აღქმაზე, როცა არ გამოდის ის, რაც გინდა, რაც გინდა, ნერვიულობ და სტრესს განიცდი. თუ ვინმე გაგიკეთებთ, თქვენ გაქვთ შურისძიების სურვილი და ეს არ გამოგადგებათ. თუ შურისძიების ამ გრძნობებს შეინარჩუნებ, ეს შენს აზროვნებაზე იმოქმედებს, კარგად ვერ იცხოვრებ, თუ შურისძიებას გააგრძელებ, პირველ რიგში შენზე მოქმედებს, რადგან ვერ იცხოვრებ კარგად, არც ბედნიერად და არც მშვიდად. იმიტომ, რომ ტვინი აკავშირებს სხეულის დანარჩენ ნაწილს ხერხემლის მეშვეობით და გადასცემს შურისძიების და სევდის გრძნობას.

როდესაც თქვენ გაქვთ უარყოფითი აზრები, ეს გავლენას ახდენს კომუნიკაციაზე, რომელიც არსებობს ტვინსა და დანარჩენ სხეულს შორის, რომ კომუნიკაცია იბლოკება და ინფორმაცია არ აღწევს სხეულის დანარჩენ ნაწილებს. ასე რომ, როდესაც ადამიანებს აქვთ ასეთი აზრები, ისინი გრძნობენ ტკივილს

კუჭი, აქვს კანკალი ფეხებში, უჭირს სუნთქვა... თითოეული მათგანი სხეულის ყველაზე სუსტ წერტილში ხდება. ამ ადამიანებმა არ იციან როგორ გააკონტროლონ. ის ცხოვრებას ძალიან სერიოზულად ეკიდება. ნივთებს ვერ მიატოვებ. ცხოვრებაში ყოველთვის არ იღებთ იმას, რაც გსურთ. პრობლემა საკუთარ თავშია. ჩვენ ცარიელი ხელებით ვიბადებით, არაფერი შემოგვაქვს სამყაროში, როცა მოვკვდებით, არაფერს ვიღებთ თან.

არ აქვს მნიშვნელობა ფულს, ძალაუფლებას, ქონებას... როცა მოკვდები, ყველაფერი უნდა დატოვო. გარდა ამისა, ჩვენ არ ვიცით, როდის დავტოვებთ ამ სამყაროს. ყოველი ღამე შეიძლება იყოს შენი ბოლო ღამე. სწორედ ამიტომ უნდა გესმოდეთ, რომ თუ გაქვთ ფული და გსურთ გააგრძელოთ იღბალი თქვენი ცხოვრების ყველა ასპექტში, უნდა გააკეთოთ სამი რამ:

1 ფულით ხელმისაწვდომია სხვების დასახმარებლად.

2 ურჩიეთ ადამიანებს, გააკეთონ საქმეები სწორად

3 გახდი მოხალისე იქ, სადაც მათ შენი დახმარება დასჭირდებათ.

თუ მდიდარი ხარ, ამ ფულის ნაწილი საზოგადოებას უნდა დაუბრუნო, რომ ყოველდღე მეტი ფული გქონდეს. როცა საქმეს კარგად აკეთებ, თავს ძალიან პოზიტიურად და ბედნიერად იგრძნობ, შინაგანად ბედნიერი იქნები და ამ სიხარულს სხვებსაც გადასცემს. ეს დადებითი ენერჯია ააქტიურებს თქვენს თავდაცვას, ააქტიურებს სისხლის მიმოქცევას, კარგია თქვენი ჯანმრთელობისთვის, თქვენი ცხოვრება ყოველთვის ბედნიერი იქნება და ყველაფერი გამოგივიათ. თუ ადამიანი სევდიან სახეს იღებს, ვერასდროს იპოვის სამსახურს და მეგობრებს.

არავის სურს შენი ნახვა. ყველას სურს ირგვლივ დადებითი ენერჯია. დადებითი მოაქვს დადებითი და უარყოფითი მოაქვს უარყოფითი. თქვენ უყურებთ ამ საზოგადოებას: ადამიანები თავიანთი მდგომარეობის მიხედვით ურთიერთობენ, ქურდები ქურდებთან, ნარკომანები ნარკომანებთან, პოლიტიკოსები პოლიტიკოსებთან. თითოეული თავისი ჯიშით.

თუ კარგი ადამიანი ხარ, შენნაირ კარგ ადამიანებთან ურთიერთობა გაქვს.

თუ ნეგატიური ხარ, თქვენნაირ ნეგატიურ ადამიანებთან ურთიერთობა გექნებათ. პოზიტიური დადებითი და უარყოფითი უარყოფითი. ძვირად გადაიხდით ყველა თქვენს ახირებას, არა მარტო აქ, არამედ სიკვდილის შემდეგაც.

ჩვენ ყველანი ერთნაირები ვართ. პრეზიდენტი ისევე ღირს, როგორც ნებისმიერი ქვეყნის მოქალაქე. კანონის წინაშე ჩვენ ყველანი თანასწორნი ვართ და ღმერთების წინაშეც. ჩვენ ყველანი თანასწორნი ვართ, კაციც და ქალიც, სხვაზე მეტი არავინაა. თუ სული ქალის სხეულში შედის, ის ხდება ქალი, თუ კაცის სხეულში შედის, ხდება კაცი, თუ სული შედის ცხოველის სხეულში, ხდება ცხოველი. მაგრამ სული იგივეა. ჩვენ ყველანი ერთნაირები ვართ. ვერ განასხვავებთ, ყველა ერთნაირები ვართ. ჩვენ ყველანი ღვთის შვილები ვართ, არ არსებობს ღვთის შვილი სხვაზე დაბალი. ეს არის თანასწორობა.

ჩვენ ძვირად ვიხდით მთელ ჩვენს ეგოიზმს: ჩვენ ვანადგურებთ პლანეტას.

ყოველდღიურად უფრო და უფრო მეტი სტიქიური უბედურება ხდება, ტაიფუნები, ცუნამიები, გვალვები,... მიწისძვრები. ჩვენ ვანადგურებთ პლანეტას და ვიხდით ამაში. ცხოველების ან ნებისმიერი ცოცხალი არსების მოკვლა ახირებაა. არავის შეუძლია თავისი ცხოვრება სხვისი ტანჯვით გაატაროს. არავის შეუძლია ახირება და მეტი რომ ჰქონდეს, ისარგებლოს სხვებით. რომ შენს ცხოვრებას სხვისი ტკივილით ვერ ატარებ. ასე არ შეიძლება. არიან პოლიტიკოსები, რომლებიც ამბობენ, რომ დაბადებამდე არავინ არის ადამიანი და აბორტს ამტკიცებენ. როგორც

ხალხი არ არის? ა არიან ისინი? ისინი უცნაურები არიან? დაბადებამდე ან დაბადებამდე ჩვენ ყველანი ღვთის შვილები ვართ. სანამ დავიბადებით დედის მუცელში ვცხოვრობთ, პატარა ხალხი ვართ. ჩვენ ყველანი ადამიანები ვართ. ნაყოფსაც მე და შენნაირი გული აქვს. მისი ორგანიზმი ჩვენის ტოლია. როგორც ღარიბი ადამიანია, ასევე მდიდარია ადამიანი. ვერ იტყვი, რომ ღარიბი ადამიანი ცხოველია. ღარიბი ადამიანი შეიძლება იყოს ღარიბი დღეს, მაგრამ ხვალ შეიძლება იყოს მდიდარი. მდიდარი კაცი შეიძლება იყოს მდიდარი დღეს და ღარიბი ხვალ. რადგან ცხოვრება ყოველთვის ბრუნავს.

მდიდარი კაცი მზიანი დღევით ცხოვრობს, მაგრამ მერე ღამე მოდის და ფრთხილად იყავი, უბედურება მოდის. ცხოვრება ტრიალებს. ამიტომ, თუ მილიონერი ხარ, დაეხმარე სხვებს, რადგან ცხოვრება ტრიალებს და არ იცი, როდის მოგიწევს განიცადო შენი უბედურება. დღის შემდეგ მოდის ღამე, როგორც სინათლის შემდეგ მოდის სიბნელე. მოგწონს თუ არა ღამე, უბედურება... თითოეული თავის მომენტს ეხება. თუ ცუდი იღბალი გაქვთ, მოითმინეთ და ნუ სევდიანი, რადგან თქვენი იღბალი მალე მოვა და თუ იღბალი გაქვთ, ნუ გაიხარებთ, რადგან მაშინ უბედურება დაგიდგებათ. ერთადერთი, რაც უნდა გააკეთოთ, როცა ცუდი იღბალი გაქვთ, არის თქვენი იღბლის გააქტიურება სხვების დახმარებით.

არასოდეს იფიქრო მე, მე, მე და არ იფიქრო წარსულზე. იმიტომ, რომ თუ არ შეწყვეტ ფიქრს, ტვინი გაგიჟდება და ფსიქიატრში აღმოჩნდები და ფსიქიატრს შეუძლია მხოლოდ წამლები მოგცეთ, რათა გაგიჟდეთ.

მიიღეთ ცხოვრება ისე, როგორც არის. არ აქვს მნიშვნელობა კარგი ან ცუდი. ეს ცხოვრებაა, რას ვაპირებთ? შეეცადეთ აპატიოთ სხვები და ამგვარად დაივიწყებთ იმ ნეგატიურ მეხსიერებას, რომ არ იმოქმედოს თქვენს ტვინზე. თუ გინდა კარგად იცხოვრო, უნდა აპატიო სხვებს, რათა მშვიდად იცხოვრო. ნებისმიერი უარყოფითი აზრი, რომელიც უნდა უარყოთ, რათა კარგად იცხოვროთ. უნდა შეგეძლოს ფიქრის შეწყვეტა. თუ ყველაფერი რაც გინდა არ გამოვიდა, მალე გამოვა, არ ინერვიულო.

ერთადერთი ადამიანი, ვისაც შეუძლია ზიანი მოგაყენოთ, თქვენ ხართ ეს ყველაფერი სუფთა ეგოიზმია. ყველაფერს, რასაც ფიქრობ და რასაც აკეთებ, ყოველთვის ეგოიზმის გამო აკეთებ.

იფიქრე გონივრულად.

იდი მადლობა.



უკან ინდექსი



20. კრედიტები

კრედიტი არის ის, რასაც ვიღებთ ამ ცხოვრებაში სხვების მიმართ კარგი საქმეების გაკეთებისთვის. იმ კეთილი საქმეებით ჩვენ ვიღებთ კრედიტს. მაგალითად:

ცხოვრებაში თუ ეხმარები ადამიანებს და ხედავ, რომ ყველა ადამიანი შენს ოჯახს ჰგავს, ლოგიკურად, როცა ვინმეს უჭირს ან პრობლემა აქვს, დაუფიქრებლად ეხმარები. ამ აქტებით თქვენ მიიღებთ კრედიტს. ამ სამყაროში ბევრია მდიდარი, ძღვევამოსილი, ცნობილი... ბევრი ფულითა და დიდებით. ადამიანები, რომლებსაც აქვთ ყველაფერი რაც უნდათ. რატომ კვდებიან ეს ხალხი ახალგაზრდებში? ნარკოტიკების, ალკოჰოლის და ცუდი ცხოვრების გამო. მიზეზი ის არის, რომ ის არ განასხვავებს სიკეთეს ბოროტებისგან და სარგებლობს ყველაფრით, რაც აქვს, ნარკოტიკებისა და ალკოჰოლის შესაძენად. ამ ადამიანებს შეუძლიათ ჰქონდეთ ფული, იყვნენ ლამაზები და ცნობილი, რადგან წარსულში ისინი ძალიან კარგ საქმეებს აკეთებდნენ და ახლა ამ ცხოვრებაში შეუძლიათ ისარგებლონ თავიანთი წარსული ცხოვრებით. რატომ არის ამქვეყნად ამდენი ღარიბი და გაჭირვებული ადამიანი? რატომ არის ამდენი განსხვავება ერთსა და მეორეს შორის? რადგან ზოგს აქვს დასახარჯავი კრედიტი და ზოგს არა.

მომღერალს ახლახან ჰქონდა მყარი ოქროსგან დამზადებული აბაზანა.

და ის დიდ ფულს ხარჯავს ახირებებზე. იყავით ძალიან ფრთხილად ამით! ფრთხილად იყავით, ბევრი ადამიანი იღუპება შიმშილით.

ფული უნდა გამოიყენო იმ ადამიანების დასახმარებლად, რომლებსაც ეს ნამდვილად სჭირდებათ და არ დახარჯოთ ფული, როგორც ეს მომღერალი, რომელმაც თავისი აბაზანისთვის სოლიდური ოქროს აბაზანა გააკეთა. ასე ძალიან სწრაფად ხარჯავ შენს კრედიტს და როცა კრედიტი ამოიწურება, ბევრი რამ შეიძლება დაგემართოს...

შემთხვევით მოკვდე, სერიოზული ავადმყოფობა გქონდეს... თუ ფულს ფუჭად დახარჯავ და მერე მეტის მოსაპოვებლად არ იმუშავებ, ერთ წუთში შენ დარჩები არაფრის გარეშე. თუ კაზინოში მიდიხარ, ერთ ღამეში შეგიძლიათ დაკარგოთ მილიონები და მილიონები. ფული ამოღებულია საზოგადოებისგან და უნდა დაბრუნდეს საზოგადოებაში. ეს სხეული შეიძლება მოკვდეს ნებისმიერ მომენტში და ყველაფერი დასრულდა. თუ ცხოვრებაში არ გაგიმართლა სიყვარულში, სამსახურში, ჯანმრთელობაში, ოჯახში... თუ რაიმე სახის პრობლემა გაქვს, ყოველდღე დაეხმარე გაჭირვებულ ადამიანებს.

თქვენი ფულით დაეხმარეთ გაჭირვებულ ადამიანებს და ურჩიეთ ადამიანებს შეწყვიტონ ზიანი. ასე რომ თქვენ მიიღებთ კრედიტს. როცა კრედიტი გაქვს, ღმერთს სთხოვ იმას, რაც გინდა და ღმერთი დაგეხმარება. სანამ ისინი დადებითი სურვილები არიან, არასოდეს მოითხოვოთ რაიმე უარყოფითი. ღმერთს თხოვდე და სხვებს არ დაეხმარო, ვერაფერს მიიღებ. იმისათვის, რომ გქონდეს ის, რასაც ითხოვ, უნდა გააკეთო სიკეთე. თუ საზოგადოებას ისე უყურებ, თითქოს შენი ოჯახი იყოს, ლოგიკურად დაგეხმარები. თუ მას მესამე პირად ხედავ, რომელსაც შენთან საერთო არაფერი აქვს, არ აპირებ მის დახმარებას.

ჩვენ ყველანი ოჯახი ვართ, როგორც თქვენი მამა, დედა, ძმა, ცოლი, შვილი, შვილიშვილი... არ აქვს მნიშვნელობა რა რასისა და კანის ფერისა.

თუ სხვას შენს ოჯახად ხედავ, დაეხმარები და ფულს არ დახარჯავ ისე, როგორც ის მომღერალი, რომელმაც თავი ოქროს აბაზანა გააკეთა. მყარი ოქროს აბაზანა, რამდენი სიცოცხლის გადარჩენა შეუძლია მას? იფიქრე. ბავშვის სიცოცხლის გადასარჩენად საჭიროა მხოლოდ 40 ევრო. ყველას შეუძლია ამის გაკეთება, საქმეა უნდო თუ არ გინდა. ყველა გაჭირვებულ ადამიანს რომ ხედავდე, თითქოს შენი ოჯახი იყოს, აუცილებლად დაეხმარებოდი. თუ ამას შეძლებთ, თქვენი ცხოვრება ფანტასტიკური იქნება და თქვენი სურვილები ახდება. ყველაფერი კარგად იქნება. თუ ოქროს გული გაქვს, მთელი ცხოვრება სრულყოფილი იქნება. ჯანმრთელობის პრობლემები მოდის ნეგატიური ფიქრებიდან, როგორცაა სევდა, ნუხილი, ნერვები, შურისძიება... და ხორცისგან, რომელსაც ჩვენ ვჭამთ. ხორცს აქვს პროტეინები, რომლებიც სასარგებლოა თქვენი ორგანიზმისთვის, მაგრამ ასევე შეიცავს ვირუსებს. თუ ინფიცირებულ ხორცს შეჭამთ, შეიძლება მოკვდეთ. ბევრი ადამიანი დაიღუპა ცხოველური ვირუსებით, როგორცაა ფრინველის გრიპი, ღორის გრიპი, შეშლილი ძროხის დაავადება... მაიმუნის ხორცის ჭამით შიდსი ადამიანზე გადავიდა და ბევრი ადამიანი დაიღუპა ამ დაავადებით და არის მილიონობით ადამიანი. ინფიცირებული მსოფლიოში. ირს? არა. როგორც ამბობენ, "ახირებები ძვირია".

ნებისმიერი ცოცხალი არსება, რომლის მოკვლასაც ცდილობთ, უყურეთ, როგორ გარბის. არავის სურს სიკვდილი! არ ჭამოთ ცხოველები, ისინი ჩვენნაირი ცოცხალი არსებები არიან, პატივი ეცით მათ. თუ არ გინდა ვინმემ მოგკლას, ნუ მოკლავ არავის. უყურე ჭიანჭველებს, სცადე ერთის მოკვლა, უყურე როგორ გარბის. არავის უყვარს სიკვდილი. ამიტომ ხორცს ნუ ჭამ. არ მოკლა არც ერთი ცოცხალი არსება. არავის გაუკეთო ის, რაც არ გინდა რომ გაგიკეთონ. მამაკაცი ფიზიკურად უფრო ძლიერია ვიდრე ქალი, ამიტომ ისტორიის დასაწყისიდან მამაკაცი აწურავს ქალს. თქვენი აზრით სამართლიანია? ჩვენ ყველანი თანასწორნი ვართ ღვთის წინაშე.

კაცი, ქალი, ბავშვი, ცხოველი... ჩვენ ყველანი თანასწორნი ვართ და არავინ არავისზე მაღლა დგას. თუ თვლით, რომ ზემდგომი ხარო, ცუდ დროს გაატარებთ. ჩვენ გვგონია, რომ ცხოველებს აღმატებულები ვართ, ამიტომ ვკლავთ მათ, რომ ვჭამოთ და ვნახოთ, რამდენი დაავადება მოგვიტანა ხორცის ჭამამ. სულ უფრო და უფრო იშვიათია დაავადებები. და ადამიანები, რომლებიც განიცდიან ამ ტიპის დაავადებებს, არიან ადამიანები, რომლებიც ჭამენ ხორცი.

ჩვენ ვცხოვრობთ რამდენიმე წელი, ვცდილობთ ვიზრუნოთ თქვენს ჯანმრთელობაზე, რათა კარგად იცხოვროთ იმ დროისთვის, რაც ამ დედამიწაზე დარჩებით.

იდი მაღლობა.



[უკან ინდექსი](#)



21. მე, ეგოიზმი და მისი შედეგები.

ბოლო დროს ესპანეთში ყოველდღიურად იკვეთება სკანდალები პოლიტიკოსების კორუფციასთან დაკავშირებით. ჩვენ 2013 წლის 12 მარტს ვართ. პრობლემა ეგოიზმია. იმიტომ რომ საკუთარ თავში მხოლოდ „მე“ ფიქრობ. ხალხი ფიქრობს, რომ მათ შეუძლიათ მოიპარონ სახელმწიფო ფული სხვების ცოდნის გარეშე. თითქმის ყველა პოლიტიკოსი სკანდალშია ჩართული. ყველა ამ ადამიანს აქვს სწავლა და კარგად არის ჩამოყალიბებული ინტელექტუალურად. ზედმეტად ჭკვიანად დადიან. ისინი ფიქრობენ, რომ შედეგების ატანა არ მოუწევთ. ყველა, ვინც იპარავს, პოლიტიკური თუ კერძო, აღმოჩენილია? იფიქრე ამაზე. აღმოჩენილია თითქმის 100%. დროის საკითხია. გაგამართლებენ და ციხეში ჩაგსვამენ და ყველაფერს წაგართმევენ, რაც გაქვს. თუ იციან, რომ ქურდობა ცუდად დასრულდება, რატომ იპარავენ? რადგან მათ აქვთ ბავშვური აზრი, რომ მათ არ აღმოაჩენენ. ს მხოლოდ დროის საკითხია.

ვინც მომისმენს და დანაშაულის ჩადენას აპირებს, კარგად დაფიქრდეს. ყველას აქვს თავისი სასჯელი ადრე თუ გვიან. ქალაქიდან ფული რომ მოიპარო, მთელი ქალაქი ვალი გაქვს. თუ ესპანეთში 40 მილიონზე მეტი ადამიანია, ამ 40 მილიონ ადამიანს მართებთ. და როგორ იხდით? შემდეგ ცხოვრებაში ეს ადამიანები მილიონობით წლის განმავლობაში დაიბადებიან ცხოველებად, რათა გადაუხადონ ყველა მათგანს, ვინც მოიპარეს. არ იპარო, ფული ნაკლები გექნება, მაგრამ ბევრად უკეთ და მშვიდად იცხოვრებ. ფული, სამკაულები და ძვირფასი ნივთები ყოველთვის სეიფებშია, რადგან ვერავინ ბედავს მათ ჩაცმას. მაშ რისთვის არის ეს? რომ შევინახოთ ისინი სეიფში? თუ მოგწონთ სამკაულები, შედით საიუველირო მაღაზიაში მათ სანახავად და არაფერი დაგიჯდებათ, რა განსხვავებაა სახლში სეიფში, ვიდრე საიუველირო მაღაზიაში? არცერთი. მაშ, რატომ ხარჯავთ ამდენ ფულს სამკაულებში? მხოლოდ მათი სანახავად? ბრილიანტი ქვაა, არ იჭმევა. მაშ რა სარგებლობა მოაქვს მას? ხალხისგან ამდენი ფულის მოპარვის შედეგები ძალიან, ძალიან სერიოზულია. ხალხი ვერ გაიგებს. ხალხი იპარავს, ატყუებს, ატყუებს ერთმანეთს, სად აღმოჩნდებიან ეს ხალხი? ციხეში.

კიდევ ერთი მაგალითია ბანკები, ისინი ასევე ძარცვავენ ხალხს, ატყუებენ და ყიდნიან პროდუქციას წვრილმანი ბეჭდვით, რომელიც შემდეგ უსარგებლოა და ფულს ვერ დაიბრუნებთ. ეს არის თაღლითობა. ხალხი ენდობა ბანკებს და შემდეგ ბანკები ინარჩუნებენ ფულს. ამის გარდა, ისინი კარგავენ ფულს, რადგან არ იციან ეს ბიზნესი და შემდეგ ჩვენ ყველა ვიხდით მათ არასწორ მართვას. ხალხი ეხმარება ბანკებს და ბანკები ისარგებლებენ ხალხით. ადრე, როცა ბინის საყიდლად იპოთეკა გაძლევდნენ, ბანკმა ბინა x ოდენობით აფასებდა, რომელიც მოიცავდა არა მარტო ბინას, არამედ მანქანას, სამუშაოებს, ავეჯს...

როდესაც ერთ დღეს ვერ გადაიხდით იპოთეკას, მაშინ ბანკი ამბობს, რომ თქვენი ბინა გაცილებით ნაკლები ღირს. თქვენ ვერ დააბრუნებთ მას, რადგან მისი ღირებულება გაცილებით ნაკლებია, ვიდრე ბანკის ვალი. მე რჩები ბინის გარეშე და ვალიც გაქვს ბანკთან. ბანკი აკეთებს ამ ხრიკს ღარიბი ხალხისგან სარგებლობისთვის. ყოველი თაღლითობა უარყოფითი აქტია. და ყველაფერს უარყოფითი მოაქვს უარყოფითი. მეტი არ არის. ეს სხეული ნებისმიერ მომენტში შეიძლება მოკვდეს. როდესაც ჰაერი არ შედის თქვენს ფილტვებში, თქვენ წყვეტთ სუნთქვას და იღუპებით. ერთ დღეში ეს სხეული ღვება, მატლებით ივსება, შეშუპება, სითხე გამოდის... მაშ რატომ გიყვარს ეს სხეული? ეს სხეული შენ არ ხარ. ეს არის ის, რასაც იყენებთ.

ამიტომ ნუ იქნები შენი სხეულის მონა. აზროვნება უნდა უბრძანებდეს სხეულს და არა პირიქით.

ყველა ადამიანი, ვინც იპარავს, ატყუებს, ატყუებს, კლავს... ყველა ამას მხოლოდ საკუთარი სხეულის სასარგებლოდ აკეთებს. ყველაფერი ორგანიზმისთვის სასარგებლოდ. ამ სხეულის შენარჩუნება ცოტა ღირს. რას ჭამთ ყოველდღე? მაქსიმუმ 2 ან 3 კილო საკვები. საკვები ცოტა ღირს. მარკეტში სტეიკი 5 ევრო დაგიჯდებათ, რესტორანში კი 50 ან 100 ევრო ღირს. ესპანეთში 6 მილიონზე მეტი უმუშევარია და პოლიტიკოსები აგრძელებენ ხალხის ქურდობასა და თაღლითობას, ყველაფერში საკომისიოს უხდიან. მათ არ აქვთ თანაგრძნობა ადამიანების მიმართ, რომლებსაც უჭირთ.

პოლიტიკოსები, რომლებიც აბორტის მომხრენი არიან, არ ფიქრობენ, რომ დედის წყალობით, რომელმაც აბორტი არ გაუკეთებია, ისინი ცოცხლები არიან. მათნაირი დედები რომ ეფიქრათ, ისინი არ დაიბადნენ. მათი დედები მათ დაბადებამდე მოკლავდნენ. პოლიტიკოსები, რომლებიც მოიწონებენ აბორტს და იხდიან ქალებს აბორტის გასაკეთებლად, მილიარდობით წლის განმავლობაში ჯოჯოხეთში წავლენ. ყველა, ვინც აბორტის მომხრეა და საკუთარ თანამემამულეებს კლავს, ეშმაკის შვილია.

როდესაც ისინი მოკვდებიან, ისინი მილიონობით წლის განმავლობაში ჯოჯოხეთში წავლენ. იცხოვრე და იცხოვრე.

დღეს ადამიანებში ბევრი იშვიათი დაავადებაა. მიზეზი არის ის, რომ თქვენ ჭამთ ხორცს. თითოეულ სახეობას აქვს თავისი განსხვავებული ვირუსები. როდესაც თქვენ მიირთმევთ ცხოველის ხორცს, თქვენს ორგანიზმში გადადის ვირუსი, რომელიც თქვენს მიერ შეჭამეს ცხოველს.

არ აქვს მნიშვნელობა ხორცს მოხარშავთ, ბევრი ვირუსი არ კვდება და როცა ამ დაბინძურებულ ხორცს მიირთმევთ დაბინძურებული და ავად გახდებით. თუ გსურთ იყოთ ჯანმრთელი, შეეცადეთ არ მიირთვათ ხორცი.

ყველა ფსიქიკური დაავადების საფუძველი არის საკუთარი თავი. ეგოიზმი. ძალიან უყვარს სხეული. სულს არ აქვს საჭიროება; ის არ ჭამს, მას არ სჭირდება ჩაცმა, არც ფულის ფლობა, არც ქონება, არც ბრილიანტები ან ძვირფასეულობა. რა შეიძლება გაუძლოს სხეულს? მაქსიმუმ 100 წელი. სასაფლაოები არა მარტო ძველია, არის ახალგაზრდებიც. შენი სხეული ჰგავს გვამს, რომელიც მოძრაობს, რადგან მას აქვს სული. სხეული სულს უნდა ემსახუროს და არა სული სხეულს. არ აქვს მნიშვნელობა რამდენი წლის ხარ, ნებისმიერ მომენტში შეიძლება მოკვდე, თავს ნუ იტყუებ, რომ მრავალი წელი იცოცხლებ, შენ ეს არ იცი. რავინ იცის. სხეული ჰგავს მანქანას, რომელიც შენია, მაგრამ ეს შენ არ ხარ. თქვენ მართავთ მას, მაგრამ ეს თქვენ არ ხართ. სხეული არის ის, რასაც ვიცვამთ, ისევე როგორც ტანსაცმელი, რომელსაც ვატარებთ, მაგრამ ეს მე არ ვარ.

კაცობრიობის პრობლემა, ერთადერთი პრობლემა, რაც კაცობრიობაშია არის: მე, მე, მე. ეგოისტური, ეგოისტური, ეგოისტურია.

ყველა მხოლოდ საკუთარ თავზე ფიქრობს და სხვებზე, ვინც ცდება. ისინი მხოლოდ შენს სხეულს ემსახურებიან. მაგრამ ეს სხეული უსარგებლოა, როცა კვდები არავის უნდა, ადამიანები არ ჭამენ ადამიანის ხორცს. თუ ეს სხეული არაფრის ღირსია, რატომ ცხოვრობ მხოლოდ ამისთვის? სცადეთ ამ სხეულით დაეხმაროთ ადამიანებს. რაც უფრო მეტად განებივრებ სხეულს, მით უფრო უარესია, რადგან ის ყოველდღე უფრო მეტს მოგთხოვს და შენ უფრო და უფრო შენი სხეულის მონა იქნები. პოლიტიკოსები კარგ ხელფასს იღებენ. 7 წლის მუშაობის შემდეგ იღებენ მაქსიმალურ პენსიას. თუ ყოველთვის ყველაფერზე ზრუნავ, ეს გიქმნის ნერვულ მდგომარეობას და სტრესს, რომელიც არ ღირს.

თუ პრობლემები გაქვთ, აგისხნით, როგორ უნდა მოიქცეთ დასასვენებლად. ეს ძალიან მარტივია: გააკეთე იოგა, იმ პოზიციებზე, სადაც გინდა და სადაც გინდა. თქვენ მუშაობთ ან ისვენებთ. თქვენ უბრალოდ უნდა კონცენტრირდეთ სუნთქვაზე, ჰაერზე, რომელიც შედის თქვენს ფილტვებში და შემდეგ გადის თქვენი პირით. არ მოუსმინოთ არცერთ აზრს, რომელიც თავში მოგდის, უბრალოდ იფიქრეთ თქვენს სუნთქვაზე. დაიკავეთ თქვენი გონება სუნთქვაზე კონცენტრირებით; როგორ შემოდის და ტოვებს ჰაერი თქვენს ფილტვებში. ნელ-ნელა აღმოჩნდებით მოდუნებული. თქვენ უნდა ეცადოთ ჰაერი ჭიპის ქვემოთ მოიყვანოთ. არა პირით, ცხვირით. ისუნთქეთ ნელი, ნაზი, რბილი და გრძელი. შეეცადეთ მიეჩვიოთ სუნთქვის ამ ხერხს 24 საათის განმავლობაში.

რაც უფრო გრძელია სუნთქვა, მით უფრო გრძელი იქნება თქვენი ცხოვრება. დაიმახსოვრე, რომ ჟანგბადი უნდა მიაღწიოს მთელ სხეულს, რომ თავი კარგად იგრძნოს.

გონება ყოველთვის ფიქრობს: მომწონს/არ მომწონს, ცუდად ვგრძნობ/ თავს კარგად ვგრძნობ, მინდა ეს/არ მინდა ის... ყოველთვის ჩემზე ფიქრობს. ს არის პრობლემა. დატოვე ეს ყველაფერი და იცხოვრე ბედნიერად. შეწყვიტე ჩემზე ამდენი ფიქრი.

ყოველდღე 30 წუთიანი იოგა უნდა გააკეთოთ, არ აქვს მნიშვნელობა რომელ საათზე, ნებისმიერი დრო კარგია. თუ არ შეგიძლია გონების კონტროლი ან ფიქრის შეწყვეტა, არსებობს სხვა ფორმულა: ნაიკითხე მანტრა. მე გასწავლით ძალიან მარტივ მანტრას: "A-mi-tuo-fo, A-mi-tuo-fo, A-mi-tuo-fo, A-mi-tuo-fo, A mi-tuo-fo, A- მი-ტუო-ფო, ა-მი-ტუო-ფო, ა-მი-ტუო-ფო..." თქვენ ამბობთ ამ მანტრას, ამბობთ მას მთელი თქვენი ფიქრებით. დაიკავეთ მთელი თქვენი გონება ამ მანტრით. ასე გისხნის, გიშველის და გიცავს ფსიქიკური დაავადებისგან. პლუს ეს უფასოა. თუ გსურთ ბედნიერად იცხოვროთ და ყველა სურვილი აგისრულოთ, უბრალოდ უნდა ნაიკითხოთ ეს მანტრა.

თუ თქვენ ყოველთვის პირველ რიგში ფიქრობთ თქვენს გემოვნებაზე, თქვენს სურვილებზე, თქვენს ინტერესებზე, ვიდრე სხვების ინტერესებზე, ეს ეგოისტურია. არ არსებობს საბაბი. საბაბი არის საკუთარი თავის მოტყუება. ნუ დააყენებ პირობებს, როცა ვინმეს ეხმარები, რადგან მაშინ ეგოისტი რჩები. თუ ვინმეს ეხმარებით, ეს უნდა გააკეთოთ ყოველგვარი პირობების დაყენების გარეშე. ბევრი მილიონერია, რომლებსაც ათასობით საწოლიანი სასტუმროები აქვთ. იმ ადამიანს, რამდენი საწოლიც არ უნდა ჰქონდეს, ღამით მხოლოდ ერთ საწოლში იძინებს. ათას საწოლში ერთდროულად ვერ დაიძინებ. რა აზრი აქვს მილიარდების ქონას, თუ ამდენი სიცოცხლე არ გჭირდება, ბანკში გქონდეს? ნუ ეძებთ საბაბებს, რომ მეტი ფული მიიღოთ მოტყუებით, მოტყუებით... ეს სხეულის ახირებაა და არა აუცილებლობის გამო. თქვენი სხეულის საჭიროება მცირეა. საჭიროება თქვენს სხეულს ამდენი მილიონი? როცა მოკვდები, რას უზამს შენი სხეული ამდენ მილიონს, აპირებ მათ საფლავზე წაყვანას და სასაფლაოზე უმდიდრესი გვამი იყო? რა კარგია ამდენი ფული, თუ შენი სხეული არა

შენ ეს გჭირდება. სხეული არაფერს ითხოვს, ეს არის გონება, რომელიც თავისი უარყოფითი აზროვნებით თავს იტყუებს ამ სხეულს. მეტი არ არის.

განქორწინება, რატომ არის ამდენი განქორწინება, თუ დაქორწინებამდე ყველა ჰპირდება, რომ სიცოცხლეს შეუყვარდებათ ერთმანეთი? ისინი გპირდებიან, რომ ერთი მეორეზე იზრუნებს სიცოცხლეში. მაშ, რატომ არის ამდენი განქორწინება? ქმარი ცოლის სასიკეთოდ უნდა იფიქროს და ცოლი ქმრის სასიკეთოდ. როცა ქალს გულს უთმობ, ქალი გაორმაგებული გულით გიზრუნებს. ერთიც და მეორეც, თითოეული თავის ინტერესებზე ფიქრობს. ქმარი ფიქრობს თავის ინტერესებზე, ცოლი კი - თავისზე. ასე რომ, თუ ინტერესები განსხვავებულია, ისინი ერთმანეთს ეჯახებიან და ქორწინება ინგრევა. ყველაფერი ეგოიზმისთვის. ეს ორივეს სტკივა, მაგრამ ყველაზე სერიოზული ის არის, რომ ბავშვებსაც აზარალებს. როდესაც ვინმე დაქორწინდება, ისინი ღვთის წინაშე პირდებიან, რომ ცოლთან/ქმართან ერთად იქნებიან მთელი ცხოვრება. ასე რომ, ისინი ატყუებენ ღმერთს. ეს ყველაფერი წმინდა ეგოიზმის გამოა, მხოლოდ ჩემზე, ჩემზე, ჩემზე ფიქრისთვის. ნუ დაატანჯავთ უდანაშაულო ბავშვებს, რომლებსაც საერთო არ აქვთ თქვენი „საქმის“ ზრდასრული ადამიანი. სულ უფრო მეტი ეგოიზმია ამქვეყნად.

აბორტი. წყვილს სქესობრივი კავშირი ნორმალურია, მაგრამ თუ მათ არ სურთ შვილების გაჩენა, უნდა მიიღონ სიფრთხილის ზომები და თუ არ უნდათ და ქალი დაორსულდება, მას არ შეუძლია აბორტის გაკეთება, რადგან ეს არის მკვლელობა. მიუხედავად იმისა, რომ ამ სამყაროს კანონი ამის საშუალებას იძლევა, შემდგომ ცხოვრებაში ეს დანაშაული ისჯება მილიარდობით წლის ტანჯვით ჯოჯოხეთში. ორსულობის თავიდან ასაცილებლად მრავალი კონტრაცეპტული მეთოდი არსებობს, თუ არ გსურთ შვილების გაჩენა და მოგწონთ სექსის კეთება და სიამოვნება, მიიღეთ სიფრთხილის ზომები. თქვენ შეგიძლიათ დატკბეთ სექსით ყოველდღე რამდენჯერაც გინდათ პარტნიორთან, ეს ნორმალურია, მაგრამ თუ არ გსურთ შვილების გაჩენა, მიიღეთ ზომები, რადგან თუ ქალი დაორსულდება, ის ვერ შეძლებს აბორტს. პატივი ეცით სიცოცხლეს: იცხოვრეთ და მიეცით საშუალება იცხოვროთ.

თუ დაორსულდებით და არ გინდათ თქვენი შვილი, მიეცით მას შვილად აყვანა, არის ბევრი წყვილი, რომელიც სასონარკვეთილს აპირებს ბავშვის აყვანას. ესპანეთში ბავშვის აყვანა რომ შეგეძლოს, დაახლოებით 10 წელი უნდა დაელოდო. თუ არ გიყვარს შენი შვილი, ნუ მოკლავ. მიეცით მას შვილად აყვანისთვის, თქვენს შვილს შეიძლება ჰქონდეს ძალიან ბედნიერი ცხოვრება წყვილთან, რომელიც მასზე იზრუნებს და ძალიან კარგად ასწავლის, მას შეიძლება ჰქონდეს იმაზე უკეთესი ცხოვრებაც კი, ვიდრე თქვენ შეგიძლიათ შესთავაზოთ.

გთხოვთ მოუსმინოთ: დღეს მე ვისაუბრე ეგოიზმზე, რომელიც არის ყოველგვარი ბოროტების საფუძველი. კარგად დაიმახსოვრე: ცხოვრებაში ყველაფერი კარგად რომ იყოს, შენი გული სხვებს უნდა მისცე, რათა სხვებმა მთელი გულით დაგიბრუნონ. ეცადეთ იყოთ პოზიტიური და ყველაფერი კარგად იქნება თქვენთვის.

გულით უნდა დავეხმაროთ ერთმანეთს, ეს არის ერთადერთი გზა, რომ ყველამ ბედნიერად იცხოვროს.

იდი მადლობა.



უკან ინდექსი



22. დაავადებები. როგორ მოდიან ისინი და როგორ განვკურნოთ ისინი.

გამარჯობა. საიდან მოდის დაავადებები? როგორ იკურნება ისინი? ექიმებს შეუძლიათ განკურნონ ნებისმიერი დაავადების მხოლოდ 30%, რაც შეიძლება გქონდეთ, 70% თქვენზეა დამოკიდებული. ის, რაც ცხოვრებაში თქვენ უნდა გააკეთოთ პოზიტიურ აზროვნებასთან. თუ რაიმეს გულთან ახლოს მიიღებ, რაც გინდა, იმედგაცრუებული დარჩები. რაც უფრო მეტად მიიღებთ გულს, მით უფრო დიდია იმედგაცრუება.

რაც უფრო მეტად მოგწონს რამე თუ არ მიიღებ, მეტი უბედურება გექნება, მეტი იმედგაცრუება. უჯრედი ძალიან მნიშვნელოვანია ჯანმრთელობისთვის. უჯრედები მნიშვნელოვანია ამ ორგანიზმისთვის. რასაც ფიქრობთ, რომ გადასცემთ უჯრედებს, არ დაგავინყდეთ. თუ ფიქრობთ უარყოფითად; შურისძიების დროს, ადამიანების მოტყუებაში ფიქრობთ ზიანის მიყენებაზე... ეს ნეგატიური აზრები მათ უჯრედებში გადასცემს. თუ თქვენ გაქვთ ცუდი აზრები, ნეგატიური აზრები, ამავედროულად გადასცემთ მათ უჯრედებს. თუ სუფთა ეგოიზმი ხარ, შენი უჯრედებიც ეგოისტები არიან და შენი სხეულის ყველა უჯრედი შენი მტერი ხდება. წარმოიდგინე! თქვენ ფიქრობთ კარგი უჯრედების ცუდ უჯრედებად გადაქცევაზე. უჯრედები აკეთებენ იმას, რასაც ფიქრობთ. ამიტომაც, როცა ვინმე შეურაცხყოფას გაყენებს და ხტუნავ, ბრაზდები, ვერ აკონტროლებ საკუთარ თავს და ისე პიროვნულად აღიქვამ რამეს, დაგებარება ჯანმრთელობა და დაავადებები. ჯანმრთელობა დამოკიდებულია სისხლის მიმოქცევაზე. თუ სისხლი არ ცირკულირებს, თუ გაბრაზდები, სევდიანი, საქმეებს გულთან მიიტან, მეტი ავადმყოფობა გექნება. ყველა სახის ნეგატიურმა აზროვნებამ, მიუხედავად იმისა, სწორია თუ არასწორი, შეიძლება გავლენა იქონიოს თქვენს მიმოქცევაზე. თუ ეს გავლენას ახდენს თქვენს სისხლის მიმოქცევაზე, შეიძლება გქონდეთ ყველა სახის გულის შეტევა. ყველა ძლიერი შეგრძნება საზიანოა, მათ შეუძლიათ ნებისმიერ დროს გააჩერონ გული. თუ შენც ძალიან ბედნიერი ხარ. ყველა ემოცია კარგი თუ ცუდი თქვენ უნდა აკონტროლოთ ისინი. ყველაფერი, რაც ზღვარს გადის, ცუდია. როცა ბავშვი იბადება, რას ითხოვს? მხოლოდ საკვები და ტანსაცმელი უნდა იყოს თბილი. სხვას არაფერს გთხოვს. ამასთან მას აქვს საკმარისი. არც ბრენდის ტანსაცმელს ითხოვს, არც მანქანას, არც სახლს. უბრალოდ მოითხოვთ საფუძვლები. იმის გამო, რომ მათ აქვთ მცირე სურვილები, ისინი ზოგადად კარგ ჯანმრთელობაში არიან. ასაკის მატებასთან ერთად სულ უფრო მეტი სურვილები უჩნდება.

თუ თქვენ გაქვთ 100 სურვილი, გექნებათ 100 პრობლემა და 100 ზიზღი, თუ მათ ვერ შეასრულებთ. თუ თქვენ გაქვთ 1 000 000 სურვილი, გექნებათ 1 000 000 დისლაიქი და დიდი ალბათობით ინფარქტი გექნებათ.

სანამ ხალხს მოატყუებ და ხალხს გაანადგურებ, შენი უჯრედები შენგან სწავლობენ და ასევე ანადგურებენ ერთმანეთს. თქვენ უნდა იცოდეთ, რომ უარყოფითს მოაქვს უარყოფითი და პოზიტიური მოაქვს დადებითი. თუ ჯანმრთელობა გინდა, ჯერ კარგი აზრები უნდა იფიქრო და კარგი საქმეები აკეთო.

თუ თქვენი აზრები და მოქმედებები დადებითია, თქვენი უკრედეები პოზიტიური იქნება და კარგი სისხლის მიმოქცევა გექნება და ყველაფერი იდეალურად იქნება თქვენთვის. ასე რომ თქვენ გექნებათ კარგი ჯანმრთელობა და ხანგრძლივი სიცოცხლე.

თუ ოჯახის, მეგობრების, ბიზნესის მიმართ პოზიტიური დამოკიდებულებით ნახვალ... გარშემო ყველაფერი დადებითი იქნება. თუ ნეგატიური განწყობით მიდიხართ, პირიქით დაგემართებათ: ყველაფერი უარყოფითი გექნებათ. თუ გულახდილად იმოქმედებთ თქვენი გულით, თქვენი აზრებით და თქვენი მოქმედებებით, ყველაფერი იდეალურად გამოვა. თუ მხოლოდ ითხოვ, ითხოვ და ითხოვ და გინდა მეტი, მეტი და მეტი... არ იცხოვრებ ბედნიერად, რადგან ყოველთვის იმაზე მეტი გინდა ვიდრე გაქვს და ეს არის სიხარბე. როცა ერთ დღეს გული გაგიჩერდება და მოკვდები, საფლავზე არაფერს წაიღებ. ის, რასაც ჩვენთან ერთად ვიღებთ, როცა მოკვდებით, არის ჩვენი ქმედებები, ჩვენი სინდისი, როგორც თვითმფრინავის შავი ყუთი. ცნობიერება ყველაფერს ინონის. ეს ცხოვრება ყველაფერს გიბრუნებს. თუ ადამიანები კეთილ საქმეებს აკეთებენ, ხალხი სიკეთით მოგიბრუნებს. პირიქით, თუ თქვენ აკეთებთ უარყოფით აქტებს, უარყოფითი აქტები დაგიბრუნდებათ. ეს არის მიზეზისა და შედეგის კანონი.

ფიქრე ამაზე. თუ ადრე თუ გვიან აპირებთ ციხით გადახდას, რატომ ჩადიხართ დანაშაულს? ნებისმიერი ადამიანი, რომელიც ჩაიდენს უარყოფით ქმედებას, ადრე თუ გვიან გადაიხდის მას. არავინ გაქცევა. ადრე თუ გვიან ციხეში ნახვალ, ამიტომ ჯობია არ გააკეთო. ცუდი სახელი გექნება, საზოგადოების წინაშე ცუდი სახელი გექნება, საზოგადოებასთან ერთად დიდხანს რჩები ცუდად. ღირს თუ არა დანაშაულის ჩადენა რამდენიმე წლით ტკობისთვის? ... მაშინ ციხე გელოდებათ. არ ღირს, ჯობია იყო გულწრფელი საკუთარ თავთან და ადამიანებთან. ფულს ისე ხარჯავ, როგორც გინდა, მაგრამ სხვის ფულს ხელი არ შეიძლება. პოლიტიკოსების მსგავსად, რომლებიც ხარჯავენ და იპარავენ ხალხის ფულს, ისინიც ამაში გადაიხდიან

კარო.

ჯობია შენთანაც და ხალხთანაც იყოს პატივი. ხალხის ფული ხალხისთვისაა და არა შენთვის და შენი მეგობრებისთვის. ამ ცხოვრებაში თქვენ სჯის კანონით, მაგრამ როცა მოკვდებით თქვენ დაისჯებით ღმერთების კანონით მილიონობით წლის განმავლობაში. იმ დანაშაულებს, რომლებსაც ამქვეყნად ჩაიდენთ, გადაიხდით ამქვეყნადაც და შემდეგშიც. დაიჯერეთ, გინდა არა, ჯოჯოხეთში ნახვალთ. ტერორისტების მსგავსად, რომლებიც არ ცნობენ ან პატივს სცემენ კანონებს, უნდათ თუ არა, ციხეში წავლენ. გათავისუფლებას არ აპირებენ. ამიტომ ნუ იმედგაცრუებთ ამ სხეულის ნივთებით. სხეული წყლისა და ცხელი ჰაერისგან არის შექმნილი, რატომ ჩხუბობთ? ცოტათი შეიძლება იყო ბედნიერი, არ გჭირდება დიდი სახლები, მანქანები, ბრენდის ტანსაცმელი... ეს ყველაფერი არ გჭირდება. საფუძვლებით შეგიძლიათ იყოთ ძალიან ბედნიერი, როგორც ბავშვები. თუ არასწორს ჩაიდენთ და ხალხს ატყუებთ, რომ უკეთ იცხოვროთ, ძვირად გადაიხდით. უმჯობესია იყოთ მშვიდი და კმაყოფილი იმით, რაც გაქვთ. ის, რაც შენს ქმარს ან ცოლს აქვს, უნდა მოაგვარო. დარწმუნებული ვარ, მსოფლიოში უკეთესი ქმრები და უკეთესი ცოლები არსებობენ, ეს რა თქმა უნდა, შენ არ ხარ ყველაზე მდიდარი სიმპათიური მამაკაცი... მსოფლიოში. მაგრამ თუ გინდა მშვიდად იცხოვრო, უნდა მოაგვარო ის, რაც გაქვს. იმით რაც შეგეხო.

ყოველთვის არის ვიღაც, ვინც აღემატება თითოეულს. ყველას აქვს ის, რასაც იღებს. თუ 100 ევრო ღირს, 100 ევროს ქმარი უნდა იპოვო. თუ შენი ქმარი 50 ღირს, შენ 50 ღირს. თითოეული თავისი დონით. თუ თქვენ გაქვთ 5, თქვენ არ შეგიძლიათ შეიძინოთ ის, რაც 10 ღირს.

და თუ არ ხარ ბედნიერი იმით, რაც გაქვს, თუ არ მიიღებ იმას, რაც მოგცეს, მაშინ ვერასოდეს იქნები ბედნიერი ამ ცხოვრებაში. ბევრი ადამიანი ამ მიზეზით განქორწინდება, ყველა უფრო მეტს ეძებს. ხელში ჩიტი 100 ფრენას ჯობია, ჩიტს ხელში რომ გაუშვა, მარტო იქნები. მაშინ არაფერი დარჩები. მარტოობა კაცის/ქალის დიდი მტერია და ნელ-ნელა მოგკლავს: ეს ყველაზე ცუდია. თქვენ უნდა დაკმაყოფილდეთ იმით, რაც გაქვთ. იმიტომ, რომ თუ უკეთესად მოძებნი ბოლოს და ბოლოს, არაფერი დარჩება. ასე იცხოვრებ ბედნიერად.

იცხოვრე შენი შესაძლებლობებით. რაც გაქვს, რას შოულობ, ამით უნდა იცხოვრო. ნუ ეცდებით იცხოვროთ თქვენი შესაძლებლობების მიღმა, რადგან ბედნიერი არ იქნებით.

გააკეთეთ ყველაფერი, რაც გჭირდებათ მეტი ფულის გამომუშავებისთვის კანონის ფარგლებში. თუ არ ხარ კმაყოფილი იმით, რაც გაქვს, მშვიდად ვერ იცხოვრებ. ჯანმრთელი რომ იყოთ, ყოველთვის გქონდეთ პოზიტიური აზროვნება, დადებითი ენერჯია. დადებითი ენერჯია რომ გქონდეს, სამი რამ უნდა გააკეთო: დაეხმარო ხალხს ფულით, გახდე მოხალისე და ურჩიო ადამიანებს კარგი სიტყვებით იმოქმედონ სწორად. ძალიან ბედნიერი იქნებით და ნელ-ნელა თქვენი განწყობაც პოზიტიური იქნება. თუ პოზიტიური ხარ, შენი ცხოვრება თანდათან პოზიტიური გახდება.

ეს არის ერთადერთი რამ, რაც გაგითავისუფლებთ დაავადებისგან. ჩემსავით 40 წელია ავად არ ვყოფილვარ და არც საავადმყოფოში ვყოფილვარ. არ აქვს მნიშვნელობა, კარგია თუ ცუდი, ეს არის ის, რასაც ეხება. თქვენ უნდა დაკმაყოფილდეთ იმით რაც გაქვთ. რა შეგიძლია? თავიც რომ მოხვდეს კედელზე, არ აპირებ მის დამტვრევას, რატომ დაარტყამ თავს? თუ მოწყენილი ხარ, ვერაფერს მოაგვარებ, ყველაფერი გაუარესდება, საკუთარ ჯანმრთელობას გაანადგურებ. ამიტომ კარგსა თუ ცუდს არ აქვს მნიშვნელობა, ასე რომ თქვენ შეგიძლიათ იცხოვროთ მშვიდად და ძალიან ბედნიერად.

თქვენ არ უნდა იფიქროთ განსხვავებაზე: ჩვენ ყველანი თანასწორნი ვართ, ჩვენ ყველანი ღვთის შვილები ვართ..... არ არსებობს განსხვავება მამაკაცებს, ქალებსა და ცხოველებს შორის. თუ განსხვავებები არ არის... დაფიქრდით... ეს სამყარო სამოთხე იქნება.

ასე გექნებათ კარგი ჯანმრთელობა, კარგი მომავალი და იცხოვრებთ როგორც სამოთხეში.

სხეულისა და გონების დაავადებების განკურნება

თუ გაქვთ ნერვული პრობლემები, აზროვნების პრობლემები, სევდა, ნუხილი, ბრაზი... ყველა სახის ნეგატიურმა აზრმა შეიძლება გავლენა მოახდინოს თქვენს ჯანმრთელობაზე. განსაკუთრებით ფსიქოლოგიური პრობლემები. ტვინის ყველა ეს პრობლემა, ერთადერთი, რისი განკურნებაც შეგიძლიათ, არის მანტრას ნაკითხვა. აბები საერთოდ არ შველის და არც კურნავს. ისინი უბრალოდ ნარკოტიკები არიან, რომ დაგეგდოთ. როდესაც აბების ეფექტი ქრება, იგივე აზრები უბრუნდება, რადგან თქვენ ვერ აკონტროლებთ აზრებს. ამდენი ნერვები და საზრუნავი გავლენას მოახდენს თქვენს ჯანმრთელობაზე და სწორედ მაშინ მოდის ისეთი დაავადებები, როგორიცაა კიბო. არსებობს ათასობით დაავადება, რომელიც შეიძლება მოგივიდეს ნერვებისა და სევდის მდგომარეობიდან. ახლა ვაპირებ გასწავლით მანტრას, რათა შეძლოთ მისი წარმოთქმა ყოველ ჯერზე, როცა ეს უარყოფითი აზრები მოგახსენდებათ. გაიმეორეთ ეს მანტრა განუწყვეტლივ, სანამ ყველა ცუდი აზრი და ნერვების მდგომარეობა, სტრესი და მწუხარების გრძნობა არ გაქრება. თქვენ უნდა გაიმეოროთ სანამ არ გაქრება; 1 საათი, 2 საათი, 3 საათი... 1 დღე, ორი დღე, სამი დღე... კვირაში... თვეში... გაიმეორეთ მანტრა მანამ, სანამ ნეგატიური აზრების მოშორება გჭირდებათ.

აბებით ვერაფერს მოაგვარებ. რისი გაკეთება შეუძლია ექიმს თქვენთვის? აპირებს თუ არა ის თქვენს თავთან მავთულის შეერთებას და ელექტრო დენის გადაცემას? ასე არ მოგაშორებთ უარყოფით აზრებს გონებიდან. ერთადერთი, რაც გიშველის, არის მანტრას ნაკითხვა, რომელიც მე გასწავლეს. იმდენჯერ გაიმეორეთ, დღეები, კვირები, თვეები... სანამ ეს ფიქრები არ დაიღლება და არ გაქრება. ასე რომ, თქვენი გონება და სხეულიც ჯანმრთელი იქნება. ომისმინე. ეს ერთადერთია, რაც დაგეხმარებათ. ის 1 000 000 ჯერ უკეთესია ვიდრე ექიმები და აბები. ერთადერთი, ვისაც შენი განკურნება შეუძლია, შენ ხარ. სხვა არ არსებობს. ტვინს ვერავინ გამოორეცხავს. არავინ. ხოლოდ შენ. თქვენ ჩადეთ ცუდი ინფორმაცია თქვენს გონებაში და უნდა ამოიღოთ იგი.

ამ მანტრას შეუძლია თქვენი სიცოცხლის გადარჩენა.

როდესაც ასეთი აზრი იწყებს თქვენს გონებას, სწრაფად წარმოთქვით ეს მანტრა და მაშინვე განდევნით მას გონებიდან. შურისძიების, დანაშაულის ჩადენამდე, ადამიანების ტკივილამდე..... სწრაფად გაიმეორეთ ეს მანტრა და შეასწორეთ თქვენი აზროვნება. ახალივით გტოვებს. ასე გადაარჩინე თავი. თუ ვინმეს ღალატს აპირებთ ფიქრით, მოქმედებებითა თუ სიტყვებით, ერთადერთი რაც გიშველის არის მანტრა. ეს მანტრა სასწაულია, დარწმუნებული უნდა იყოთ, რომ კარგად გამოგადგებათ. ეს მანტრა არის ღმერთის სახელი. ეს არის ერთადერთი რამ, რაც გადაგარჩენს და განმუნდს აზროვნებას.

ადამიანები, რომლებიც არასოდეს ავადდებიან.

ამ სამყაროში არის სამი სახის ადამიანი, რომლებიც არასოდეს ავადდებიან.

1.- ადამიანები, რომლებიც კარგები არიან

რა არის კარგი ადამიანი? არის ის, რომელიც ყოველდღე აკეთებს 3 კარგ საქმეს:

პირველი კარგი ქმედება: ის ყველაფერს აკეთებს ხალხის დასახმარებლად. დარჩენილი ფულით ის ეხმარება გაჭირვებულ ადამიანებს.

მეორე კარგი საქციელი: ის, ვინც კარგი სიტყვებით ადამიანებს ურჩევს, სწორად მოიქცნენ. კარგად აკეთებს.

მესამე კარგი მოქმედება: ადამიანები, რომლებიც მოხალისეები არიან. ისინი თავისუფალ დროს უთმობენ ადამიანების დახმარებას.

ეს სამი მოქმედება უნდა შესრულდეს ყოველდღე და არა ერთხელ.

კარგ ადამიანში ფიქრი ყველაფერი დადებითია. თუ თქვენი აზროვნება პოზიტიურია, თქვენი გონებიდან მიღებული დადებითი ენერგია ხერხემლის მეშვეობით სხეულის დანარჩენ ნაწილებზე გადადის. წინააღმდეგ შემთხვევაში, თუ აზროვნება ნეგატიურია, ეს უარყოფითი ენერგია გადადის დანარჩენ სხეულზე და ბლოკავს ნერვებს, ტვინსა და დანარჩენ სხეულს შორის კომუნიკაცია არ მოდის და ადამიანი ავადდება.

ამიტომ ჯერ კარგი ადამიანივით უნდა მოიქცე, პოზიტიური აზროვნება უნდა გქონდეს. თუ თქვენ გაქვთ მთელი პოზიტიური აზროვნება, ხერხემლის მეშვეობით უგზავნით პოზიტიურ ინფორმაციას მთელ სხეულს და მთელი ორგანიზმი იღებს ამ დადებით ენერგიას. თუ მოგწონთ ეს ადამიანები, ყოველთვის გექნებათ კარგი ჯანმრთელობა.

თუ ფიქრობთ უარყოფითად, თქვენ გეძნებათ ცუდი ჯანმრთელობა, რადგან თქვენი სხეული მიიღებს უარყოფით ენერგიას. არ აქვს მნიშვნელობა სწორად თუ არასწორად. თუ ხალხი ისარგებლებს შენით, თუ ხალხი მოგატყუებს, გტკივა, შურისძიების სრული უფლება გაქვს. თუ დარჩებით ამ ნეგატიურ აზრზე, თქვენ გადაიხდით შედეგებს. რადგან უარყოფითი ენერგიით ხართ სავსე და ეს თქვენს ჯანმრთელობაზე იმოქმედებს.

პოზიტიური აზროვნების მქონე ადამიანებს ყოველთვის აქვთ კარგი ჯანმრთელობა, რადგან ისინი დადებითად ფიქრობენ.

2.- ადამიანები, რომლებსაც ნაკლები აზრები აქვთ.

ამდენს ნუ იფიქრებ. თუ თქვენ გაქვთ ნაკლები აზრები, თქვენ გაქვთ ნაკლები სურვილები და ეს ადამიანი შეიძლება იყოს ჯანმრთელი.

3.- ადამიანი, რომელმაც იცის, რომ ყველაფერი, რასაც ხედავს და ეხება, სუფთა ფანტაზიაა.

რომ რეალური არაფერია. თუ არაფერია რეალური, თქვენ არ აღიქვამთ საგნებს ასე პირადად და ვერ იმოქმედებთ თქვენზე. თუ შენ შეგიძლია ამის გარკვევა, შეგიძლია ღმერთს დაემსგავსო. შენ შეგიძლია გააკეთო ის, რაც გინდა, ვერავინ დაგიშავებს.

ეს სამი ტიპის ადამიანია ის, ვინც არასოდეს ავადდება.

კიდევ ერთი რამ: საკვები. ჩვენ ვეგეტარიანელი ცხოველები ვართ, კბილები ძროხებისა და ცხენების მსგავსია.

ჩვენი ნაწლავი თორმეტჯერ გრძელია ვიდრე ხორცისმჭამელი ცხოველები. ისინი ჭამენ და სწრაფად ამოიღებენ, ჩვენ ვჭამთ და რამდენიმე დღე სჭირდება ყველაფრის ამოღებას, რასაც ვჭამთ. ხორცი ნაწლავებში ღვება და ეს გავლენას ახდენს ჩვენს ჯანმრთელობაზე. შეშლილი ძროხების მსგავსად, როდესაც ძროხები ავადდებიან, ისინი გადაგვცემენ თავიანთ დაავადებებს, როდესაც მათ ხორცს ვჭამთ. თუ მათ ხორცს არ ვჭამთ, მათი დაავადებები ჩვენზე არ მოქმედებს. ვირუსებს არ კლავენ მაშინაც კი, თუ კარგად მოხარშეთ. თითოეულ ცხოველს აქვს თავისი დაავადებები, მაიმუნის მსგავსად, რომელიც შიდსის მატარებელია და მას არაფერი ემართება, მაგრამ ის ჩვენს ჯანმრთელობაზე სხვაგვარად მოქმედებს. ამიტომ, თუ მათ ხორცს არ ვჭამთ, ავად გახდომის რისკი ნაკლები გვაქვს.

მარცვლეული, ხილი, ბოსტნეული უნდა ვჭამოთ... ამ ყველაფრით უკვე საკმარისი გვაქვს.

მაგალითად, მე 40 წელია ვეგეტარიანელი ვარ და არასდროს ვყოფილვარ ავად, ექიმთან საერთოდ არ დავდივარ, რადგან თავს მშვენივრად ვგრძნობ. თუ ჯანმრთელობა არ გაქვს, რა გაქვს?

ამიტომ კარგი ჯანმრთელობისთვის:

ჯერ უნდა იყო კარგი ადამიანი და შეასრულო სამი დადებითი აქტი ხალხისთვის.

მეორე შეაჩერე ნეგატიური აზროვნება. აკონტროლეთ თქვენი უარყოფითი აზროვნება. ყოველთვის გქონდეთ პოზიტიური აზროვნება.

მესამე. დაანებე თავი ფიქრს, მნიშვნელობას ნუ აძლევ იმას, რაც ხდება, არა უშავს, აზრს ნუ გადაიტან. სანამ მოძრაობთ თქვენს აზრებს, თქვენ მოძრაობთ თქვენს გულს და ეს გავლენას ახდენს თქვენს ჯანმრთელობაზე. რასაც ხედავთ ან შეეხებით, კარგი თუ ცუდი, შეეცადეთ დატოვოთ იგი. ასე რომ თქვენ გექნებათ კარგი ჯანმრთელობა.

ჯანმრთელობა, უნდა მიიღოთ, ექიმებიც კი ვერ დაგეხმარებიან.

ასევე მნიშვნელოვანია გადაადგილება, არ შეიძლება უბრალოდ ტელევიზორის წინ დაჯდეთ და მუცელი გახეხეს. სხეული, თუ არ მოძრაობს, სწრაფად იშლება. სიარული, ნაბი ტანვარჯიშის კეთება...

ყველაზე კარგი ისაა, რომ აზრი არ გადაიტანო, არც პოზიტიური და არც უარყოფითი.

იდი მადლობა.



უკან ინდექსი



23. სიკეთის და ბოროტების თესლი.

ჩვენ ჩვენს ცნობიერებაში ვატარებთ ორ თესლს.

პირველი თესლი არის სიკეთე. ჩვენ ყოველთვის ვატარებთ მას ჩვენს ცნობიერებაში. მაგრამ ჩვენ ასევე ვატარებთ სხვა თესლს: ბოროტების თესლს. ბოროტების ეს თესლი არის ის, ვინც სწავლობს და იზრდება ამ სამყაროში.

სიკეთის თესლი ნიშნავს, რომ: ჩვენს ცნობიერებაში ჩვენ ვართ ღმერთი, ჩვენ ვართ სრულყოფილი სული. მაგრამ ჩვენ ვატარებთ ბოროტების თესლს, რადგან ამ ფანტასტიკურ სამყაროში ვართ. რასაც ამ სამყაროში ვხედავთ და ვეხებით, ფანტაზიაა და მას რეალობად ვაქცევთ. ჩვენ ამ ფანტაზიას რეალობად ვაქცევთ. ამიტომ უნდა ვისწავლოთ სიკეთის ბოროტისგან გარჩევა. ბევრი ადამიანი ბოროტებას იმიტომ აკეთებს, რომ არ იცინა როგორ გაარჩიონ სიკეთე ბოროტისგან და იბნევიან.

უნდა ვეცადოთ მაინც ვასწავლოთ, კრიტიკისა და თითების გაშლის ნაცვლად. ყველა ადამიანი, ვინც ამქვეყნად ბოროტებას სჩადის, იმიტომ რომ არავის უსწავლებია რა არის სიკეთე და ბოროტება და ამიტომ იბნევიან.

ამ შემთხვევაში ჩვენ უნდა ვასწავლოთ. ჩვენ უნდა ვასწავლოთ თავიდან, სანამ დავიბადებით. ორსულად დედამ უნდა ასწავლოს შვილს კარგი ფიქრებით. როდესაც ბავშვი იბადება, მან ასევე უნდა ასწავლოს თავისი მოქმედებებით, რადგან ბავშვმა, თუმცა ლაპარაკი არ იცის, ხედავს და სწავლობს. ის რომ არ ლაპარაკობს არ ნიშნავს რომ არ ესმის. ბავშვი სწავლობს ყველაფერს, რასაც ხედავს და ისმენს. ამიტომ, თუ გინდათ, რომ შვილს კარგი მომავალი გქონდეთ, ჯერ მაგალითი უნდა მისცეთ მამასაც და დედასაც. ასე რომ, შვილი თქვენი მაგალითით სწავლობს. ამიტომაც, თუ მამა ან დედა ცუდს აკეთებს, ბავშვი ცუდად სწავლობს, რადგან ბავშვი ზუსტად ისევე აკეთებს, როგორც უნახავს, როგორ აკეთებდნენ მშობლებს.

მამასადამე, სიკეთის თესლი რომ გაიზარდოს და ნაყოფი გამოიღოს, თქვენ უნდა იმოქმედოთ ისე, თითქოს ის იყოს ხე.

ხეს სჭირდება: ნიადაგი, წყალი, მზე, სასუქი... რომ გაიზარდოს. ამიტომ სიკეთის თესლი რომ გაიზარდოს, მას თქვენი კეთილი საქმეები სჭირდება.

თუ გინდა იყო კარგი ადამიანი, ჯერ ყველაფერი დადებითად იფიქრე, პოზიტიური სიტყვები უთხარი ვინმეს. რადგან ყველა ადამიანს აქვს დადებითი და უარყოფითი მხარე. თუ გინდა, რომ ყველა შენთან იყოს კარგი და ბედნიერი იყოს, უნდა ელაპარაკო

დადებითი სიტყვები, უნდა იფიქრო პოზიტიურად, უნდა იმოქმედო პოზიტიურად. გააკეთე კარგი საქმეები ხალხისთვის. თუ კარგ საქმეებს აკეთებ ხალხისთვის, თუ თავს სწირავ შენი მეგობრებისთვის, ოჯახისთვის, ხალხისთვის, ყველა მადლობას გიხდის გულით. ყველას სურს იყოს თქვენი მეგობარი და იყოს თქვენთან ერთად. საუკეთესო მამა და კარგი მოქალაქე იქნები. ამიტომ ბევრის სანაცვლოდ ცოტას სწირავ.

თუ გინდათ, მცირეოდენი სარგებელი მიიღოთ ხალხისგან, ხალხი გაგიძვირებთ. თუ ცოტა ხალხითაც ისარგებლებ, ხალხი ძვირად გადაგიხდის. ამიტომ ერთი ნაბიჯი უკან არის ათი ნაბიჯი წინ.

ასე რომ გესმის: ამქვეყნად, ამ საზოგადოებაში, რაც გაქვს, რაღაც უნდა შესწირო სხვას, რომ არ გინდოდეს და არ მოითხოვო სანაცვლოდ, ასე უფრო მეტად ანთებს გულებს. ამ შემთხვევაში, თქვენ შეგიძლიათ მიიღოთ ყველაფერი, რაც გსურთ და შეგიძლიათ მიიღოთ ყველაფერი, რაც გსურთ ამ სამყაროში. ნებისმიერი კარგი შემთხვევა ყოველთვის პირველ რიგში გეტყვით. ეს არის სიკეთის თესლი.

თუ კარგად დარგავ, კარგად იზრდება.

ბოროტების თესლი ჩვენ ყველას გვაქვს ბოროტების თესლი ჩვენს სინდისში. ამიტომ რაღაცის გაკეთებამდე ჩვენი სინდისის ნაწილი ამბობს: დიახ, დიახ, გააკეთე! და ჩვენი სინდისის მეორე ნაწილი ამბობს: არა, არა, არ გააკეთო! ეს არის ბრძოლა სიკეთესა და ბოროტებას შორის.

თუ ბოროტების თესლს მორწყავთ, განაყოფიერებთ და უვლით, ის იზრდება. ბოროტების მრავალი თესლი არსებობს: მაგალითად: ნორმალური ადამიანი, რომელიც ხვდება ნარკოტიკების სამყაროში, მოიხმარს ნარკოტიკებს... . გარანტიას გაძლევთ, რომ ადრე თუ გვიან ის ჭარბი დოზით მოკვდება. ეს შენი მომავალია. სიკვდილის წინ ვინმეს დააზარალებს, რომ ფული მიიღოს და ნარკოტიკების საფასური გადაიხადოს, ეს არის ბოროტების თესლი. თუ ახლოს არ ხარ, ის არასოდეს იზრდება. თუ ხალხს არასწორად აკეთებ, ადრე თუ გვიან ვიღაცას შურისძიება მოუხდება და მოგყვება. სანამ არ მორწყავთ ან არ განაყოფიერებთ ბოროტების თესლს, ის არ გაიზრდება. ჩვენზეა დამოკიდებული, როგორ გვინდა ვიცხოვროთ. თუ გვსურს ვიცხოვროთ ფანტასტიურად, ან ვირთხავით გაურბოდა ყველგან, რადგან არავის უნდა და ყველა ამბობს: მოკალი, მოკალი!

ეს არის სიკეთისა და ბოროტების თესლი.

არ არსებობს უარყოფითი ქმედება, რომელიც უშედეგოა.

ყველაფერს, რასაც არასწორად ვაკეთებთ, ასე თუ ისე, ადრე თუ გვიან, ბრუნდება, გაცილებით ძვირს გადაიხდით. ციფრები ყოველთვის არასოდეს გამოდის. ჯერ შენ თავს სჯი, ქუჩაში რომ გადაეყარე, სირცხვილით სახეს დაბლა დანევ, მის სახეს ვერ შეხედავ, ამიტომ სჯი საკუთარ თავს. თუ კარგი ადამიანი ხარ და სადმე ნახვალ, ყველას უყვარხარ, ეს კარგი ცხოვრებაა.

ამიტომ, თუ ამქვეყნად სისულელეს სჩადიხარ და გინდა ისარგებლო ხალხით, კარგად დაიმახსოვრე: რასაც ართმევ ხალხს საკუთარი თავის სასარგებლოდ, ან ზიანს აყენებ ადამიანებს, დაიმახსოვრე.

ისე, მარტო სინდისი არ გსჯის, ხალხი გსჯის, შურისძიება გაქვს ადრე თუ გვიან. როცა მოკვდები, ყველაფერს, რასაც ამქვეყნად მიაღწიე, არაფრის აღებას არ აპირებ, საერთოდ არაფრის.

ზემოთ ნებისმიერ მომენტში შეგიძლიათ მოკვდეთ. არავინ იცის არც ის მომენტი და არც ის დღე, როდესაც ჩვენ მოკვდებით. რავინ იცის. ჰაერი რომ არ შემოდის, ყველაფერი მთავრდება. გულის შეტევა, ტვინის შეტევა... ნებისმიერ მომენტში შეიძლება მოკვდე, გაფრთხილების გარეშე.

ასე რომ, არ იფიქროთ, რომ ბევრ წელს იცოცხლებთ. არავინ არაფერს გარწმუნებს. ამიტომ ეცადე კარგად იცხოვრო, ეცადე, რომ ყველას შეგიყვარო. ამ შემთხვევაში სიკეთის თესლს უნდა დაუმატოთ წყალი, ნიადაგი და სასუქი. სხვა გზა არ არსებობს, რომ კარგად იცხოვრო და გქონდეს სრულყოფილი ცხოვრება.

ამიტომ, თუ გინდა იყო წმინდანი შემდგომ ცხოვრებაში, ეს ძალიან მარტივია: მოიქეცი იესო ქრისტეს მსგავსად, მოკვდი სხვებისთვის, იცხოვრე სხვებისთვის. ბუდას მსგავსად, რომელმაც 49 წელზე მეტი დაუთმო ხალხის სწავლებას ყოველგვარი დასვენების გარეშე, არც შაბათს და არც კვირას. 49 წლის განმავლობაში ყოველთვის ვმუშაობ ხალხისთვის. მსხვერპლშენიერვა სხვებისთვის. ამ ხალხისგან უნდა ვისწავლოთ. ისინი მხოლოდ წყალს და სასუქს აძლევენ იმ სიკეთის თესლს, რის გამოც ისინი გახდნენ მსოფლიო ლიდერები. ცხოვრებაში ყველაფერი დამოკიდებულია იმაზე, თუ როგორი გინდა იყოს: ყველაფერი შენზეა დამოკიდებული. ამგვარად, სიკეთის თესლი უნდა იყოს მოვლილი. დაივიწყეთ ბოროტების თესლი, რომელსაც მხოლოდ ნეგატიური რამ მოაქვს. ამას კარგი არაფერი მოაქვს: თავიდან გეჩვენება, რომ სარგებელს მოგცემთ, მაგრამ დროთა განმავლობაში ძვირად გადაიხდით შედეგებს, მოვლენ თქვენთან და პრობლემები შეგექმნებათ. კარგად დაიმახსოვრე: ნუ ეცდები ისარგებლო სხვებით საკუთარი თავის გასამდიდრებლად, რადგან ძალიან ძვირად, ძალიან ძვირად გადაიხდი. თქვენ გაქვთ ბევრი ჩვენება, რომელიც მხარს უჭერს ჩემს ნათქვამს. თავიდან შეიძლება მოგეჩვენოთ, რომ საქმე კარგად მიდის, მაგრამ ცოტა ხანში ყველაფერი ცუდად დაგემართებათ. თუ რამეს არასწორად აკეთებთ, ფიქრობთ, რომ ჯოჯოხეთი გელოდებათ: ჯოჯოხეთის კარი იღება თქვენთვის და თქვენ იტანჯებით იმის გადახდაზე, რაც გააკეთეთ.

თუ სიკეთის თესლს ზრდის, შედიხართ სამოთხეში: სამოთხე გელოდებათ არ არის იმდენი პრობლემა, რამდენიც ამქვეყნად, ამდენი სტიქიური უბედურებებით, ამდენი ტანჯვით... ამიტომ შეგიძლია ეს დედამიწა სამოთხედ გადავაქციოთ. ჩვენ უბრალოდ უნდა გავანაყოფიეროთ და წყალი მივცეთ სიკეთის თესლს და ყველანი სამოთხეში ვიცხოვრებთ.

სანამ ბოროტების თესლს განაყოფიერებთ და მორწყავთ, გთხოვთ დაფიქრდეთ.

რადგან ეს ცუდ შედეგებს მოიტანს შენთვის, შენი ოჯახისთვის, შვილებისთვის, შვილიშვილებისთვის... ფიქრე ამაზე.

ცხოვრებაში არ არის საჭირო ბრძოლა ან ბრძოლა, მიატოვე, არა უშავს, არა უშავს, ცოტა ტანჯვა არაუშავს. ამდენს ნუ იფიქრებ: „ვიტანჯები, ვიტანჯები... არა უშავს. თუ თქვენ შეგიძლიათ აპატიოთ სხვები, თქვენ იხდით სიკეთის თესლს. შურისძიებაზე არ იფიქრო, რადგან საბოლოოდ ტკივილი ყველასთვის იქნება და არავინ არაფერს იგებს. ამიტომ არასოდეს იფიქროთ შურისძიებაზე. შურისძიება მხოლოდ ბოროტების თესლს კვებავს. არ ინერვიულო, ღმერთი, მისი სინდისი და ხალხი შენზე შურს იძიებს. თქვენ არ გჭირდებათ შურისძიება. ავიწყება! დანარჩენები ცუდად გაატარებენ, შენ მხოლოდ მსხვერპლი ხარ. ასე რომ თქვენ არ მოგიწევთ უკან მიხედვა. ვინც უკან იხედება, ის ხალხია, ვისაც ეშინია, რადგან არასწორად ჩაიდინა და სხვების შურისძიების ეშინია. ამიტომაც არ ცხოვრობენ ეს ხალხი კარგად, მუდამ შიშში...

ამიტომაც ცდილობს სიკეთის თესვას გაუფრთხილდეს. ასე გაიზრდება და მშვენიერი იქნება თქვენი ცხოვრება, მიეცით სინათლე, წყალი და სასუქი სიკეთის თესვას, რომელსაც შიგნით ატარებთ. გთხოვ მომისმინე: არაფერია, რაც ჩვენ სხვა სამყაროში მივყავართ, მხოლოდ ჩვენი სინდისი და ჩვენი კეთილი საქმეები. არ ღირს ბოროტების კეთება მოგებისთვის. მაშინ ძვირად გადაიხდით შედეგებს: ჯოჯოხეთი გელით. არიან ადამიანები, რომლებიც ამბობენ, რომ ჯოჯოხეთი არ არის, და თუ არის, რა? არსებობს 50% შანსი, რომ არსებობს, ასე რომ, თუ ის არსებობს, რა მოხდება? ბუდა და იესო ქრისტე ამბობენ, რომ არსებობს, ასე რომ, თუ ჯობია არ იკვებოთ ბოროტების თესვით. ასე რომ, მამამთილი, არც ტანჯვას აპირებ და არც ჯოჯოხეთში ცუდ დროს გაატარებ.

ამიტომ შეეცადეთ იცხოვროთ ამ პოზიტიურ სამყაროში. იმიტომ რომ ნეგატივს მხოლოდ ნეგატივი მოაქვს და ნეგატივი არავის მოსწონს. თუ არ მოგწონთ ნეგატიური რაღაცეები, ნუ გააკეთებთ ნეგატიურს, ამიტომ ამ სამყაროში ჩვენ ყველანი ბედნიერად ვცხოვრობთ.

ამრიგად, ვისურვებდი, რომ ყველა თქვენგანმა შეძლოს საკუთარი თავისთვის და სხვებისთვის კარგად გაგება და მოქმედება.

იდი მადლობა.



უკან ინდექსი



24. მონანიება

ყველა ადამიანი თავის ცხოვრებაში ყოველთვის უშვებს შეცდომებს. ჩვენ ყველა ვუშვებთ შეცდომებს მთელი ცხოვრების განმავლობაში. არის სერიოზული შეცდომები და არც ისე სერიოზული შეცდომები. მთავარია მოინანიოთ მთელი გულით.

თუ ვინმეს ატკინე, რისთვისაც არ უნდა იყოს. თუ საკუთარი სარგებლობის ან ინტერესის გამო ვინმეს ატკინეთ, ამ ადამიანს უნდა აპატიოს, სულ უნდა ითხოვოს პატიება მთელი გულით, მთელი გულით უნდა ითხოვოს პატიება. თუ თქვენ უნდა გადაიხადოთ შედეგები, თქვენ უნდა გადაიხადოთ შედეგები. ამ შემთხვევაში, პატიების მოთხოვნის შემდეგ, თქვენ უნდა გადაიხადოთ თქვენი ვალი იმ პირის მიმართ, ვისაც ზიანი მიაყენეთ. მაგრამ ეს მთელი გულით უნდა იყოს. გახსენით გული და ითხოვეთ პატიება თავმდაბლად და გულწრფელად. ჩვენ ყველა ვუშვებთ შეცდომებს: ყველა ჩვენგანი, ზოგი მეტი და ზოგი ნაკლებად. მთავარია პატიება ითხოვო მაშინაც კი, თუ დაგსჯიან, შეურაცხყოფენ ან გიყვირიან და თუ შედეგების გადახდა მოგიწევს, უნდა გადაიხადონ. ამრიგად, თქვენ კარგად გამოიყურებით საკუთარ თავთან. ასე რომ თქვენ შეგიძლიათ მაღლა ასწიოთ თავი. ყოველთვის არ იკეცება თავი, როცა ვინმეს ხედავ. ასწიეთ თავი და ითხოვეთ პატიება. თქვენ უახლოვდებით ადამიანს, ვინც ატკინეთ და ითხოვეთ პატიებას. თუ მამას ან დედას აწყენინე, გულწრფელად სთხოვე პატიება.

ნამდვილი სინანული ის არის, რომ როგორც კი აღიარებ საკუთარ შეცდომებს და საკუთარ გულს პატიების სათხოვნელად გახსნი, მომავალში იგივე შეცდომას აღარ გაიმეორებ. ეს არის ნამდვილი სინანული. თუ დღეს ითხოვთ პატიებას და ხვალ ისევ იგივე შეცდომას ჩაიდენთ, მაშინ არ ინანებთ.

თქვენ თამაშობთ ხალხთან, ხალხის გრძნობებთან, ცდილობთ ხალხის მოტყუებას, ატყუებთ ხალხს და ამიტომ იტყუებთ საკუთარ თავს. ამაში ძვირად აპირებთ გადახდას: გარანტირებული. ძვირად აპირებთ გადახდას. როცა შენი დრო მოვა, ადრე თუ გვიან ეს უბრალოდ დროის საკითხია. თუ არ გინდათ, რომ მომავალში ცუდი დრო გაატაროთ, უნდა ითხოვოთ პატიება. ვინც თქვენ დააზარალებს. პატიების თხოვნამ შეიძლება გადაარჩინოს შენი მომავალი. თუ გინდა, რომ შენი მომავალი იყოს ნათელი, გქონდეს კარგი ოჯახი, გქონდეს ბევრი კარგი, მთელი გულით უნდა ითხოვო პატიება.

ამიტომ, როცა პატიებას ითხოვ, პატიოსანი კაცი ან ქალი ხდები. მაგრამ კარგად გახსოვდეთ, თუ პატიებას ითხოვთ, შედეგები გაცილებით ნაკლები იქნება. თუ პატიებას არ ითხოვ, როცა შენი დრო დადგება, ღარიბი ხალხის სუპერ თაიგული დაგსჯის. თუ პატიებას ითხოვ, ღირს. ამ შემთხვევაში, რაც უფრო ადრე ითხოვთ პატიებას, მით უფრო მალე შეიცვლება თქვენი ცხოვრება პოზიტიურად. კარგად დაიმახსოვრე.

ერთადერთი, რაც თქვენი მომავლისთვის კარგად წარიმართება, ითხოვთ პატიება ვისაც ატკინეთ, ითხოვთ პატიება და საჭიროების შემთხვევაში დაიჩოქეთ მსხვერპლის წინაშე და ითხოვთ პატიება. თუ მათ შეუძლიათ პატიება, შენ შეგიძლია აპატიო საკუთარ თავს. იმიტომ, რომ თუ არ ითხოვ პატიებას, გაქვს აზრი, რომელიც აღწერს ყველაფერს, რასაც აკეთებ. თუ ვინმეს ატკინეთ და დაამტკრეთ, ამ ნეგატიური ფიქრით, რომ ატკინოთ ადამიანები, ეს გავლენას მოახდენს თქვენს აზროვნებაზე და ჯანმრთელობაზე. ყოველ ჯერზე, როცა რაიმე ცუდს აკეთებ, იგროვებ ნეგატიურ ენერგიას და ირგვლივ სულ უფრო მეტ ნეგატიურს აღმოაჩენ: იღბალი, ცუდი ჯანმრთელობა, ხალხი არ გიყვარს, ცუდი მომავალი, ცუდი სამსახური, შენი ქორწინება ჩაიშლება...

რადგან როცა ადამიანი ნეგატიურია, შეუძლებელია მშვენიერი ცხოვრება ჰქონდეს.

ზოგი იღებს სასჯელს ადრე, ზოგი კი შემდეგ. შენ თავს სჯი, ძვირად იხდის, დროის საკითხია. ადრე თუ გვიან ძვირად გადაიხდით. მათ სასჯელს არავინ გაურბის. და თუ ის ბოდიშს არ მოიხდის, შენი სასჯელი ბევრად, ბევრად დიდი იქნება. თუ პატიებას ითხოვ, ხანდახან არც კი გმობენ, შედეგს არ იხდი. იმიტომ, რომ როცა მთელი გულით ითხოვ პატიებას, უმეტესობა გპატიობს.

ადამიანების უმეტესობა ამბობს: „კარგი, კარგი, თუ რაიმე სახით მთხოვ პატიებას, მთელი გულით, მე გაპატიებ“ და უბრუნდება შენს მეგობრობას. ის შეიძლება გახდეს თქვენი ოჯახის ნაწილიც კი.

ასე რომ, მეტი შეცდომის თავიდან ასაცილებლად:

ჯერ სხვა ადამიანზე უნდა იფიქრო. თუ პირველ რიგში „ჩემზე“ ფიქრობ, საკუთარ ინტერესებზე, ყოველდღე უფრო მეტს ჩაიდენ

შეცდომები.

კარგად დაიმახსოვრე: შენ უნდა ითხოვო პატიება, რადგან ატკინე, ჯერ ღმერთებს, მეორედ ხალხს და მესამეს საკუთარ თავს. ყველა შეცდომა ეგოიზმისგან მოდის, რაც მეტი მე, მით მეტი შეცდომა. ბევრი ადამიანია, ვინც ამას არასოდეს ნანობს და ყოველ ჯერზე, როცა მათი ცხოვრება უარესდება, უფრო სწრაფად ბერდებიან და უფრო მეტი ცუდი რამ ემართებათ.

უნდა გააცნობიერო, რომ ამქვეყნად, თუნდაც არ გჯეროდეს, არის ღმერთების სასჯელი. ის ხალხი ამბობს: ღმერთი არ მინახავს, ამიტომ არ მჯერაო. მას არ სჯერა დასჯის, რადგან ვერ ხედავს და ვერ გრძნობს. მაგრამ ამ სამყაროში ბევრი რამ არის, რაც არ ჩანს ან იგრძნობა, მაგრამ არსებობს. მაგალითად: ტელევიზორის პულტი. ღილაკზე დაჭერისას ტელევიზორი ირთება ან გამორთულია, ამაღლებს ან ამცირებს ხმას... თქვენ არ ხედავთ ტალღებს, მაგრამ ისინი არსებობენ. ეს ღმერთებს ჰგავს, შენს ენერგიას, რაც რომც არ დაინახო, არ ნიშნავს რომ არ არსებობს.

ამიტომ არის კარგი ან ცუდი იღბალი. თუ გინდა იცხოვრო კარგად და გქონდეს კარგი მომავალი, კარგად დაიმახსოვრე: ყოველთვის ითხოვე პატიება, მოინანიე ის, რასაც არასწორად აკეთებ. და თუ ვინმემ განწყენინა, უნდა აპატიო, თუნდაც ყველა მიზეზი გქონდეს მსოფლიოში.

თუ ვინმემ განწყენინა და შენ წყენა გაქვს და შურისძიება გინდა, მთელი დღე შურისძიების აზრზე ფიქრობ და ეს საკუთარ თავს ავნებს.

რადგან ამ ნეგატიური ფიქრით ბლოკავ ნერვებს, რომლებიც თავიდან მიდიან ხერხემალამდე და იქიდან მთელ სხეულში, მთელ ორგანიზმში. ჰკითხეთ ნებისმიერ ექიმს, ყველა თანახმაა.

სადინარების გადაკეტვისას ავად გახდები და სიცოცხლე უმოკლდება. თუ ცხოვრებაში არ გაქვს ჯანმრთელობა, რა გაქვს? ამიტომ, საკუთარი სიკეთისთვის: თუ გსურს გქონდეს დიდხანს სიცოცხლე, იღბალი და ჯანმრთელობა, ორი რამ უნდა გააკეთო: პატიება სთხოვო, როცა ვინმეს ატკინე და თუ სხვა გტკივა, მთელი გულით უნდა აპატიო ამ ადამიანს. . თუ არ აპატიებ, როგორ აპირებ ცხოვრებას, თუ მთელი დღე შურისძიებაზე ფიქრობ, შურისძიებაზე, შურისძიებაზე... როგორ აპირებ ჯანმრთელობას? ეს არ შეიძლება.

ამიტომ, თქვენი სასიკეთოდ უნდა ისწავლოთ სხვების პატიება. თუ არ ისწავლით სხვების პატიებას, ეს საკუთარ თავს დააზარალებს. უნდა აპატიო და ითხოვო პატიება და გულით მოინანიო. ჭეშმარიტად მონანიება არ ნიშნავს იგივე შეცდომის განმეორებას მომავალში: ეს არის ჭეშმარიტად მონანიება.

თუ დღეს ინანებთ, ხვალ კი იგივე შეცდომებს აგრძელებთ, მაშინ ნამდვილად არ ინანებთ.

კარგად დაიმახსოვრეთ:

ორი მნიშვნელოვანი რამ ცხოვრებაში: პატიების თხოვნა იმ ადამიანებისგან, ვინც გატკინე და აპატიე იმ ადამიანებს, ვინც გატკინე. ამ შემთხვევაში შეგიძლია იცხოვრო კარგი ჯანმრთელობა, კარგი მომავალი, კარგი ოჯახი, ყველაფერი მშვენიერი იქნება.

ადამიანები ბევრჯერ გვტკივათ, მაგრამ ნუ აწუხებთ წყენას, სხვების პატიება თქვენთვის სასარგებლოა: შეგიძლიათ გქონდეთ ახალგაზრდა, ნათელი, მეგობრული სახე კარგი მომავლით. როცა გაბრაზებული ხარ, ყოველთვის იფიქრე, რომ ეს უკვე მოხდა. და დაივიწყე.

კარგად დაიმახსოვრე: იმისათვის, რომ კარგად იცხოვრო, სამი რამ არის:

1° დაივიწყეთ წარსული

მეორე დაივიწყე საჩუქარი, ნუ იფიქრებ ამდენს,

3° არ იფიქროთ მომავალზე.

ბევრი ფიქრობს მომავალზე; ზოგი ფიქრობს უარყოფით მომავალში, ან სხვაგვარად,

შემდეგ კი ის ველარ შეძლებს მშვიდად ცხოვრებას. როდესაც ფიქრობ წარსულზე, აწმყოზე ან მომავალზე, ვერ იცხოვრებ კარგად: წარსულიდან, ცუდი თუ კარგი.

თქვენი წარსულის ცუდის დაძლევა სინანულით, წყენის გარეშე საუკეთესოა თქვენთვის.

არ ინერვიულოთ, ღმერთი, საზოგადოება და ხალხი იზრუნებს ბოროტების ჩამდენი ადამიანების დასასჯელად. ყველა გაიგებს როგორი ადამიანია, მისი მომავალი ყველაზე ცუდი იქნება. არ არის აუცილებელი, ჩვენ ვიმართლოთ იმ ზიანის გამო, რაც მათ მოგვაყენეს.

ღმერთი, კანონი, საზოგადოება დაგსჯის. ამიტომ მიატოვეთ შურისძიება და
წყენა მაშინაც კი, თუ აბსოლუტურად მართალი ხართ. ასე გექნებათ ხანგრძლივი
სიცოცხლე, კარგი ჯანმრთელობა და კარგი მომავალი. თუ გინდა იყო
ჯანმრთელი, უნდა გქონდეს პოზიტიური აზროვნება, თუ არა, როგორ იცხოვრო,
თუ სიძულვილი გაქვს ყოველდღე, შენი სახე სიძულვილით ივსება. მაშინაც კი,
თუ მართალი ხარ, თუნდაც მსხვერპლი იყო, დაივიწყე ეს, რადგან იმ ადამიანზე,
ვინც შენ გტკივა, შენ საკუთარ თავს ავნებ.

ეს არის უარესზე უარესი. ყველაზე ძლიერი მტერი, რომელიც გვყავს, საკუთარი
თავია, ასე რომ იფიქრე შენს სასიკეთოდ; ეს ყველაფერი შენზეა დამოკიდებული
და არა სხვაზე.

ერთადერთი რაც მნიშვნელოვანია შენ ხარ.

იდი მადლობა.



უკან ინდექსი



25. შიშები, შიშები და კომპარები

ამ ცხოვრებაში უნდა ისწავლო არ გქონდეს შიშები და შიშები. საიდან მოდის შიშები და შიშები? სურვილებისთვის მოდიან. რისი ფლობა გვინდა. გეშინოდეს შენი ცხოვრების, შენი მომავლის, ყველა შენი სურვილის; ეს ინვესსიის თქვენ შიშებს. რაც მეტი მექნება, მით უფრო მეტი შიში და შიში გამოჩნდება მას. რაც უფრო მეტად უყვართ ამ სხეულის საკუთარი თავი, მით უარესი იქნება და მშვიდად არ იცხოვრებთ. რა თქმა უნდა. შენი ბოლო ღამე შეიძლება იყოს ნებისმიერი დღე. მსოფლიოში ყოველდღიურად ბევრი ადამიანი იღუპება. სხვადასხვა მიზეზის გამო. ავარიების მრავალი სახეობაა. არავინ იცის როდის მოკვდებიან. სიკვდილი შეიძლება ნებისმიერ დროს მოგივიდეს მილიონობით მიზეზის გამო. კვდება... ყველანი მოკვდებით. ჩვენ ყველა ვკვდებით. ვინ არ კვდება? ეს სხეული ჩემია და არა მე. თუ ეს გესმით, რომ სული იგივეა, რაც მოიჯარე, რომ ერთ მშვენიერ დღეს უნდა დავტოვოთ ეს სხეული, მაშინ... რატომ ვაკეთებთ ამდენ ნეგატიურ ქმედებებს, როგორცაა თაღლითობა, მოტყუება, ხალხის სასარგებლოდ გამოყენებისთვის. ამ სხეულის? ორი პრობლემა გექნებათ. პირველი შენი სინდისით, შენ იცი, რომ კარგად არ არის გაკეთებული. ისინი ყველა იქნება შიში. რაც უფრო მეტ უარყოფით მოქმედებებს აკეთებთ, მით მეტი შიში და შიში გექნებათ. თუ ათი ნეგატიური ქმედება ჩაიდინე ხალხის მიმართ, გეყოლება ათი მტერი. ყველა დაელოდება შურისძიების შესაძლებლობას. თუ თქვენ გყავთ მილიონი მტერი, თქვენ გექნებათ მილიონი შიში. ყველა დაელოდება, როდის დადგება თქვენი უიღბლო მომენტი. ყველას აქვს თავისი კარგი იღბლის მომენტები და თავისი ცუდი იღბლის მომენტები. თუ იღბალი გაქვს, დახმარების მაგივრად, აჭიანურებ ხალხს და ისარგებლებ მათგან, როცა უბედურება გექნებათ, ისინი მოგყვებიან. ამიტომ ნუ ისარგებლებთ თქვენი სიმდიდრისა და ძალაუფლების მდგომარეობით, რადგან თქვენი იღბალი მთელი ცხოვრება არ გაგრძელდება. დღეს შენი ჯერია და ხვალ სხვის ჯერია. ეს არის ცხოვრების ციკლი. ყველა შიში მოდის ამ საკუთარი თავისგან, სხეულის თვითგან. გესმოდეთ, რომ ეს სხეული არის ერთჯერადი. და მეტი არაფერი. ჩვენ ვართ სული და ის, რასაც ყოველთვის სულით ვატარებთ, არის ჩვენი მოქმედებები და ჩვენი სინდისი. ეს არასდროს ქრება. ამიტომ ეცადე ეს მე რაც შეიძლება დაპატარავდე, ასე იქნები ადამიანი, რომელიც არ განასხვავებს მე, შენ, მას და საზოგადოებას.

თუ განსხვავებებს არ შექმნით, არც სხვას მოატყუებთ, არც მეორეს დაანგრევთ და არც სხვას ისარგებლებთ, რადგან სხვა თქვენ ხართ და საკუთარ თავს არ ავნებთ. ამ შემთხვევაში, თქვენ გახდებით თევზი წყალში. ნებისმიერ ადგილას გექნებათ. ყველას უყვარხართ და პატივს გცემთ. თქვენ არ გექნებათ შიში და შიში. თქვენ უნდა მიიღოთ ცხოვრება ისე, როგორც ის მოდის, თავისი იღბლის მომენტებით და ცუდი იღბლის მომენტებით. ყველაფერი, რაც შენ გაქვს ამქვეყნად, როცა მოკვდები, ყველაფერს მიატოვებ.

რატომ ისარგებლეთ სხვებით, რომ მიიღოთ რაღაც მცირე ხნით, რომ აპირებთ ამ სხეულში ცხოვრებას? თუ ნეგატიური ხარ, უარყოფითს მოიზიდავ: თითოეული თავისი სახეობით: როგორც ქურდი ქურდთან, ნარკომანი ნარკომანთან... თითოეული თავისი სახეობით. ამიტომაც ნეგატივი შეუერთდება უარყოფითს. ეს უნდა გესმოდეთ. ცხოვრებაში ყველაფერი რაც გაქვს გულით უნდა მიიღო, კარგი იქნება ეს თუ ცუდი. ძალიან ბევრი ადამიანია, ვინც მცირე პრობლემების გამო თავს იკლავს, მაგრამ ეს არაფრის მოგვარებას არ აპირებს. ამ ადამიანებმა უნდა გაიგონ, რომ ყველას აქვს თავისი ბედ-იღბალიც, ისევე როგორც კარგი. ცოტაც მოიცადე, რომ სიბნელის შემდეგ გათენება და მზე მოვა. ნუ გაიხარებ, როცა შენი იღბალი მოვა, რადგან იღბლის შემდეგ შენი უბედურებაც მოვა.

ცხოვრება იცვლება და ყველამ უნდა იცხოვროს კარგი და ცუდი მომენტებით. ნუ აქცევ ამქვეყნიურ ნივთებს ამდენ მნიშვნელობას. თუ ცოლი მიგატოვებს, არ მოგიწევს თვითმკვლელობა, ამქვეყნად ბევრი უკეთესი ქალია და თუ ქმარი მიგატოვებს, აუცილებლად იპოვი სხვა მამაკაცებს შენს ქმარზე ბევრად უკეთესებს. მსოფლიოში მილიონობით ადამიანია. ასე რომ, არ ინერვიულოთ, თქვენი უბედურების შემდეგ, თქვენი იღბალი მოვა და შეგიძლიათ იპოვოთ უკეთესი ქმარი/ცოლი, ვიდრე ის, ვინც მიგატოვა. დარწმუნებული გაქვს თუ ყოველთვის პირველ რიგში სხვებისთვის აკეთებ, ჯერ შენი გული შესთავაზე... სხვაც იგივენაირად გიპასუხებს. მეტი გულით დაგიბრუნებთ.

თუ მეორეს უარყოფითს აძლევთ, მეორე უფრო მეტ უარყოფითს დაუბრუნდება. ს არის ცხოვრება. ასეთია კარმის კანონი. თუ ვინმე გტკივა, არ ინერვიულო, შურისძიება არ გჭირდება. ის თვითონ დაისჯება, ღმერთის კანონი დასჯის, სინდისი დასჯის. ყველა ნეგატიური ქმედება, რასაც ჩვენ ჩავიდენთ, არის „პური დღევანდელისთვის და შიმშილი ხვალინდელი დღისთვის“, რაც არსად მიდის.

ამიტომ შეეცადეთ გქონდეთ ეს პატარა მე, რადგან რაც უფრო პატარაა ის, მით ნაკლები შიშები და შიშები გექნებათ. რაც მეტი ფული გაქვთ, მით მეტი შიში გაქვთ. თუ თქვენ გაქვთ 1,000,000 ევრო, გაქვთ 1,000,000 შიში, თუ გაქვთ 10 ევრო, გაქვთ 10 შიში და თუ არ გაქვთ არცერთი ცენტი, თქვენ არ გეშინიათ, რადგან რადგან არაფერი გაქვთ, ვერავინ მოგატყუებთ ან გტკივა. მილიონერს კიდევ ბევრი შიში აქვს, რადგან ეშინია ვინმემ მოატყუოს, ოჯახი გაიტაცეს... სახლიდან გასვლისას უნდა დაიცვან, რომ არ გაძარცვონ და ყოველთვის შიშით დადიან ყველგან. რატომ არ ერევან ბანდიტები ღარიბებს? რადგან მათ არაფერი აქვთ წაღებული. ამიტომ, თუ არაფერი გაქვთ, რისი გეშინიათ? ასე ცხოვრობ კარგად.

კიდევ ერთი შიში არის დაავადება, თუ გეშინია, გონება ფიქრობს: მე მაქვს ჯანმრთელობის პრობლემები, მაქვს ჯანმრთელობის პრობლემები... და შენი გონება იწვევს დაავადებას. თქვენ "ჭამეთ ქოქოსი". თუ ტვინიდან სხეულს გასცემთ ბრძანებას, რომ ჯანმრთელობის პრობლემები გაქვთ, ორგანიზმი დაავადდება. გონება აკონტროლებს თქვენს სხეულს. თუ თქვენი ტვინი უარყოფითად ფიქრობს, თქვენი სხეული ჩაიდენს უარყოფით ქმედებებს. თუ გონება ეუბნება სხეულს: "გადახტე აივანზე", სხეული აივანზე ხტება. სხეული ყოველთვის ემორჩილება გონებას. თუ თქვენი გონებით აძლევთ ბრძანებას თქვენს სხეულს შეასრულოს დადებითი მოქმედებები, თქვენი სხეული დაეხმარება ხალხს. თუ უარყოფით ქმედებებზე ფიქრობთ, თქვენი სხეული ავნებს ადამიანებს.

არავითარ შემთხვევაში არ დააზიანოთ სხვები. ისინი ყველა ფატალურად მთავრდება. თუ ვინმემ განწყენინა, უნდა აპატიო და დაივიწყო, რადგან ის ადამიანი უცოდინარია, ჩვენ უნდა ვწუხდეთ ამ ადამიანზე. იმიტომ რომ ეს ხალხი არასწორ ზიანს აყენებს, კანონი სჯის მათ, საზოგადოება სჯის მათ და მათი სიცოცხლე იქნება საბედისწერო და როცა მოკვდები ჯოჯოხეთში ნახვალ და ჯოჯოხეთში დარჩები 1,000,000 წელი და ყოველდღე იკითხავ, რომ მოკვდე ისევ და ისევ. სანამ არ მოიხდი სასჯელს. ადამიანები, რომლებიც ფიქრობენ, რომ სხვებისთვის ზიანის მიყენება სასარგებლოა, ეს ადამიანები ცდებიან. არასოდეს აჩვენო თითი, როცა ვინმე ცდება, ეცადე, კარგი სიტყვებით ისწავლო, რომ გაიგოს და შეცვალოს თავისი ქცევა. ძალადობა უბრუნებს ძალადობას და ეს არასოდეს მთავრდება. ბევრი ადამიანი უშვებს შეცდომებს, მაგალითად, ტერორისტები, რომლებიც ბომბებს ათავსებენ სხეულზე, რათა განახორციელონ თავდასხმები საზოგადოებრივ ადგილებში, როგორცაა ბაზრები.

ის ხალხი, ვინც ღმერთის სახელით კლავს უდანაშაულოებს და არაფერზე აინტერესებს, არცერთ ბიბლიაში არ წერია, რომ თქვენ კლავთ უდანაშაულოებს. უდანაშაულო ხალხი არაფერში არ არის დამნაშავე. თუ პრობლემა გაქვს, უნდა მოაგვარო ვისთან ერთად, ხელისუფლებასთან, პოლიტიკოსებთან... მაგრამ არ დახოცო უდანაშაულო ხალხი. იმ ხალხმა არ იცის; თუ ადამიანს მოკლავ, ჯოჯოხეთში ნახვალ 1 000 000 წლით. თუ 10 ადამიანს მოკლავ, 10 000 000 წლით ჯოჯოხეთში ნახვალ. ჯოჯოხეთიდან წასვლის შემდეგ ისინი დაიბადებიან ცხოველებად და ამგვარად იცხოვრებენ 1 000 000 წელიწადს, შემდეგ კი ძალიან ღარიბ ადამიანებად დაიბადებიან. ადამიანები, რომლებიც ამბობენ, რომ ვინც კლავს რელიგიური იდეების დასაცავად, სამოთხეში მიდის, ტყუილია. ეს ეშმაკის სიტყვაა.

ყველა ღმერთი სიცოცხლის მომხრეა. არცერთი რელიგია არ არის მკვლელობის მომხრე და თუ ვინმე რომელიმე რელიგიის სახელით ამბობს, რომ უნდა მოკლა, ისინი მანიპულირებენ საწყალ უმეტარ ადამიანებს, რომლებმაც არ იციან როგორ გაარჩიონ სიკეთე ბოროტისგან. შენი სხეული შენი არ არის, ის შენს მამას და დედას ეკუთვნის, ვინც ის მოგცა. თქვენ ხართ როგორც მოიჯარე, რომელიც იყენებს ამ სხეულს. თქვენ არ უნდა მოკლათ თქვენი სხეული და მით უმეტეს სხვისი. არავითარ შემთხვევაში არ შეიძლება მკვლელობის გამართლება. არავითარი მიზეზის გამართლება არ არსებობს. მკვლელობა ღმერთების კანონით აკრძალულია. პატიება არ არის. არც ერთი მიზეზი არ არის მართებული. ამაში თქვენ უნდა იყოთ დარწმუნებული. შეგიძლია იბრძოლო იმისთვის, რაც გინდა, მაგრამ არასოდეს გამოიყენო ძალადობა. ძალადობას ძალადობა მოაქვს. თუ გსურთ შეცვალოთ ქვეყანა და ხალხი გიჭერთ მხარს, შეგიძლიათ შექმნათ პარტია და გახდეთ პრეზიდენტი.

თუ უმრავლესობას ასე სურს, ასე იქნება. მაგრამ არასოდეს გააკეთო ეს ძალადობრივად. მაშინაც კი, თუ თქვენი იდეები კარგია, თქვენ ვერასოდეს აიძულებთ მათ მოგისმინონ ძალადობისა და მკვლელობის გამოყენებით, რათა თქვენი იდეები განხორციელდეს. შეეცადეთ დაარწმუნოთ ხალხი, რომ თქვენი იდეები კარგია და თუ ისინი მხარს დაუჭერენ, დაიწყეთ წვეულება. თუ უმრავლესობა მხარს გიჭერს, მაშინ შეგიძლია განახორციელო შენი იდეები, მაგრამ კარგად დაიმახსოვრე: არავითარ შემთხვევაში არ უნდა მოკლა რაღაცის მისაღებად. არც ღმერთის სახელით. ყველა ადამიანი, ვინც მკვლელობებს იყენებს ნებისმიერი საქმის დასაცავად, ძვირად გადაიხდის. არავინ გაქცევა. როდესაც მათ აქვთ უბედური მომენტი, ისინი გადაიხდიან ძვირად და პროცენტით.

უნდა გესმოდეთ, რომ ცხოვრება იცვლება. ჩვენ ყველას გვაქვს ცუდი იღბლის და წარმატებების მომენტები. არ გჭირდება სევდიანი, მთვრალი ან თვითმკვლელობა... არ გჭირდება ეს ყველაფერი, როცა ცუდ დროს ატარებ. ყველაფერი გამოვა.

როცა მიხვდები, რომ ცხოვრება იცვლება და ყველას გვაქვს ჩვენი კარგი და ცუდი მომენტები, მაშინ მშვიდად იცხოვრებ და შიში არ გექნება. შიში კლავს.

ბევრ ადამიანს ძილის დროს ხედავს კომპარები, რომლებიც ზოგჯერ სიკვდილს იწვევს. სანამ გვძინავს, არ ვიცით, რომ ის, რასაც ვოცნებობთ, მხოლოდ სიზმარია. ჩვენ ვფიქრობთ, რომ ის, რასაც ჩვენ ვოცნებობთ, რეალობაა და სწორედ ამიტომ არის ბევრი ადამიანი, ვინც გულის შეტევით იღუპება, რადგან ფიქრობს, რომ რასაც ოცნებობენ რეალობაა. შეუსრულებელი სურვილები და შურისძიების ფიქრები კომპარებს იწვევს. ამ ნეგატიურ აზრებს შეუძლია თქვენი ოცნება საშინელებათა ფილმად აქციოს.

ამ ცხოვრებაში ჩვენ ვოცნებობთ, მაგრამ არ ვიცით, რომ ვოცნებობთ. ეს სხეული იბადება და კვდება, ყველაფერი რაც გაქვს ამ ცხოვრებაში, როცა მოკვდები, ყველაფრის დატოვება მოგიწევს, თან არაფერს წაიღებ. ყველაფერი სიზმარია. ამიტომ არ იფიქროთ, რომ ცხოვრება რეალურია, ყველაფერი სუფთა ოცნებაა. ეს უბრალოდ სიზმარია. თუ ამას გაიგებ, ცხოვრებას ასე პირადად არ მიიღებ და იცხოვრებ კმაყოფილი, მხიარული და ბედნიერი. არავის არაფერი გაუკეთოთ ცუდი და შეასრულეთ ვალდებულებები, ასე შიში არ გექნებათ და მშვიდად იცხოვრებთ. თითქოს არ იხდი გადასახადებს, ადრე თუ გვიან მოგიწევს გადასახადების გადახდა და პროცენტით.

ეს უარესი იქნება, რადგან შეიძლება არაფრის გარეშე დარჩე. გადასახადები გამოიყენება საავადმყოფოების გასაკეთებლად და ხალხის კეთილდღეობის დასახმარებლად. ჩვენ ერთმანეთს ვეხმარებით. თუ ამას გულით გააკეთებ, შენი ცხოვრება სრულყოფილი იქნება. გადასახადების გადახდის შემდეგ, დარჩენილი ფული თქვენთვის სუფთაა, კარგად იცხოვროთ. თუ მოატყუებ ან კანონის საწინააღმდეგოდ იქცევი, ნებისმიერ მომენტში აღმოგაჩენენ და უარესი იქნება, რადგან ყველაფერს წაგართმევენ. ყველაფერს თავისი მომენტი აქვს. რაც უფრო მეტ ნეგატიურ ქმედებებს ჩაიდენთ, მით მეტი კომპარები და შიშები გექნებათ. ანგარიშები არ გამოდის. დაეხმარეთ ადამიანებს და შეასრულეთ თქვენი ვალდებულებები. ასე იცხოვრებთ ჯამრთელობით და იღბალით და არაფრის და არავის შეგეშინდ

კომპარები

კომპარები, რომლებიც გვძინავს. ბევრს, ძალიან ბევრს ეძინება კომპარები, აღარ დგება, რადგან კვდება. რატომ გვძინავს გულის შეტევა და სიკვდილი? ფატალური შეტევების უმეტესობა, რომლებიც გვძინავს, სათავეს იღებს ძილის დროს ძალიან დიდ კომპარში. ამიტომ ძილი სიცოცხლისთვის ძალიან საშიშია. პრობლემა ისაა, რომ როცა ვოცნებობთ, არ ვიცით, რომ ვოცნებობთ, გვჯერა, რომ ვცხოვრობთ რეალობაში, არ განვასხვავებთ სიზმარია თუ რეალური ცხოვრება. ჩვენ ვაქცევთ ოცნებას რეალობად. ეს უბრალოდ ფანტაზიაა, მაგრამ რადგან ჩვენ არ განვასხვავებთ რეალობასა და ოცნებას, გვჯერა, რომ ის, რასაც ვოცნებობთ, არის ის, რასაც ვცხოვრობთ. მაგალითად, თუ ოცნებობთ, რომ ვინმე დანით თავს დაესხმება, ნამდვილად გჯერათ, რომ ეს ხდება. გონება გადადის შოკის მდგომარეობაში და სხეული

ნადი მკვლარი.

როგორც ნიუ-იორკში 11 სექტემბრის თავდასხმის დროს, ბევრი ადამიანი შენობების ზემოდან სიცარიელეში გადახტა. ეს ადამიანები მინამდევ მისვლამდე დაიღუპნენ. რამდენიმე წამში თუ გგონიათ, რომ რამდენიმე წამში მინას ურტყამთ და მუშტივით იქნებით, სანამ მინას მიაღწევთ, გონებამ უკვე სიცოცხლე წაგართვა, ამას ექიმები ადასტურებენ. გონების ძალა არაჩვეულებრივია. აზროვნების ძალა სიკეთისთვის

და ცუდისთვის. თქვენ უნდა გააცნობიეროთ, რომ ეს სხეული მოძრაობს, რადგან გონებას აქვს ენერჯია, მას აქვს სული და აქვს ცნობიერება.

გვამი ჩვენი მსგავსი სხეულია და რატომ არ მოძრაობს? რადგან მას აკლია ენერჯია, სული, სინდისი. ამიტომ აზროვნების ამ ძალას შეუძლია გადაარჩინოს თქვენი სიცოცხლე, მაგრამ ასევე მოგკლას. ის ჰგავს მონეტას, რომელსაც ორი მხარე აქვს. თქვენ უნდა აკონტროლოთ თქვენი გონება და არ მისცეთ უფლება თქვენს გონებას გაკონტროლოთ. თქვენ უნდა იცოდეთ როგორ განასხვავოთ რეალობა. ამისათვის თქვენ უნდა ივარჯიშოთ იოგაზე, რათა გქონდეთ ძლიერი სინდისი და აკონტროლოთ თქვენი გონება. შენს შიგნით გაქვს ორი ტიპის აზრი, ორი ენერჯია, ერთი დადებითი და ერთი უარყოფითი. რასაც ვაკეთებთ, ვფიქრობთ: ვაკეთებ, არ ვაკეთებ, მომწონს, არ მომწონს, მინდა, არ მინდა... მოკვლაზე ფიქრი, არა მოკვლაზე, აღებაზე. შურისძიება თუ არ შურისძიება... თქვენ ყოველთვის ფიქრობთ ორ აზრზე, ერთ პოზიტიურზე და მეორეზე დადებითზე, მეორეზე უარყოფითზე. ეს ორი აზრი თქვენ უნდა ეცადოთ გააკონტროლოთ იოგას მედიტაციისა და ადამიანების მიმართ კარგი ქმედებების გაკეთებით, რომ გქონდეთ პოზიტიური აზროვნება, რადგან ეს პოზიტიური აზროვნება მოგცემთ დადებით ენერჯიას.

ადამიანების უმეტესობას აქვს ძალიან მაღალი ნეგატიური აზროვნება. როცა ნეგატივი აღმატებულია, ეს ადამიანი სუფთა ეგოიზმია, ის არ ფიქრობს სხვებზე, ის ფიქრობს სხვებზე მხოლოდ იმისთვის, რომ მიიღოს თავისი სარგებელი მონყალების გარეშე და პრინციპების გარეშე. არავითარ შემთხვევაში არ უნდა ისარგებლო ვინმესგან. ყველა ტანჯვა, რომელსაც სხვებს საკუთარი სარგებლობისთვის უყენებთ, ფატალურად მთავრდება. კარმას კანონი მოქმედებს ადრე თუ გვიან და რასაც მოიმკი არის ის, რასაც მოიმკი, იქნება ეს დადებითი თუ უარყოფითი. არავინ გაქცევა. რომ უნდა იცოდეთ. უყურეთ ტელევიზორს, ყოველდღიურ საინფორმაციო გამოშვებებში ჩნდება დანაშაულის ჩადენის შემთხვევები და პოლიციამ დააკავა. უამრავი შემთხვევაა ყოველდღე. თუ თქვენ იმოქმედებთ თქვენი პრინციპების წინააღმდეგ, თქვენი სინდისი კანონის და ღვთის კანონის საწინააღმდეგოდ, თქვენ არ გაექცევით თქვენს სასჯელს. ჯერ თქვენს ჯანმრთელობაზე იმოქმედებს და მერე თქვენი დანაშაულის გადახდა მოგიწევთ.

იმისთვის, რომ სიზმარში კოშმარები არ გქონდეს, უნდა გესმოდეს, რომ ეს სხეული ჩემია, მე არ ვარ. როგორც ჩემი ტანსაცმელი, ჩემი მანქანა, ჩემი ბინა... ისინი ჩემია და არა მე. შენ ხარ შენი სინდისი, შენი სული. სხეულს მხოლოდ სული იყენებს ამ სამყაროში. იმისთვის, რომ დროზე ადრე არ მოკვდე, ცხოვრება უფრო მოდუნებული უნდა მიიღო, ასე პირადად ნუ მიიღებ ყველაფერს. რაც უფრო პირადად მიიღებ ნივთებს, მით უფრო მეტად იტანჯები. როცა უიღბლო ხარ, ღამესავითაა და როცა გაგიმართლა, დღესავით. დღის მერე რა მოვა? ღამე მოდის და ღამის შემდეგ მოდის დღე. ცხოვრება ასეთია, იცვლება. როცა ცუდი იღბალი შეგეხება, არავის დააბრალო, არავისზე არ გაბრაზდე, მოთმინებით დაელოდე იღბალს, მზის ამოსვლას.

თუ ცხოვრებაში პრობლემები გაქვს და ვერ უძლებ და თავს მოიკლავ, არაფრის მოგვარებას არ აპირებ და მითუმეტეს საქმეს ართულებ. თქვენ არაფერს წყვეტთ და ყველაფერი რთულია ოჯახისთვის, მეგობრებისთვის და გარშემომყოფებისთვის. არა მხოლოდ ეს ღმერთების კანონის თანახმად, შემდგომ ცხოვრებაში ბევრი ტანჯვა გელით, თქვენ დაისჯებით იმით, რომ აიძულოთ თავი მოიკლათ ისე, როგორც ამას აკეთებდით ამ ცხოვრებაში, ყოველ 7 დღეში მრავალი წლის განმავლობაში. ტკივილი, რომელსაც გრძნობთ, როცა სული ტოვებს სხეულს, ძალიან ძლიერია და სიტყვებით ვერ აიხსნება. ასეთი ტკივილი, როცა სული სხეულიდან გასვლას აპირებს... ვერ წარმოიდგენ იმ ტკივილს. ფიქრე ამაზე. თქვენ აუარესებთ სიტუაციას აქ შემდგომ ცხოვრებაში.

არავითარ პრობლემაზე არ ინერვიულოთ, მას მალე მოაგვარებთ და თქვენი წარმატების დროც მოვა.

თითოეული პასუხისმგებელია თავის ქმედებებზე, თუ პრობლემები გაქვთ, ეცადეთ მოაგვაროთ ისინი და არ მოიკლათ თავი. ეს არ არის სწორი, შენ უნდა იყო პასუხისმგებელი შენს ქმედებებზე და მხოლოდ შენ შეგიძლია გამოასწორო შენი საქმე, რადგან ყველა პასუხისმგებელია თავის ქმედებებზე. როცა იღბალი გაქვს, ნუ გაიხარებ, რადგან შენი იღბალი სამუდამოდ არ გაგრძელდება.

ცხოვრება ტრიალებს და ყველას თავისი რიგი აქვს. თუ გინდა, რომ იღბალმა მთელი სიცოცხლე გაძლოს, სამი რამ უნდა გააკეთო: პირველი, დარჩენილი ფულით დაეხმარო ადამიანებს.

მეორე, ის ადამიანებს სიკეთის კეთებას ურჩევს და მესამე, სხვებს ეხმარება. სანაცვლოდ არაფრის მიღებას ნუ ელოდები, შენ უნდა დაეხმარო სანაცვლოდ არაფრის მოლოდინის გარეშე, მთელი გულით და ინკოგნიტოდ ისე, რომ ვინმემ არ იცოდეს, რომ ეხმარები. ასე რომ, თქვენი სინდისი მუდამ ბედნიერი იქნება და დადებითი ენერჯია დაგიგროვდებათ.

ნებისმიერ ოცნებას აქვს საფუძველი. თუ მე არ ვარ, არ არსებობს ოცნება. მხოლოდ ცოცხალი ოცნება. საიდან მოდის ოცნებები? ისინი თქვენი

შეუსრულებელი სურვილებიდან მოდის. ნუხილი, გაბრაზება, თქვენი უბედურება თუ ბედნიერება... ყველა სახის დადებითი თუ უარყოფითი სურვილი იწვევს თქვენს ოცნებებს. რაც უფრო კაპრიზული და ეგოისტი ხართ, მით მეტი სიზმრები და კოშმარები გექნებათ. რაც უფრო მეტად გიყვართ თქვენი სხეული, მით მეტი კოშმარები გექნებათ. მით უფრო მესიზმრება კოშმარები. სხეული რამდენიმე წლისაა. როცა დავიბადებით, 1 ცენტიც არ მოგვაქვს არაფერი და როცა მოვკვდებით, არაფერს ვიღებთ. ყველაფერი რაც თქვენ ფლობთ არის სუფთა ფანტაზია.

ღირს თუ არა ამდენი ბრძოლა ამქვეყნიური ნივთებისთვის? ფიქრე ამაზე.

იდი მადლობა.



უკან ინდექსი



26. წარსული, აწმყო, მომავალი.

იცხოვრო ჯამრთელობით და დიდხანს, კარგი მომავლით, კარგი სიყვარულით, კარგი ოჯახით და იცხოვრო ვარდების გზაზე, როგორც ღმერთი ბრძანებს. ძირითადად 3 რამ უნდა გაიგო: 1. წარსული. ყველა ადამიანს აქვს რაღაც სამწუხარო მომენტი თავის წარსულში, რაღაც არასასურველი მომენტი, რაღაც ცუდი მომენტი, ის მომენტი, როდესაც ადამიანები გტკივათ, ან გტკივათ საზოგადოება, ოჯახი ან მეგობრები. ეს უნდა დაივიწყო. თუ შენს აზროვნებაში წყენა გაქვს, ეს თითქოს შენს სახლში ყველანაირი ნაგავი ჩაყარო. შენ შიგნით ცხოვრობ და როცა ნაგავი ღვება, ნაგავთან ერთად ღვობ. ამ ხალხს არ ესმის. რა თქმა უნდა, ხალხი გტკივა. როცა ხალხი გტკივა, უფლება გაქვს შურისძიების, სიძულვილის. რათქმაუნდა კი. მაგრამ სანამ ზიზღი და შურისძიება გაქვს, ჯერ შენს თავს ავნებ და არა მტერს, არა. შენ თავს ავნებ. იმის გამო, რომ როდესაც თქვენ გაქვთ ამ ტიპის ნეგატიური აზროვნება, ტვინი ბლოკავს ნერვებს, რომლებიც აკავშირებენ ხერხემალს სხეულის დანარჩენ ნაწილთან კისრის მხრიდან. თუ თქვენ ყოველთვის, განუწყვეტლივ, 24 საათის განმავლობაში, მთელი წლის განმავლობაში, გაქვთ ეს ნეგატიური ფიქრი და მთელი მართალი გაქვთ წყენა, რა თქმა უნდა, ეს გავლენას მოახდენს თქვენს მთელ სხეულზე... ექიმების მიერ დამტკიცებულია, რომ ეს ასე არ არის. ჩვენთვის კარგი. და რადგან ეს არ გვიწყობს, სხვა გზა არ არის, გარდა იმისა, რომ პატიება. ჩვენ უნდა ვაპატიოთ სხვებს, თითქოს საკუთარ თავს ვაპატიოთ. რატომ უნდა ვაპატიოთ, თუ ასე ძალიან გვანწყენდა? ჩვენივე სიკეთისთვის. არა იმის გულისთვის, ვინც გტკივა. თუ ვინმეს უნდა დასჯა, გარწმუნებთ, სამყაროს კანონი ამბობს; თითოეულს აქვს თავისი სინდისი და თითოეულს სჯის საკუთარ თავს. ღმერთიც სჯის, არ გჭირდება წყენა, არ გჭირდება სამართლიანობის აღება საკუთარი ძალით. სინდისი დასჯის, არ უნდა შეაწუხო.

ამიტომ, უნდა აპატიო ეს წარსული, რომ გქონდეს კარგი აწმყო და უკეთესი მომავალი. თუ სიძულვილით, შურისძიებით და ნეგატიური აზროვნებით ხართ სავსე, არ აპირებთ კარგად ცხოვრებას. გაგიჟდები. ბევრმა ადამიანმა განიცადა ეს და ტრავმირებულია, რადგან არასოდეს ივიწყებს. როგორც ბუდამ თქვა: ყველაფერი შემთხვევით არ არის. არსებობს ორი მიზეზი, რომელიც ხსნის იმას, თუ რატომ განწყენინეს ადამიანები: პირველი ის არის, რომ თუ ჩვენ ვატკინებთ ამ ადამიანს ჩვენს წარსულ ცხოვრებაში, ლოგიკურად მას აქვს შურისძიების უფლება.

თუ ვინმემ დაგვიშავა, თითქოს ჩვენ გადავუხადეთ ვალი იმ ადამიანს და აღარაფერი გვმართებს. თითქოს ბანკიდან სესხი გთხოვაო. კრედიტის მიღების შემდეგ, თქვენ უნდა გადაიხადოთ. რა წამალია. ეს არის პირველი შესაძლებლობა.

მეორე, თუ არაფრის ვალი არ გაქვს და დაგიშავენ, არ ინერვიულო.

თქვენ მიიღებთ ძირს, პლუს ინტერესს ამ ან მომავალ ცხოვრებაში.

გარანტიას გაძლევთ, რომ დაგირიცხავთ და დაგირიცხავთ მაღალი პროცენტით. რომ გარანტიას ვაძლევ.

უ იდარდებ ამაზე. ის ადამიანი შეიძლება დღეს გაიქცეს, ხვალ კი არ გაქცევა.

ეს არის სამყაროს კანონი, ეს არის ცნობიერების კანონი.

მოგწონთ თუ არა, გინდ დაიჯერეთ, გინდ არა, ყველა ექვემდებარება ამ კანონს.

ისევე როგორც ტერორისტებს, რომლებსაც არ სჯერათ კანონის, როცა ახორციელებენ ტერორისტულ აქტს.

იმ ტერორისტს, სჯერა თუ არა კანონის, მაინც მიუსაჯეს და ციხეში მიდის.

ცხოვრება იგივეა. ბევრი ამბობს: "მე არ მჯერა ღმერთის, მე არ მჯერა არაფრის" მაგრამ ვინც ასრულებს უარყოფით მოქმედებას, სამყაროს კანონს, სინდისის კანონს დასჯის მას.

გამონაკლისი არ არის. ასეა.

ამიტომ ადამიანები, რომლებიც ვერასოდეს ივინყებენ თავიანთ ცუდ წარსულს, ცხოვრობენ ცუდ ჯანმრთელობაში და მხოლოდ რამდენიმე წელი ცხოვრობენ. ერთადერთი, რამაც შეიძლება დაგვაზარალოს ეს არის საკუთარი თავი და არა ვინმე. ჩვენ საკუთარ თავს ვნებს. ამიტომ, თუ გინდა კარგად იცხოვრო, უნდა დაივიწყო წარსული.

თქვენ უნდა დაივიწყოთ წარსული.

თუ ამის გაგება შეგიძლია, დაივიწყე წარსული, შეგიძლია იცხოვრო ანმყო ძალიან კარგად და ძალიან მშვიდად. თქვენს ანმყოში არ დაგჭირდებათ უკან მიხედვა, როცა ქუჩაში გადიხართ, რომ ნახოთ ვინმე მოდის თუ არა თქვენთვის. შეგიძლიათ ძალიან მშვიდად იაროთ, ეს ძალიან მნიშვნელოვანია. ადამიანები, რომლებიც განიცდიან, ყოველთვის უკან იხევენ. ისევე როგორც განგსტერები. მათ ყოველთვის ჰყავთ მცველები, რომლებიც თავს იცავენ წინ და უკან.

იმიტომ რომ? რადგან იციან, რომ არასწორად სჩადიან და ნებისმიერ დროს, ნებისმიერ დღეს შეიძლება ვინმე მოვიდეს მისთვის. ეს არ არის ცხოვრება. ყოველთვის ყველგან იყურება.

მათი სახლები დაცულია ყველანაირი დაცვით, რატომ? რადგან იციან, რომ ადამიანებს ავნებს. ეს ხალხი კარგად ვერ იცხოვრებს. სინდისი ყოველთვის სჯის.

ამიტომ იმისთვის, რომ კარგად იცხოვრო, ჯერ შენი წარსული უნდა დაივიწყო.

სხვა რამ: თუ წინა ცხოვრებაში ვინმეს ვაწყენდით და მსხვერპლის ნაცვლად აგრესორები ვიყავით და ზიანი მივაყენეთ, ამ შემთხვევაში

რაც უნდა გავაკეთოთ არის პატიება ვთხოვოთ, პატიება ვითხოვოთ, ვისაც ვატკინეთ და ვიფიქროთ ამ ზიანის ანაზღაურების გზაზე. შეეცადეთ ისევ და ისევ ითხოვოთ პატიება და აჩვენოთ თქვენი სინანული ნებისმიერი გზით. შენ უნდა ითხოვო პატიება. როდესაც სინდისი ნამდვილად გრძნობს სირცხვილს იმის გამო, რაც გააკეთე, შეგიძლია იცხოვრო მშვიდად და იცხოვრო კარგი ჯანმრთელობა და კარგი მომავალი.

ჩვენნაირმა ადამიანებმა, რომლებიც გტკივა ეგოიზმის ან სხვა მიზეზის გამო, უნდა ითხოვონ პატიება. არ არის საკმარისი ეკლესიაში სიარული და ღმერთს შენდობა სთხოვო. იმიტომ, რომ თუ გარეთ გასვლისას ისევ გტკივა, ეს ნიშნავს, რომ შენ ნამდვილად არ გენანება ბოროტება, რაც ჩაიდინე.

სინანული უნდა იყოს შენს გულში. როგორც კი ვალიარებთ ჩვენს შეცდომებს და ვითხოვთ პატიებას და აღარ ჩავიდნით ამ სახის ნეგატიურ და ეგოისტურ ქმედებებს, მაშინ ნამდვილად ვნუხვართ.

თუ დღეს პატიებას ითხოვ და ხვალ ისევ იმ ცუდ საქციელს ჩაიდენ, ღმერთების კანონს დასცინი. თუ მართლა ნუხხართ, ნეგატიურ ქმედებებს აღარ ჩაიდენთ. ეს არის ნამდვილი მონანიება.

იმისათვის, რომ კარგად იცხოვროთ ანმყოში და იყოთ ძალიან მოდუნებული, უნდა დაივიწყოთ წარსული.

ყოველი წამი, რომელიც გადის ამ ანმყოში, ხდება წარსული. ამიტომაც არ შეიძლება ანმყოზე ფიქრიც, რომ აღარაფერი ვთქვათ წარსულზე.

მომავალი გაურკვეველია. რა გველის, კარგია თუ ცუდი, ჩვენ არ ვიცით, ამიტომ არ არის საჭირო მომავალზე ფიქრი. თუ ეს უნდა წავიდეს არასწორად, ინერვიულოთ ან არ ინერვიულოთ, ეს იგივე გზით წავა.

თუ უნდა მოვიდეს, კარგი, ნუ გაიხარებ, ნუ გაიხარებ. ლოდინი, ლოდინი... არ ინერვიულო, თუ უნდა მოვიდეს, მოვა.

ამიტომ, რადგან არ ვიცით, რა გველოდება მომავალში, არ ინერვიულოთ, რაც უნდა მოხდეს, მოვა. ნებისმიერ ღამეს, როცა დავიძინებთ, არ ვიცით, როდის მოვკვდებით.

თითოეულ ადამიანს აქვს თავისი ბოლო ღამე. სასაფლაოზე მარტო მოხუცები კი არა, ახალგაზრდებიც არიან. არ იფიქროთ "მე ვაპირებ მრავალი წლის ცხოვრებას" არავინ იცის. ამიტომ მინდა, რომ ცხოვრების ყოველი წუთი ისარგებლო სხვებისთვის სიკეთის გასაკეთებლად. ეს მოქმედებები ჩაწერილია შენს სინდისში და როცა კვდები, ერთადერთი, რასაც ჩვენ მივყავართ შემდგომ ცხოვრებაში, არის მოქმედებები, კარგი იქნება თუ ცუდი, სხეული იშლება და ხდება გვამი.

თუ ადამიანი სავსეა უარყოფითი აქტებით, ლოგიკურად ის ჯოჯოხეთში მიდის. თუ ადამიანი სავსეა პოზიტიური აქტებით, ამ ადამიანს აქვს სხვა მიღმა, სხვა დანიშნულება ამ მზის სისტემის მიღმა.

მზის სისტემის მიღმა 28 დონეა.

ჩვენ შეგვიძლია განვაახლოთ ჩვენი მოქმედებებისა და აზრების მიხედვით.

ბუდამ თქვა:

„თუ გსურთ გახვიდეთ რეინკარნაციის, დაბადებისა და სიკვდილის ამ წრიდან, დაივიწყეთ წარსული, აწმყო და მომავალი“.

სხეული არის ის, რასაც ვიყენებთ სწავლისთვის. ბევრი ადამიანი ცდება, როცა ფიქრობს, რომ სხეული მე ვარ.

სხეული მე არ ვარ. თუ ამის გაგება შეგიძლია, შეგიძლია კარგად იყო ოჯახთან, პარტნიორთან, მეგობრებთან, საზოგადოებასთან და მთელ მსოფლიოში. ამის მისაღწევად, თქვენ უნდა დაივიწყოთ წარსულის, აწმყოსა და მომავლის ყველა აზრი.

წარსულიდან დაიმახსოვრე მხოლოდ დადებითი მომენტები, რომ გქონდეს პოზიტიური აწმყო. აწმყოში ყოველთვის გქონდეთ პოზიტიური აზროვნება და შეასრულეთ პოზიტიური მოქმედებები და შემდეგ გექნებათ პოზიტიური მომავალი. ინტერნეტში უამრავი ადამიანია, ვინც ამბობს: კარგი მომავალი რომ გქონდეს, უბრალოდ პოზიტიურად უნდა იფიქრო.

ეს არ არის სწორი. პოზიტიურად ფიქრი მხოლოდ პროექტია. მთავარია ეს პროექტი განხორციელდეს. როდესაც თქვენ აკეთებთ პროექტს, თქვენ უნდა განახორციელოთ იგი. თუ უბრალოდ ფიქრობ და არ იმოქმედებ, ვერსად მიდიხარ.

ამიტომ, რაც თქვენ უნდა იცოდეთ არის:

1 იფიქრე დადებით მოქმედებებზე.

2 განახორციელეთ ეს პროექტი პოზიტიური ქმედებებით ადამიანების დასახმარებლად.

ას ფიქრობ. ის მხოლოდ პროექტის, ოცნების ფარგლებში რჩება და არავის სარგებელს არ მოუტანს.

ინტერნეტში მინახავს გვერდები ბევრი ვიზიტით, სადაც მხოლოდ დადებით აზროვნებაზე საუბარი, მაგრამ მართო ფიქრი საკმარისი არ არის, არსად მიდიხარ. სიზმარში ყოფნას ჰგავს.

კარგად დაიმახსოვრეთ, მთავარია პოზიტიური ქმედებები, რაც სრულდება. თუ ეს არ გაკეთებულა, მაშინ დადებითი უდრის 0-ს.

ამ მიზეზით, მინდა, რომ ყველა ჩემმა მეგობარმა მსოფლიოში, ინტერნეტში, მომისმინოს.

იდი მადლობა.



უკან ინდექსი



27. გქონდეს ჯანმრთელობა, სიმდიდრე და სიყვარული.

თუ გსურთ გქონდეთ ჯანმრთელობა, სიმდიდრე და სიყვარული, რაც უნდა გააკეთოთ არის მანტრას წარმოთქმა: Amitufo, Amitufo, Amitufo... . თქვენ უნდა შეავსოთ ამ მანტრას ფიქრი, ყოველ წამს, მუდამ AMITUFO-ზე ფიქრით. თუ გაბრაზდებით, იფიქრეთ Amitufo-ზე, რათა შეძლოთ ამ უარყოფითი აზრის მოშორება. თუ მოწყენილი ხართ, ასევე ნაიკითხეთ მანტრა. როდესაც შურისძიების უარყოფითი აზრი გაქვთ, იფიქრეთ ამიტუოფოზე.

რაც მეტს ფიქრობთ, მით მეტი პრობლემა გექნებათ.

ამიტომ, თუ გსურთ კარგი ჯანმრთელობა, ნაიკითხეთ Amitufo ყოველთვის, სადაც არ უნდა იყოთ; მუშაობა, სიარული... რაც ყველაფერს პოზიტიურ ენერჯიას მოაქვს. ძალიან ბედნიერი იქნებით, პარტნიორთან ერთად დიდხანს გექნებათ ცხოვრება. ნებისმიერი აზრი ეგოიზმზე, ფიქრობს ამიტუოფო. თუ ეჭვიანობ, ფიქრობს ამიტუოფო, ეს ერთადერთია, რაც დაგეხმარებათ. სხვა გზა არაა.

უბრალოდ იფიქრე Amitufo. თუ გსურთ რაიმე კრიზისიდან გამოსვლა, იფიქრეთ მხოლოდ Amitufo-ზე.

იმისათვის, რომ დაისვენოთ, იფიქრეთ Amitufo-ზე და შემდეგ, როცა მოდუნებული იქნებით, მოიფიქრეთ გამოსავალი თქვენი მომავლისთვის. თუ საქმიანი პრობლემები გაქვთ ან მნიშვნელოვანი გადაწყვეტილების მიღება გინევთ, ჯერ უნდა დაისვენოთ, რადგან ნერვებით კარგად ვერ ფიქრობთ. დასასვენებლად თქვენ უნდა ნაიკითხოთ Amitufo მანტრა. ეს არის ტექნიკა, რომელსაც მე ვიყენებ. ცხოვრების ნებისმიერ პრობლემას ვაკეთებ იოგას და ვკითხულობ მანტრას დასასვენებლად და შემდეგ როცა მოდუნებული ხარ, ვფიქრობ იმ პრობლემაზე, რომელიც მანუხებს და თავად ვპოულობ სრულყოფილ გამოსავალს პრობლემის გადასაჭრელად.

ამიტომ, მერწმუნეთ, ნებისმიერი საქმიანი, ჯანმრთელობისა თუ სასიყვარულო გადაწყვეტილება, უპირველეს ყოვლისა, თქვენ უნდა დაისვენოთ, დასვენებისთვის უნდა იფიქროთ მანტრებზე. ვისაც აქვს ფსიქოლოგიური პრობლემები, ან ხდება აგრესიული, ან გიჟდება... ეს იმიტომ, რომ ეს ადამიანი ძალიან ბევრს ფიქრობს. ამ ტიპის დაავადების განსაკურნებლად, თქვენ მხოლოდ უნდა იფიქროთ ამ მანტრაზე და ნაიკითხოთ იგი: ამიტუოფო, ამიტუოფო, ამიტუოფო... . უბრალოდ იფიქრე ამ მანტრაზე და ნელ-ნელა დამშვიდდები. ამ მანტრაზე 24 საათის განმავლობაში უნდა კონცენტრირდეთ. ამ მანტრაზე მეტი არ უნდა იფიქრო. რადგან ეს მანტრა ამიტუოფო, ამიტუოფო... ჰგავს მამაო ჩვენოს ნაკითხვას, ეს ბუდას სახელია.

ეს ბუდა მოდის ყველას დასახმარებლად, ვინც მის სახელს წარმოთქვამს. მაგრამ თქვენ უნდა ნაიკითხოთ სუფთა გულით, სიყვარულით და თანხმობით

მაქსიმალური კონცენტრაცია. ვინც დახმარებას ითხოვს, მიიღებს მას.
ეს არის დაპირება ამ ამიტუოფო ღმერთისგან. ეს არ არის ხუმრობა.

ისტორიაში ყველა, ვინც ამ ბუდას დახმარებას სთხოვდა, დაეხმარა მას.

გარანტიას გაძლევთ, რომ წახვალ სამოთხეში, იესოსთან ან ბუდასთან ერთად ვისთანაც გინდა. მაგრამ თქვენ უნდა თქვათ მთელი თქვენი გულის სიყვარულით და სხვა აზრის გარეშე, ერთადერთი აზრი უნდა იყოს ეს მანტრა.

ამან შეიძლება გააუმჯობესოს თქვენი ცხოვრების ხარისხი, გონება და კარგად იცხოვროთ.

ამიტომ გქონდეთ კარგი ცხოვრება და თავი ბედნიერად და სიყვარულით სავსე გულით იგრძნოთ. თქვენ უნდა იფიქროთ, რომ ყველაფერი, რასაც ხედავთ, კარგი ხალხია. ვერ გაგისხვავებთ თქვენ, მე, მას. ამიტომაც ეს მანტრა დაგეხმარება, სხვა ვერაფერი დაგეხმარება. კარგად დაიმახსოვრე. ეს მანტრა არის ხსნის მანტრა. გამოცადე. ნებისმიერი ტიპის დაავადება, ნებისმიერი სახის პრობლემა, თუ შეგიძლიათ ამ მანტრას 24 საათის განმავლობაში კონცენტრირებული წარმოთქმა, აუცილებლად გაუმჯობესდება თქვენი ცხოვრება და ჯანმრთელობა, რადგან ეს ააქტიურებს თქვენს პირად დაცვას.

პოზიტიური აზროვნება არის ის, რაც გეხმარებათ ჯანმრთელობაში. ჯანმრთელობა მედიცინაზე არ არის დამოკიდებული. ის მხოლოდ ერთი წამით გხსნის, მაგრამ შემდეგ ნეგატიური აზროვნებით დაავადება ისევ გამოდის ან უფრო და უფრო სერიოზულდება. ამიტომ ერთადერთი რაც დაგეხმარება ეს მანტრაა, ენდე ამ მანტრას, არაფერი ღირს, უფასოა. თქვენ უბრალოდ უნდა იყოთ კონცენტრირებული და ეს გადაჭრის თქვენს ცხოვრებას. გასაოცარია. ეს უნდა გააცნობიეროს.

საუკეთესო რჩევა, რაც შემიძლია მოგცეთ, არის ამ მანტრას წაკითხვა, ეს ერთადერთია, რაც დაგეხმარებათ. მანტრას წაკითხვამდე დარწმუნებული უნდა იყოთ. ეს მანტრა იკითხება ათასობით წლის წინ, ეს არ არის ახლა.

უკვე დიდი ხანია, მილიარდობით წელია, რაც ეს მანტრა არსებობს. და ყველა, ვინც მას კითხულობს, მიაღწია ბედნიერებას და დიდხანს სიცოცხლეს ჯანმრთელობასთან ერთად. და სიკვდილის შემდეგ თქვენც იპოვით ბედნიერებას. თუ სამოთხის გჯერა, სამოთხეში მიდიხარ, თუ არაფრის არ გჯერა, მაშინ ხელახლა იბადები. ეს ყველაფერი ჩვენს აზროვნებაზეა დამოკიდებული. როცა ვკვდებით, ერთადერთი, რასაც თან ვიღებთ, არის ჩვენი აზრები, ჩვენი ცნობიერება, დანარჩენი ყველაფერი რჩება, ჩვენი სხეული ღპება. ყველაფერი კვდება ჩვენი ქმედებების, ჩვენი აზრების, ჩვენი ცნობიერების გარდა.

სამოთხეში წასასვლელად, თქვენ უბრალოდ უნდა წაკითხოთ მანტრა: ამიტუოფო,
ამიტუოფო... და სხვა არაფერი.

იდი მადლობა.



უკან ინდექსი



28. მანტრა. როგორ ვივარჯიშოთ, რომ გქონდეთ ჯანმრთელობა, იცხოვრე დიდხანს და იყავი მომავალი ბუდა.

მანტრას სასწაულები

მანტრის წაკითხვა დაგეხმარებათ. არსებობს მრავალი ჩვენება, რომელიც განიკურნა მანტრას წაკითხვით. როგორც ბუდა ამბობს, თუ მანტრას კითხულობ 24 საათის განმავლობაში, გარანტიას გაძლევთ, რომ განიკურნებით. ბუდა არასოდეს იტყუება, ის ყოველთვის სიმართლეს ამბობს. ნებისმიერს, ვინც მანტრას, ბუდას ან იესო ქრისტეს კითხულობს, როგორც ყველაზე მეტად მოგწონთ და თუ თქვენ მხოლოდ მანტრაზე ფიქრობთ, როგორც ერთ აზრზე, აუცილებლად შეგიძლიათ განკურნოთ ყველა სახის ფსიქიკური თუ ფიზიკური დაავადება. მანტრა ნყვეტს ყველა სახის პრობლემას. ყველაფერი შენზეა დამოკიდებული, მანტრაში ერთადერთი ფიქრით და სხვა აზრის გარეშე. ეს ერთი აზრი ნამდვილად დაგეხმარებათ ნებისმიერი ფსიქიკური თუ ფიზიკური პრობლემის გადალახვაში.

მანტრა ძალიან, ძალიან, ძალიან მნიშვნელოვანია.

თუ თქვენ შეგიძლიათ 24 საათის განმავლობაში იფიქროთ მანტრაზე და მანტრამ მთელი თქვენი ფიქრი ნებისმიერ დროს დაიკავოს; სამსახურში, ოცნებობ, ყველგან, სადაც ხარ, გარანტიას გაძლევთ, რომ ბუდას სახელი ყველანაირ დაავადებას გიხსნის. იდი მადლობა.

მანტრას სასწაულები

მანტრა იმეორებს ღმერთის სახელს თქვენი რელიგიის მიხედვით; თუ კათოლიკე ხარ და გინდა თქვა მამაო ჩვენო ან იესო ქრისტე ან წმიდა მარიამ, გაიმეორე ეს სახელი, თუ მუსლიმი ხარ გაიმეორე ალაჰი ან მუჰამედი, თუ ბუდისტი ამიტუოფო... ღმერთების ყველა ეს სახელი დაგეხმარებათ. ბევრი თქვენს ცხოვრებაში

როგორ გეხმარებათ ეს მანტრები? კარგად, თქვენ იცით, რომ ნებისმიერმა აზრმა შეიძლება გავლენა მოახდინოს თქვენს განწყობაზე და გავლენა მოახდინოს თქვენს ჯანმრთელობაზე. როდესაც რაიმე უარყოფითი აზრი ჩნდება, სწრაფად წაიკითხეთ მანტრა გამეორების შეწყვეტის გარეშე, რათა ამ მანტრას აზრმა დაიკავოს მთელი თქვენი გონება და სხვა აზრები არ მოერგოს. თუ თქვენი გონება ღმერთის ამ სახელით არის დაკავებული, ვერანაირი აზრი ვერ შეაღწევს თქვენს ტვინში, ამიტომ ყველა სხვა აზრი უნდა დაელოდოთ თქვენს თავში შესვლას, სანამ ის გაქრება. როდესაც ის გაქრება, შეგიძლიათ შეწყვიტოთ ამ მანტრის გამეორება. როცა მოწყენილი ხარ, არ შეწყვიტო მანტრის გამეორება და ეს სევდა გაქრება.

თუ თქვენ გაქვთ შფოთვის შეტევა, უბრალოდ იფიქრეთ ღმერთის რომელიმე სახელზე და ნელ-ნელა ეს შფოთვა გაქრება. იმეორებს

ეს მანტრები ისევ და ისევ, ყველა თქვენი უარყოფითი აზრი გაქრება.

ნებისმიერი სახის ნეგატიური აზრი, როგორცაა ვინმესთვის ზიანის მიყენების სურვილი ან შურისძიების სურვილი, ქრება. თუ შურისძიება გინდა, მაშინ კანონთან პრობლემები შეგექმნება, ციხეში ჩაგსვამენ და ყველანაირი პრობლემა გექნება. სისუსტისა და კრიზისის ამ მომენტების გადასატანად, როდესაც ეს აზრები წარმოიქმნება, სწრაფად ნაიკითხეთ მანტრა ერთ-ერთი ღმერთისგან, რომელიც გსურთ და არ შეწყვიტოთ მისი გამეორება, სანამ ისინი არ წავლენ. რადგან თუ არა, თუ რაიმე ნეგატიურ ქმედებას განახორციელებ, შეიძლება ციხეში ჩაგიყვანონ და ოჯახი, მეგობრები, ყველაფერი დაირღვეს. არის ბევრი ადამიანი, ვინც საკუთარ თავს ელაპარაკება და პასუხს აგებს, ისინი ფსიქიატრიულ საავადმყოფოში რჩებიან სიცოცხლის ბოლომდე. ეს ყველაფერი საკუთარი თავი რაც უფრო ძლიერია ეს მე, მით უფრო მეტად იტანჯება. რაც უფრო მეტად დაიცავთ ამ საკუთარ თავს, მით მეტი პრობლემა გექნებათ. თუ დიდი მე გაქვს, დიდი პრობლემები გექნება, თუ პატარა მე გაქვს, პატარა პრობლემები გექნება და თუ მე არ გყავს, პრობლემები არ გექნება. რაც მეტი მე, სურვილები უფრო ძლიერია და როცა ძლიერი სურვილები გაქვს და ვერ ასრულებ, ბევრს იტანჯები. ყველა უნდა იყოს ბედნიერი იმით, რაც ახლა აქვს. ყველას უნდა სიმდიდრე, მაგრამ იფიქრეთ, რომ არიან ადამიანები, რომლებიც შენზე ბევრად უარეს მდგომარეობაში არიან, ბევრად მეტი ადამიანი! არიან ღარიბები, რომლებიც ძალიან ბედნიერად ცხოვრობენ და არიან მილიონერები, რომლებიც არ არიან ბედნიერები, რატომ, რადგან ღარიბებმა იციან, რომ რაც აქვთ არის ის, რაც აქვთ და მეტს არ ითხოვენ, რადგანაც რომც ითხოვონ, იციან, რომ რაც აქვთ. აქვთ რაც აქვთ.

თუ კმაყოფილი ხარ იმით, რაც გაქვს, იცხოვრებ ბედნიერად და ჯანმრთელად. თუ არ ხარ კმაყოფილი იმით, რაც გაქვს, იტანჯები. რაც უფრო მეტად უკმაყოფილო იქნებით, მით უფრო მეტად იტანჯებით. რაც მეტი სურვილი გაქვთ, მით უფრო მეტად იტანჯებით. თუ ერთი სურვილი გაქვს, ერთისთვის იტანჯები და თუ 100 გაქვს, 100-ს დაიტანჯები და თუ 1 000 000 სურვილი გაქვს, 1 000 000 დაიტანჯები. ასე რომ თქვენ იცით, რაც მეტი სურვილი, მით უფრო მეტად იტანჯებით. იტანჯები თუ არა, ცხოვრებაში კარგიც გექნება და ცუდიც, ასეა. და თქვენ არ გჭირდებათ საკუთარი თავის გათბობა. როდესაც პრობლემა გაქვთ, ნაიკითხეთ მანტრა; არ შეწყვიტო ღმერთის სახელის გამეორება, რომ გონება მხოლოდ ამ ფიქრით გაივსოს, ასე რომ უარყოფითი აზრი გაქრება შენი თავიდან. სხვა გამოსავალი არ არის. არ არსებობს. საკუთარი თავისგან თავის დასაცავად, მხოლოდ მანტრას ნაკითხვა შეგიძლია.

ეს ერთადერთია, რაც დაგეხმარებათ. როდესაც რაიმე ნეგატიური აზრი გადის თქვენს გონებაში, სიტყვებით ან მოქმედებებით, სანამ რამეს იტყვი ან იმოქმედებ, სწრაფად ნაიკითხეთ მანტრა, რომელიც ყველაზე მეტად მოგწონთ. ასე რომ ტკივილის სურვილი გაქრება თქვენი გონებიდან. თუ რაიმეს უთხარი ან დაუშავებ ხალხს, ეს არასწორი დაგიბრუნდება. არავინ აპატიებს. თუ სხვებს ისე ექცევი, თითქოს შენ ხარ, სხვაც ისევე მოგექცევა. თუ ადამიანზე ბოროტი ხარ, ეს ადამიანი ცუდად მოგექცევა. თუ კარგი ხარ და სხვებს სიყვარულით ეპყრობი, მეორეც იგივე მოპყრობას დაუბრუნდება. თუ გსურთ სარკეში პოზიტიური და ბედნიერი სახე დაინახოთ, დადებითი და ბედნიერი სახე უნდა ასახოთ. სარკე ყოველთვის აბრუნებს მის წინ მოთავსებულ სურათს. ასე რომ, თუ გსურთ გქონდეთ ბედნიერი ცხოვრება, ყოველთვის ასახეთ პოზიტიური სურათი.

თუ მანტრას წაკითხავთ, თქვენ იქნებით მომავალი ბუდა

იოგაში, პირველ რიგში, მანტრას წაკითხვით უნდა დაიწყოთ.

თუ გსურთ გქონდეთ კარგი მომავალი, უნდა დაიწყოთ მანტრას წაკითხვით.
თუ გსურთ იყოთ მილიონერი, უნდა დაიწყოთ მანტრას წაკითხვით.

თუ გსურთ იყოთ უკვდავი, უნდა დაიწყოთ მანტრას წაკითხვით. თუ გსურთ იყოთ თავისუფალი სული, უნდა დაიწყოთ მანტრას წაკითხვით..

რა არის მანტრა? მანტრა ბუდიზმისთვის არის ბუდას სახელი: "Amitoufo, Amitoufo, Amitoufo ...". ეს არის ბუდისტური მანტრა. კათოლიკეებისთვის მანტრა შეიძლება განმეორდეს "ჩვენო ღმერთო ან მამაო ჩვენო, მამაო ჩვენო, მამაო ჩვენო...". როგორც გინდა.

ეს არის მანტრა. იმისათვის, რომ ამოიღოთ 12,000,000 მილიონი ფიქრი წამში, რომელიც გადის ჩვენს ტვინში, ჯერ უნდა გააკეთოთ განმეორება. ყველა ნეგატიური აზრის გასასუფთავებლად, ჯერ დაიწყეთ მანტრას წაკითხვით; მუშაობისას, ძილის დროს, სიარულის დროს, როცა აკეთებ საქმეებს, შენი აზრი ყოველთვის უნდა იყოს მანტრაში: მამაო ჩვენო, მამაო ჩვენო, მამაო ჩვენო... . ან თუ გირჩევნიათ ბუდას სახელი: შეგიძლიათ წაკითხოთ 4 შრიფტით „A-mi-tuo-fo A-mi-tuo-fo, Am-ituo-fo... ან 6 მარცვლით „Na-mo A-mi-tuo. -ფო „... რაც მოგწონს. თუ ყოველთვის შეგიძლია ამაზე ფიქრი.

და გარანტიას გაძლევთ, რომ ყველა ნერვები, ყველა სტრესი, ყველა სევდა... და ყველანაირი ნეგატიური აზრი ქრება. ამით მოიხსნება ყველა უარყოფითი აზრი, რომელიც გავლენას ახდენს თქვენს ჯანმრთელობაზე, უსაფრთხოებაზე, ბედნიერებაზე, სამუშაოზე. ყველა ცუდი, უარყოფითი, გარდაიქმნება პოზიტიურად მანტრას პრაქტიკით. იმიტომ, რომ როცა უარყოფითად ფიქრობ, მთავრდება ნეგატიურად. ეს არის ის, რასაც ბუდა ამბობს "ყველა აზრი რეალობად იქცევა"

როდესაც რაღაც დადებითია, თუ შენი აზრი უარყოფითია, ის ნეგატიური ხდება.

ეს რომ არ მოხდეს, ყოველთვის უნდა გქონდეთ პოზიტიური აზროვნება. და პოზიტიური აზროვნებისთვის ჯერ უნდა გააკეთოთ წმენდა. მანტრას საშუალებით თქვენ შეცვლით 12 მილიონ აზრს წამში, რომელიც გადის თქვენს გონებაში, მხოლოდ ერთში. წაკითხვით ბუდა ან იესო ქრისტე.

და ეს ეხმარება შენს ცხოვრებას და როცა მოკვდები, იქნები თავისუფალი ღმერთი და შეგიძლია იმოგზაურო მთელ სამყაროში და დაიბადო ნებისმიერ პლანეტაზე. ეს ძალიან მნიშვნელოვანია.

ამ მიზეზით, ყველას ვურჩევ, ივარჯიშოს მანტრა ფიქრებში 24 საათის განმავლობაში, წაკითხოს Amitoufo ან Namu Amitoufo ან მამაო ჩვენო, მამაო ჩვენო... თუ გსურთ, შეგიძლიათ წაკითხოთ იესო ქრისტე ან მარიამი. თქვენ უნდა გაიმეოროთ მანტრა თქვენს ფიქრებში 24 საათის განმავლობაში, სანამ არ იოცნებებთ მანტრაზე (ან ღმერთის სახელზე).

ასე რომ, თქვენს ცხოვრებაში ყველაფერი პოზიტიური იქნება და თქვენ შეძლებთ სამყაროს მიღმა მიაღწიოთ მხოლოდ ამ მანტრის წაკითხვით.

თუ ამას აკეთებ მთელი გულით, მთელი ენერჯით, უპირობოდ 24 საათის განმავლობაში, შეგიძლია იყო ღმერთი მომავალში, შეგიძლია მიაღწიო იმავე კატეგორიას და დონეს, როგორც იესო ქრისტე.

რას აკეთებს იესო ქრისტე? დაივიწყე პატარა მე და აქციე პატარა მე დიდ მე. რადგან პატარა მე არის სხეული. და ეს სხეული მხოლოდ რამდენიმე წელი ძლებს, მეტი არაფერი. ნებისმიერ დროს ჰაერი არ შედის სხეულში და ეს ცუდი ცხოვრება მთავრდება. არ აქვს მნიშვნელობა ღარიბი ხარ, მდიდარი, ძლიერი... ჩვენ ყველანი ვკვდებით მყისიერად. ამიტომ უნდა გესმოდეთ, რომ ეს პატარა მე სუფთა ფანტაზიაა. ეს სხვა არაფერია, თუ არა ფანტაზია. ეს არ არის რეალური. ერთადერთი რეალური არის ჩვენი სული, ჩვენი სინდისი, ეს არის ჭეშმარიტი მე.

ერთადერთი რეალური არის ჩვენი გონება, ჩვენი სინდისი, ეს არის ნამდვილი მე.

ის სამუდამოდ ჩვენთანაა, უძლებს უსასრულობაში. როდესაც ჩვენ ვტოვებთ ამ სხეულს, სული ეძებს სხვა სხეულს, რომელიც დაიბადება. სული ყოველთვის ერთი და იგივეა. სული არ კვდება.

ეს დამოკიდებულია შენს ქმედებებზე, თუ ისინი ნეგატიურია, სული ისჯება და მიდის ჯოჯოხეთში და თუ შენი ქმედებები დადებითია, სამოთხეში ადის. ეს დამოკიდებულია "მე"-ზე. ის, ვინც ახლა გელაპარაკება, ჩემი სხეულია, მაგრამ ამ სხეულში არის სული. მე ვიყენებ ჩემს სხეულს შენთან სასაუბროდ, მაგრამ სინამდვილეში ის, რაც შენ გელაპარაკება, ჩემი სულია. თუ სული არ გაქვს, შეგიძლია ისაუბრო. მაშასადამე, სხეული არის ის, რასაც ჩვენ ვიყენებთ, მაგრამ ეს არ არის „მე“. მანქანას ჰგავს, მანქანას ვხმარობთ, მაგრამ მანქანა ჩვენ არ ვართ, "მე" არ ვართ.

ნუ ეცდებით სხვა ადამიანების ზიანი მიაყენოთ თქვენს სასარგებლოდ. ერთ მომენტში შეიძლება სხვებს ავნო, მაგრამ შემდეგ ჩვენ ძვირად ვიხდით ამას. ჩვენ ყველამ ვიცით, რომ ჯოჯოხეთი არსებობს. ჰიპნოზის საშუალებით შეგიძლიათ იცოდეთ, რომ სამოთხე და ჯოჯოხეთი არსებობს, რომ რეინკარნაცია არსებობს. ყველაფერი დამტკიცებულია. თუ არ გჯერათ, ამის გადამოწმება შეგიძლიათ ნებისმიერ მასწავლებელთან ჰიპნოზის სესიით და ნახავთ, როგორ უბრუნდებით წარსულს. ამგვარად, საკუთარ თავს დარწმუნდებით, რომ როცა მოკვდებით, ყველაფერი არ დასრულებულა, მაგრამ რომ ხელახლა დაიბადებით, ახალ ისტორიას იწყებთ. კარგისთვის თუ ცუდისთვის.

თუ გსურთ გახვიდეთ დაბადებისა და სიკვდილის წრიდან (Die-born, Die-born, Die-born), დაიწყეთ მანტრას წაკითხვით, რათა გაასუფთავოთ თქვენი ნეგატიური აზროვნება. როდესაც თქვენ შეძლებთ გაიმეოროთ ეს მანტრა თქვენს ფიქრებში (არ არის საჭირო მისი ხმამაღლა გამეორება), დღეში 24 საათის განმავლობაში, თქვენ იქნებით ღმერთი. ამის წყალობით, ღმერთის სახელის გამეორებით, ერთ დღეს, როცა მოკვდებით, ღმერთი მოვა და დაგვეძებს, რომ წაგვიყვანს თავისთან, მაშინ გავთავისუფლებთ. როცა გინდა, შეგიძლია ისევ და ისევ ჩახვიდე ამ დედამიწაზე და ისევ და ისევ დაიბადო. თავისუფალი და უკვდავი იქნები. სიკვდილის მბრძანებელი ჩვენთან ვერაფერს გააკეთებს. ამიტომ, თუ გსურთ იყოთ თავისუფალი, ჯერ იფიქრეთ მანტრაზე: იესო ქრისტე, მამაო ჩვენო, ნამო ამიტუოფო, ნამო ამიტუოფო, რაც გირჩევნიათ. ღმერთების ტერიტორია ერთია, ყველა რელიგიისთვის ერთნაირია.

როდესაც მიაღწევთ თქვენი გზის ბოლოს, თქვენ მიხვალთ იმავე ადგილას, როგორც ყველა. სხვადასხვა ადგილები არ არის, ყველა გზა რომში მიდის

იგივე ადგილი. გვერათ ბუდას თუ იესო ქრისტეს, თქვენ მოდიხართ იმავე ადგილას. ყველა რელიგია ერთსა და იმავე ადგილას მიდის, ორი განსხვავებული ადგილი არ არის, მხოლოდ ერთია და ყველასთვის ერთნაირია. ამიტომ გეუბნებით, თუ ცუდი აზრები არ გვექნება, ჩვენი მომავალი იქნება ნათელი, ვარდების ლოგინივით. პოზიტიური აზროვნებით თქვენ შეგიძლიათ შეასრულოთ ყველა თქვენი სურვილი. მაგრამ იმისათვის, რომ შეასრულოთ თქვენი სურვილები, თქვენ უნდა დაიწყოთ მანტრის წაკითხვით, რათა გაასუფთავოთ უარყოფითი აზრები, შურისძიების, სიძულვილის ან წყენის აზრები.

როგორ გავწმინდოთ? წაკითხვით მანტრა და დაიკავეთ მთელი თქვენი აზრი ამ მანტრათ, რათა ნეგატიური აზრები არ შევიდეს თქვენს გონებაში. რადგან თუ თქვენი გონება დატვირთულია ნეგატიური ფიქრებით, ეს გავლენას მოახდენს თქვენს ჯანმრთელობაზე, შეიძლება გაგიჟდეთ, შეიძლება გქონდეთ ნერვები, გქონდეთ ყველანაირი შეტევები, შეიძლება გქონდეთ უარყოფითი მომავალი, ნეგატიური ურთიერთობა პარტნიორთან, ოჯახთან. . ამ მიზეზით, ბედნიერების მიღწევის ყველა გზა იწყება მანტრას პრაქტიკით და ამით ასუფთავებს თქვენს აზრებს. როდესაც თქვენ შეძლებთ დღეში 24 საათის განმავლობაში იფიქროთ მანტრაზე, იფიქრეთ, იფიქრეთ, იფიქროთ ამიტუოფობე ან მამაო ჩვენზე, თქვენ შეძლებთ თქვენი აზრების განწმენდას.

ეს არის პირდაპირი და ძალიან მარტივი გზა ბედნიერებისკენ, რომელსაც ჩვენ ყველა ვეძებთ. მხოლოდ ამ მანტრის პრაქტიკით შეგიძლიათ მიაღწიოთ ბედნიერ დასასრულს. სხვა გზა არაა.

უკვდავების სურვილი ჩვენშია.

არ არის აუცილებელი გარეთ გავიდეთ იმის საძებნელად, რაც შიგნით გვაქვს. ყოველი დიდი ოსტატი, რასაც ისინი ამბობენ, ჩვენშია. ე გეტყვი. გარეთ არ გაიხედო. არავის მისცეთ უფლება დაგარწმუნებთ, რომ მათ შეუძლიათ თქვენი გადარჩენა, რომ ისინი არიან მხსნელები. ეს მხოლოდ შენ შეგიძლია, შენ მაგივრად ვერავინ გააკეთებს.

როგორ ვივარჯიშოთ მანტრა, რომ გქონდეთ ჯანმრთელობა და მიაღწიოთ მას
სამოთხე

"არ ვიცი რა გავაკეთო, არ ვიცი რა გავაკეთო"

გუანინი გვასწავლის, თუ როგორ ახორციელებენ მანტრას სამოთხეში. სანამ გასწავლით მანტრას ვარჯიშს, დღეს ვაპირებ გასწავლოთ, თუ როგორ გვეუბნება ბოდჰისატვა გუანინი, რომ მანტრა უნდა ივარჯიშოთ.

შეგიძლიათ ივარჯიშოთ ჯგუფურად, ორ ადამიანში ან დამოუკიდებლად. ჯგუფში ან ორ ადამიანში მარტო ვარჯიშის შემთხვევაში, ერთი ნაწილი იწყება ორჯერ ნელა და მკაფიოდ წაკითხვით "ნა მო ა მი ტუო ფო, ნა მო ა მი ტუო ფო", ხოლო მეორე ჯგუფი უსმენს, როცა მთავრდება, ვინც იყო. მოსმენა წარმოთქვამს "ნა მო ა მი ტუო ფო, ნა მო ა მი ტუო ფო" და მომღერლები უსმენენ და ა.შ. თუ მარტო ვარჯიშობთ, 2-ჯერ და ორჯერ ხმამაღლა წარმოთქვით „ნა მო ა მი ტუო ფო“ ფიქრებით და ასე შემდეგ. 2-ჯერ ხმამაღლა და ორჯერ ფიქრით. რამდენჯერ უნდა ივარჯიშო ეს მანტრა?

ბოდჰისატვა გუანინის თანახმად, თქვენ უნდა ივარჯიშოთ დღეში 2 საათის განმავლობაში, გაყოფილი 4 სესიად ნახევარ საათიანი.

თუ არ ხართ მიჩვეული, შეგიძლიათ დაინწყით ორჯერ ნაკითხვით, დილით ნახევარი საათი და ღამით ნახევარი საათი. რაც მეტ დროს გაატარებ მით უკეთესი. თუ ვინმეს აქვს პრობლემები სტრესთან, ნერვებთან, ტკივილთან, თავის ტკივილთან ან რაიმე სახის დაავადებასთან დაკავშირებით, კონცენტრირება მოახდინეთ იმ ადგილას, სადაც გაქვთ პრობლემა ან დაავადება და ნაიკითხეთ მანტრა, რადგან მანტრის საშუალებით შეგიძლიათ განკურნოთ და ყველაზე მნიშვნელოვანი ის არის, რომ არ არ აქვს გვერდითი მოვლენები. ეს დამოკიდებულია თქვენს კონცენტრაციაზე. თქვენ არ შეგიძლიათ რაიმე სახის ფიქრი, არც კარგი და არც ცუდი, რომ შეძლოთ თქვენი ხმის კონცენტრირება იმ ადგილას, სადაც პრობლემები გაქვთ. ასევე მნიშვნელოვანია მედიტაცია. არ აქვს მნიშვნელობა რომელ პოზიციაზე აკეთებთ ამას, მთავარია თავი კომფორტულად იგრძნოთ. მაგალითად, თუ სანოლში ავად ხართ და ადგომას ვერ ახერხებთ, შეგიძლიათ ისარგებლოთ მანტრას ვარჯიშისთვის, ნელა და მშვიდად უნდა თქვათ „na mo a mi tuo fo“. რადგან ღმერთი ამბობს, რომ ვინც მას დახმარებას სთხოვს, ის მოდის დასახმარებლად. ამიტომ, თუ მის სახელს კონცენტრაციით წარმოთქვამთ, ის მოდის თქვენს დასახმარებლად. გამოცადე. ივარჯიშე და ნახავ.

მანტრა უნდა ნაიკითხოთ მედიტაციის დროს, ორივე ერთდროულად: na mo a mi tuo fo na mo a mi tuo fo... ხმამაღლა და შემდეგ ფიქრიდან. გონებიდან რაიმე სახის ნერვების ან ნეგატიური აზრების მოსაშორებლად, კონცენტრირება უნდა მოახდინოთ ამ მანტრას წარმოთქმაზე და დაინახავთ, როგორ გაივლის ნერვები, რამდენიმე წუთში ნერვები და სტრესი გაქრება. თუ ამ ნეგატიურ ემოციებს არ მოუსმენთ, ეს ემოციები გაქრება, რაც მეტ ყურადღებას მიაქცევთ, მით მეტი ნერვები და სტრესი გექნებათ. რაც უფრო ნაკლებ ყურადღებას აქცევთ ამ ემოციებს, მით უფრო სწრაფად გაქრება ისინი. სტრესი, ნერვები, ბრაზი, სევდის გრძნობა... ეს ყველაფერი პირდაპირ აისახება თქვენს ჯანმრთელობაზე. შეუძლია

მიმართეთ ნებისმიერ ექიმს, თუ თქვენ ვერ შეძლებთ თავიდან აიცილოთ ეს უარყოფითი აზრები ყოველდღე, ტკივილი გექნებათ ჯერ ერთ ადგილას, შემდეგ მეორეზე, მეორე დღეს სხეულის სხვა ნაწილში... და თუ ნახვალთ ყოველდღე ექიმთან მისვლა სხვადასხვა ტკივილისთვის, ბოლოს და ბოლოს ვერაფერს მოაგვარებ. თუ შენი თავი არ შეწყვეტს ფიქრს, ვერასდროს იქნები კარგად. თუ თქვენი გონება არ შეწყვეტს ნეგატიური აზრების გამომუშავებას, თქვენი სხეული არ იქნება ჯანმრთელი, რადგან არ შეწყვეტთ ნეგატიური შეგრძნებების გაგზავნას და თქვენი სხეული დაავადდება. თუ ჯანმრთელობა გინდა, გონებაში ნეგატიური აზრი უნდა აკონტროლო, ხოლო თუ ვერ ახერხებ, არ იქნები ჯანმრთელი და ძალიან ხშირად მოგიწევს ექიმთან მისვლა. თუ თავს ვერ იკურნებ, ღმერთი უნდა დაგეხმაროს, ამიტომ უნდა ნაიკითხო ეს მანტრა.

რადგან ვერ აკონტროლებ აზროვნებას, არ ხარ ჯანმრთელი და ღამით კოშმარები გესიზმრება და ვერ იძინებ, არ გსიამოვნებს ჭამა... და ბოლოს აბებზეა დამოკიდებული, რომ შეძლო დაძინება და დასვენება. მაგრამ აბები ნარკოტიკებია და ეს სასიკვდილოა თქვენი ორგანიზმისთვის, რადგან ყოველ ჯერზე დაგჭირდებათ მეტი დოზა და ეს თქვენს ჯანმრთელობაზე იმოქმედებს, რადგან ყველა აბს აქვს გვერდითი მოვლენები.

ჰკითხეთ ნებისმიერ ექიმს. სწორედ ამიტომ გეუბნებით, ეცადეთ ამ მანტრის მეშვეობით განდევნოთ უარყოფითი აზრები და განკურნოთ თქვენი დაავადებები, რადგან ამ მანტრას არ აქვს გვერდითი მოვლენები, როგორცაა აბები. აბები კურნავს ერთს, მაგრამ აფუჭებს სხვას და შემდეგ მთელ სხეულს ექმნება პრობლემები. მეგობარმა მითხრა, რომ ექიმმა აბი გამოწერა და ახლა მისი სახლი აფთიაქს ჰგავს. ეს ცუდია სხეულისთვის. რაც უფრო მეტ ქიმიას მიიღებთ, მით უფრო ცუდად იგრძნობს თავს თქვენი სხეული.

შეეცადე ჩემნაირი მოიქცე. 40 წელია ვვარჯიშობ და ამ წლების განმავლობაში თუ რაიმე ჯანმრთელობის პრობლემა მაქვს, იოგას მედიტაციის საშუალებით ვიმკურნალებ.

იოგა-მედიტაციისა და მანტრას წაკითხვით კონცენტრირდება იმ ადგილას, სადაც პრობლემები მაქვს და ბრძანებას ვაძლევ ჩემს ტვინს განკურნოს ეს ადგილი. ამას ჰქვია თვითგანკურნება, ღვთის შემწევით გარწმუნებთ, რომ ის კურნავს. არ აქვს მნიშვნელობა ეს კიბოა, კისტა თუ რაიმე დაავადება. ჯანმრთელობის ნებისმიერი პრობლემის განსაკურნებლად, ჯერ საკუთარ თავს უნდა ენდოთ, მეორედ უნდა ენდოთ თქვენს მიერ წარმოთქმულ მანტრას და ღმერთს. მესამე, 100%-ით უნდა გჯეროდეთ, რომ ამ ორი რამით 100%-ით გამოჯანმრთელდებით. თუ არ ხართ 100%-ით დარწმუნებული და გაქვთ ეჭვი, რომ ეს შესაძლებელია, მაშინ ეს არ მუშაობს. 100%-ით უნდა ენდო. კარგად დაიმახსოვრე, ყველაფერი შენს გონებაზეა დამოკიდებული. გონების ძალა ძალიან ძლიერია.

ჩვენ ვიყენებთ ჩვენი გონების მხოლოდ 3%-ს, სასარგებლო აზრებს, დანარჩენი 97% ფიქრობს სისულელებზე, სისულელებზე და ფანტაზიებზე, რომლებიც უსარგებლოა. კომპიუტერის უსარგებლო პროგრამების მსგავსად.

ჩვენ მხოლოდ სასარგებლო პროგრამების 3%-ს ვიყენებთ, დანარჩენი ნაგავია. ასე რომ, ახლა თქვენ იცით, გაქვთ თუ არა ჯანმრთელობის პრობლემები, რაც არ უნდა იყოს, უნდა ენდოთ საკუთარ თავს და ენდოთ მანტრას, რომელსაც შეუძლია განკურნოს, შემდეგ კი კონცენტრირდით იმ ადგილას, სადაც პრობლემა გაქვთ და 100% რწმენით წარმოთქვათ მანტრა. თქვენ არ შეგიძლიათ ეჭვი. თუ ამას გააკეთებთ, გარწმუნებთ, რომ განიკურნებით. ეს არის ის, რაც მასწავლა გუანინ ბოდჰისატვამ და მე გასწავლით თქვენ. მე ვენდობი ბოდჰისატვა გუანინს და 40 წელზე მეტი ხნის განმავლობაში ჩემი ჯანმრთელობის ყველა პრობლემა ამ გზით მოვაგვარე. ახლა თქვენ იცით, ბოროტების მთელი წარმოშობა თქვენს ტვინშია და მე გასწავლეთ, როგორ განკურნოთ თქვენი სნეულებები ბოროტების წარმოშობისგან.

სცადეთ და ივარჯიშეთ, დაინახავთ, რომ მალე ყველა თქვენი ავადმყოფობა გაქრება და თავს ჯანმრთელობითა და ენერჯით სავსე იგრძნობთ. მიენდე ღმერთს გუანინს, როგორც მე გავაკეთე და ყველაფერი კარგად წავა შენთვის. თუ მომისმენთ, გარანტიას გაძლევთ, რომ ჯანმრთელობასთან დაკავშირებული პრობლემები არასდროს შეგექმნებათ. წაკითხვით მანტრა დღეში 2 საათი 1/2 საათიანი სესიებით და გექნებათ ჯანმრთელობა და დადებითი ენერჯია. ასე რომ თქვენ შეგიძლიათ დატკბეთ ცხოვრებით ჯანმრთელობით. რადგან ჯანმრთელობა ყველაზე მნიშვნელოვანია ცხოვრებაში, თუ ჯანმრთელობა არ გაქვს არაფერი გაქვს. ახლა შეგიძლია იყო მილიონერი და გქონდეს სრულყოფილი და ბედნიერი ოჯახი, თუ ჯანმრთელობა არ გაქვს, ვერ ისიამოვნებ ცხოვრებით.

ყოველთვის იფიქრე პოზიტიურად, არასოდეს იფიქრო უარყოფითად. მაშინაც კი, თუ რამე არასწორედ წახვალთ, ყოველთვის პოზიტიურად ფიქრობთ და ნახავთ, როგორ იცვლება ყველაფერი თქვენს გარშემო პოზიტიურად. არ აიღო ნაგავი, რომელსაც სხვები გიყრიან და შეინახე შენში. თუ ვინმე ცუდ სიტყვებს გეუბნებათ და გაკრიტიკებთ, იფიქრეთ, რომ ამას არ გეუბნებათ, იფიქრეთ „საწყალი ბიჭო, ეს სიგიჟეა“, ნუ მიიღებ ნეგატიურს, რასაც სხვები აგდებენ. თუ თქვენ მიიღებთ და გადაყლაპავთ ყველა ნეგატივს, რასაც სხვები აგდებენ, მაშინ ავად გახდებით.

მეორე ნაგავს რომ გამოგიგზავნის, ის გიგზავნის... გადაყლაპვას აპირებ? არა.

თუ გადაყლაპავ, მეორემ მიაღწია თავის მიზანს, დაგიშავოს.

ამიტომ ნუ გადაყლაპავ არავისგან ნეგატიურ რამეს, რადგან მაშინ მუდამ ავად იქნები და საავადმყოფოში ყოველ ორ სამში მოგიწევს წასვლა. სწორედ ის უნდა, ვინც შენზე ნაგავს აგდებს, რომ ავად გახდე. ასე რომ არაფერი გადაყლაპოთ. როცა ხალხი ამბობს

სისულელეები და სისულელეები სწრაფად წაიკითხე მანტრა ნა მო ა მი ტუო
ფო, ნა მო ა მი ტუო ფო" ნელი, რბილი და მკაფიო, "ნა მო ა მი ტუო ფო, ნა მო ა
მი ტუო ფო". ნუ დაბრუნდებით ცუდი სიტყვებით და სიტყვით. შურისძიება .
უბრალოდ წაიკითხე მანტრა, რომელსაც გასწავლი და შეეცადე სხვებსაც იგივე
ურჩიო. თუ ვინმე არ მოგისმენთ, მაშინ დაიცავით უსაფრთხო დისტანცია, რათა
ამ ადამიანმა მეტი ზიანი არ მოგაყენოთ.

იმედია მომისმენთ და მიჰყვებით ჩემს რჩევას.

იდი მადლობა.



უკან ინდექსი



29.- სიყვარული

ა არის სიყვარული?

ჭეშმარიტი სიყვარული სუფთა პოზიტიური სიყვარულია. ეს არ არის უარყოფითი სიყვარული. რა არის პოზიტიური სიყვარული? ეს არის შეთავაზება, არ ითხოვს, არ ითხოვს, ეს არის სიყვარული, შენი სული, შენი აზრი სხვა ადამიანს უპირობოდ. არანაირი მოთხოვნა. ეს არის სუფთა სიყვარული. თუ სიყვარული აყენებს პირობებს ან რაიმე მოთხოვნას, ეს არის სიყვარული, ეს არ არის სუფთა სიყვარული, ეს არის ფლობა.

როგორც დედას უყვარს თავისი შვილი, ეს უპირობო სიყვარული სუფთა სიყვარულია. დღე და ღამე იზრუნეთ ბავშვზე. ღამით ის ყოველთვის უყურებს, მიუხედავად იმისა, რომ დაიღალა და არაფერს ითხოვს და არაფერს მოითხოვს, ეს არის სიყვარული

ადამიანები შეცდომებს უშვებენ სიყვარულთან დაკავშირებით მაგალითად, ესპანეთში დღემდე, 2010 წლის 23 სექტემბერს, 50 ქალი მოკლეს. ყოველთვის ერთი და იგივე ფრაზა გამოდის: „ჩემ რომ არა, არავის არ იქნება“ ასე ამბობს კაცი ყოველთვის. კაცი დიდ შეცდომას უშვებს. არ არის ვინმეს საკუთრება და არც მონა. მამაკაცს არ აქვს უფლება ეთამაშოს მასთან: თუ უნდა, იღებს, თუ უნდა, ტოვებს. არცერთ მამაკაცსა და ქალს არ აქვს ერთი და იგივე სული. სული ელექტრულ დენს ჰგავს. თუ შუქი წითელია, შუქი წითელი გამოდის. თუ შუქი თეთრია, შუქიც თეთრია.

ეს ნიშნავს, რომ თუ ამ ცხოვრებაში მამაკაცი დაიბადა წარსულ ცხოვრებაში, აუცილებლად დაიბადა ქალი ან ცხოველი. კაცი დაბადებული იქნება თუ ქალი, არავითარი განსხვავება არ არის, არავინ არის აღმატებული. სული იგივეა. მათ ერთი სული აქვთ. თუ სული ყველასთვის ერთნაირია, არავინ არავისზე მაღლა არ დგას. მეფეც კი არ ჯობია მათხოვარს. თუ ის პრინცად დაიბადება, ეს ნიშნავს, რომ წარსულ ცხოვრებაში კარგად აკეთებდა საქმეებს და ახლა ამ ცხოვრებაში სარგებლობს ამ დამსახურებებით. თუ მათხოვრად იბადება, ეს ნიშნავს, რომ წარსულში მან არასწორად ჩაიდინა და ამიტომ ამ ცხოვრებით ვერ ტკბება.

დასკვნა: როდესაც ორი ადამიანი კამათობს, ვინ არის მართალი? ორივე დამნაშავეა, რადგან თითოეულ მათგანს სურს თავის დაღწევა. ყველას სურს იყოს მართალი. როდესაც ორი ადამიანი ნამდვილად უყვარს ერთმანეთი, ისინი ერთია. თუ ყველა თავის ინტერესებზე ფიქრობს, ინტერესთა კონფლიქტი ექნება.

ყველა ამბობს, რომ ისინი ქორწინდებიან სიყვარულისთვის, არ შეცდეთ. მესაკუთრე, ეგოისტური სიყვარული არ არის სიყვარული. თუ იტყვი, რომ "შენ" ჩემი ხარ, მაშინ შენ დამიპატრონე და მე დაგიპატრონე. ეს ასე მიდის ამ შემთხვევაში ყოველთვის იქნება პრობლემები, კონფლიქტები ორივე მხარეს. რაც თქვენ უნდა გააკეთოთ არის ორი სულის ერთში გაერთიანება. თუ ორივე ერთი და იგივე ადამიანი ხართ, არ აპირებთ საკუთარ თავთან კამათს. შეუძლებელია. რამეს რომ ჩაავლო ხელში და ხელი ამოძრავებს, არ უღერს. ორი თუ დარეკავენ

ამიტომ როცა მთელ პატრონთან ერთად რგავენ ხეს, ორივემ უნდა მოუაროს. იმიტომ, რომ თუ ერთს უფრთხილდება და მეორეს ცუდად ექცევა, ხე არ იზრდება.

თუ იტყვი, რომ ეს მხოლოდ ჩემია, საქმე უარყოფითად იქცევა. ამიტომ კარგად დაიმახსოვრეთ, სიყვარულს არ შეუძლია მოითხოვოს. თუ თქვენ მოითხოვთ ამ სიყვარულს, ეს არის უარყოფითი, ფლობა, არაფერია საერთო ნამდვილ სიყვარულთან. აგალითად

იესო ქრისტეს მსგავსად, რომელიც მოყვასისადმი წმინდა სიყვარულით კვდება ხალხისთვის. იცის, რომ მოკვლას ეძებენ, აუცილებლად გარბის, არავინ არის ასეთი სულელი! მაგრამ იესო ქრისტე არ ამოიწურება მოყვასის სიყვარულისთვის. სუფთა პოზიტიური სიყვარული.

რა არის დადებითი? ეს არის სიყვარული, რომელიც არ განასხვავებს მე-შენ-ის. თუ ოჯახში სიყვარული არ არის, ოჯახი იშლება, თუ არ არის სიყვარული საზოგადოების მიმართ, საზოგადოება თავის თავს ავნებს, თუ სიყვარული არ არის ქვეყნებს შორის, მაშინ მოდის ომი. თუ პლანეტას სამყაროში სიყვარული არ აქვს, მას შეუძლია სამყაროს დაბინძურება და მომავალში შეიძლება გამოიწვიოს ომები პლანეტებს შორის. ყველაფერს სიყვარული სჭირდება. თუ სიყვარული არ იქნება, გვექნება სტიქიური უბედურებები, ოჯახებში, პირადი კატასტროფები. ყველა ბოროტება უარყოფითი იქნება.

სანამ თქვენ აჩუქებთ სიყვარულს ყველას, ვისაც შეხვდებით, მთელი სამყარო ხდება სიყვარულის გარანტია! ადამიანი ყველას აძლევს სიყვარულს, ყველას ავრცელებს ამ სიყვარულს და ყველა შენთვის სიყვარული ხდება. ეს ჰგავს სარკის წინ ყოფნას. თუ ილიმებით, სარკე ილიმება, გარანტირებული! სარკე სხვა ადამიანს ჰგავს. ამიტომ თუ გინდა ბედნიერება, იღბალი, დიდხანს სიცოცხლე... ერთადერთი რაც უნდა გააკეთო არის სიყვარულის განაწილება. თუ შენს ქალებს უყვართ, მეორე უბრუნებს სიყვარულს. რა თქმა უნდა! მეორე არ წყვეტს დარტყმას და ჩხვლევას, მეორე ღიმილს არ უბრუნებს. თუ გინდა რომ სხვამ გიყვარდეს, ჯერ სხვა გიყვარდეს. იცის თუ არა

შენ იცი.

ასე რომ თქვენ შეიძლება გქონდეთ ბედნიერი ადგილი, ბედნიერი საზოგადოება, ბედნიერი სახელმწიფო, ბედნიერი სამყარო... ნუ იფიქრებთ თითოეულ თქვენგანს. სიყვარული სუფთაა, როდესაც ამ სიყვარულში არ არის "მე". თუ არსებობს I, იქნება ინტერესთა კონფლიქტი. იდი მადლობა.

თუ მთელ სამყაროს აჩუქებ სიყვარულს, ყველგან ხარ და მთელ სამყაროს უყვარხარ. ყველას უყვარხარ. ისევე, როგორც ჩვენ გვიყვარს იესო ქრისტე და მარიამი. ბუდას. ისინი სიცოცხლეს და სიყვარულს ჩუქნიან ხალხს. და ჩვენ ყოველთვის გვახსოვს ისინი. ისინი წმინდანები არიან, ისინი სიყვარულს ანიჭებენ ყველა ადამიანს და არა სიძულვილს. მიუხედავად იმისა, რომ იესო ქრისტე უდანაშაულოდ მოკლეს, ის აგრძელებს სიყვარულს. მას არ აქვს სიძულვილი და არ სურს შურისძიება. არაფერი. ამიტომ კაცმა და ქალმა უნდა დაივიწყონ საკუთარი თავი, რომ ორი ერთში გაერთიანდნენ და ძალიან ბედნიერად იცხოვრონ.

კარგად დაიმახსოვრე. ქალი არ არის მამაკაცის საკუთრება და არც მამაკაცი არის ქალის საკუთრება. ორი ერთია. ორივე მფლობელია. თუ ასე წავა, ძალიან ბედნიერად იცხოვრებ. ნებისმიერი დისკუსია, რაც ადამიანს აქვს, ეგოიზმის ბრალია, "მეს" ბრალია: მინდა, ვფიქრობ...

როცა გულით გიყვარს, „მე“-ზე არ ფიქრობ. თუ "მე" მიყვარხარ, უკვე პრობლემები გექნება, რადგან არ უნდა განასხვავო მე-შენ-მას შორის.

ამიტომ „მე“ არ მიყვარს. შეეცადეთ გააერთიანოთ ორი სული ერთში. თუ მხოლოდ ერთია, ისინი ერთმანეთისგან არაფერს ითხოვენ. დისკუსია არ არის. თითქოს ხე იყოს. იგივე ხეს არ აქვს კონფლიქტები. თუ ორი ხეა, უკვე არის განსხვავებები: ერთი იზრდება, მეორე მცირდება, ერთზე მეტი ყვავილი იზრდება, მეორეზე ნაკლები ყვავილი... მათ უკვე იწყებენ განსხვავებები.

ამიტომ თქვენ უნდა შეუერთოთ ორი ერთს. სანამ საკუთარ თავზე იფიქრებ, იფიქრე სხვაზე. პარტნიორისგან, ოჯახისგან, მეგობრებისგან, საზოგადოებისგან, სახელმწიფოსგან.

ყოველთვის პირველ რიგში იფიქრე მათზე. თუ ჯერ მათზე ფიქრობ, კონფლიქტი აღარ გექნებათ. კარგად დაიმახსოვრე ის. "მე"-ზე რომ ფიქრობ, მე ეს მინდა, მე ასე ვფიქრობ, მე ასე მინდა... თუ სხვა არ აკეთებს ჩემს ნათქვამს, გაბრაზდები, ეს ჩემი ბრალია.

თუ გინდა ბედნიერად იცხოვრო, მომისმინე: სანამ რამეს გააკეთებ, ჯერ შენს პარტნიორზე იფიქრე. ჯერ საკუთარ თავზე ნუ იფიქრებ. თუ პირველ რიგში საკუთარ თავზე ფიქრობ, ეგოისტი, ნეგატიური ხარ. ასე არასდროს იმუშავებს.

ჩვენ ყველას გვაქვს ოცნება: იცხოვრო ბედნიერად შენს პარტნიორთან, ოჯახთან, საზოგადოებასთან, სახელმწიფოსთან, ქვეყანასთან... ამიტომაც არ უნდა იფიქრო „მე“-ზე, ასე იწყება ნეგატივი. პრობლემები სხვასთან.

კარგად დაიმახსოვრეთ პრობლემების მთელი სანყისი „მე“-შია. ე არ არის

კიდევ ერთი რამ. მერნმუნეთ, ყოველთვის ყველაფერში მეორე მხარეზე იფიქრეთ. შენში არა, რადგან რაც უფრო დიდი „მე“ გაქვს, უფრო ნეგატიური იქნება შენი ცხოვრება და მეტი პრობლემა გექნება. თუ გინდა ძალიან კარგად და ბედნიერად იცხოვრო, დიდხანს გქონდეს სიყვარული და ჯანმრთელობა, „მე“ უნდა გააპატარავო და გააპატარავო, სანამ არ გაქრება.

თუ ამას გააკეთებთ, შეგიძლიათ მიიღოთ ყველაფერი საუკეთესო თქვენს ცხოვრებაში და ყველა თქვენი დადებითი სურვილი ასრულდება. ყველაფერი უარყოფითი, გრძელვადიან პერსპექტივაში გადაიხდით ძვირად და პროცენტით. ხალხი შეცდომით ფიქრობს: "ნახეთ, როგორ ვატყუებ ხალხს!" უნდა იცოდეთ, რომ მეორე ბევრად ღარიბი იქნები ვიდრე ადრე. უარყოფითი: ეს არის ეგოისტური „მე“. თუ ასე გააგრძელებ მართო დარჩები. როგორც სარკის წინ, თუ უარყოფით სახეს დააყენებთ, სარკის შიგნით სახეც ნეგატიურად იქცევა. ეს არ გახდება დადებითი. ამიტომ თუ გინდა კარგი ცხოვრება, კარგად იყო პარტნიორთან, ოჯახთან, მეზობლებთან, საზოგადოებასთან... დაეხმარე ყველას. იმიტომ რომ ჩვენ ერთი ვართ.

დედის სიყვარული

რა არის დედის სიყვარული?

როდესაც ქალი ორსულია, ძალიან მნიშვნელოვანია, რომ ორსულობის დროს მან არ იფიქროს რაიმე უარყოფითზე. თუ უარყოფითად ფიქრობთ, ეს აზრი უარყოფითად იმოქმედებს თქვენს მომავალ შვილზე.

ეს ნიშნავს: თუ გინდათ, რომ თქვენი შვილი ორსულად იყოს კარგი ადამიანი, უნდა ნაიკითხოთ წიგნები კარგი რჩევებისა და კარგი საქმეების შესახებ. ასე ასწავლით თქვენს მომავალ შვილს იყოს კარგი ადამიანი. თუ თქვენი შვილი მომავალში კარგი ადამიანია, თქვენს ოჯახს და თქვენს დანარჩენ შვილებს კარგი მომავალი ექნებათ. თუ ფეხმძიმობისას ყოველთვის ეგოისტურად ფიქრობ, ნერვიულობ, სევდიანი ხარ ან რაიმე სახის ნეგატიური ემოციები გაქვს, როცა შენი შვილი დაიბადება სევდიანი, ნეგატიური და მომავალში ცუდი ადამიანი იქნება. ეს ძალიან ფრთხილად, რადგან თქვენ ასწავლით თქვენს შვილს ორსულობის დანაყოფიდან. ამიტომ ორსულობისას არ უნდა მონიოთ, რადგან მოწვევისას ნიკოტინი ასევე მოქმედებს თქვენს შვილზე. იგივე ხდება, როცა სვამ, ალკოჰოლი ხვდება შენი მომავალი შვილის სისხლში. თუ ის ატარებს ალკოჰოლს, როდესაც ის უფროსია, ის შეიძლება იყოს ალკოჰოლიკი და თუ თქვენ ეწევი, თქვენი შვილი შეიძლება იყოს მწველი. ამიტომ ძალიან ყურადღებით უყურებ.

თუ კარგი დედა ხარ, ყველაფერი უნდა გააკეთო შენი მომავალი შვილისთვის, რათა ის ჯანმრთელი დაიბადოს გონებით და სხეულით. დედის სიყვარული ყველაზე დიდია მსოფლიოში. თქვენი შვილისთვის თქვენ უნდა გააკეთოთ ყველაფერი პოზიტიური აზროვნებით. მაგალითად, თუ გსურთ, რომ თქვენი შვილი იყოს მუსიკოსი, მოუსმინეთ მუსიკას ყოველდღე და ამით გადასცემთ თქვენს შვილს მუსიკის მთელი ეს ემოცია. თუ გინდა, რომ ექიმი ვიყო, ამ თემაზე წიგნები ყოველდღე უნდა წაიკითხო ეს მეცნიერულად დადასტურებულია. ხალხი ფიქრობდა: „ოჰ, ამ ბავშვმა არაფერი იცის, ჯერ არ დაბადებულა და არაფერი იცის. ცდებით. მან იცის ყველაფერი, რასაც თქვენ გადასცემთ, რას ჭამთ, რას სვამთ, ყველაფერი. ამას ყველა მომავალი დედა ხვდება. შეეცადეთ გააკონტროლოთ ყველა უარყოფითი ემოცია, რომ ჯანმრთელი შვილი გყავდეთ. ეს არის პირველი.

მეორე, როცა შენი შვილი დაიბადება, არ იფიქრო: აჰ, ამ ახალმა ბავშვმა არაფერი იცის! მან არ იცის ლაპარაკი, არ იცის ენები და ბავშვის თვალწინ იწყებს ნეგატიურ საქმეებს, ისწავლის ყველაფერს, რასაც ხედავს და მოისმენს. ბავშვი, რომელიც ცარიელ ფურცელს ჰგავს, დამოკიდებულია იმაზე, თუ როგორ წერთ ამ ცარიელ ფურცელზე, ის დარეგისტრირდება. პატარავ მისმინე, თუ იყვირე, იყვირე და იყვირე... ბავშვმა არ იცის ეს კარგია თუ ცუდი და სწავლობს ამას და როცა გაიზრდება, მასაც მოეწონება ყვირილი. ყველაფერი რასაც ამბობ ან

თქვენ აკეთებთ ბავშვის თვალწინ, ბავშვი ჩანერს ყველაფერს. თითქოს ვიდეო იყოს, ყველაფერი კარგი და ცუდი იწერება.

ამიტომაც ბევრს ცდება, როცა ფიქრობს, რომ ბავშვმა არაფერი იცის, მაგრამ მე გეუბნებით, რომ ბავშვმა ყველაფერი იცის, ყველაფერი, რაც ბავშვობაში ცხოვრობს, დანიშნავს მას ცხოვრების განვითარებაში, მის მომავალში. თუ თქვენ არ სცემთ პატივს მამას ან დედას, თქვენი შვილი ხედავს, უსმენს და სწავლობს, შემდეგ კი, როცა ის გაიზრდება, არც შენ გცემს პატივს. იმიტომ რომ ის შენგან ყველაფერს სწავლობს. ასე რომ, თუ გინდა, რომ შენმა შვილმა პატივი გცენ, განებივროს, იზრუნოს შენზე, იგივე უნდა მოიქცე მშობლებთანაც. შვილის წინაშე პატივი უნდა სცე დედას, მამას, ოჯახს, ქმარს. ასე რომ, თქვენი შვილი თქვენგან ისწავლის და როცა გაიზრდება, თქვენი ვაჟი იგივეს გააკეთებს, რაც დაინახა, რაც თქვენ გააკეთეთ მშობლებთან, ოჯახთან და ქმართან. თქვენი შვილი 100%-ით სწავლობს იმას, რასაც თქვენ აკეთებთ. რომ უნდა გააცნობიერო. ბავშვს ყველაფერი ესმის. თუ ახალშობილის წინაშე იღიმებით, ბავშვი ღიმილით პასუხობს.

თუ ადამიანი ძალიან გაბრაზებულ სახეს იღებს, ბავშვი იწყებს ტირილს. თუ არ სცადეთ, დადებით ბავშვის წინ და გააკეთეთ ეს ორი სახე, რომ ნახოთ, როგორ რეაგირებს ის. ამიტომ ვამბობ, რომ ბავშვმა ლაპარაკი არ იცის, მაგრამ ეს არ ნიშნავს რომ არაფერი იცის. ბავშვი სწავლობს ყველა კარგს და ყველა ცუდს. ყველაფერი რაც მის წინ მოდის. ფრთხილად!

ამიტომ, თუ გინდა ბედნიერი ოჯახი და მშვენიერი შვილები გყავდეს, ოჯახთან ერთად კარგი, საზოგადოებაში კარგი, უნდა ასწავლო ორსულად, დაბადებიდან და ბავშვობიდან.

თუ კარგად არ ასწავლი შენს შვილს, როგორც ყოველდღიურად ვხედავთ ბევრ მკვლელს და ტერორისტს, რომლებიც კლავენ ადამიანებს. რატომ არიან ეს ხალხი თავდადებული მკვლელობისთვის? რადგან ბავშვობიდანვე მას ნეგატივს გადასცემენ მამა ან დედა. ბავშვი გაიზარდა ნეგატიურ და შურისმაძიებელ გარემოში. ყველა ჩემზე ფიქრობს, მე, ჩემზე და სხვებზე არ ფიქრობენ. ამ შემთხვევაში, ეს არ იქნება სწორი თქვენთვის ან თქვენი ოჯახისთვის. არც საზოგადოებასთან იქნება კარგად. თუ შვილს სწორად არ ასწავლი, ეს გავლენას მოახდენს არა მხოლოდ შენზე, არამედ საზოგადოებაზე და მთელ მსოფლიოში. ამიტომ გთხოვთ, ეს ძალიან მნიშვნელოვანია, ეს არ ეხება მხოლოდ თქვენს შვილს. შენი შვილი განათლებაზეა დამოკიდებული, ის შეიძლება იყოს წმინდანი ან ეშმაკი. ეს შენზეა დამოკიდებული, როგორც დედაზე. ამიტომ თქვენ, როგორც დედას, ძალიან მნიშვნელოვანი მისია გაქვთ. კარგად ისწავლე, რომ გყავდეს კარგი შვილი შენთვის და საზოგადოებისთვის სარგებელი. ამიტომაც კარგად უსმენს: ნეგატიური აზრი პირდაპირ თუ ირიბად არ უნდა გადმოსცეს. ეს არ ეხება მხოლოდ თქვენ, ის ასევე მოქმედებს საზოგადოებაზე, სახელმწიფოზე და მთელ მსოფლიოში.

ბევრ ქვეყანაში გოგონები განათლებულები არიან და ეუბნებიან, რომ ადამიანი ღმერთია, რომ ყველაფერში უნდა დაემორჩილონ მას და გოგონა ბავშვობიდან ყლაპავს ამ ამბავს, რომელიც არც სამართლიანია და არც რეალური. როცა უფროსია, აკეთებს იმას, რასაც ბავშვობაში ასწავლიდნენ. ევროპაში თავისუფლებას და თანასწორობას ასწავლიან. გოგონა არ აპირებს იფიქროს იმ სისულელეზე, რომ ადამიანი ღმერთია და ყველაფერში მას უნდა დაემორჩილოს. კაცს შეუძლია ცოლად მოიყვანოს ის ქალები, რაც მას სურს და ქალს შეუძლია მხოლოდ ერთ კაცზე. ამიტომ ეს განათლებაზეა დამოკიდებული. ღმერთების კანონის წინაშე კაცი და ქალი თანასწორია, არ არსებობს უმაღლესი. სუსტს ვერ დაამტკრევ. ლოგიკურად ქალი უფრო სუსტია ვიდრე მამაკაცი. მაგრამ მხოლოდ იმიტომ, რომ ის უფრო სუსტია, არ ნიშნავს იმას, რომ ის უფრო მცირე კატეგორიისაა. ყველაფერი განათლებაზეა დამოკიდებული, ორსულობაზე, ახალშობილიდან ზრდამდე.

გთხოვთ, თუ პოზიტიურად არ ხართ მომზადებული, შეგიძლიათ დაელოდოთ, როცა ერთ დღეს პოზიტიურად მოემზადებით შვილების გაჩენას და არა კრიტიკულ სიტუაციაში, პრობლემები ოჯახურ ცხოვრებაში, რადგან ეს თქვენს შვილზე აისახება. სწორედ ამიტომ, ყველაზე მნიშვნელოვანი ის არის, რომ შვილს ასწავლოს კარგი ადამიანი. ყოველთვის იფიქრე სხვებზე, ეს კარგი შვილია

შენთვის და საზოგადოებისთვის კარგი მოქალაქე. თქვენ ასწავლით წმინდანს, დემონს ან ტერორისტს; ყველაფერი შენზეა დამოკიდებული.

სკოლაში ასწავლიან მხოლოდ ჭკუას, არ ასწავლიან, როგორ იყო კარგი ადამიანი. კარგად დაიმასხოვრეთ, თქვენი მომავალი შვილი კარგია თუ ცუდი, თქვენს ხელშია. ამიტომ ძალიან მნიშვნელოვანია დედის მისია. თქვენ უნდა იცოდეთ ამის მნიშვნელობა. არასოდეს ეცადოთ აბორტის გაკეთებას, რადგან ეს კლავს თქვენს შვილს: თქვენს მომავალ შვილს. ვეფხვი, ლომი... ისინი მტაცებლები არიან და ჭამენ ყველანაირ ცხოველს, მაგრამ არასოდეს ჭამენ შვილებს, არასოდეს კლავენ შვილებს. ჩვენ ადამიანები, უფრო ჭკვიანები, გულით ასე კარგები... და შვილებს ვკლავთ? ამას აქვს ძალიან სერიოზული შედეგები, გონებრივი და ფიზიკური. 2 ან 3 აბორტის შემდეგ მეთი შვილის გაჩენა არ გექნებათ. როცა დიდი ხარ, გყავს ბედნიერი ოჯახი და გინდა შვილების გაჩენა, ვერ შეძლებ. ნუ უსმენთ ადამიანებს, რომლებიც აბორტის მომხრე არიან.

შედეგები შენ გექნება და არა სხვა ადამიანი, შენ გექნება ფსიქოლოგიური პრობლემები, ფიზიკური პრობლემები საშვილოსნოში, პრობლემები სინდისში... ასე რომ სხვებს ნუ მიაქცევ ყურადღებას, მათ არაფერი დაემართებათ. შენსავით არ განიცდის შედეგებს. დამიჯერე, ეს შენთვის, როგორც დედისთვის, ძალიან მნიშვნელოვანია. დედის სიყვარული ყველაზე დიდი სიყვარულია მსოფლიოში. და თუ მართლა ასე გიყვარს შენი მომავალი შვილი, უნდა ასწავლო მას ორსულობა. ამიტომ უნდა მოიცილოთ ყველა თქვენი მანკიერება, აბროვნების მოქმედება, მონევა, სასმელი, ნერვები, სევდა, ბრაზი... ყველა ეს უარყოფითი აქტი უნდა აღმოიფხვრას. თუ გინდა, რომ შენი შვილი მომავალში კარგი შვილი იყოს, უნდა გააკეთო რასაც გეუბნები და მშვენიერი შვილი გეყოლება. არ აქვს მნიშვნელობა მდიდარი ხარ თუ ღარიბი. მილიონერიც რომ იყო, თუ შვილს კარგად არ ასწავლი, რამდენიმე დღეში ის შენს ქონებას დახარჯავს, შენს ფულს და მთელი ოჯახი სიღარიბეში ჩავარდება. კარგად დაიმასხოვრე ჩემი სიტყვები. იდი მადლობა.

შეიყვარე შენი შინაგანი

იყვარდეს საკუთარი თავი. ჯერ საკუთარი თავი უნდა გიყვარდეს.

ას ნიშნავს? თუ მართლა გიყვარს საკუთარი თავი, პირველი რაც უნდა გააკეთო არის პატარა „მე“-ს დაყენება მანამ, სანამ „მე“ არ იქნება. თუ ეს მე პატარაა, სხვისი სასიკეთოდ ყველაფრის გაკეთება შეგიძლია. თუ მხოლოდ სხვებზე ფიქრობ, ლოგიკურად ყველას უნდა შენი მეგობარი იყოს, ყველა გეთაყვანება, ნებისმიერ კარგ შემთხვევაში, პირველ რიგში შენზე ფიქრობს იმიტომ, რომ კარგი კაცი ხარ, კარგი მოქალაქე. იმისთვის რომ იყო კარგი, ყველაფრის წინ უნდა იფიქრო სხვებზე. ვინაიდან პირველ რიგში სხვებზე ფიქრობ და არ ფიქრობ საკუთარ ინტერესებზე, ყველას უყვარხარ: ვის არ ისურვებდა შენი მეგობარი იყოს? იმიტომ, რომ თქვენ ხართ მზრუნველი, შთამბეჭდავი მზრუნველი ადამიანი, ოქროს გულით. ყველას უყვარხარ, შენი ცხოვრება მშვენიერი იქნება. თქვენ გექნებათ ყველა შესაძლებლობა ამ სამყაროში, ყველას უნდა დაგეხმაროთ, ყველას უყვარხართ. ამის მისაღწევად, მე უნდა იყოს უფრო და უფრო პატარა, სანამ არ გახდება 0. თუ თქვენ შეძლებთ ამ მე-ს 0-ად გარდაქმნას, თქვენ გახდებით ღმერთი ამ სამყაროში. თქვენ იქნებით ყველაზე მისასალმებელი ადამიანი ამ პლანეტაზე. ისევე როგორც იესო ქრისტე. იესო ქრისტეში არ არსებობს "მე" იესო ქრისტე კვდება ხალხისთვის. იესო ქრისტეს ცოტა "მე" რომ ჰქონოდა, იცოდა ის დღე და საათი, როცა რომაელები მის მოსაკლავად მოვიდნენ, გაიქცეოდა. და ის არ გარბის. ეს ნიშნავს, რომ იესო ქრისტე მხოლოდ სხვებზე ფიქრობს, მხოლოდ სხვის ინტერესებზე ფიქრობს. მოკვდი ჩვენთვის. ეს ნიშნავს, რომ იესო ქრისტე მოდის, რათა შეამციროს "მე" 0-მდე.

ამიტომ მას შეუძლია ამის გაკეთება. ჩვენ რომ ვიცოდეთ დღე და საათი, რომ მოდიოდნენ ჩვენს მოსაკლავად, აუცილებლად გავიქცეოდით. ანუ

გარანტირებული. ეს არის განსხვავება ჩემთან ადამიანებსა და ჩემს გარეშე ადამიანებს შორის. ეს არის ერთადერთი განსხვავება. ისევე როგორც J აღწევს თვით 0-ს და გახდება ღმერთი. თუ იესო ქრისტე აკეთებს ამას, ჩვენც, როგორც ღვთის შვილებს, შეგვიძლია ამის გაკეთება. ეს მხოლოდ იმაზე დამოკიდებულია, გსურთ თუ არა ამის გაკეთება. ჩვენ შეგვიძლია გავხდეთ ღმერთი, კითხვაა, გინდა თუ არა. თუ არ გინდა დატოვო ეს საკუთარი თავი, ერთ დღეს სიკვდილის მბრძანებელი გაიძულებს მოკვდე, რადგან არ გინდა ამ მეს დატოვება, ჯოჯოხეთის სული ხდები. თუ საკუთარ თავს მიატოვებ, გახდები ყველაზე ბედნიერი ადამიანი მსოფლიოში და როცა მოკვდები ღმერთი გახდები. თუ ამ სამყაროში ამ საკუთარ თავს ჩაეჭიდები, იქნები ეგოისტი, გამოიყენებ ადამიანებს, ცუდი ადამიანი, არავინ შეგიყვარებს, ყველა კარი დაკეტილია, ყველა გზა ჩაკეტილია, გექნება ცუდი ჯანმრთელობა, ცუდი ილბალი... რაც უფრო დიდი ვარ, მით მეტი პრობლემა გექნება ამ ცხოვრებაში და სიკვდილის შემდეგაც. შენ დემონი გახდები, ჯოჯოხეთში წახვალ და არაფერი გამოგივა. ამიტომ, თუ გიყვარს საკუთარი თავი, ეს შენთვის უნდა გააკეთო. და საკუთარი თავისთვის სიკეთის კეთება ნიშნავს, რომ იმის ნაცვლად, რომ იყო ეგოისტი და იფიქრო შენს ინტერესებზე, სიყვარული უნდა აჩუქო ადამიანებს.

ეს არის ხალხის აზრის საპირისპირო. იცნობ ადამიანებს თუ არა, მათ ერთნაირად უნდა მოეპყრო, რადგან ისინი ყველა ღვთის შვილები არიან, ჩვენ ყველა ერთ კატეგორიაში ვართ. თქვენ არ შეგიძლიათ განასხვავოთ მდიდარი, ღარიბი, კეთილშობილი, მათხოვარი, სიმპათიური, მახინჯი... ჩვენი ღმერთის წინაშე ყველას ერთი კატეგორია გვაქვს, ერთი დონე. არავინ აღემატება მეორეს: ჩვენ ყველა ერთნაირები ვართ. კარგად დაიმახსოვრე: ღმერთის წინაშე მათხოვარი თუ მეფე ერთი კატეგორიისაა, მათ ერთი სული აქვთ. ერთადერთი განსხვავება ისაა, რომ მეფეები, პრინციები ან მილიონერები თავიანთ წარსულ ცხოვრებაში სიკეთეს აკეთებდნენ ხალხისთვის. ასე რომ, ამ ცხოვრებაში შეგიძლიათ ისიამოვნოთ. მათხოვარი, წარსულ ცხოვრებაში ძალიან ეგოისტი იყო, ამიტომ ამ ცხოვრებაში არაფერი აქვს. ისინი მხოლოდ ამით განსხვავდებიან. მისი სული იგივე კატეგორიისაა.

ამიტომ ყველას შეუძლია გახდეს წმინდანი, საკითხავია გინდა თუ არა.

რა არის შენი შიგნით?

თქვენი ინტერიერი სავსეა მილიონობით უჯრედით. ყველა ეს უჯრედი ქმნის ჩვენს სხეულს. იგივე მამაკაცები ქალები. ხალხი უშვებს შეცდომებს: დიდი შეცდომა. თუ ვინმე ავადდება, მათ მხოლოდ მოკვლა და მოკვლა უნდათ: სწორედ აქ უშვებენ ადამიანები შეცდომებს. უჯრედები საკუთარი თავის ნაწილია. თუ გსურთ საკუთარი თავის მოკვლა, ცდებით, რადგან ეს უჯრედები ავადმყოფობამდე კარგი უჯრედები იყო. რატომ ხდებიან ერთ დღეს ისინი ცუდი უჯრედები, დაავადებული უჯრედები, კიბოს უჯრედები ან სხვა სახის დაავადებები? იმიტომ რომ? მე გეტყვით რატომ: უჯრედები იღებენ ინფორმაციას ჩვენი ტვინიდან. თუ თქვენი ტვინი უარყოფითად ფიქრობს, ლოგიკურად ნეგატიური ინფორმაცია აღწევს თქვენს უჯრედებს. რა არის უარყოფითი? ნეგატიური ბევრი რამ არის: სევდა, შურისძიება, ადამიანების საკუთარი სარგებლობისთვის სარგებლობა, ადამიანების ტკივილები.

ნებისმიერი რამ, რომ ისარგებლოს სხვებით. ამას ნეგატიური აზროვნება ჰქვია. ამ ტიპის აზროვნებით, პირველი, ვინც გადაიხდის გადასახადს, თქვენ ხართ. რადგან ამ ტიპის აზროვნებით უჯრედები ფიქრობენ იმას, რასაც თქვენ ფიქრობთ: თუ თქვენ ფიქრობთ უარყოფითად, თქვენი უჯრედები უარყოფითად ფიქრობენ.

და თქვენი უჯრედები ხდება უარყოფითი. ჯერ საკუთარ თავს დაესხმიან და ლოგიკურად მსოფლიოში გექნება შენში: კარგია თუ ცუდი ყველაფერი კლავს და შენ ჯანმრთელობით გადაიხდი. ყოველი ნეგატიური აზრი მოქმედებს თქვენს უჯრედებზე და ისინი ნეგატიურები ხდებიან. ნებისმიერი ტიპის დაავადების შესაჩერებლად თქვენ უნდა შეცვალოთ თქვენი აზროვნება. უნდა გიყვარდეს: გიყვარდეს შენი უჯრედები, თუ შენს უჯრედებს სიყვარულს აძლევ, ისინი სწავლობენ საკუთარი თავის სიყვარულს და თუ უყვართ საკუთარი თავი, ასევე უყვარხართ და არ ავადდებიან. ასე რომ კარგად დაიმახსოვრეთ: უჯრედები

ადრე ისინი არ იყვნენ უარყოფითი. რატომ არიან ისინი ახლა ნეგატიურები? იმიტომ, რომ თქვენი აზროვნებით უჯრედები უარყოფითად აქციეთ. რადგან თუ მათ უარყოფითს ასწავლით, ისინი უარყოფითს სწავლობენ: თქვენი უჯრედები თქვენგან სწავლობენ.

ნებისმიერი დაავადების განკურნებაში ექიმები 30%-ით გეხმარებიან, დანარჩენი 70% პოზიტიური აზროვნებით უნდა დააკმაყოფილოთ. თქვენზეა დამოკიდებული, თუ პაციენტს არ სურს სიცოცხლე, ღმერთიც კი ვერ იხსნის მას.

აზროვნება წესრიგს აძლევს მთელ ორგანიზმს და ავტომატურად მთელი ორგანიზმი ჩერდება. თუ ორგანიზმს ბრძანებს, რომ უნდა იცოცხლოს, იმედი გაქვს. მაგრამ შენ უნდა გიყვარდეს შენი შინაგანი, ის ავადმყოფი უჯრედები, რომ განიკურნონ.

შეცადეთ ასწავლოთ თქვენს უჯრედებს წმინდა უჯრედებად გადაქცევა კარგ უჯრედებად. ასე რომ, თქვენი უჯრედები გეხმარებათ იმის მაგივრად, რომ შეგანუხოთ და შეგანუხოთ. ამიტომ გიყვართ თქვენი ცუდი უჯრედები, რომ განკურნოთ ისინი და გქონდეთ ბევრი ჯანმრთელობა. თუ შენს უჯრედებს დიდ სიყვარულს აძლევ, მათ უყვარხართ. თუ სილამაზე გინდა, უჯრედები გაძლევენ სილამაზეს და ახალგაზრდობას. შენი უჯრედები გემორჩილებიან. მაგრამ ეს ყველაფერი შენზეა დამოკიდებული. უჯრედები მხოლოდ ბრძანებებს იღებენ, საკუთარი ფიქრით არ მოქმედებენ, არა. ისინი არ ფიქრობენ, უბრალოდ იღებენ ბრძანებებს.

ბევრ რამეს შეუძლია შეცვალოს თქვენი უჯრედები, უპირველეს ყოვლისა, მაგრამ მნიშვნელოვანია თქვენი აზროვნება.

მეორე არის საკვები. კარგად დაიმახსოვრეთ: არ უნდა მიირთვათ კონსერვანტები. არ უნდა მიირთვათ რაიმე ქიმიური პროდუქტი, თქვენ უნდა მიირთვათ ნატურალური პროდუქტები ქიმიკატების გარეშე.

თუ არ შეწყვეტთ ქიმიკატების, აბების, მედიკამენტების, კონსერვანტების ჭამას... როგორ იქნება უჯრედები კარგად? შეეცადეთ მიირთვათ ბუნებრივი წამალი და მიიღოთ ნაკლები ქიმიური წამალი. ყველამ იცის, რომ წამლები ერთს კურნავს და მეორეს აფუჭებს.

ეს ძალიან მნიშვნელოვანია.

მესამე: სუნთქვა: ის უნდა იყოს გრძელი, წვრილი და რბილი, ჭიპამდე. უჯრედებს სჭირდებათ ჟანგბადი. თუ მხოლოდ ფილტვამდე სუნთქავთ, სუნთქვა ძალიან ხანმოკლეა. უნდა ისუნთქო ჭიპამდე, ხანგრძლივი ამოსუნთქვით. თქვენს სისხლს სჭირდება ჟანგბადი, ისწავლეთ კარგად, ნელი, რბილი და გრძელი სუნთქვა. თქვენ უნდა მიეჩვიოთ ორგანიზმს ასე 24 საათის სუნთქვას. ასე რომ, თქვენი უჯრედები მადლობას მოგახსენებთ და კარგი ჯანმრთელობა გექნებათ.

ამიტომ, თუ გიყვარს შენი ინტერიერი, პირველ რიგში შეიყვარე შენი უჯრედები, თუ გიყვარს შენი უჯრედები, ისინი შეგიყვარებენ. ამრიგად, ცუდი უჯრედები კარგები ხდებიან.

როცა ახერხებ შენი ინტერიერის შეყვარებას, უნდა გიყვარდეს შენი გარეგნობა, რომ ეს სიყვარული სხვებთან დააკავშირო. თუ გიყვართ სხვები, ოჯახი, მეგობრები... შეგიყვარდებათ საზოგადოება, თქვენი ქვეყანა და მთელი მსოფლიო, ასე რომ, ეს დედამიწა სამოთხე იქნება.

ჯერ საკუთარი თავი უნდა გიყვარდეს და როცა შენში სიყვარულია, მაშინ ეს სიყვარული გარედან უნდა გადაიტანო სხვების სიყვარულით.

იდი მადლობა.



უკან ინდექსი



30. მე. იცოდე განსხვავება. მე შენ მას

ადამიანები, რომლებიც ყოველთვის ჩემზე ფიქრობენ, ცდებიან. ეს გვამბობს არასწორ ცხოვრებას. ყველაფერი, რაც ჩემთან იწყება, არასწორედ მიდის: სამყარო, პირადი ურთიერთობები. რომ მე არ ვარ ჭეშმარიტი მე. რომ მე, სპერმატოზოვასა და კვერცხუჯრედის შეერთების პროდუქტია, ეს არის ხორცი და სისხლი I.

ეს მე დავიბადე და ვკვდები. როცა ვიბადებით, არაფერი მოგვაქვს, არც სიმდიდრე, არც ის, რასაც ვხედავთ ან შევხებით. როცა მოვკვდებით, ჩვენთან ერთად არაფერს ვიღებთ. ადამიანები, რომლებიც მხოლოდ ამისთვის ფიქრობენ და იბრძვიან, მე მივალწიე სიცოცხლის ბოლომდე და ყველაფერი ხდება არაფერი და არაფერი არის O. თუ O არის, რას ვიბრძვით ამ ფანტაზიისთვის, ამ ცრუ მესთვის?

რამდენი წელი ვცხოვრობთ? ჩვენ არ ვიცით. ყოველ ღამე, როცა ვიძინებთ, ვწყვეტთ სამყაროს, ამას პატარა სიკვდილი ჰქვია.

როცა გძინავს, თითქოს მკვდარი ხარ. არ ვიცით, მეორე დღეს ავდგებით თუ არა.

როგორი იქნება ჩვენი ბოლო ღამე? ჩვენ არ ვიცით. თუ გინდა კარგად იცხოვრო, ეს მე უნდა დაიკლო, რადგან რაც უფრო დიდია ეს მე, მით მეტი პრობლემა გვექნება. ეს რომ პატარა ვარ, ნაკლები პრობლემა გვექნება. რაც უფრო დიდია ეს „მე“ ნიშნავს, რომ ჩვენ უფრო ეგოისტები ვართ. რაც უფრო ეგოისტურია, მით უფრო რთულია ყველასთან ცხოვრება. ვის უნდა ეგოისტი მეგობარი ან ოჯახის წევრი? თქვენ არ აპირებთ ვინმესთან შეგუებას, არც ოჯახთან, არც მეგობრებთან, არც საზოგადოებასთან, არც სახელმწიფოსთან. ეგოიზმი გვაცილებს გზას, მიგვიყვანს ცუდ ცხოვრებამდე. თუ ეს მე პატარაა, ის ყოველთვის სხვებზე ფიქრობს. ასე რომ, თქვენ გიყვართ ყველა ცოცხალი არსება; შენი ოჯახი, შენი მეგობრები და მთელი საზოგადოება. თუ სხვები ისე გიყვართ, როგორც საკუთარი თავი, ყველას მოუნდება თქვენს გვერდით ყოფნა და დახმარება. თუ ადამიანს ისე ექცევი, თითქოს შენი თავი იყო, თუ სხვები სიყვარულით გიყვარს, ლოგიკურად სხვები შეგიყვარებენ. თითქოს სარკის წინ იყო. თუ სიყვარულით უყურებ სარკეში, სარკეში ასახული გამოსახულება სიყვარულს გიბრუნებს. თუ სარკეში ეგოისტურად იყურებით, სარკე ასევე აირეკლავს ეგოიზმს. სიყვარული სიყვარულს უბრუნებს. ეგოიზმი აბრუნებს ეგოიზმს და ყველაფერი არასოდეს გამოგივა. თუ გინდა, რომ ყველაფერი კარგად გამოგივიდეს, იყო ბედნიერი, გქონდეს კარგი მომავალი და პოზიტივით სავსე ცხოვრება, საკმარისია იფიქრო სხვებზე. არ იფიქრო მე-ზე.

რაც უფრო მეტად იფიქრებ საკუთარ თავზე, მით უფრო გაგიჭირდება ცხოვრება, თუ ეგოისტი ხარ, ყველა შეგიძლებს, მეგობრები კი არ გეყოლება. არავინ შეგიყვარებს ადამიანს, რომელიც მხოლოდ საკუთარ თავზე ფიქრობს. ამიტომ პირველ რიგში ყოველთვის სხვებზე იფიქრეთ და ყველას მოუნდება თქვენთან ყოფნა და დახმარება. რა თქმა უნდა. თუ არ შეწყვეტთ სხვების გაღიზიანებას, ვინ მოისურვებს თქვენთან დაახლოებას? თუ სხვებს ხელს ართმევთ, პოზიტიური ხარო, სიხარულს ანიჭებთ, სიყვარულით სავსე გულით იღიშებით, გარანტიას გაძლევთ, რომ ყველა ერთი მონეტით დაგიბრუნებთ. თუ სიყვარულს გაძლევ, ყველას უყვარხარ. თუ გინდათ მისცეთ აზრი თქვენს ცხოვრებას, გქონდეთ ნამდვილი სიმდიდრე და მშვენიერი ცხოვრება, თქვენ უკვე იცით, ეს ყველაფერი თქვენზეა დამოკიდებული, რას გასცემთ. თუ გსურთ, რომ თქვენს ირგვლივ გარემო იყოს პოზიტიური, პირველ რიგში უნდა იყოთ პოზიტიური სხვების მიმართ.

თუ გინდა აქ სამოთხე გქონდეს, ჯერ სიყვარულით სავსე გული უნდა გქონდეს. მაშინ შენი გარემოცვა, შენი ხალხი, შენი გარემო, ყველანი იქნებიან შენთან ერთად ანგელოზები, ისინი იქნებიან შენთან ერთად წმინდანები. ჯერ უნდა იყო ანგელოზი, წმინდანი და ყველაფერი შენს ირგვლივ ანგელოზად იქცევა.

ასე რომ თქვენ შეგიძლიათ იცხოვროთ სრულად ბედნიერი ცხოვრებით და შეძლებთ თქვენი ყველა სურვილის შესრულებას. ადამიანების უმეტესობას არ აინტერესებს სხვები. ისინი ნებისმიერს გადადიან საკუთარი სარგებლისთვის. თქვენ შეძლებთ ერთხელ გადააბიჯოთ ერთმანეთზე, რადგან ხალხი არ გიცნობთ, ისინი თავს დააბიჯებენ. მაგრამ თუ მეორედ სცადე, არავინ მოგცემს უფლებას ისევ ისარგებლო და არავინ მოგინდეს გვერდით, რადგან შენ ისარგებლე მათგან. მაშინ შენი მომავალი ჯოჯოხეთი იქნება. ამიტომ, თუ გინდა კარგად იცხოვრო, ჯერ სიყვარულით სავსე გული უნდა გქონდეს, გიყვარდეს ყოველი ცოცხალი არსება. იმიტომ, რომ თუ სიყვარულს გაჩუქებ, ყველა შეგიყვარებს და შენი ცხოვრება იქნება ფანტასტიკური სამოთხე: თუ ფული გინდა, შეგიძლია გქონდეს ფული, რადგან ყველა დაგეხმარება და ყველა მოგცემს მანქანას. ნებისმიერ კარგს პირველ რიგში შემოგთავაზებენ, რადგან სხვებზე უკეთესი ხარ. პირიქით, თუ ყოველთვის საკუთარ თავზე ფიქრობ და სხვებზე არ ზრუნავ, არავინ შეგიყვარებს და ყველა გალიზიანებს. ამ შემთხვევაში ვერსად წახვალ, შორს ვერ წახვალ. ამიტომაც, როცა ვამბობთ: ვხედავ: როცა რამეს ხედავ, განასხვავებ, მოგწონს თუ არ მოგწონს. ე მიყვარს; როცა ამბობ მე მიყვარს, განსხვავება მე მიყვარს და არ მიყვარს. ვფიქრობ: კარგად ვფიქრობ ან ცუდად ვფიქრობ. შენ ყოველთვის პირველ რიგში ფიქრობ და ლაპარაკობ ჩემზე და დიდ შეცდომას უშვებ, რადგან ამბობ, ვფიქრობ, ვხედავ, მინდა, მინდა, ძალიან ეგოისტური ხარ. თუ პირველ რიგში საკუთარ თავზე ფიქრობ, შენს შემდეგ სხვები არიან. მაგრამ თქვენ ცდებით, სხვები პირველები არიან. ჩვენ შეგვიძლია კარგად ვიცხოვროთ, ეს დამოკიდებულია გარემოზე და ადამიანებზე. თუ გარემო პოზიტიურია, ადამიანები პოზიტიურები არიან და შენ ცხოვრობ ბედნიერებით, სიყვარულით და შენი ცხოვრება სამოთხეა. ასე რომ არასოდეს დაადანაშაულოთ სხვები. ჩვენი საქმეების დამნაშავე მხოლოდ ჩვენ ვართ. თუ ჩვენ ვისარგებლებთ სხვებით ჩვენი სარგებლისთვის, ბოლოს ძვირად გადავიხდით. თუ სხვას მისცემთ უფლებას ისარგებლოს თქვენით, ეს ადამიანი ყოველთვის ვალი იქნება თქვენთვის და კარგი იქნება თქვენს მიმართ. თუ ვინმეს ოდნავ მაინც ისარგებლებ, მეორე შენზე ცუდად იფიქრებს და შენთან ერთად არაფერი მოინდომებს. ამიტომ რასაც ვამბობ და ხალხს არ ესმის, დიდი მე-ს ქონა დიდი უბედურებაა შენი სიცოცხლისთვის, ჯანმრთელობისთვის. რაც უფრო დიდია მე, მით მეტი უბედურება გაქვს. ეს პატარა მე რომ გქონდეს უფრო ბედნიერი იქნები და ყველა სურვილის ასრულებას შეძლებ. გინდა იყო ბედნიერი? გსურთ შეასრულოთ ყველა თქვენი სურვილი? გინდა გქონდეს ბედნიერი ოჯახი, მეგობრები, პარტნიორი, სამსახური, სიმდიდრე, სილამაზე...? ეს ყველაფერი დამოკიდებულია თქვენს აზროვნებაზე. რისი შეცვლა გსურთ, იცვლება თქვენი აზროვნების მიხედვით. თუ გინდა რომ შენი გარემო იყოს ჯოჯოხეთი, შეცვალე ჯოჯოხეთივით. ასეა.

ხალხი ამბობს: ეს სხეული ჩემია. ცდებით, ეს სხეული ჩვენი არ არის. ჩვენ ვიყენებთ ამ სხეულს. სხეული ჩვენი მშობლების საჩუქარია, ის შენი არ არის. თქვენ უბრალოდ იყენებთ მას. სხეული მანქანას ჰგავს, მანქანა შენია, მაგრამ შენ არ ხარ. არ არის აუცილებელი ცუდი საქმეების გაკეთება იმ ცრუ სხეულისთვის სარგებელი რომ მიიღოთ. ბოლოს რომ მოვკვდებით, თან არაფერს ვატარებთ, რისთვის ვიბრძვით? ამიტომ? უსარგებლოა; ქონება, ფული, ოჯახი. როცა ჩვენ მოვკვდებით, ყველაფერი დამთავრდა: როცა მოკვდები, ვერ წაართმევ შვილებს, ცოლს, ქონებას ან რაიმე სახის სიმდიდრეს. შენთვის ვერავინ მოკვდება. ვერავინ ისიამოვნებს შენთვის. ამიტომ ყველაფერი შენზეა დამოკიდებული. - თუ გინდა იცხოვრო ბედნიერების ატმოსფეროში და ყველაფერი კარგად გქონდეს, სულ უნდა გიყვარდეს ყველა ცოცხალი არსება და არ დაინახო სხვებში რაიმე ნაკლი, რადგან სრულყოფილი არავინ არის. თუ ჩვენ სრულყოფილები არ ვართ, თითო ვერავის ვერ ვაქნევთ, რადგან ყველას მსგავსად ყველას გვაქვს ჩვენი ნაკლი. თუ კარგი ადამიანი ხარ, ეცადე, სხვისი ნაკლი არ დაინახო. თითქოს ვილაცამ გითხრა: „შავი ლაქა გაქვს

სახე" და მეორე პასუხობს: „და შენ რა, სულ შავი გაქვს, ჭუჭყით დაფარული“. ჩვენ ყოველთვის ვხედავთ სხვის შეცდომებს, ჩვენ არასდროს ვხედავთ საკუთარ შეცდომებს. ამიტომ, სანამ თითო სხვას გაიშვერთ, ჯერ საკუთარ თავზე მიუთითეთ. თუ თქვენ გაქვთ შეცდომები, არ შეგიძლიათ და არ გაქვთ უფლება ვინმეზე თითო გაიშვიროთ. შეცდომებს ყველა უშვებს, თქვენ უნდა აპატიოთ. თუ არავის პატიება არ შეგიძლია, სხვები არ გააპატიებენ. ჩვენ ყოველთვის ვუშვებთ შეცდომებს, ამიტომ ეცადეთ არ იყოთ ასეთი ჯიუტი და არ თქვათ ასე მინდა და ასე იქნება. ამიტომ? რამდენი წელი იცოცხლებ? შეეცადეთ იცხოვროთ კარგად, მშვიდად, არავის ატკინოთ. სხვის ტკივილზე კარგად ვერ იცხოვრებ. ასე კარგად ვერ იცხოვრებ, ადრე თუ გვიან ძვირად გადაიხდი. თუ ბურთს კედელს ძლიერად აგდებ, ბურთი გაძლიერებს. და რაც უფრო ძლიერად აგდებთ, მით უფრო ძლიერი ხდება.

ის ყოველთვის იგივე ძალით გიბრუნდებათ: კარგი თუ ცუდი. თუ გსურთ გქონდეთ კარგი ჯანმრთელობა, შეგიძლიათ გქონდეთ აზროვნების წყალობით. რადგან თავიდან სიგნალები მთელ სხეულს ეგზავნება ხერხემლის მეშვეობით და თითოეულ ხერხემლიანს აქვს ნერვები, რომლებიც ამ აზრს მთელ ორგანიზმს გადასცემენ. თუ თქვენი აზრი უარყოფითია, ის უარყოფითად მოქმედებს თქვენს სხეულზე, ჯანმრთელობაზე. ექიმიც კი ვერ გიმკურნალებს. თუ თქვენ გაქვთ მხოლოდ უარყოფითი აზრები, ის გადადის სხეულში, იბლოკება და ყოველთვის გექნებათ ჯანმრთელობის პრობლემები. იმისათვის, რომ თქვენმა სხეულმა კარგად იმუშაოს, ტვინმა უნდა გააგზავნოს დადებითი შეტყობინებები, იფიქროს პოზიტიურად. ამრიგად, თუ თქვენ გაქვთ პოზიტიური აზრები, თქვენი ჯანმრთელობა იქნება დადებითი და ასევე თქვენი ცხოვრება. თუ ოჯახთან მიმართებაში პოზიტიური ხარ, შენი ოჯახიც პოზიტიურად იქნება შენთან მიმართებაში. ყველაფერი დადებითი იქნება. თუ ნეგატიური ხარ, ყველაფერი უარყოფითი იქნება და ყველაფერი არასწორედ წავა, რადგან შენი აზროვნება ნეგატიურია. შენს გარდა სხვა დამნაშავე არ არსებობს. ჩვენი ბრალია. ამიტომ ყველაფერი კარგი თუ ცუდი, ჩვენ თვითონ ვინვევთ. ნუ ეცდებით ვინმესკენ თითო გაიშვიროთ, რადგან შენს გარდა სხვა დამნაშავე არ არსებობს. ს მე ვარ. თუ გსურთ კარგად იცხოვროთ, დაივიწყეთ საკუთარი თავი და გაავრცელეთ სიყვარული ყველას მიმართ. მაშინ როცა მოკვდები, შეგიძლია იყო ანგელოზი, რადგან ანგელოზებს სიყვარულით სავსე დიდი გული აქვთ. იდი მადლობა.

პრობლემა, რაც გვაქვს თავისუფლებამდე, არის ის, რომ არ ვიცით როგორ განვასხვავოთ. ადრე პირველ პრობლემაზე ვისაუბრეთ, ახლა კი მეორეზე. რა განსხვავებას ნიშნავს? "მე, შენ, ის, ვინც ვინცე დიფერენცირებას, მაგრამ ჩვენ ვცდებით, რადგან" მე, შენ და სხვა ვინმე "არ ვარსებობთ, რადგან ჩვენ ყველანი ერთი ვართ. "მე, შენ, ის" არ ვარსებობთ.

წვეთივით ვართ. როდესაც ტალღა მოდის, დაცემა შეიძლება წყლიდან გადმოხტეს, მაგრამ ის კვლავ ზღვას დაუბრუნდება. როდესაც ეს შემოდგომა წყლიდან ხტება, ჩვენ ვფიქრობთ „მე“-ზე, მაგრამ ეს არ არის რეალური, რადგან ერთხელაც ის წყალში დაბრუნდება, ჩვენ ყველანი ერთნი ვართ. ჩვენ ყველანი ერთნი ვართ. ჩვენ და სხვები ერთი ვართ და სამყარო ერთია. თუ სხვა ადამიანებს ავნებთ, საკუთარ თავს ავნებთ. მე მე მე.

იცოდეთ დიფერენციაცია

განსხვავება, რაც წმინდანსა და ჩვენს შორის არსებობს, არის ის, რომ წმინდანი აკეთებს და ფიქრობს მხოლოდ სხვებისთვის და ჩვენ მხოლოდ ჩვენი სარგებლისთვის, საკუთარი თავისთვის ვმოქმედებთ. ჩვენ არავისთვის არაფერს ვაკეთებთ. ჩვენც რომ მოვიქცეთ ისე, როგორც ღმერთი, იესო ქრისტე ან ბუდა, მათნაირი ღმერთები ვიქნებოდით. თქვენ უბრალოდ უნდა ჩამოაგდოთ ეს "მე".

თუ ამას მიტოვებ "მე მინდა ეს, მე მინდა სხვა, მინდა..." ყოველთვის შენზე ფიქრობს. მხოლოდ სხვებზე ფიქრი რომ შეგეძლოს, ა

თქვენ მაშინვე გახდებით ბუდა ან იესო ქრისტე. ეს დამოკიდებულია ჩვენს აზრზე, ერთ აზრზე, ასე მარტივზე.

შემდგომ ცხოვრებაში ყველა ღმერთს შეუძლია მოკვდეს და აღდგეს. თუ ჩვენ ოდესმე შევძლებთ ამ „მე“-ს დატოვება, მაშინვე გავხდებით წმინდანი, ანგელოზი ან ღმერთი და გავთავისუფლებით დაბადებიდან და სიკვდილისგან. ჩვენ შეგვიძლია მივიღეთ აქ ან სხვა პლანეტაზე წავიდეთ.

ამ პლანეტაზე სიცოცხლის ხანგრძლივობა დაახლოებით 100 წელია. ბუდას წმინდა წერილების თანახმად, სხვა პლანეტებზე სიცოცხლის ხანგრძლივობა 1000-დან 1000000 წლამდე ან მეტია.

ამ პლანეტებზე არ არის ამდენი სურვილი, არ არის ამდენი ახირება, ისინი არ არიან ისეთი ეგოისტები, როგორც ჩვენ. მაშასადამე, თუ ჩვენ შეგვიძლია ვიფიქროთ ღმერთებისთვის, ჩვენ ვიქნებით ღმერთები, ჩვენ ვართ ღმერთები.

ჩვენი სული მოდის მიღმა, ის არ მოდის ამ პლანეტა დედამიწაზე.

ბუდა ამბობს: მომავალს აქვს 3000 დიდი სამყარო და ჩვენი სამყარო ამ 3000 სამყაროდან ერთ-ერთია. იესო ქრისტე, ბუდა, ისინი ცხოვრობენ ჩვენი მზის სისტემის მიღმა. თუ გვინდა ვიყოთ თავისუფლები, უნდა ვისწავლოთ საკუთარი თავის დატოვება, როგორც იესო ქრისტე ან ბუდა. მაშინ ჩვენ სრულიად თავისუფლები ვიქნებით. არა როგორც აქ, ყოველდღე იბრძვის არაფრისთვის და მერე არაფერს იღებ. ნებისმიერ მომენტში ჩვენ მოვკვდებით, რატომ ვიბრძვით? იესო იყო ღარიბი, ბუდა იყო ღარიბი, მათ არაფერი სჭირდებოდათ. თქვენ უბრალოდ უნდა გესმოდეთ, რომ თქვენ უნდა დატოვოთ ეს "მე". თუ შეწყვეტთ ამ „მეს“, თუ ჩვენ შევწყვეტთ ფიქრს მხოლოდ საკუთარ თავზე, საკუთარ სარგებელზე, თუ შევწყვეტთ ეგოისტობას, არავინ ჩაიდენს დანაშაულს ამქვეყნად და სხვა პლანეტებზე. ბოროტების წარმოშობა იწყება ეგოიზმით, იწყება „მე“-დან. ყველამ რომ შეწყვიტოს საკუთარ თავზე ფიქრი, არავინ ჩაიდენდა დანაშაულს და ეს დედამიწა სამოთხე იქნებოდა. ჩვენი მისია აქ დედამიწაზე არის დავეხმაროთ სხვებს, ჩვენ არ ვართ აქ დასასვენებლად. აქ უფრო ცუდი გვაქვს ვიდრე კარგი. ეს სამოთხე არ არის, ამიტომ მინდა, ყველამ გაიგოს, რომ ბუდას ან იესო ქრისტეს დამსგავსებისთვის მხოლოდ ეს „მე“ უნდა დატოვოთ. და მეტი არაფერი, ეს ასე მარტივია.

და როცა მოკვდები შენი სული შეიძლება იყოს თავისუფალი.

თუ "მე"-ს მიატოვებ, ღმერთი იქნები

გამარჯობა. დატოვე ყველა სურვილი, რომ გქონდეს ყველა სურვილი. ცხოვრებაში თუ გინდა გქონდეს ყველაფერი, ჯერ უნდა დათმო ყველა სურვილი.

ეს არ ჩანს ძალიან ლოგიკური, მაგრამ ასეა. ცხოვრებაში არ უნდა გაგიცრუოთ არცერთი სურვილი, რომელიც არ შესრულდა. როცა იმედგაცრუებაა, სურვილის გამო შენ შეგიძლია რაიმე ცუდი გაუკეთო სხვებს მის მისაღწევად. შედეგები ძალიან მძიმეა, თითქმის „პური დღევანდელისთვის და შიმშილი ხვალისთვის“. ამიტომ, თქვენ უნდა დატოვოთ ყველა სურვილი დასვენებით და სერიოზულობით, რომ სწორად იმოქმედოთ. ბევრი ადამიანი სიმდიდრის სურვილების შესასრულებლად ყველა სახის დანაშაულს სჩადის. ნებისმიერ დღეს კანონი მოქმედებს და ყველაფერს წაგართმევს და ციხეში მიდიხარ.

არსებობს უარყოფითი სურვილები და დადებითი სურვილები. არ შეეცადოთ გქონდეთ სურვილები სხვისი ნივთების მიმართ. ისევე, როგორც იესო ქრისტემ, რომელმაც ყველაფერი მიატოვა და ყველას ახსოვს, რადგან ყველაფერი სხვებისთვის გასცა. ან ბუდას მსგავსად, რომელმაც შეწყვიტა პრინციპი, დატოვა თავისი ძალა, ყველაწილი სიმდიდრე, კომფორტი...

რაც უფრო მეტად ეძებთ ამ ტიპის სიმდიდრეს... რამდენი წელი შეიძლება გაგრძელდეს ამ სიმდიდრემ? 20 თუ 30, 40 თუ 50 წელი? მერე კი, როცა მოკვდებით, რას უზამთ ამდენ სიმდიდრეს, ჩვენთან არაფერი წაგვიყვანს. თუ მხოლოდ

შენ აკეთებ ჩემთვის, ჩემო, ჩემო... ბოლოს არაფერი დარჩები. გარდა ამისა, თქვენ იმდენ ზიანს აყენებთ ადამიანებს, რომ გამდიდრდეთ... თქვენი სიკვდილის შემდეგ თქვენ დაზარალებით ღმერთების კანონის შედეგებს და ეს შედეგები გაგრძელდება მილიონი წელი; ყოველდღე დაგჭრის, გცემენ...

როგორც ვიდეოში "ხმები ჯოჯოხეთიდან" >> იხილეთ ვიდეო, სადაც ახსნილია როგორ აღმოაჩენს რუსი მეცნიერი 14,4 კმ სიღრმეზე. მიწისქვეშა, ჯოჯოხეთის ხმები და ჩანერს მათ.

მე გეუბნები, რომ ჯოჯოხეთი არსებობს, თუ არ ნახვალ ჰიპნოზის რომელიმე მასწავლებელს, რომელიც დაადასტურებს, რომ წარსული ცხოვრება გვაქვს. თუ არის წარსული ცხოვრება, არის სამოთხე, ჯოჯოხეთი, სასჯელი... ყველაფერი არსებობს. ამას არა მხოლოდ ბუდისტები ამბობენ, არამედ კათოლიკეები და სხვა რელიგიები.

დამიჯერე, ყველა ბოროტება, რასაც შენ აკეთებ, ჩვენი სულის სინდისშია ჩანერილი. არ იფიქროთ, რომ არავინ გხედავთ, ან გისმენთ.

და "მე ვაკეთებ იმას, რაც მინდა". დიახ, არის ვინმე, ვინც ამას ხედავს, ეს შენ ხარ და შენ, სინდისი არ გაპატიებს. ამიტომ ბევრს, ვინც ზიანს აყენებს, ღამით ვერ იძინებს, კოშმარები ხედავს, ყველაფრის ეშინიათ, რადგან მათ სინდისი სჯის. ის ჯოჯოხეთში ცხოვრობს. რომ უნდა იცოდე.

არ იფიქროთ, რომ არავინ იცის, რომ არავის უნახავს, პრობლემა თქვენშია. პრობლემა ის კი არ არის, რომ სხვა გსჯის, პრობლემა ის არის, რომ შენ სჯი საკუთარ თავს. თუ გინდა კარგი მომავალი გქონდეს, უნდა მიატოვო ყველანაირი სურვილი, თუ სურვილი ზღვარს სცდება, ადამიანს ყველაფრის გაკეთება შეუძლია.

შურისძიების სურვილი უარყოფითია. ნებისმიერი აზრი ან მოქმედება არავითარ შემთხვევაში არ შეიძლება ზიანი მიაყენოს ადამიანებს, ცოცხალ არსებებს, ბუნებას... რადგან ჩვენ ყველანი ერთი ვართ. როგორც ახლა, როცა ბუნება გავანადგურეთ და ბევრი სტიქიური უბედურება გვაქვს, მიწისძვრები, ტაიფუნები და ა.შ... ამიტომ იცოდეთ, რომ ჩვენ და ბუნება ერთი ვართ. თუ გინდა კარგად იცხოვრო, ბუნებას ისე უნდა სცე პატივი, თითქოს მე ვიყო.

სამყარო, ბუნება, ყველა ადამიანი და ცოცხალი არსება, ყველაფერი ერთია და არა ორი. წვეთი წყალივით ვართ ზღვაში. როცა წყალი კლდეს ეჯახება და ზღვიდან ხტება, წვეთი ხდება, მაგრამ როცა ზღვაში დაბრუნდება, ისევ ზღვად იქცევა, ერთი. ამიტომ, რომ კარგად ვიცხოვროთ, უნდა გავუფრთხილდეთ ერთმანეთს. ჩვენ ვართ მილიარდობით უსასრულო სულის სული, რომელიც მოდის სამყაროდან.

თუ თქვენ შეგიძლიათ ამის გაგება, ჩვენ შეგვიძლია დავუბრუნდეთ სამყაროს. თუ სიმდიდრე გინდა, ეს ძალიან მარტივია, ჯერ პოზიტიური აზროვნება უნდა გქონდეს. იფიქრეთ ფულის გამომუშავებაზე დადებითად.

youtube-ზე ბევრი ვიდეოა, სადაც ნათქვამია, რომ მხოლოდ ფულზე 24 საათის განმავლობაში ფიქრით მოდის ფული. ეს ასე არ არის. ასე რომ ყოფილიყო, ჩვენ ყველა ვიფიქრებდით ფულზე, რათა ბევრი ფული გვქონდეს. შეუძლებელია. მხოლოდ ფულზე ფიქრით რომ მივალწიოთ ამას, ამ სამყაროში ყველა მილიონერები ვიქნებოდით. მაგრამ ეს არ არის სწორი. ჯერ პოზიტიურად უნდა იფიქროთ: თუ დადებითად ფიქრობთ, შედეგი დადებითია, თუ უარყოფითად ფიქრობთ, შედეგი უარყოფითია. წორია. ფულზე პოზიტიურად ფიქრი სწორია. მაგრამ თუ ფულზე სიგიჟემდე ფიქრობ და მხოლოდ მილიონერობაზე ფიქრობ, ეს ამბავია, არარეალურია. სწორი რამ არის: იყო ნამდვილი მილიონერი. ჯერ იფიქრეთ ბევრ ფულზე, მაგრამ იფიქრეთ, რომ ამ ფულის მიზანი სხვების დახმარებაა და არა ჩვენი ახირებების გამო; როგორც მრავალმილიონიანი მანქანის, ძვირადღირებული სახლის ყიდვა... რომ ცდებით.

იფიქრეთ ბევრ ფულზე, მაგრამ თქვენ უნდა დაამატოთ, რომ ეს არის სხვების დასახმარებლად. ამ ფიქრით შეგიძლიათ მიიღოთ ბევრი ფული. სისულელეებზე, ახირებებზე რომ არ დახარჯო... ასე ფული არასდროს გექნება.

ამიტომაც ბევრი იმედგაცრუებულია, როცა ფულს ვერ შოულობს და მის მისაღებად ყველანაირ დანაშაულს სჩადის. ეს დიდხანს არ გრძელდება, რადგან განვლილ ცხოვრებაზე ვართ დამოკიდებული; თუ საქმეს კარგად ვაკეთებთ, ღვანღს აგროვებთ და მერე კარგად გაერთობით, ისიამოვნებთ. მაგრამ თუ დანაშაულს ჩაიდენ და ადამიანებს ავნებ, ეს დამსახურებები ძალიან სწრაფად იხარჯება.

მილიონერი არის მილიონერი, რადგან წარსულ ცხოვრებაში ის ბევრ ადამიანს დაეხმარა, ამიტომ ამ ცხოვრებაში ის მილიონერია. ხალხმა არ იცის, რომ თუ მილიონერი ფულს ხარჯავს სისულელეებზე და საერთოდ არ ეხმარება ადამიანებს, ეს სიმდიდრე, რომელიც გვაქვს წარსული ცხოვრებიდან, ძალიან სწრაფად იხარჯება. ამიტომ ბევრი მილიონერი სიბერემდე ყველაფერს კარგავს, დანგრეულია. ეგოისტები არიან, არ იციან როგორ გაუზიარონ თავიანთი სიმდიდრე გაჭირვებულ ადამიანებს. თუ გინდა, რომ შენი სიმდიდრე გაგრძელდეს, გაუზიარე ის მათ, ვისაც ყველაზე მეტად სჭირდება. თუ გინდა, რომ სიღარიბე გახდეს სიმდიდრე, მომისმინე, დაეხმარე სხვებს შენი სინდისის, შენი სულის გამდიდრებაში. ერთადერთი, რაც უნდა გააკეთოთ იმისათვის, რომ გახდეთ მილიონერი არის კარგი აზრების მოფიქრება და სხვების დახმარება.

იდი მადლობა.



უკან ინდექსი



31.- სექსი და პორნოგრაფია

სექსი. ბუდას წმინდა წერილის თანახმად, აკრძალულია წყვილის გარეთ სექსი. მთელ მსოფლიოში საზოგადოებების საფუძველი ოჯახია. თუ ქორწინება ბედნიერია, ოჯახი ბედნიერია, შვილები ბედნიერები არიან და ყველა ფიზიკურად და სულიერად ჯანმრთელია. ოჯახში უპირველეს ყოვლისა წყვილია. თუ ბედნიერად ცხოვრობ, ბედნიერია საზოგადოება, ბედნიერია ქვეყანა, ბედნიერია მთელი მსოფლიო.

სახლს ჰგავს, საძირკველი ძალიან მყარი უნდა იყოს. თუ ეს ბაზა არ არის მყარი, არავინ იქნება კარგად. საფუძველია ქორწინების კაცი და ქალი. თუ სექსი წყვილის გარეთ კეთდება, ამას შედეგები მოჰყვება: მსოფლიოში წელიწადში 3,400,000 შიდსით იღუპება და წელიწადში 2,454,314 ადამიანი ინფიცირდება. ნებისმიერ მამაკაცს, რომელსაც აქვს სექსი წყვილის გარეთ, შეიძლება დაავადდეს შიდსი. განსაკუთრებით ახალგაზრდობა. ახალგაზრდებს აქვთ სექსი, ბიჭები ბევრ გოგოსთან და გოგოები ბევრ ბიჭთან.

მათ შუედლიათ გადაიტანონ ყველა სახის სქესობრივი გზით გადამდები დაავადებები.

ამიტომაც არ უნდა გქონდეთ სექსი წყვილის გარეთ. თუ ქალს აქვს სექსი სამ განსხვავებულ მამაკაცთან 24 საათის განმავლობაში, ამ სამი მამაკაცის სპერმა გროვდება ქალის სხეულში და ხდება ტოქსიკური. ეს შხამი იწყებს ლპობას და შემდეგ გადაიქცევა კიბოში. მას ასევე შეუძლია გამოიწვიოს საშვილოსნოს ყელის სხვა დაავადებები. ეს ღვთისგან სასჯელის მსგავსია. ღმერთი სჯის ლიმფომანი ქალის არასწორ ქცევას.

კარგად დაიმახსოვრეთ: 24 საათში სამ განსხვავებულ მამაკაცთან სექსი არ შეიძლება და არ უნდა გქონდეთ. ეს ძალიან მნიშვნელოვანია.

ნებისმიერი მამაკაცი ან ქალი, რომელსაც აქვს სექსი ქორწინების გარეთ, დაისჯება ღმერთების კანონით. ეს არ არის ხუმრობა. ამის შემოწმება შესაძლებელია. არსებობს მრავალი ჩვენება, რომელიც ამართლებს, რომ ეს არ არის "სიგიჟე". ამიტომ ფრთხილად იყავით სექსთან.

20 წლის მამაკაცს ყოველ რვა დღეში ეაკულაცია შეუძლია. 30 წლის მამაკაცს ყოველ ორ კვირაში ეაკულაცია შეუძლია. 40 წლის მამაკაცს ყოველ 20 დღეში ეაკულაცია შეუძლია. ორმოცდაათი წლის მამაკაცს შეუძლია ეაკულაცია თვეში ერთხელ. 60 წლის მამაკაცს არ უნდა ეაკულაცია.

თუ თქვენ გაქვთ სექსი ეაკულაციის გარეშე, ეს არც ისე დიდი პრობლემაა. დღეში რამდენჯერმე სექსმა შეიძლება გამოიწვიოს მთელი რიგი პრობლემები: ჯერ თირკმელებთან და ღვიძლთან, შემდეგ კი თქვენს ზოგად ჯანმრთელობაზე იმოქმედებს. თავს კარგად ვერ გრძნობთ, ძალა არ გექნებათ, სიარული არ გექნებათ, მესხიერება დაკარგავთ, მოწყენილი იქნებით, ანტიკომუნიკაბელური გახდებით, ინტელექტი დაკარგავთ და სულელი გახდებით. ეს არის ის, რაც იწვევს ყოველდღიურ სექსს. ფეხები კარგავს ძალას, თხელდება და თითები იწყებენ ლპობას. მას შეუძლია მიაღწიოს თითების და ფეხების ამპუტაციამდეც კი. ეს ყველაფერი ზედმეტი სექსის გამო. თუ სექსი გაუჩერებლად გაქვთ, ორგანიზმი ამას ვერ აიტანს. თმაც შეიძლება ჩამოვარდეს. ეს შეიძლება მოხდეს როგორც მამაკაცებში, ასევე ქალებში. ქალი უფრო სწრაფად დაბერდება, თუ 30 წლისაა, 60-ის გამოიყურება. სახე დაბნელებდა,

კბილები ამოვარდება, მხედველობა დაკარგავს, მოწყენილია... ეს ყველაფერი ზედმეტი სექსისთვის.

პორნო მსახიობები

პორნო გვერდები, ჟურნალები, ტელევიზია და პორნოფილმები არ უნდა ნახონ არასრულწლოვანებმა. უფროსებიც არ გვინდობენ. რაც უფრო მეტად უყურებთ ამ ტიპის სურათებს, მით უფრო მეტად გსურთ სექსი. თავი გვესება პორნოფანტაზიებით, ცდილობ დაკავდე სექსით, როგორც კი შეგიძლია და რაც შეიძლება ბევრჯერ ეაკულაცია. იმისთვის, რომ კარგი ჯანმრთელობა გქონდეთ, ჯერ უნდა მოერიდოთ ამ ტიპის სურათების, განსაკუთრებით უმნიშვნელო სურათების ნახვას. მამამ და დედამ უნდა იზრუნონ, რომ მათმა შვილმა არ ნახოს ეს სურათები ჟურნალებში, ტელევიზიაში, ვიდეოებში... მწირად ჩაცმული ქალები, რომლებიც სექსუალურად ალაგზნებენ და პროვოცირებენ. მათ უნდა აღკვეთონ თავიანთი შვილების დანახვა, რაც სექსთან არის დაკავშირებული. ეს სურათები ნეგატიურია ჩვენი და განსაკუთრებით არასრულწლოვანთა აზროვნებისთვის. თუ პორნოებით, სექსით სავსე თავი გვაქვს, ეს არ არის კარგი ჩვენი ფიზიკური ან ფსიქიკური ჯანმრთელობისთვის. დღესდღეობით სულ უფრო მეტია ამ ტიპის სურათები, უფრო მეტი სექსი და პორნოფილმები. თუ გინდა კარგად იცხოვრო ეცადე თავიდან აირიდო ეს ყველაფერი. თუ კაცმა ბევრი სექსს ხედავს, ცოლთან ერთად არ იქნება საკმარისი და ეცდება პარტნიორის გარდა სხვა ქალები ეძებოს და მერე შეექმნება ოჯახური პრობლემები და სქესობრივი გზით გადამდები დაავადებები, შიდსი... ამიტომ უნდა არ გქონდეთ ახლოს პორნოგრაფიული ან სექსის სურათები, რათა თავიდან აიცილოთ პრობლემები თქვენს ჯანმრთელობასთან, ოჯახთან, შვილებთან. ეს ძალიან, ძალიან მნიშვნელოვანია. ამიტომ მინდა, რაც შეიძლება შორს იყოთ ამ პორნო სექსის სურათებისგან.

ღმერთების კანონის თანახმად, გოგონები პატარა ან საერთოდ არ ტანისამოსით, რომლებიც აგრძელებენ ხალხის პროვოცირებას, კარგად არ მთავრდებიან. როდესაც ისინი სიბერეს მიაღწევენ, მათ ძალიან ცუდი დრო ექნებათ და როცა მოკვდებიან, ღმერთების სასჯელი ექნებათ ხალხის პროვოცირებისა და საზოგადოებისთვის ამდენი ზიანის მიყენების გამო. ღმერთის პატიება არ არსებობს. ამიტომ ყველა ლამაზ და სექსუალურ გოგოს ვურჩევ, არ წავიდნენ პროვოკაციებზე, რათა ხალხს ცუდი აზრები არ გაუჩნდეს. ასე რომ მათ შეუძლიათ მშვიდად და ბედნიერად იცხოვრონ ოჯახთან ერთად. გთხოვთ, ნუ აიძულებთ ხალხს, ნუ ისარგებლებთ თქვენი სექსუალური სხეულით სხვების ტკივილებისთვის. ეს პრობლემებს შეუქმნის საკუთარ თავსაც და ადამიანებსაც. გთხოვ გთხოვ. მადლობით.

პორნოგრაფია.

არა. ღმერთების კანონის მიხედვით, ყველაზე მეტად ისჯება ის ქმედებები, რომლებიც დაკავშირებულია პორნოსთან, სექსთან. ნებისმიერს, კაცი თუ ქალი, ვინც აკეთებს პორნოგრაფიას, ფილმსა თუ ვიდეოზე, საჯარო თუ კერძო, ყველას, ვინც პორნოს აკეთებს, კარგად ახსოვს, ისინი ჯოჯოხეთში მიდიან მინიმუმ 1,000,000 წლის განმავლობაში. იმედი მაქვს, რომ ყველა, ვინც პორნოგრაფიას აკეთებს, არასოდეს მოკვდება, რადგან როცა ისინი მოკვდებიან, მათი კოშმარები დაიწყება. მე არ ვამბობ ამას, ღმერთები ამბობენ. კაპრიზებს ძალიან ძვირად უხდიან. ახლა იყენებ ახალგაზრდობას, აჩვენებ შიშველ სხეულს, სასქესო ორგანოს, მერე რა? ხორცის ნაჭერი. მალე დაბერდები თუ ბებერი და რის სწავლებას აპირებ? თუ სხეულის 70% წყალია და ის სავსეა ვენებით, განავალით, შარდით, ლორწოთი, სისხლით... რისი სწავლება გსურთ? როგორ ფიქრობთ, თქვენი სხეული მშვენიერია? შიგნით არ იყურება: ნაწლავები სავსეა განავლით, ძვლებით, ძარღვებით, ღვიძლით, გულით... ისევე, როგორც ღორის მოკვლისას, გახსენით და იგივეა. როდესაც ხსნი სხეულს, ის არის ის, რაც არის. არ გქონდეთ ფანტაზიები და თქვით, რა ლამაზია, რა სიმპათიური! არ შეცდეთ.

ცხოვრებაში უნდა ეძებო ბედნიერება, კარგი მომავალი, პორნობით არსად მიგყავს. რამდენის მიღება შეგიძლიათ პორნოს გასაკეთებლად? უბედურება.

პროფესიონალი ხალხი მაინც აკეთებს გარკვეულ ფულს, მაგრამ არსებობენ ძალიან სულელები, რომლებიც საკუთარ ვიდეოებს იღებენ და ინტერნეტში ათავსებენ, რომ ბევრმა ნახოს. არაფერს შოულობენ და ზედ ჯოჯოხეთში მიდიან... ეს ხალხი ყველაზე სულელია. უბრალოდ ამ ადამიანებს ტვინი ნამდვილად არ აქვთ. ის არ ფიქრობს.

მიტომ? ერთ გავიგე. ასწავლიან ახალი თაობის გონების გადახვევას და მერე სიგიჟეებს აკეთებენ. ყველა ის ადამიანი, ვინც პორნოს ეძღვნება; ფილმები, სახლის ვიდეოები, რაც არ უნდა იყოს... ისინი ჯოჯოხეთში წავლენ, სანამ ერთ დღეს პორნო არ გაქრება დედამიწაზე. თუ ის 1 000 000 წელი გაგრძელდება, ჯოჯოხეთში 1 000 000 წელს გაატარებთ. და ყოველ დღე შენს უკანაღებე ჯოხს აკრავენ, სანამ სისხლი არ გამოგივა. ყოველდღე ერთნაირად მოკვდები და ხელახლა დაიბადები, რომ ისევ იგივე წამება განიცადო. რას მიიღებთ ამით? მე გეუბნებით: ახირებებს გადაიხდით ძალიან ძვირი. სასქესო ორგანოს აჩვენებ, მერე რა?

ყველა ერთნაირია, ყველას ერთნაირი აქვს. რა განსხვავებაა?

რისი სწავლება გინდა? რატომ არ ასწავლი, როცა მენსტრუაცია გაქვს, სულ სისხლით დაფარული? თუ აჩვენე, როგორ ჩასვეს უკანაღებეში, რატომ არ აჩვენებ როგორ ახამხამებ? ეს არ არის კარგი, ნამდვილად, ეს არის გადახრილი აბროვლება. შენ საკუთარ თავს ავნებ და ადამიანებს ავნებ.

ეს არ მთავრდება კარგად, არასდროს მთავრდება კარგად.

დღეს მიგხვდით, რომ ჩემი გვერდის ბევრი სტუმარი პორნო გვერდებიდან მოდის. იმედი მაქვს, ერთ დღეს ისინი კარგად მოისმენენ ჩემს სიტყვებს, რასაც ვამბობ. ცხოვრებას ბევრი ლამაზი რამ აქვს. არ არის აუცილებელი იყო გეი ან ლესბოსელი, რომ ისიამოვნო ცხოვრებით. ხალხი ნათლად ვერ ხედავს.

იმედია მთელი გულით უყურებთ და მოუსმენთ რასაც ვამბობ ჩემს გვერდზე. ისინი არ უნდა წავიდნენ ღმერთების კანონის წინააღმდეგ. ცხოვრება ხანმოკლეა, ნებისმიერ მომენტში ჰაერი არ შემოდის და უკვე მკვდარი ხარ. მაშ, რატომ ამდენი მანკიერება?

დაეხმარეთ ადამიანებს, თქვენს ოჯახს, თქვენს მეუღლეს, თქვენს შვილებს, საზოგადოებას... როგორც მე. ცხოვრებაში ბევრი რამ არის სიამოვნება. რა მნიშვნელობა აქვს დიდ თუ პატარა სასქესო ორგანოს, უფრო დიდ თუ პატარა მკერდს. რა განსხვავებაა, თუ ყველაფერი ერთნაირია? რა არის მკერდის შიგნით?

არის ცხიმი, სხვა არაფერი, სულ მსუქანი. რა შეგიძლიათ ასწავლოთ? სხეულში კი ჩირქი და განავალია, არ მესმის რა ხდება შენს თავს.

ცხოვრებაში არის მშვენიერი რამ, რისი სიამოვნებაც არის. ყველა ახირება ძვირია.

ნუ ებრძვით ღმერთებს, ჩვენ ღარიბი ხალხი ვართ, ღმერთებს ვერასოდეს გავიმარჯვებთ. ცუდს ნუ ასწავლით ახალგაზრდებს, ძვირად გადაიხდით, ძალიან ძვირად.

ასწავლეთ ახალგაზრდებს საქმეების კარგად გაკეთება, გთხოვთ, ნუ ასწავლით პორნოს, რადგან ძვირად, ძალიან ძვირად გადაიხდით.

რამდენიმე წელიწადში თქვენი სხეული სავსე იქნება ნაოჭებით, მკერდი ჩამოწეული და ნაოჭებით სავსე, მამაკაცებს კი ერექცია აღარ ექნებათ, პენისი არ მალდება და სხეული სავსეა ნაოჭებით. ახალგაზრდობა ხანმოკლეა. ერე რა? რის სწავლებას აპირებ? ახალგაზრდებს სიგიჟეებით პორნოსა და თავისუფალი სექსის კეთებას ასწავლი, რას მიიღებ? : არაფერი და მითუმეტეს ღმერთების სასჯელი მოიგე. თუ ღმერთის არ გწამს, არაფერი ხდება, როცა მოკვდები, მას იპოვი. გარდა ამისა, თითოეულ მათგანს აქვს თვითმფრინავის სეიფი, სადაც რეგისტრირებულია ყველაფერი, კარგიც და ცუდიც. ყველაფერი შენს სინდისში რჩება. რას მოიგებ ამით? რეგისტრირებულია,

პორნო ვიდეოების გადაღება და ინტერნეტში ატვირთვა, რა სისულელეა! ვერაფერს მიიღებ და მითუმეტეს ღვთის კანონს ეწინააღმდეგები. ძალიან სულელი ხარ! საკუთარი თავის დასჯას აპირებ. არავითარ სარგებელს არ იღებ, პირიქით გექნება უბედურება, ძალიან უბედურება.

გთხოვ მომისმინე, ეძებე პოზიტიური ცხოვრება, პორნოს კეთებას მხოლოდ უბედურება ექნება და შენი ცხოვრება დღითი დღე უარესდება. თხოვ, მომისმინე. ჯოჯოხეთში წახვალ. მოუსმინეთ ვიდეოს, რომელიც ჩემს გვერდზე მაქვს ჯოჯოხეთის ხმები, მოუსმინეთ ჯოჯოხეთში მყოფი ხალხის კვილს და ნახავთ, როგორ განიცდიან ტკივილს. ნებისმიერ მომენტში შეიძლება მოკვდე, სასაფლაოზე მარტო პენსიონერები არ არიან, ბევრი ახალგაზრდაა, დაფიქრდი. სექსს ნუ ასწავლით საზოგადოებას, ეს ეშმაკის გზაა, არ გამოდის. ეშმაკი ადვილად შემოდის და ძნელია გამოსვლა.

ერთადერთი, რისი გაკეთებაც შეგიძლია, მონანიებაა. მონანიეთ მთელი გულით. შენ არ გჯერა რასაც ვამბობ, მაგრამ მოგწონს თუ არ მოგწონს, რადგან ეს კანონია, ეს ღმერთების კანონია. ღმერთების კანონი შემოვა, როცა მოკვდები და ყველა ცოდვა სასტიკად დაისჯება. მე პირადად არც შევდივარ და არც გამოვდივარ, ყველა იმას აკეთებს, რაც უნდა თავისი ცხოვრებით, მხოლოდ გირჩევ.

არავის წინააღმდეგი არ ვარ, მხოლოდ მომავალს გეუბნები, რომელიც გელოდება.

იდი მადლობა.



უკან ინდექსი



33.- კაცი, ქალი, ქორწინება და ოჯახი.

20 წლის მამაკაცს არ უნდა და არ არის კარგი მისთვის კვირაში ერთხელ ეაკულაციური სექსი. 30 წლის მამაკაცს არ უნდა ჰქონდეს სექსი ეაკულაციის დროს თხუთმეტ დღეში ერთხელ. 40 წლის მამაკაცს არ უნდა ჰქონდეს სექსი ეაკულაციის დროს 20 დღეში ერთხელ.

50 წლის ადამიანს თვეში ერთხელ არ უნდა ჰქონდეს სექსი ეაკულაციის დროს. 60 წლის მამაკაცმა სექსის გარეშე უნდა იცხოვროს. ეს არის ჯანმრთელობისთვის. მიერთებით ადამიანებს მოსწონთ სექსი, კარგი, მაგრამ სექსი ეაკულაციის გარეშე, ასე რომ თქვენ შეგიძლიათ შეინარჩუნოთ ჯანმრთელობა.

მაგალითს მოგიყვან: ერთხელ დანყებითი სკოლის მოსწავლე მიდის მეგობრის სახლში, რომელიც მას პორნოფილმს უჩვენებს. იმ დღიდან სახლში, ყოველდღიურად 4-ჯერ მასტურბირებს. ეს მოსწავლე საუკეთესო იყო კლასში და ამდენი მასტურბაციის გამო ჯანმრთელობის პრობლემები ჰქონდა: თავის ტკივილი, თმის ცვენა, სახის მწვანე-თეთრი ფერი.

ის უფრო გამხდარია, ვერ დადის კარგად, აწუხებს თირკმელები, სისხლი კარგად არ ცირკულირებს, კარგად ვერ იძინებს, რადგან ბევრი კომპარები ხედავს, ხდება არაკომუნიკაბელური და ეს ყველაფერი ზედმეტად მასტურბირებიდან მოდის. ახალგაზრდა ასაკი. თუ ასეთი პატარა ასაკიდან ბევრი სექსი გაქვთ, ჯანმრთელობასთან დაკავშირებული პრობლემები შეგექმნებათ და შეიძლება დიაბეტი გამოიწვიოს. შაქრიანი დიაბეტი გავლენას ახდენს ახალგაზრდებზე და ახალგაზრდებზე.

ბევრი ქალია, რომელსაც ცუდი ჩვევა აქვს დღეში მრავალჯერ დაკავდეს სექსით და მამაკაცებზე. ამან შეიძლება გამოიწვიოს თირკმელების პრობლემები როგორც მამაკაცებში, ასევე ქალებში. თუ მამაკაცი დღეში ბევრჯერ ამოიწურება, მას ჯანმრთელობის პრობლემები შეექმნება. როდესაც თირკმელების პრობლემა გაქვთ, ჯერ შეამჩნევთ, რომ თმა თანდათან გცვივა და თავს სულ უფრო სუსტდება, სახე გიყვითლდება, ფერმკრთალი.

აბორტმა შეიძლება გავლენა მოახდინოს მომავალში შვილების გაჩენაზე. თუ აბორტს გაიკეთებთ, დაორსულების ალბათობა 25%-ით ნაკლები იქნება. თუ ორჯერ გაათავისუფლეთ, 50%-ით ნაკლები გექნებათ ბავშვის გაჩენის შანსი. სამჯერ აბორტის შემთხვევაში, ბავშვის გაჩენის ალბათობა 75%-ით მცირდება. გარდა მნიშვნელოვანი ფსიქოლოგიური პრობლემებისა. 4-ჯერ აბორტის შემთხვევაში, ბავშვის გაჩენის ალბათობა თითქმის 100%-ით მცირდება. როცა აბორტს აკეთებ, მაშინ გაქვს რამდენიმე პრობლემა: პირველი ის, რომ გაგიჭირდება დაორსულება, მეორე პრობლემა როცა ხარ ორსულად, შესაძლოა 2, 3, 4, 5, 6 ან 7 თვეში. ბავშვი საშვილოსნოში კვდება. იმიტომ რომ? რადგან მის საშვილოსნოში აბორტები მოქმედებს. საშვილოსნო ცივია, არ არის თბილი და ნაყოფი შიგნიდან თავს ცუდად გრძნობს, თითქოს ძალიან ცივი სახლია და ასევე ბევრი წყალი აქვს ქვეშ. ეს ცუდია ნაყოფისთვის. თუკი ერთ დღესაც გინდა შვილების გაჩენა, არ გაათავისუფლო, შენთვის სასიკეთოდ, რადგან ხორციითა და სისხლისგან ვართ შექმნილი. ორგანიზმი ვერ იტანს, ფსიქოლოგიურად მშვიდად ვერ იქნები. შენ არასოდეს გექნება პატიება არც სინდისისგან და არც ღმერთებისგან. მიუხედავად იმისა, რომ ადამიანთა კანონები პატიობს, შემდგომი ცხოვრების კანონი არასოდეს გაპატიებს.

მეორე მხრივ, ზაფხულის დადგომისას ქალები ატარებენ მსუბუქ ტანსაცმელს, თასმებს, თავისუფალ ზურგს, ჭიპის გამოსახულ მოკლე ბლუზებს, მამაკაცების პროვოცირების მიზნით მოკლე კალთებს. ეს არ არის ლამაზი. ლამაზი არის ელეგანტური. არ უნდა ჩაიცვათ მსუბუქი ტანსაცმელი. აჩვენებს ყველაფერს, რაც თქვენ გაქვთ პროვოცირებას მამაკაცებს. ეს არ არის კარგი თქვენთვის ან ხალხისთვის.

როდესაც ქალი ატარებს საკიდებს და ყველაფერი ღიაა ისე, რომ არ იყოს ცხელი, პრობლემა ის არის, როდესაც ის შედის მაღაზიაში კონდიციონერით, განსხვავება გარედან სიცივეს შორის შეიძლება გამოიწვიოს ცივი ჰაერის შელწევა ზურგიდან, ჭიპიდან. გავლენას ახდენს ფილტვებზე, თირკმელებზე, საშვილოსნოზე.

როდესაც საშვილოსნო ცივი რჩება, შეიძლება პრობლემები შეგექმნათ სხეულის ამ ნაწილში. ასევე ცივი ჰაერი შეიძლება შევიდეს ფეხებს შორის საშვილოსნომდე.

ყველა ამ პრობლემის თავიდან ასაცილებლად, არ ჩაიცვათ მსუბუქი ტანსაცმელი და არ აჩვენოთ ყველაფერი, პროვოცირება მოახდინოთ ყველას.

ეს არ არის კარგი თქვენთვის და სხვებისთვის.

ქორწინება

გამარჯობა. ქორწინება არის საზოგადოების, ქვეყნის, მთელი მსოფლიოს საფუძველი. ეს ყველაზე მთავარია. იმიტომ, რომ თუ ქორწინება კარგად არ წარიმართება, იწყება პრობლემები, რომლებიც გადაეცემა საზოგადოებას, სახელმწიფოს, ქვეყანას და მთელ მსოფლიოში. როცა ქორწინება არ ეწყობა, ყოველთვის კამათობენ და ჩხუბობენ, ამას ბავშვები ხედავენ და სწავლობენ და მერე საზოგადოებას გადასცემენ, იგივეს აკეთებენ მომავალ პარტნიორთანაც. ბავშვის აზროვნებაში ყველაფერი ჩანერილია და როდესაც ის უფრო იზრდება, ის იგივეს აკეთებს, რაც მშობლებისგან ისწავლა. ქორწინება განქორწინდება, ბავშვები მართო რჩებიან დედასთან ან მამასთან. ოჯახი არ არის სრული. ეს არ შეიძლება იყოს ძალიან დაბალანსებული, რადგან ის არ არის ბედნიერ ოჯახში. ის საკუთარ თავს ადარებს სხვა შვილებს, რომლებსაც აქვთ ბედნიერი ოჯახი და ეს მას ბევრ პრობლემას უქმნის.

სიყვარული მოდის და მიდის. როდესაც სიყვარული ტოვებს, სხვა სიყვარულს ეძებენ და შემდეგ მოდის განქორწინება. ყველაზე მიზანშეწონილი, როგორც ბუდისტები ამბობენ, არის წყვილის ურთიერთპატივისცემა, რათა ბედნიერი ცხოვრება იყოს. რადგან პატივისცემა ბევრად უფრო მნიშვნელოვანია ვიდრე სიყვარული. იმიტომ რომ სიყვარული არასანდოა.

არის თუ არა სიყვარული, თუ თქვენ შეგიძლიათ შეინარჩუნოთ ურთიერთპატივისცემა და ზრუნვა ერთმანეთის გულით, ეს ქორწინება შეიძლება გაგრძელდეს მთელი ცხოვრება. საფუძველი ურთიერთპატივისცემაა. ამ პატივისცემის შემდეგ ჩნდება სიყვარული და ეს სიყვარული მყარია, რადგან ურთიერთპატივისცემაზე დამყარებული. ასე რომ, ქორწინება გრძელდება მთელი ცხოვრება.

ახლა ადამიანები ქორწინდებიან მხოლოდ ერთი საფუძველზე: სიყვარული. მაგრამ სიყვარული, ის მოდის და მიდის.

ასეთ შემთხვევაში, როცა სიყვარული წავა, ბავშვებს პრობლემები შეექმნებათ. ამდენი დანგრეული ოჯახი, ამდენი ბავშვი განიცდის შედეგებს. ეს შეიძლება იყოს ტრავმული ბავშვისთვის და პრობლემები შეუქმნას ბავშვის მომავალს, საზოგადოებას და მთელ მსოფლიოში. ამიტომ ბედნიერი ოჯახი უნდა გქონდეს, რომ ფიზიკურად და სულიერად ბედნიერი შვილი გყავდეს.

ბევრი ადამიანის მსგავსად, როცა დაბერდებიან, კლავენ, სჩადიან დანაშაულს, კლავენ,, ხდებიან ტერორისტები... ეს ყველაფერი იმიტომ, რომ ოჯახი კარგად არ ასწავლის და არ ასწავლის. ამიტომ ოჯახში, რომელსაც პრობლემები აქვს, ბავშვები, როცა გაიზრდებიან, შეიძლება საზოგადოების პრობლემა იყოს...

უკვე ვნახეთ, ამდენი ტერორისტია, რადგან ოჯახები კარგად არ ასწავლიან და ბავშვები აყრიან. დამნაშავე მამა და დედაა. ამიტომ წყვილი, რომელიც არ არის ბედნიერი, რომ არ არის კარგად

არც საზოგადოებაა კარგი. თუ საზოგადოება არ არის კარგად, მთელი ქვეყანა არ არის კარგად. თუ მთელი ქვეყანა არ არის კარგად, ეს სამყარო საერთოდ არ არის კარგად.

ამიტომ გამოსავალი თავიდანვეა. ჩვენ ყველას გული გვაქვს ერთმანეთის მიმართ და არ მოვითხოვთ ბევრი. უკეთ ცნობილი ცუდია, ვიდრე კარგი იცოდე. ის ცდილობს შეინარჩუნოს ოჯახი ორივეს დათმობით, ქორწინების და უდანაშაულო ბავშვების სასიკეთოდ. ბავშვები არ არიან დამნაშავე. შეეცადეთ იცხოვროთ ურთიერთპატივისცემით, რათა არ დაარღვიოთ ოჯახი. შეეცადეთ არ გაათავისუფლოთ, რადგან ყველაფერი, რასაც ბავშვი ხედავს, სწრაფად სწავლობს, კარგიც და ცუდიც. არაფერს ამბობს, მაგრამ სწრაფად სწავლობს. ყველას გულისთვის, გთხოვთ, ჩვენ ყველამ უნდა ვიყოთ პასუხისმგებელი ჩვენს შვილებთან, ვასწავლოთ და კარგად ვასწავლოთ ისინი.

თუ ოჯახი კარგად არ ასწავლის, ბავშვები რომ გაიზრდებიან, ყველას პრობლემას შეუქმნიან. ამიტომ ყველაფერი ქორწინებიდან იწყება. თუ ქორწინება ბედნიერია, ეს საზოგადოება, ეს სამყარო სამოთხე იქნება.

ოჯახი

თუ ოჯახი არ არის ბედნიერი, შეიძლება გავლენა იქონიოს საზოგადოებაზე, მთავრობაზე, სამყაროზე.

თუ ბავშვს სწორად არ ასწავლიან და მამამ და დედამ არ მისცეს კარგი განათლება, ერთ დღეს შეიძლება ზიანი მიაყენოს ოჯახს, ზიანი მიაყენოს საზოგადოებას, ზიანი მიაყენოს ქვეყანას ან თუნდაც მსოფლიოს. ტერორისტების მსგავსად, რომლებსაც შეუძლიათ თვითმფრინავის აფეთქება და ადამიანების თაიგულის მოკვლა ან თვითმკვლელი ტერორისტების ან მასობრივი მკვლელობები იარაღით. ეს ცუდი განათლების შედეგია. თუ მშობლები კარგ განათლებას არ მისცემენ, ეს შეიძლება გავლენა იქონიოს საზოგადოებაზე, მთავრობაზე და მსოფლიოზე.

ყველაზე მნიშვნელოვანი ოჯახია. ცოლ-ქმარი ბედნიერები უნდა იყვნენ და ვერ დაშორდებიან, როცა განქორწინდებიან, ყველაზე მეტად ზარალდებიან მათი შვილები და როცა არასრულ ოჯახში იზრდებიან, შეიძლება მეტი ფსიქიკური პრობლემები ჰქონდეთ. ეცადე იყო ბედნიერი, არ დაშორდე. საზოგადოების საკეთილდღეოდ, პირველ რიგში, მშობლებსა და შვილებს შორის კარგი ურთიერთობაა.

თუ ოჯახს პრობლემები აქვს, არც საზოგადოება იქნება კარგი და არც ხელისუფლება.

ყველაფერი ერთია: ოჯახი, საზოგადოება, მთავრობა და სამყარო, ჩვენ ყველანი ერთი ვართ. თუ შვილებს კარგ განათლებას არ ვაძლევთ, მიზეზს არ აქვს მნიშვნელობა, მშობლების წარუმატებლობას, რადგან კარგ განათლებას არ აძლევენ. ჩვენ ვართ მამები და დედები და უნდა ვასწავლოთ ჩვენს შვილებს, რომ იყვნენ კარგი მოქალაქეები, დაეხმარონ საზოგადოებას, დაეხმარონ ოჯახს, სახელმწიფოს და სხვა ადამიანებს. ჩვენი მისია არ არის მხოლოდ ბავშვების გაჩენა და მათი აღზრდა. მთავარია მივცეთ კარგი განათლება, რომ ჩვენი შვილი იყოს კარგი ადამიანი და დაეხმაროს სხვებს, ეს არის ყველაზე მნიშვნელოვანი. გირჩევ, შვილის სიყვარულით ნაკლები მომთხოვნი იყო შენი პარტნიორის მიმართ და არ ეცადო სხვა იპოვო, შენი ნამდვილი პარტნიორი კარგია. ხელში ჩიტი ასზე მეტი ღირს ჰაერში. შეეცადეთ იყოთ ბედნიერი და არ იყოთ ძალიან მომთხოვნი, რათა თქვენი ურთიერთობა სამუდამოდ გაგრძელდეს და ყველას სასიკეთოდ, ეს ძალიან მნიშვნელოვანია. ყოველთვის არ იფიქროთ საკუთარ თავზე და შეეცადოთ იპოვოთ სხვა პარტნიორი, თქვენი ნამდვილი პარტნიორი კარგადაა, არ შეხედოთ სხვას და ასე იყოთ ბედნიერი. გთხოვთ მომისმინოთ, ჩვენ ვართ პასუხისმგებელი ჩვენი შვილების ქმედებებზე, პირდაპირ თუ ირიბად. ყველა ბავშვი, რომელსაც არ აქვს კარგად განათლებული, თუ

ადამიანური კანონები არ სჯის მათ მშობლებს, ღმერთის კანონი ითხოვს, რომ კარგი განათლება არ მისცეს.

თქვენ უნდა იცოდეთ, რომ უპირველეს ყოვლისა, ოჯახი კარგად უნდა იყოს, ამიტომ ჩვენ ყველანი ერთნი ვართ.

იყავი კარგი შვილი

მეგობრები ვერასდროს გეყოლებათ, თუ პირველ რიგში არ დანებდებით და მათ მიმართ კარგად არ იქნებით.

მამა და დედა დიდ სიყვარულს ანიჭებენ შვილებს და თუ არ გიყვართ, როგორი ადამიანი ხართ? უნდა იცოდეთ, პირველ რიგში, რომ კარგი შვილი უნდა იყო. სახლიდან გასვლისას სათანადოდ უნდა ჩაიცვათ, გამარჯობა და ნებართვა სთხოვოთ. ყოველთვის, როცა მშობლები გელაპარაკებიან, ყოველთვის უნდა მოუსმინო მათ.

როცა გირეკავენ, მათი სახელი უნდა თქვა და პატივი სცე მათ, ძალიან პატივცემულო. როდესაც მათ ესაუბრებით, ეს უნდა იყოს ხმის რბილი ტონით, მათგან ღიმილით და მშვილდით. ჩვენ უნდა დავიცვათ მშობლები, რადგან მათ ბევრი ვალი გვაქვს და ეს სიკეთე მათ უნდა დავუბრუნოთ. თუ ასე მოიქცევი, კარგი ადამიანი იქნები და შვილებიც კარგად იქნებიან შენთან.

თუ მშობლებთან არ ხარ კარგად, შვილები მომავალშიც ვერ იქნებიან შენთან, რადგან ყველაფერი ნასწავლია. თუ კარგი შვილი ხარ, შეგიძლია იყო კარგი მეგობარი, კარგი მამა, კარგი მოქალაქე საზოგადოებისთვის, სახელმწიფოსთვის, ყველასთვის, მაგრამ ჯერ კარგი უნდა იყო შენი მშობლებისთვის.

არასოდეს აუწიო ხმა მამას და დედას, არავითარ შემთხვევაში არ უნდა გააპროტესტო ან წუწუნო, ყველაფერი მოკრძალებულად უნდა გააკეთო, ყველაფრისთვის მშობლებს ნებართვა სთხოვო. ეს არის სიკეთის პრინციპი, ნებისმიერი სიკეთის აქტი. უპირველეს ყოვლისა, იყავით კარგი მშობლების მიმართ. დაიმახსოვრე, როცა მშობლები ერთ დღეს გარდაიცვლებიან, ბუდისტების აზრით, წვეულება 3 წლის განმავლობაში არ შეგიძლია. ყოველთვის მოგიწევთ მათზე ფიქრი. არ მოეწონოთ ბევრ ადამიანს, რომლებიც დაკრძალვის შემდეგ მიდიან წვეულებაზე რამდენიმე დღის შემდეგ და ყველაფერს გრძნობის გარეშე ივინყებენ. ყველა ამ პირობას რომ დააკმაყოფილებ, კარგი შვილი იქნები.

როცა შენს მშობლებს რამე სჭირდებათ, მათ არ უნდა ჰკითხოთ, თქვენ უნდა იცოდეთ რა სჭირდებათ. თქვენ უნდა შესთავაზოთ მათ ყველაფერი, რაც შეგიძლიათ მთელი გულით.

მამა და დედა შვილებს დიდ სიყვარულს ანიჭებენ. თუ ბავშვებს არ უყვართ ან პატივს არ სცემენ მშობლებს, როგორი ადამიანები არიან ისინი? ასე რომ იცოდეთ, პირველ რიგში კარგი შვილი უნდა იყო.

სახლიდან გასვლამდე უნდა ჩაიცვათ სათანადოდ, მიესალმით მშობლებს და წასვლის ნებართვა სთხოვოთ.

როდესაც მშობლები საუბრობენ, თქვენ უნდა მოუსმინოთ მათ მთელი პატივისცემით.

როცა დაგიძახებენ, სასწრაფოდ უნდა წახვიდე, უარს ვერ იტყვი. თქვენ უნდა მიანიჭოთ მათ მთელი თქვენი პატივისცემა. როცა მიმართავთ მამას ან დედას, ეს უნდა იყოს რბილი ხმით, ღიმილით და თავის დახრილობით. ჩვენ ძალიან ბევრი სიკეთე გვმართებს მშობლების მიმართ! ჩვენ უნდა გადავუხადოთ ყველაფერი, რაც მათ გააკეთეს ჩვენთვის. თუ ასე მოიქცევი, კარგი ადამიანი იქნები და შენი შვილებიც კარგად იქნებიან შენთან. იმიტომ რომ ყველაფერი ნასწავლია. თუ კარგი შვილი ხარ, შეგიძლია იყო კარგი მეგობარი, კარგი მოქალაქე საზოგადოებისთვის, სახელმწიფოსთვის, მთელი მსოფლიოსთვის. უპირველეს ყოვლისა, თქვენ უნდა იყოთ კარგი მამისა და დედის მიმართ. არავითარ შემთხვევაში არ უნდა ამოიღოთ ხმა. არ უნდა გააპროტესტოთ. თქვენ თავმდაბლად უნდა სთხოვოთ მამას და დედას რაიმეს გაკეთების ნებართვა.

ეს ყველაფერი სიკეთის დასაწყისია. ჯერ უნდა იყოთ კარგი მამისა და დედის მიმართ, რომ რაიმე კარგი საქმე გააკეთოთ.

კარგად დაიმასხოვრეთ, ბუდისტური თეორიის მიხედვით, როცა მამა ან დედა გარდაეცვალა, 3 წელი არ შეგიძლია ქეიფი და ყოველთვის უნდა იფიქრო მათზე. არა ისე, როგორც ბევრი ადამიანი, რომლებიც მამის ან დედის გარდაცვალებიდან რამდენიმე დღეში წვეულებაზე მიდიან. ამ ადამიანებს არ აქვთ გრძნობები. თუ ამას გააკეთებ, კარგი შვილი იქნები.

თუ მამას ან დედას რამე სჭირდება, არ უნდა ითხოვონ, რადგან სანამ გთხოვენ, უნდა იცოდეთ რა სჭირდებათ და ავტომატურად შესთავაზოთ მთელი გულით.

შესთავაზეთ მათ ყველაფერი, რაც შეგიძლიათ.

ასე რომ, კარგი შვილი იქნები.

იდი მადლობა.



უკან ინდექსი



33. დაავადებები და თვითგანკურნება

ასეთი დაავადებებისგან გამოჯანმრთელებისთვის ერთადერთი ეფექტურია ბუდისტური თეორიის სწავლა. ყველა სახის ფსიქოლოგიური დაავადება დამოკიდებულია აზროვნებაზე.

ბუდისტები სწავლობენ ჩვენი აზროვნების კონტროლს. იმისათვის, რომ აკონტროლოთ თქვენი აზროვნება, პირველი, რაც უნდა გააკეთოთ, არის ისწავლოთ ფიქრი სხვებისთვის. ნუ ვიფიქრებთ საკუთარ თავზე. რაც უფრო მეტს იფიქრებ "ჩემზე", მით მეტი პრობლემა გექნება.

ნებისმიერი სურვილი, თუ ის არ შესრულდა, იწვევს ძალიან დიდ იმედგაცრუებას. რაც მეტი სურვილია მით მეტი იმედგაცრუება. ეცადე არ გინდოდეს. ამ სამყაროში რამდენიმე წელი ვიცხოვრებ. სურვილები სუფთა ფანტაზიაა, არაფერია რეალური, არაფერია, არაფერია. ეს არის სუფთა ფანტაზია. „მე“-ს სიცოცხლე რამდენიმე წელი აქვს. სანამ სხეული არსებობს, "მე" არსებობს, მაგრამ როდესაც სხეული იშლება და კვდება, ეს "მე" ქრება. რასაც ხედავ და რასაც ეხები ტელევიზორის ეკრანს ჰგავს. ტელევიზორის ეკრანზე ბევრი კარგი და ცუდი სურათი გადის, მაგრამ როცა ტელევიზორს ვთიშავთ, რა რჩება? არაფერი დარჩა, ყველა სურათი გაქრა. ეს არის ის, რასაც ჩვენ ბუდისტები ვხედავთ, სუფთა ფანტაზია.

ეკრანზე არაფერი რჩება. . რეალური არაფერია.

იმისათვის, რომ განკურნოთ ფსიქიკასთან დაკავშირებული ყველანაირი დაავადება და გაიმუშაოთ ნერვები, სტრესი... საკმარისია ნაკლები იფიქროთ „მე“-ზე. ნაკლებად იფიქრე საკუთარ თავზე, გქონდეს დიდი გული სხვების დასახმარებლად. თქვენ უნდა გაიგოთ ეს.

ამ შემთხვევაში ფსიქოლოგიური პრობლემები არ იქნება.

აზროვნება ერთადერთია, რისი განკურნებაც შესაძლებელია. აბებით შეგიძლიათ აკონტროლოთ დაავადება ცოტა ხნით, მაგრამ ეს არ ნიშნავს რომ ის განიკურნება. განკურნების მიზნით, თქვენ უნდა გააკეთოთ სხვებისთვის და დაივიწყოთ თქვენი ინტერესები. სულ ეს არის, რაც შეგიძლია.

ბუდისტი ცდილობს ისწავლოს და გააკეთოს ყველაფერი სხვებისთვის. ჩვენ ბუდისტებს არ გვაქვს ამ ტიპის დაავადებები, რადგან გვესმის, რომ ცხოვრება სუფთა ფანტაზიაა, არაფერია რეალური. ჩვენ ვფიქრობთ, რომ ყველაფერი ფანტაზიაა.

გარდაცვლილი გვამია და მეტი არაფერი. ლპება, მატლები გამოდიან... არ აქვს მნიშვნელობა მდიდარი, ღარიბი თუ ძლიერი. როცა ვკვდებით, ორგანიზმი რამდენიმე საათში უარესდება. და ჩვენთან არაფერი მიგვაქვს შემდგომ ცხოვრებაში.

თუ ამის გაგება შეგიძლია, ბევრად უკეთ იცხოვრებ და არანაირი წნეხი და დაავადება არ გექნება.

როგორ განკურნოთ კიბო

როდესაც ადამიანს აქვს კიბო, მისი განკურნება ძალიან რთულია.

იმიტომ რომ?

იმის გამო, რომ როდესაც ქიმიოთერაპია კეთდება, ქიმიური ნივთიერება კლავს ჯანსაღ უჯრედებს და კიბოს უჯრედებს. ასე არ კურნავს.

თუ თქვენ გაქვთ ოპერაცია კიბოს მიერ დაზარალებული ნაწილის მოსაშორებლად,

ყველაფერი არ არის მოხსნილი, კიბო ისევ შიგნითაა. ამ მიზეზით კიბო ძნელად განკურნებადია.

როგორ იკურნება?

დარწმუნებული ვარ, თუ მომისმენ და ჩემს მითითებებს მიჰყვები, განიკურნები.

კიბოს გამომწვევი ორი გზა არსებობს:

1.- აზრი

2.- საჭმელი.

1.- ფიქრობდა.

ფიქრი და მოქმედებები ძალზე მნიშვნელოვანია, რომ შევძლოთ კიბოს განკურნება.

ცხოვრება სავსეა ნერვებით, სამსახურში ზენოლით, ბრაზით, სევდით...

ყველა სახის უარყოფითი ემოცია, რომელიც ცვლის სისხლის მიმოქცევას.

თუ სისხლი კარგად არ ცირკულირებს, ის ვერ აღწევს სხეულის ყველა ნაწილს,

და ის გროვდება ერთ მომენტში, რადგან კარგად არ ცირკულირებს, ამ დროს ნელ-ნელა ლპება, წარმოქმნის

სიმსივნეს, რომელიც მოგვიანებით გადაგვარდება კიბოში.

ეს არის ერთ-ერთი მიზეზი, რის გამოც ერთი და იგივე ორგანიზმი აწარმოებს კიბოს.

ბევრი ადამიანი ძალიან გვიან მიდის დასაძინებლად. სხეული თავისი ბუნების მიხედვით უნდა დაისვენოს.

თუ გსურთ იყოთ ჯანმრთელი, ღამით ადრე უნდა დაიძინოთ.

და დილით ადრე უნდა ადგე

2.- საჭმელი.

კიბოს მქონე ადამიანების 85% არის საკვების და იმის გამო, რასაც ჩვენ ვჭამთ.

პირველი სიმპტომი არის ის, რომ სხეული მუშავებს ხდება.

ეს დამოკიდებულია საკვებზე. ეს ადამიანები ჭამენ ბევრ კვერცხს, ყველს, თეთრ შაქარს,

და ყველანაირი ტკბილეული. ამ საკვების მიღებამ შეიძლება გამოიწვიოს კიბო.

საკვები, რომელიც იწვევს ორგანიზმის მუავიანობას, ასევე; ლორი, ქათამი,

ძროხა, ცხენი, ღორი... ანუ ყველანაირი ხორცი და თევზი. პური და ცხიმები, როგორიცაა კარაქი

ისინი ასევე გამოიმუშავენ მუშავებულ სხეულში.

ნებისმიერი საკვები, რომელიც შედის სხეულში, პირველ რიგში კვებას კიბოს უჭრედებს. რაც უფრო მდიდრებს ჭამთ, მით მეტი სიმსივნე გაქვთ.

კიბო მდიდრების დაავადებასაც უწოდებენ. იმიტომ, რომ მდიდრები ბევრ საკვებს მიირთმევენ ბევრი ვიტამინებით და ძალიან "მდიდარი".

რაც უფრო მეტს მიირთმევთ ამ ტიპის საკვებს, მით უფრო ცოცხალი იქნება კიბო თქვენს ორგანიზმში. თუ მეტს ჭამთ "ღარიბი" კიბო უფრო ღარიბი გახდება.

არსებობს სამედიცინო კვლევა მთაზე მცხოვრებ ბუდისტ ბერებზე. ამ კვლევის მიხედვით, კიბო თითქმის არცერთს არ აქვს.

იმიტომ რომ?

ჯერ ერთი, მშვიდი ცხოვრების გამო, მათ არანაირი ნერვები არ აქვთ.

მეორე და ექიმების აზრით, მათი საკვებისთვის. რას

ჭამენ?

მიირთმევენ მარცვლეულს, ვაშლს, ბანანს, ლიმონს, ყურძენს, ჩაის... მთელი ამ ტიპის საკვები ჯანსაღი და ცუდი საკვებია. რაც

ღარიბია

რომ არ არის სიმდიდრე ვიტამინებში.

რაც უფრო მეტ ვიტამინს შეიცავს საკვები, მით უფრო ბედნიერია კიბოს უჯრედები. დღითიდღე ძლიერდება, უფრო სწრაფად მრავლდება და ადამიანები უფრო ადრე კვდებიან.

თუკი კიბოს განკურნება გასურთ, სავალდებულოა უარი თქვათ ყველა სახის ხორცზე, ყველზე, კვერცხზე, ტკბილეულზე, პურზე. კარაქი.

თქვენ არ უნდა მიირთვათ რომელიმე ამ საკვებიდან. უნდა იცხოვროთ მშვიდი ცხოვრებით, ნერვების გარეშე, სევდის გარეშე, ზენოლის გარეშე. შეეცადეთ იცხოვროთ მშვიდად.

ტირაჟი რომ იყოს კარგი, არ უნდა გაბრაზდეთ და არ ნერვიულობდეთ.

თუ სისხლის მიმოქცევა ცუდია, ეს გავლენას ახდენს თქვენს ჯანმრთელობაზე.

თუ არ შეწყვეტთ ხორცის, ყველის, შაქრის ჭამას... კიბოსგან ვერასოდეს განიკურნებით. ღმერთი ვერ დაგეხმარება. ერთადერთი, ვისაც შეუძლია დაგეხმაროთ, თქვენ ხართ.

ექიმებიც კი ვერ დაგეხმარებიან. თუ არ შეწყვეტთ კიბოს უჯრედებს ისეთი საკვების მიცემას, როგორც მათ მოსწონთ, როგორ აპირებთ განკურნებას? შეუძლებელია.

იყო ადამიანი, რომელსაც კიბო ჰქონდა და ექიმი ეუბნება, ვერაფერს აკეთებ, გვიანიაო.

წავიდა სხვა ექიმთან, რომელმაც უთხრა: განკურნება ძალიან ადვილია. მე გეუბნები იმას, რისი ჭამა შეგიძლია ან არ შეგიძლია და განიკურნები. თქვენ უნდა იყოთ ვეგეტარიანელი: არ უნდა ჭამოთ: ხორცი, თევზი, კვერცხი, ყველი, შაქარი, ნამცხვრები, ისინი მთლიანად უნდა გამოირიცხოთ რაციონიდან. თქვენ მხოლოდ უნდა მიირთვათ როგორც ვეგეტარიანელი: მარცვლეული, ხილი, ბოსტნეული, ჩაი და დალიოთ ღვინო, მაგრამ დათვრის გარეშე.

ეს ვეგეტარიანული საკვები, რადგან ისინი ღარიბია, კიბოს უჯრედები ვერ ცოცხლობენ. ვინაიდან თქვენ არ კვებავთ კიბოს უჯრედებს, თანდათან ეს უჯრედები კვდებიან და კიბო ქრება. თუ საკვები არ არის, შეუძლებელია ცხოვრება.

კარგად დაიმახსოვრეთ: თუ საკვებს არ აძლევთ კიბოს უჯრედებს. კიბო ვერ იცოცხლებს. რაც უნდა გვახსოვდეს არის ის, რომ ქიმიოთერაპია კლავს როგორც კარგ, ასევე ცუდ უჯრედებს. ყველაფერი ჩვენს სხეულშია. ქიმიკლავს ჯერ კარგ უჯრედებს, შემდეგ კი ცუდ უჯრედებს.

ნებისმიერს, სანამ კიბოს დაავადდება, აქვს სიმპტომები, რომ რაღაც არასწორია მათ სხეულში.

სიმპტომებია: კანი არ ბზინავს, ძალიან სწრაფად იღლება, მაგალითად კიბეებზე ასვლისას ძალიან იღლება, დაჯდომისას იძინებს, ფეხებს ცუდი სუნი აქვს. ყველა ეს სიმპტომი ნიშნავს იმას, რომ ჩვენ არ ვიკვებებით კარგად და რომ სხეული გვაფრთხილებს, რომ რაღაც არასწორია.

სუსტი ჯანმრთელობა და დაცვა ნიშნავს, რომ თქვენ უნდა შეცვალოთ თქვენი დიეტა. როდესაც ეს სიმპტომები გაქვთ, სწრაფად უნდა გადახვიდეთ დიეტაზე

ვეგეტარიანელი. თუ ის არ იცვლება, ნებისმიერ დროს შეიძლება გქონდეთ პრობლემები კიბოსთან.

ყველა სახის მავნე ცხიმი ხორცისგან მოდის. ცხიმი, რომელიც ცირკულირებს სისხლში, ხორციდან მოდის. ჩვენი სისხლი სქელდება და რაც უფრო სქელია, მით უფრო რთულია მისი ცირკულაცია. თუ გადაადგილება უფრო გიჭირთ, ეს იწვევს ჩვენს ორგანიზმზე უარყოფითი შედეგების სერიას; თუ ის გულში გადის, ბლოკავს მას და იწვევს გულის შეტევას; თუ ის ტვინში გადის, შეიძლება გამოიწვიოს ცერებრალური დამბლა და შედეგად სხეულის ნახევარი ინვალიდის გახდეს; სისხლი კარგად არ აღწევს სახსრებში.

გულიდან ყველაზე შორს მყოფი ფეხები პირველს განიცდის შედეგებს, შემდეგ თანდათან აწვება ფეხებს, რაც იწვევს ტკივილს და გაძნელებას სიარულის დროს. იგივე ხდება მკლავებზე, რომლებსაც ძალია ეკარგებათ.

ეს ყველაფერი წარმოიქმნება ცუდი სისხლის მიმოქცევის შედეგად. თუ სისხლი კარგად არ ცირკულირებს, ღმერთიც კი არ გიშველის. სისხლის კარგად ცირკულირებისთვის საჭიროა კარგი ხარისხის სისხლი. თუ სისხლი სქელი და ცხიმოვანია, ის კარგად არ ცირკულირებს. ვერავინ დაგეხმარება. არც ღმერთი. ერთადერთი, რაც დაგეხმარებათ, იყოთ ვეგეტარიანელი. თუ გსურთ იცხოვროთ კარგ ჯანმრთელობაზე და დიდხანს სიცოცხლეზე (რადგან ჯანმრთელობა ყველაზე მნიშვნელოვანია ცხოვრებაში სიმდიდრეზე, ოჯახზე და სხვა ყველაფერზე ადრე) ჯანმრთელობაზე უნდა იზრუნოთ თქვენს დიეტაზე ზრუნვით და კარგი აზრებით.

თქვენ უნდა გააკეთოთ კარგი საქმეები სხვებისთვის. ვიყოთ პოზიტიური, დავეხმაროთ ადამიანებს ჰქონდეთ ეს დადებითი ენერჯია და იყვნენ მხიარულები. მომწონს, როცა ადამიანებს ვეხმარები, თავს სუპერ, სუპერ, ძალიან კარგად ვგრძნობ. რ ვიცი რატომ. ძალიან ბედნიერი და სუპერ პოზიტიური ვარ. ამის მისაღწევად თქვენ უნდა დაეხმაროთ

ადამიანებს და გააკეთოთ პოზიტიური ქმედებები სხვებისთვის. ყოველთვის პოზიტიური აზროვნებით, გამოიყენე კარგი სიტყვები, არავისზე ცუდად არ ისაუბრო. ყოველთვის იფიქრე, რომ ყველა კარგია. რომ შეძლოს ხანგრძლივი ცხოვრება, კარგი მომავალი, კარგი ოჯახი, სიყვარული... ეს ყველაფერი დადებითი ენერჯიის შესაძენად.

სხვა გზა არაა. ფულის მიცემა მათთვის, ვისაც ეს სჭირდება, ეს არის ჩვენი სულის საკვები. თუ არ არის ამ ტიპის საკვები, ჩვენ ვაპირებთ ვიცხოვროთ ძალიან ღარიბი ამქვეყნად, სამწუხაროა, ყველაფერი კარგად არ იქნება. რაც უფრო ეგოისტურია, მით უფრო ძვირს გადაიხდით. ეს რომ არ მოხდეს, მინდა ყველამ შეცვალოთ ცხოვრების წესი, კვება. შეცვალეთ სხვების დახმარებით. თუ სხვებს ეხმარებით, საკუთარ თავს ეხმარებით.

ეს უნდა გესმოდეთ. თუ გსურთ იყოთ კარგად და გქონდეთ კარგი ცხოვრება, პირველ რიგში, სიკეთე უნდა გააკეთოთ ხალხისთვის.

შაქრიანი დიაბეტი

გამარჯობა. დიაბეტის გამომწვევი ორი მიზეზია, ორი პრობლემა: 1.- კვება. თუ

ბევრს ჭამთ, არაადეკვატურად და ჭამთ იმას, რაც არ უნდა, ეს გავლენას ახდენს თქვენი თირკმელების ფუნქციონირებაზე. თუ ძალიან ბევრ ხორცს მიირთმევთ, რომელიც ძნელად მოსანელებელია, ეს გავლენას ახდენს თქვენს თირკმელებზე და კუჭზე.

2.- სექსი. თუ ძალიან ბევრი სექსი გაქვთ, ეს გავლენას ახდენს თქვენს თირკმელებზე. როგორც ბუნებრივი მედიცინის ექიმმა თქვა: „30 წლის მამაკაცს შეუძლია 8 დღეში ერთხელ ეაკულაცია მოახდინოს ჯანმრთელობის პრობლემების თავიდან ასაცილებლად. 40 წლის მამაკაცს ყოველ 15 დღეში ერთხელ, 50 წლის მამაკაცს შეუძლია ეაკულაცია ყოველ 20 დღეში, ხოლო 60 წლის მამაკაცს არ უნდა ჰქონდეს სექსი. ეს არის ჩვენი სხეულის ბუნება ნორმალური ადამიანებისთვის. ამ შემთხვევაში, რადგან მამაკაცების უმეტესობას ძალიან მოსწონს სექსი, ერთადერთი, რისი გაკეთებაც შეგიძლიათ, არის

ამის გაკეთება არის სექსი რეალურად „სირბილის“ გარეშე, ეაკულაციის გარეშე. 30 წლის მამაკაცს, ყველა ახირება რომ შეეძლოს თირკმელებზე, მის ჯანმრთელობაზე ზემოქმედების გარეშე, ეაკულაცია შეუძლია მხოლოდ ყოველ 8 დღეში, 40 წლის მამაკაცს ყოველ 15 დღეში. ასე რომ, თქვენ უკვე იცით, რა უნდა გააკეთოთ, თუ გსურთ იყოთ კარგი ჯანმრთელობა და რომ სექსი არ იმოქმედოს თქვენს თირკმელებსა და ღვიძლზე. იმის გამო, რომ თირკმელების პრობლემები გავლენას ახდენს მთელი ორგანიზმის ფუნქციონირებაზე, რადგან მთელი ენერგია თირკმელებიდან მოდის.

თუ თირკმელი ფუნქციონირებს, მთელი ორგანიზმი ფუნქციონირებს. თირკმელების უკმარისობის მთავარი მიზეზი არის ძალიან ბევრი სექსი. უნდა გააცნობიეროთ. თქვენ იცით, თუ გსურთ იყოთ ჯანმრთელი, დაკავდით სექსით ეაკულაციის გარეშე.

გახსოვდეთ, რომ 50 წლის მამაკაცს შეუძლია ეაკულაცია მხოლოდ ყოველ 20 დღეში ერთხელ და 60 წლის თუ შესაძლებელია არ ეაკულაცია. გააკეთე რაც შეგიძლია, ოღონდ იმდენჯერ არ გამოიწვიო ეაკულაცია კარგი ჯანმრთელობის შესანარჩუნებლად.

თირკმელების უკმარისობის პირველი სიმპტომია ის, რომ თქვენი ფეხები თხელი ხდება. ამის შემდეგ, ფეხები დაბუჟდება და არ გრძნობ მათ, თითქოს დაღლილი იყოს. როცა დადიხარ, გაქვს ქაფზე ფეხის დადგმის შეგრძნება, თითქოს მიწას არ ეხები (მგრძნობელობის ნაკლებობა). და ბოლოს, ფეხის თითები იწყებენ გაშავებას (ნეკროზული) და ისინი უნდა მოიჭრას, რადგან წინააღმდეგ შემთხვევაში განგრენა ფეხზე მაღლა აიწვეს და მთელი ფეხი უნდა მოიჭრას.

ამიტომ, უნდა იცოდეთ, რომ მთელი ეს პრობლემა სექსის გადაჭარბებული პრაქტიკიდან მოდის. სხეულმა უნდა დაიცვას თავისი ბუნება, არ უნდა აიძულოს თავისი სხეული. არ მიიღოთ აბები, რათა დაგეხმაროთ მეტი სექსით, რადგან რაც მეტი სექსი, მით უფრო სწრაფად შეიძლება დაავადდეთ და მოკვდეთ.

მას ასევე შეუძლია გამოიწვიოს თავის ტვინის სისხლძარღვის რღვევა. ამ რღვევის გამო, ტვინის ნაწილი არ იღებს საჭირო სისხლს და უჭრედები, რომლებიც არ იღებენ ჟანგბადს, წყვეტენ მუშაობას და კვდებიან. ამან შეიძლება გამოიწვიოს სხეულის ერთ მხარეს დამბლა, ჯანმრთელობის მრავალი სხვა პრობლემა და სიკვდილიც კი. ყველაფერი ზედმეტი სექსისგან მოდის და ამდენი სექსი ძვირად იხდის თქვენს ჯანმრთელობას.

ამიტომ გირჩევთ, ყოველდღე ეცადოთ, რომ არ აანთოთ.

თუ ახალგაზრდა ხარ, ყოველ 8 დღეში ერთხელ, თუ 40 წლის ხარ, ყოველ 15 დღეში, თუ 50 წლის ხარ, ყოველ 20 დღეში ერთხელ და თუ 60 წლის ხარ, შეეცადე სქესობრივი აქტი რაც შეიძლება დიდხანს გააგრძელო.

თუ შეამჩნევთ რომელიმე სიმპტომს, რომელიც ზემოთ აღვწერეთ, ფრთხილად იყავით! სიცოცხლის გადასარჩენად უნდა იჩქარო, რადგან როგორც ხალხი ამბობს, მხოლოდ ერთხელ ცხოვრობ. შეეცადეთ იცხოვროთ ჯანსაღად. ჯანმრთელობის გარეშე არაფერია.

ვაპირებ რეალური ფაქტის ახსნას:

15 წლის კარგი მოსწავლე, ის იწყებს ბევრი პორნოფილმის ყურებას და მასტურბირებს ეაკულაციის დროს დღეში 4-ჯერ. ყოველდღიურად სპერმის მიღება ხდება 4-ჯერ. შემდეგ მას ჯანმრთელობის პრობლემები ექმნება. სანამ კარგი მოსწავლე იყო, სკოლაში ყოველთვის 10-ს იღებდა, რადგან სწავლობდა და ძალიან ჭკვიანი იყო. შემდეგ მან აირჩია მარტო სექსის ცუდი ჩვევა და მეხსიერება დაქვეითდება, თმა ცვივა, მუქი წრეები ჩნდება, სახე უყვითლდება, ფეხი კანკალდება სიარულის დროს, აქვს თირკმელების პრობლემები, ღვიძლი... . ჯანმრთელობის ყველა ეს პრობლემა ძალიან ახალგაზრდა და ხშირად (დღეში 4-ჯერ) მასტურბირებიდან მოდის. ექიმთან კონსულტაციის შემდეგ მან გამოასწორა ქცევა და დაუბრუნდა ნორმალურ მდგომარეობას.

თქვენ იცით, თუ გსურთ იცხოვროთ ჯანმრთელად, თქვენ აკონტროლებთ სექსს. არ უყუროთ ბევრ პორნოფილმს, რადგან რაც უფრო მეტს უყურებთ, მით უფრო მეტს ფიქრობს თქვენი ტვინი, მავთულები იკვეთება და გიჟდება და არ წყვეტს სექსს, არ წყვეტს მასტურბაციას, ან "დაასრულებს". შემდეგ მას უჩნდება ჯანმრთელობის ყველანაირი პრობლემა: დიაბეტი, თირკმელებისა და ღვიძლის გაუმართაობა... ყველაფერი ბევრი სექსის შედეგია. ამიტომ ზედმეტად ბევრი სექსი სიკვდილის გზაა. თუ ვიტყვი, რომ არ გქონდეს სექსი, ხალხი მეუბნება, რომ ეს შეუძლებელია, კარგი, ამ შემთხვევაში გირჩევ, თუ სექსი ასე ძალიან მოგნონს, ნუ ანთებ, ივარჯიშე შუა გზაზე ბოლომდე არ მიაღწიო, "დამკვირის" გარეშე. ასე ჯანმრთელი დარჩებით. თუ ძალიან ბევრი სექსი გაქვთ, უფრო მკვდარი ხართ, ვიდრე ცოცხალი. უკვდავი მხოლოდ პრობლემებს უქმნის ოჯახს, პრობლემებს სამსახურში, ფსიქოლოგიურ პრობლემებს... როდესაც მას აქვს ეს სიმპტომები, ის იხევს საკუთარ თავში, ხდება არაკომერციული, არ სურს სხვებთან ურთიერთობა, იზოლირებულია თავის ოთახში და არ სურს ვინმესთან საუბარი.

თუ თქვენს შვილს აქვს რომელიმე ჩამოთვლილი სიმპტომი, ფრთხილად იყავით, რომ ეს არ გაგრძელდეს და სერიოზულად არ იმოქმედოს თქვენს ჯანმრთელობაზე. მშობლებმა უნდა უყურონ და იზრუნონ შვილებზე, რადგან ბავშვებმა არ იციან და უნდა ისწავლონ.

აი რას გირჩევთ დღეს სექსთან დაკავშირებით. მადლობთ.

დიდხანს სიცოცხლე ჯანმრთელობასთან ერთად

ამ სამყაროში არსებობს სამი სახის ადამიანი, რომლებიც არ ავადდებიან:

1. კარგი ხალხი. ეს ის ხალხია, ვინც ყოველთვის ეხმარება ადამიანებს. თქვენ გაქვთ მშვიდობა და ჰარმონია თქვენს გულში. როდესაც ეხმარებით სხვა ადამიანებს, თქვენ ქმნით დადებით ენერჯიას, რომელიც მოგანიჭებთ კმაყოფილებას და სიხარულს. ეს ხალხი არასდროს ავადდება.

2. ადამიანები, რომლებიც იოგას ვარჯიშობენ. იოგას საშუალებით თქვენ შეგიძლიათ შეინარჩუნოთ თქვენი აზროვნება მოდუნებული, შეგიძლიათ აკონტროლოთ მთელი თქვენი აზროვნება. როგორც მე, რომელიც 40 წელია იოგას ვვარჯიშობ. დილით, როცა ავდგები, ნახევარი საათი იოგას ვვარჯიშობ და ძილის წინ კიდევ ნახევარ საათს ვვარჯიშობ. ასე რომ, ყოველდღე 40 წელზე მეტი ხნის განმავლობაში.

არასდროს ვყოფილვარ ავად, არ მექონია რაიმე სახის დაავადება. არ ვიცი რა არის ტკივილი და არასდროს მექონია ჯანმრთელობის პრობლემები. ეს არის მეორე ტიპის ადამიანები, რომლებიც არასოდეს ავადდებიან.

3. ადამიანები, რომლებმაც გაიგეს ბუდას სწავლების თეორია: მათ გაიგეს, რომ ყველაფერი, რასაც ხედავ და შეეხები ამ სამყაროში, არის სუფთა ფანტაზია. რეალური არაფერია. ჩვენი სული სხეულში შედის, როდესაც ის დაიბადა და ტოვებს სხეულს, როდესაც ის მოკვდება. შემდეგ ის შედის ახალ სხეულში და იბადება, რათა მოგვიანებით კვლავ მოკვდეს და წავიდეს. მაგრამ სული არასოდეს კვდება. უბრალოდ შედით და გამოდით სხეულში, რათა გაიგოთ, რომ ცხოვრება სუფთა ფანტაზიაა, არაფერია რეალური.

ამიტომ უნდა შეწყვიტო სურვილი. როდესაც ჩვენი ცხოვრების დასასრული მოდის, ყველა ჩვენი სურვილი არის = 0. რადგან როცა მოკვდებით, ჩვენთან არაფერს ვიღებთ. რეალური არაფერია. არ აქვს მნიშვნელობა თქვენს მდგომარეობას; თუ მილიონერი ხარ, ძღვევამოსილი, ღარიბი ან მათხოვარი, სხეულიც ისევე კვდება და ლპება. ამიტომ ის, რაც ახლა გაქვს, ოცნებაა. ზოგს კარგი სიზმრები აქვს, ზოგს კი კოშმარები, მაგრამ არაფერია რეალური. თუ ვინმეს შეუძლია ამის გაგება, ის ადამიანი აღარასოდეს მოკვდება. შენი სული თავისუფალი იქნება და შეგიძლია დაიბადო ამა თუ სხვა პლანეტაზე. ყველაფერი ჩვენზეა დამოკიდებული. თუ ჩვენ შევძლებთ ამ სხეულის თვითგანთავისუფლებას, მაშინ თქვენ არასოდეს გახდებით ავად. ყველამ უნდა გაიგოს. თუ ჩვენ ყველანი ერთნი ვართ და ერთი მეორეზე ზრუნავს, არასოდეს გავხდებით ავად. ხოლო თვით უფრო

დიდი მეტი ეგონებოდა და ცხოვრება უფრო რთულია, მეტი უბედურება აქვს, მეტი ავადმყოფობა, უმოკლეს სიცოცხლე, უბედურება გაქვს... ამიტომ, თუ არ გინდათ რომ გქონდეთ დაავადებები, უკვე იცით საში გზა, რომ შეინარჩუნოთ ჯანმრთელობა და არ დაავადდეთ.

მადლობთ.

თვითგანკურნება

გამარჯობა. როგორ განკურნოს ყველა სახის დაავადება დამოუკიდებლად. ცოტა ხნის წინ ოჯახის წევრთან ერთად წავიდი ექიმთან ხერხემლის პრობლემების გამო. საკმაოდ ძველი ექიმი. მისი თქმით, თუ ხერხემლის ძვლების პრობლემები გაქვთ, უნდა დალიოთ აბები, გაიკეთოთ მასაჟი, ცურვა, ტანვარჯიშის გაკეთება და ეს არის. მეტის გაკეთება არ შეუძლია. ოჯახის წევრი აკეთებს ყველაფერს, რასაც ექიმი ეუბნება, მაგრამ მაინც ტკივილები აქვს. მოგვიანებით სხვა ინგლისელ ექიმს ვესტუმრეთ, ახალგაზრდა და ლიცენზირებული რამდენიმე წლის განმავლობაში და მან გვითხრა:

ჯერ თეორიის გაკვეთილი უნდა ჩაგიტარო, რომ იცოდე როგორ განიკურნო თავი. მეთოდი განსხვავდებოდა იმ ექიმისგან, რომელსაც პირველად ვესტუმრეთ. თანამედროვე ექიმმა გამაკვირვა, რადგან მან თქვა, რომ ერთადერთი, რისი გაკეთებაც შესაძლებელია ნებისმიერი დაავადების განსაკურნებლად, თვითგანკურნებაა. და როგორ კეთდება ეს?

ჯერ ის გვიხსნის:

როცა ყოველდღიურ ცხოვრებაში გვაქვს ნერვები; ჩვენ ვჭამთ ცუდად, კონსერვანტებითა და საღებავებით სავსე ასანყობ საკვებს და ქილებს; ან ვბრაზდებით და ვწუხვართ; ან არ ვმოდრობთ და არ ვაკეთებთ ტანვარჯიშს. ჩვენ ვსუნთქავთ დაბინძურებულ ჰაერს, დაბინძურებულ წყალს... ყველა ეს სერია გავლენას ახდენს ჩვენს ჯანმრთელობაზე.

ამიტომ თქვენ უნდა:

1.- გაუფრთხილდით რას ჭამთ. თქვენი დიეტა უნდა იყოს უფრო ჯანსაღი. არ უნდა მიირთვათ ქილა, რადგან ეს საზიანოა თქვენი ჯანმრთელობისთვის

2.- ნუ გექნებათ ნეგატიური აზრები, უნდა შევცვალოთ აზროვნება, რადგან ყველანაირი ნეგატიური აზრი გავლენას ახდენს ჯანმრთელობაზე.

როდესაც ვგრძნობთ ნეგატიურ ემოციებს, მაგალითად, როცა ვართ მოწყენილი, ვიღებთ პოზებს, რომლებიც თანდათან დეფორმირებს ჩვენს სხეულს, რაც გავლენას ახდენს ხერხემალზე. მან განგვიმარტა, რომ ნერვების სერია გადის ხერხემალში და თითოეული ნერვი ურთიერთობს ორგანიზმის ნაწილთან.

ეს ნერვები პირდაპირ ტვინს უკავშირდება.

ჩვენ გვაქვს ტვინში მილიონობით უჯრედი სხეულის დანარჩენ ნაწილთან კომუნიკაციისთვის. ამ უჯრედების მეშვეობით ტვინი ბრძანებებს აძლევს სხეულის დანარჩენ ნაწილს.

როცა კონსერვანტებს ვჭამთ, ან მოწყენილი ვართ, ან ნეგატიურები ვართ, გარემო ნეგატიურია, ტვინი მოქმედებს, ნერვების კომუნიკაცია დანარჩენ ორგანიზმთან იბლოკება. ინფორმაცია წყდება ან არ აღწევს დანარჩენ ორგანიზმში. მაგალითად, თუ ინფორმაცია გულამდე კარგად არ აღწევს, გული კარგად არ მუშაობს.

თითოეულ ქვეყანას აქვს თავისი სიცოცხლის ხანგრძლივობა. ადამიანები, რომლებსაც ყველაზე დიდი სიცოცხლის ხანგრძლივობა აქვთ, იაპონელები არიან, რადგან ისინი ძალიან კარგად ზრუნავენ გარემოზე, სამუშაოზე, ძალიან მომთხოვნი არიან საკვებთან დაკავშირებით, ზრუნავენ, რომ ყველაფერი რაც შეიძლება ბუნებრივი იყოს.

მსოფლიოში ყველაზე დაბალი სიცოცხლის ხანგრძლივობა აფრიკაშია. ატმოსფერო ცუდია, საკვები ცუდია, ყველაფერი ცუდია. ამიტომაც ეს ხალხი სულ რამდენიმე წელია ცხოვრობს.

თუ გინდათ მრავალი წელი იცხოვროთ ჯანმრთელად, მხოლოდ საკუთარი თავის განკურნება გჭირდებათ. ექიმმა მოგვანოდა 20 ან 30 რამ, რასაც უნდა მოერიდოთ, გამოასწოროთ, შეცვალოთ, რაც არ უნდა გააკეთოთ, მაგრამ არ გვასწავლა რა უნდა გავაკეთოთ, რომ უარყოფითი ინფორმაცია არ შემოვიდეს ჩვენს ტვინში; როგორც ნერვები, სევდა... არ იცოდა. ამას ბუდისტური თეორია გვასწავლის.

ბუდისტური თეორია გვასწავლის როგორ მივალწიოთ მშვიდობიან ცხოვრებას. სხვა გზა არ არსებობს ჩვენი ცხოვრებისა და აზროვნების ასე ნეგატიური სტაბილიზაციისთვის. მხოლოდ ბუდისტური თეორიისა და პრაქტიკის მეშვეობით.

რატომ არის საჭირო ბუდისტური თეორიის შესწავლა?

ბუდისტური თეორია განმარტავს, რომ ცხოვრება ჯანსაღად უნდა იცხოვრო. ანუ უნდა ვიცხოვროთ მშვიდი ცხოვრებით, სურვილების გარეშე, ნეგატიური აზრების გარეშე, არ უნდა დავდეთ რაიმე ფასი რამის მიღწევაში. ასე კარგად ვერ იცხოვრებ. ჩვენ ცხოვრებაში ვიბრძვით, ეს ნორმალური და ლოგიკურია, მაგრამ არავითარი ფასი არ უნდა გადავიხადოთ ჩვენი მიზნებისა და სურვილების მისაღწევად. თუ კარგი რამ მოვა ჩვენს გზაზე, კარგი. მაგრამ თუ ყველაფერი ისე არ იქნება, როგორც ჩვენ გვინდა, კარგი, რას ვაპირებთ? თუ კარგად ჩამოვა, კარგი. თუ არ ჩამოვიდა, ესეც კარგია. ბუდისტური ფილოსოფია იცავს სიცოცხლისთვის ბრძოლას, მაგრამ იმედგაცრუებული არ უნდა ვიყოთ, თუ ჩვენს სურვილებს არ მივალწივით.

არ უნდა იმედგაცრუებული იყოთ, როდესაც ცხოვრებაში მიზანს ვერ მიაღწევთ. ჩვენ უნდა ვიბრძოდეთ მშვიდი გულით, სუფთა გულით, არავის შეურაცხყოფის გარეშე, სხვების სარგებლობის გარეშე. შეეცადეთ დაეხმაროთ ხალხს. თუ ადამიანებს ეხმარებით, ადამიანები ორჯერ, სამჯერ ან ასჯერ მეტს ბრუნდებიან. იმის მაგივრად რომ ყოველთვის იფიქრო ჩემზე, ჩემზე, ჩემზე. ეს ამბობს ბუდიზმი.

ჩვენ ვიბრძვით საკუთარი და სხვებისთვის. ორი რამ ერთდროულად. ყოველთვის არ უნდა იფიქრო „ჩემზე“; ჩემი ოჯახი, ჩემი მეგობრები... ყოველთვის ჩემთვის. არ არსებობს კარგი მომავალი ან კარგი ჯანმრთელობა, თუ მხოლოდ საკუთარ თავზე ფიქრობ. თუ გსურთ კარგი ჯანმრთელობა და კარგი ცხოვრება, აიღეთ ბუდისტური ფილოსოფია. ნუ ეცდებით სხვებს დააბიჯოთ თქვენი სურვილების შესასრულებლად. ეს არის დღევანდელი პური და ხვალინდელი შიმშილი. კარგი ცხოვრების ერთადერთი გზა სიყვარულისა და გაგების ფიქრია.

უნდა აპატიო სხვისი ნაკლი, გქონდეს პოზიტიური აზროვნება და არ დაავადდე. თუ ვინმემ გატკინა და ყოველთვის გახსოვს ვინ დაგამტკვრიალა, ვინ გატკინა, ვინ ჩაგდო ბურგში დანა, ვინ გაგაბრაზა... თქვენი ტვინი დაბლოკილია და ინფორმაცია არ გადადის ნერვებზე, რომლებიც მას სხეულის დანარჩენ ნაწილზე ანაწილებენ. მთელი ცხოვრება გექნებათ ჯანმრთელობის პრობლემები. თუ ჯანმრთელობის პრობლემები გაქვთ, ბევრი ფულიც რომ გქონდეთ, დიდხანს ვერ იცოცხლებთ.

კარგად ვერ იცხოვრებს. ცხოვრებაში უპირველესი ჯანმრთელობაა. თუ ჯანმრთელი არ ხარ, არაფერი გაქვს. ამიტომაც გირჩევ, ეცადო სიყვარულის გულით იცხოვრო. აპატიე სხვებს, როგორც შენ აპატიებ საკუთარ თავს.

თითებს ნუ აკარებ, ეცადე არავის გააკრიტიკო, რადგან ჩვენ თვითონ არ ვართ სრულყოფილები. რავინაა იდეალური. ამიტომაც არ მიუთითებთ სხვის შეცდომებზე. ასე იცხოვრებთ ჯანმრთელად და შეძლებთ დატკბეთ თქვენი ცხოვრებით, ოჯახით. მაგრამ იცით, თუ რამე გინდა, სანაცვლოდ რაღაც უნდა მისცე.

თვითგანკურნების ძალა

თვითგანკურნების სასწაული. ბუდა ამბობს: ყველაფერი ჩვენი გონების მიხედვით შესრულდება. ყველაფერი შენს გონებაშია; შენი ჯანმრთელობა, შენი ცხოვრება, შენი მომავალი, შენი ოჯახი, შენი პარტნიორი, ყველაფერი კარგი და ცუდი. ყველაფერი შენს გონებაშია. ღმერთს არ უნდა ვთხოვოთ, რადგან ღმერთი ვართ, ღვთის შვილები ვართ. ამიტომ ღმერთის თხოვნის ნაცვლად, საკუთარ თავს ჰკითხე და განიკურნე. გუშინ მეზობელ წყვილს დავეხმარე თავის განკურნებაში. ქმარი 85 წლის, ცოლი 80 წლის, ორივე კატალონიელი, ესპანელი. ეს წყვილი მრავალი წელია ქუჩაში არ გამოსულა, რადგან ორივეს ფეხის პრობლემები აქვს. როცა გარკვეულ ასაკს მიაღწევ, ფეხები ძალას კარგავს და კარგად ვერ დადიხარ. გუშინ მე დავეხმარე მათ თვითგანკურნებაში. 85 წლის მამაკაცს ფეხები დიდი ხანია სტკივა და ექიმთან არაერთხელ ყოფილა, მაგრამ ტკივილი არ განიკურნა. დადის ძალიან წელა და მოხრილი და ხელჯოხით იჭერს თავს, რადგან ძალიან ტკივა. როცა მათთან მივედი, უფალს ვუთხარი: - მომისმინე და მერწმუნე. გააკეთე რასაც გეუბნები, სხვაზე ნუ იფიქრებ. ის მპასუხობს: კარგი. მე მას ვეუბნები: დამიჯერე. ამიერიდან ფეხის არეში არ გტკივთ, დატოვებ ხელჯოხი და იარეთ პირდაპირ და სწრაფად. მამაკაცი უცებ ხელჯოხს დებს, მკერდი ასწია და სწრაფად გადის იატაკზე. ქალმა გაკვირვებულმა თქვა: - ჩემი ქმარი ახალგაზრდა ბიჭვით სიარული არ მინახავს. მისი ბინა დიდია და როცა კაცი ბრუნდება იქ, სადაც ჩვენ ვართ, ვეკითხები, როგორ არის. მპასუხობს: - არ ვიცი, რა მჭირს, ფეხები აღარ მტკივა, ძალიან კარგად ვარ და ენერჯიაც მაქვს. წარმოიდგინეთ, მრავალი წელია ქუჩაში არ იყო ჩასული, რადგან სიარული არ შეეძლო და უცებ, როცა ჩემგან ბრძანება მიიღო, შიში გაუქრა და თავი განიკურნა. რამდენიმე წამში გაქრა ის ავადმყოფობა, რომელსაც ამდენი წელი ტანჯავდა. ეს არ არის სასწაული ღვთისგან, არა. ეს საკუთარი თავის სასწაულია, რადგან საკუთარ თავს ენდობა. გონებას შეუძლია განკურნოს და გააუმჯობესოს ჯანმრთელობა ან დააზიანოს იგი. მაგრამ თქვენ უნდა გქონდეთ 100% ნდობა. მთელი სამყარო აქ არის, შენს გონებაში, ყველა კარგი მომავალი აქ არის, მთელი ბედნიერება, გრძელი სიცოცხლე. აქ შენს გონებაში შეგიძლია შენთვის სამოთხე ან ჯოჯოხეთი მოაწყო. თავიდან უფლის სანახავად რომ მივედი ვკითხე: - რა გჭირს, ბატონო? მპასუხობს: - 85 წლის ვარ, დავიღალე ცხოვრებით, მინდა მოვკვდე, აღარც იმედი მაქვს და აღარც ცხოვრება მინდა. მე ვპასუხობ: - ცხოვრება 60 წლიდან იწყება და თუ 85 წლის ხარ, ახლა მხოლოდ 25 წლის ხარ და სრულ ახალგაზრდობაში ხარ.

ახლა ისე უნდა იფიქრო, თითქოს 25 წლის იყო. გავიდა ის 85 წელი, ამიერიდან 25 წლის ხარ. როგორც მე მენდობა, უცებ, ერთ მომენტში ეს აზრი მის ტვინში შემოდის და მის სხეულს გამართულად ფუნქციონირების ბრძანებას აძლევს. რამდენიმე წუთში თქვენი ჯანმრთელობა და გონება მთლიანად შეიცვალა პოზიტიურად. სასწაულია. ეს არის თვითგანკურნების სასწაული. აგარია!

ახლა ქალბატონზე ვისაუბრებ. ის 80 წლისაა, იატაკზე დაეცა და ფეხის ძვალი მოიტეხა. მას ოპერაცია მოუწია და უკვე დიდი ხანია ლოგინში ადგომა არ შეუძლია. მე მას ვეკითხები:

- გინდა ადგომა? სიარული გინდა? ქალბატონი მპასუხობს: • დიახ, დიახ. ძალიან ვისურვებდი, რომ ავდექი და მარტო სიარული შემიძლო! ვეუბნები: • თუ გინდა ადექი, მომისმინე და რასაც გეტყვი, გააკეთე. თუ 100%-ით მენდობი, გარანტიას გაძლევთ ადგებით. ქალბატონი პასუხობს: • კარგი. მეორე დღეს ქალბატონი ფიქრობს: „ოსტატმა როჯერმა მითხრა, თუ მინდა, ავდგე და ვიარო. ვაპირებ ვცდი“
- მერე ეს აზრი უტრიალებს გონებაში და თვითონ დგება საწოლიდან. კედელს ეყრდნობა და სიარულს იწყებს. როგორ არის შესაძლებელი? ექიმმა ვერ განმაკურნაო, ოსტატი როჯერი მეუბნება "თუ გინდა, შეგიძლია საწოლიდან წამოხვიდე და იარო" რატომაც არა? დიდი ხანი მინდა გამოჯანმრთელება, არ მინდა მთელი დღე იქ ვიყო

სანოლოში. ამიტომ ამ ფიქრით ქალბატონი ადგა და წავიდა. ახლა ქალბატონი ნელა დადის, რადგან კარგა ხანია ლოგინში ადგას. წადი ფიგურა! ; თვითგანკურნება.

ვინც ახლა მომისმენს, თუ ყველა ჩემს სიტყვაზე დაფიქრდება და მომისმენს, განიკურნება: • შეგიძლია სიარული • ტკივილი არ გაქვს • შენი დაავადება გაქრება. მაგრამ თქვენ უნდა იყოთ დარწმუნებული და ენდოთ ჩემს სიტყვებს. ასე რომ, მას შეუძლია თვითგანკურნება მყისიერად. ეს არის გონების ძალა. ეს არ არის სასწაული. შენ აკეთებ სასწაულს. მხოლოდ შენ შეგიძლია თავის გადარჩენა. ექიმებმა იციან, რომ მათ შეუძლიათ დაგეხმაროთ მხოლოდ 30%-ით და დანარჩენი 70% დამოკიდებულია თქვენზე, თქვენს გონებაზე.

ვინც მომისმენს და 100%-ით ენდობა ჩემს სიტყვებს, შეუძლია თვითგანკურნება. პლუს ეს უფასოა. მცდელობით არაფერს დაკარგავთ. უბრალოდ მიიღე ჩემი სიტყვა. ყველა სახის დაავადება იკურნება, ნებისმიერი დაავადება ერთ წამში განიკურნება. თუ მომისმენ, ამან შეიძლება შენი სიცოცხლე გადაარჩინოს და ბედნიერებით სავსე ცხოვრება გქონდეს.

ყოველთვის სიყვარულით სავსე გულით, პოზიტიური აზროვნებით სავსე. ასე რომ, ყველა სურვილი შეიძლება შესრულდეს. ისეთივე მარტივი. ჩვენ ვართულებთ ჩვენს ცხოვრებას. ცხოვრება არ არის რთული. ავადმყოფობა აფუჭებს ჩვენს სხეულს და ჩვენ ავად ვართ, რადგან გვაქვს უარყოფითი აზრები. ტვინიდან ნეგატიური აზრი გადის ზურგის სვეტში და გადასცემს მთელ ორგანიზმს. ამიტომ, ეს ნეგატიური აზრი მოქმედებს მთელ თქვენს სხეულზე. სანამ ადამიანებს ავნებთ, დაფიქრდით, რადგან საკუთარ თავს ავნებთ. ამის შესახებ ბარსელონაში მყოფი ექიმი ამბობს, რომელიც ხერხემლის პრობლემებს მკურნალობს.

კარგად დაიმახსოვრეთ, თუ გსურთ კარგი ჯანმრთელობა გქონდეთ, ნუ იფიქრებთ რაიმე სახის უარყოფით აზრებზე. არ უნდა გქონდეს სტრესი, ნერვები, ბრაზი, სევდა... ეს ყველაფერი უარყოფითად მოქმედებს შენს ჯანმრთელობაზე... თუ რაიმე სახის პრობლემისგან თავის დაღწევა გინდა, მოუსმინე ჩემს სიტყვებს. იფიქრეთ პოზიტიურად მთელი თქვენი გონების ძალით და გარანტიას გაძლევთ, რომ ყველაფერი უარყოფითი ხდება პოზიტიური. ეს მარტივია, უბრალოდ ეს. გთხოვ, თუ მომისმენ, სცადე ასეთი ქორწინება. მათ შეძლეს განკურნება, ერთ წუთში განიკურნეს თავი. ამდენი წლის ავადმყოფობის შემდეგ, სიცოცხლის იმედის გარეშე, ერთ მომენტში მისი ცხოვრება უკეთესობისკენ შეიცვალა. რაც მე გავაკეთე ამ წყვილთან, ასევე შემიძლია შენთან ერთად. თქვენ უბრალოდ უნდა გჯეროდეთ ჩემი სიტყვების და მერწმუნეთ. თუ დამიჯერებთ და დამიჯერებთ, მე დაგეხმარებით ნებისმიერი დაავადების განკურნებაში მყისიერად. ეს არ არის ფანტაზია, ეს რეალურია. გთხოვ, მხოლოდ გთხოვ, მომისმინო და დამიჯერო. თუ მომისმენ და ამ თეორიით განიკურნე, უთხარი შენს ოჯახს და მეგობრებს, რომ ისინიც განიკურნონ. გახსოვდეთ, რომ ამან იმუშაოს და საკუთარი თავის განკურნება შეძლო, დადებითი ენერჯია უნდა გქონდეთ. ენერჯიის და პოზიტიური აზროვნების შესაძენად, ყოველდღე უნდა დაეხმარო ადამიანებს, უნდა გააკეთო 3 კარგი საქმე ხალხისთვის. თუ უარყოფითი ენერჯიით ხართ სავსე, თვითგანკურნების ეს თეორია არ მუშაობს. თქვენ უკვე იცით, რომ ამან იმუშაოს, აუცილებელია იყო კარგი ადამიანი და დაეხმარო ხალხს. როცა ადამიანი ნეგატიურია, თვითგანკურნება შეუძლებელია. დაიმახსოვრე: ენერჯია და პოზიტიური აზროვნება ჯანმრთელობასთან ერთად ხანგრძლივი სიცოცხლისთვის. ძლიერ ადამიანებს, მილიონერებს, ყველას უნდათ კარგად ცხოვრება. რადგან თუ ჯანმრთელობა არ გაქვს, შენი სიმდიდრე უსარგებლოა. თუ გსურთ დიდხანს იცხოვროთ, გამოიყენეთ თქვენი ფული ხალხის დასახმარებლად. ასე რომ, სხვებს, თქვენი დახმარებით შეუძლიათ გაუმჯობესება. თუ სხვების ცხოვრებას აუმჯობესებ, პოზიტიურ ენერჯიას იძენ და შენი ცხოვრებაც უმჯობესდება. თუ შენს ძალასა და ფულს არ იყენებ სხვების დასახმარებლად, ძალა და ფული შენთვის ტვირთად იქცევა. როცა მოკვდები, ჯოჯოხეთში წახვ კარგად დაიმახსოვრეთ: ისარგებლეთ, გამოიყენეთ თქვენი ფული და რესურსები დასახმარებლად

ხალხო, იმიტომ რომ ამით საკუთარ თავს ეხმარებით. მე ყოველთვის ვამბობ: - როცა ბურთს კედელს ესვრი, თუ ძლიერად აგდებ, გაძლიერებს. ამიტომ, რაც უფრო მეტად დაეხმარებით ადამიანებს, მით უკეთესი იქნებით და გექნებათ უკეთესი ცხოვრება, სავსე ჯანმრთელობა და პოზიტიური რამ. არ ისურვებდით დიდხანს სიცოცხლეს და ჯანმრთელობას? თქვენ იცით, თქვენ მხოლოდ უნდა დაეხმაროთ ხალხს. სხვა სასწაული არ არის. თუ ბოროტებას სთხოვ ღმერთს, შეუძლებელია ის დაგეხმაროთ. ღმერთი ვერ დაგეხმარება. ყველაფერი შენზეა დამოკიდებული. ასე რომ, თუ გსურთ გქონდეთ ხანგრძლივი სიცოცხლე და კარგი ჯანმრთელობა, მოუსმინეთ იმას, რასაც გეუბნებით: იყავით ყოველთვის პოზიტიური და დაეხმარეთ მათ, ვისაც ეს სჭირდება.

თვითგანკურნების სხვა გზა არ არსებობს.

იდი მადლობა.



[უკან ინდექსი](#)



34. რეინკარნაცია

ბევრს არ სჯერა, რომ სიკვდილის შემდეგ შეიძლება ხელახლა დაიბადოს, არ სჯერა ჯოჯოხეთის, არ სჯერა სამოთხის ან ღმერთის, არ სჯერა არაფრის. ამ ტიპის ადამიანები, რომლებსაც არაფრის არ სჯერათ, ყველაზე საშიშია, რადგან მათ შეუძლიათ ყველაფრის გაკეთება. მათ არ სჯერათ ღვთაებრივი სასჯელის ან ადამიანური კანონებით დაკისრებული სასჯელის, მე არაფერი მაინტერესებს, მათ შეუძლიათ ცუდის გაკეთება, ეს არის ყველაზე საშიში.

რეინკარნაცია აჩვენა ჰიპნოზის ტექნიკით.

ერთხელ ჩემმა ერთ-ერთმა სტუდენტმა დამაჰიპნოზირა და რომაულ პერიოდს დავუბრუნდი. ჩემმა ჰიპნოზის მასწავლებელმა ერთხელ დააჰიპნოზირა გაუნათლებელი ქალი, რომელსაც არანაირი განათლება არ მიუღია, როცა ჰიპნოზის ქვეშ იყო, მან სრულყოფილად ისაუბრა გერმანულად და ასევე შეუძლია გერმანულად წერა. როდესაც ის ჰიპნოზის ეფექტს გამოტოვებდა, ჩანაწერი დავუკარი და ვკითხე, რას ამბობდა და რა ეწერა ფურცელზე. მან უპასუხა, რომ სკოლაში არასდროს ყოფილა და მხოლოდ ესპანურად ლაპარაკობდა, სხვა ენები არ არის და წარმოდგენა არ ჰქონდა, რა ეწერა ჩანაწერზე ან რა ეწერა ფურცელზე. ჰიპნოზის შესახებ ნახსენებია აშშ-ს ან საერთაშორისო ჰიპნოზის ექიმების მიერ გამოცემულ ბევრ წიგნში, ისინი განმარტავენ, რომ ჰიპნოზის წყალობით შეგიძლიათ აღმოაჩინოთ თქვენი წარსული ცხოვრება.

ვისაც ამის არ სჯერა, შეუძლია ეძებოს ჰიპნოზის მასწავლებელი და როცა ჰიპნოზირებული ხარ, შენს თავს უყვები შენს წარსულზე, სხვას არავის. თქვენ შეიგრძნობთ ყველაფერს, რაც მოხდა წარსულში და შემდეგ დაიჯერებთ, რომ რეინკარნაცია არსებობს, არსებობს ჯოჯოხეთი და არსებობს ღვთაებრივი სასჯელიც. მე გხედავ, ვგრძნობ და მჯერა, რომ რეინკარნაცია არსებობს. ყველა ჰიპნოზის ექიმი მოწმობს, რომ რეინკარნაცია არსებობს ამ ტექნიკით, მაგრამ ექიმები არ არიან მიჯაჭვულნი არცერთ რელიგიაზე, ისინი მეცნიერები არიან, უბრალოდ სცადეთ ჰიპნოზი. ვისაც არ სჯერა, შეუძლია ნებისმიერ ჰიპნოზის ექიმთან მისვლა და ერთ სესიაზე ნახავ, რომ სიმართლეს ვამბობ. ბევრი წიგნია ბაზარზე და მხოლოდ მე არ ვამბობ ამას, ასევე ბევრი ექიმი, ვისაც ღმერთის არ სწამს, არამედ რეინკარნაციის. ყველა მათგანს შეუძლია გაამართლოს ის, რასაც ახლა ვამბობ.

არსებობს მრავალი ჩვენება, რომელსაც შეუძლია გაამართლოს რეინკარნაციის არსებობა.

თუ რეინკარნაცია არსებობს, ასევე არსებობს ღვთაებრივი სასჯელები, ჯოჯოხეთი და ნებისმიერი სახის სასჯელი. ადამიანს შეუძლია რეინკარნაცია ადამიანად ან ცხოველად, ყველაფერი ხდება რეინკარნაციის გზით. ვინაიდან ჩვენ გვჯერა რეინკარნაციის, თუ ამას არასწორად გავაკეთებთ, შემდეგ ცხოვრებაში ჩვენ არ დავიბადებით ადამიანებად, ჩვენ ვიბადებით ცხოველებად. თუ ხორცს ვჭამთ, შემდეგ ცხოვრებაში ჩვენ დავემსგავსებით დაბადებულ ცხოველებს და ადამიანებად დაბადებულ ცხოველებს და მათი ჯერია, რომ შეჭამონ ცხოველები და წრე არასოდეს დასრულდება.

თუ გსურთ ხელახლა დაიბადოთ როგორც ადამიანი, ნუ ჭამ ხორცს, ასე რომ ნუ ჭამ

ისინი იქნებიან ამ მანკიერი წრის ნაწილი, რადგან ცხოველები, რომლებსაც სურთ შურისძიება.

ჯობია მათ სიცოცხლეს მისცე და შენ უკეთ იცხოვრებ ახლაც და მომავალშიც. ჰიპნოზი არ გამოიგონეს ბუდისტებმა, ის გამოიგონეს ამერიკელებმა.

ბუდისტები ჰიპნოზს არ იყენებენ, მაგრამ ექიმების ან ჰიპნოზის მასწავლებლების წყალობით მათ აჩვენეს, რომ ბუდისტები სიმართლეს ამბობენ, რაც არ არის ტყუილი.

ეს ექიმები არ არიან ბუდისტები და არ სჯერათ ღმერთის ან ბუდას, მაგრამ მათ სჯერათ რეინკარნაციის.

იდი მადლობა.



უკან ინდექსი



35.- საკანი

გამარჯობა. დღეს მე ვისაუბრებ კარგ და ცუდ უჯრედებზე, რომლებიც ჩვენი ნაწილია.

ყველა უჯრედი ფიქრობდა. ყველა კარგ თუ ცუდ უჯრედს სურს ცხოვრება. ნებისმიერი სიმსივნური უჯრედი ან სხვა დაავადება, ჩვენ მას ვანარმოებთ ცუდი ფიქრებით ან იმით, რასაც ვჭამთ, ეს არის შედეგი. ჩვენს ორგანიზმში არსებულ ცუდ უჯრედებთან საბრძოლველად, ყველაფერი რაც უნდა გავაკეთოთ არის:

1- გავუფრთხილდეთ რას ვჭამთ. ნებისმიერი სახის ხორცის ან თევზის ჭამა საფრთხეს უქმნის ჩვენს ჯანმრთელობას. არავინ იცის, რა ვირუსებია ხორცში, რომელსაც ჩვენ ვჭამთ; ღორის, ფრინველის, საქონლის ხორცი... ყველა ეს ხორცი ატარებს მავნე უჯრედებს, რომელთა შესახებ ჩვენ არ ვიცით. ინფექციების თავიდან ასაცილებლად, შეეცადეთ არ მიიღოთ ხორცის ჭამა.

2- ნეგატიური აზროვნება. როდესაც ადამიანი ნერვიულობს, მონყენილია ან აქვს რაიმე სახის ძლიერი უარყოფითი ემოციები, ეს გავლენას ახდენს მის სისხლის მიმოქცევაზე. ის, რასაც ჩვენ ვჭამთ და რას ვფიქრობთ, შეიძლება გამოიწვიოს ობსტრუქცია მცირე ვენებში, რაც არ აძლევს სისხლს ცირკულაციის საშუალებას. სისხლი ამ დროს გროვდება და დღეების, თვეების ან წლების შემდეგ ყალიბდება ერთიანად, რომელიც ნელ-ნელა დადებითი უჯრედიდან ნეგატიურ უჯრედად გარდაიქმნება, გადაგვარდება კიბოდ ან სხვა ტიპის დაავადებად. ამ ყველაფრის მიზეზი ტოქსინებია, რომელსაც ჩვენ ვჭამთ ხორცს და ნეგატიურ აზროვნებას. თუ ჯანმრთელობა არ არის, არაფერია და კარგი ჯანმრთელობა რომ გვქონდეს, უნდა დავთმოთ ჭამის სიამოვნება იმისდა მიხედვით, თუ რა სახის საკვებია. შეეცადეთ ამოიღოთ თქვენი აზროვნებიდან „მოკალი, მოკალი და მოკალი“.

ჩვენ ყველას გვაქვს სხეულში უარყოფითი უჯრედები. თქვენი ნაწილი უარყოფითი უჯრედებია. ეს დამოკიდებულია ამ ნეგატიური უჯრედების რაოდენობაზე, რომელიც გვაქვს ჩვენს ორგანიზმში. თუ ეს ბევრია, შეიძლება გავლენა იქონიოს თქვენს ჯანმრთელობაზე.

ჩვენს ორგანიზმს აქვს დადებითი და უარყოფითი უჯრედები. შეეცადეთ იცხოვროთ ორივესთან. ნუ იფიქრებთ ნეგატიური უჯრედების მოკვლაზე, რადგან თუ ამაზე ფიქრობთ, ნეგატიური უჯრედები შეეცდებიან თავის დაცვას და ყოველდღიურად უფრო მეტად დაესხმიან თქვენს სხეულს. თუ მხოლოდ ნეგატიური უჯრედების მოკვლაზე ფიქრობთ, მათ ასევე იციან როგორ დაიცვან თავი. მათ უნდა ებრძოლო პოზიტიური აზროვნებით და არ ცდილობდნენ იფიქრო „მოკვლაზე“, რადგან ისინი შენი ნაწილია. სანამ ისინი იყვნენ ნეგატიური უჯრედები, ისინი პოზიტიურები იყვნენ და ჩვენი ნეგატიური აზრების და რასაც ჩვენ ვჭამთ, ისინი დაინფიცირდნენ და გარდაიქმნენ კიბოს უჯრედებად. ამიტომ უნდა ივარჯიშოთ იოგაზე, დაისვენოთ და კარგი აზრები გქონდეთ.

ცუდი უჯრედები გამოწვეულია ჩვენ მიერ; ისინი პოზიტიურიდან უარყოფითად გარდაიქმნება ძირითადად ორი მიზეზის გამო: პირველი მიზეზი

არის, როგორც უკვე გითხარით, ნერვები, სტრესი და უარყოფითი ემოციები.

მეორე მიზეზი არის საკვები, რომელსაც ჩვენ ვჭამთ. თუ ჩვენ ვჭამთ ნებისმიერი სახის ცხოველის ხორცს, ამან შეიძლება გავლენა მოახდინოს ჩვენს ჯანმრთელობაზე, ამიტომ ეცადეთ მოერიდოთ მას თქვენი ჯანმრთელობისთვის. თუ ჯანმრთელობა არ არის, არაფერია.

თუ გსურთ გქონდეთ ჯანმრთელობა, ხანგრძლივი სიცოცხლე და ბედნიერი ოჯახი, უნდა გააკეთოთ რაღაც თქვენთვის. პოზიტიური აზროვნებისთვის შეეცადეთ დაეხმაროთ სხვებს სიტყვებით, მოქმედებებით, ფულით... ასე რომ თქვენ მიიღებთ დადებით ენერჯიას ნეგატიურ უჯრედებთან საბრძოლველად. ნუ იფიქრებთ პოზიტიური უჯრედების მოკვლაზე, შეეცადეთ შეცვალოთ ისინი ნეგატიურიდან პოზიტიურზე, რადგან ადრე ისინიც პოზიტიური უჯრედები იყვნენ. პოზიტიური აზროვნებით შეგიძლიათ შეცვალოთ უარყოფითი უჯრედები პოზიტიურად.

ექიმები 30%-ით დაგეხმარებიან ისეთ დაავადებებთან ბრძოლაში, როგორცაა კიბო, დანარჩენი 70% თქვენზეა დამოკიდებული. ექიმებს შეუძლიათ კიბოს მხოლოდ ნაწილის ამოღება, მაგრამ კიბო ჯერ კიდევ თქვენს სხეულშია. მათ არ შეუძლიათ ყველა კიბოს ამოღება. ადამიანები მხოლოდ მკვლელობაზე ფიქრობენ, ყველა მოქმედება, რასაც ვაკეთებთ, რასაც ვფიქრობთ, ყოველთვის დადებითი უნდა იყოს.

მოკალი, არ აქვს მნიშვნელობა ვინ; საკუთარ შვილს, აბორტს, ცხოველებს... ვისაც თავის დაცვა არ შეუძლია, ეს ცნობიერებაში უარყოფით ენერჯიას ქმნის და ეს გავლენას ახდენს ჯანმრთელობაზე. ვინც მხარს უჭერს ან ფიქრობს მოკვლაზე, მოკვლაზე და მოკვლაზე, ადრე თუ გვიან სინდისი თავის თავს იკავებს, დასჯიან, საკუთარ თავს დასჯიან.

კარგად დაიმახსოვრეთ: თუ გინდათ კარგი ჯანმრთელობა, ხანგრძლივი სიცოცხლე და კარგი მომავალი, ნუ მოკლავთ უჯრედებს, ცხოველებს, ცოცხალ არსებებს და არაფერს, რაც მოძრაობს. იცხოვრე და იცხოვრე.

მკვლელობა წარმოშობს ძალადობას, ასე რომ, თუ გსურთ განკურნოთ ნებისმიერი ტიპის კიბო, უნდა გქონდეთ პოზიტიური აზროვნება და ამ პოზიტიური აზროვნებით განახორციელოთ ქმედებები, რათა დაეხმაროთ ადამიანებს და ამით გქონდეთ დადებითი ენერჯია. საკმარისი არ არის პოზიტიური აზრების ქონა, უნდა იმოქმედო, ეს აზრი უნდა განახორციელო და დაეხმარო ადამიანებს რითიც შეგიძლია, ფულით, მოქმედებებით, სიტყვებით... ამით იძენ დადებით ენერჯიას და ცვლი კიბოს უჯრედებს პოზიტიურად. უჯრედები, რადგან ექიმს ეს მხოლოდ ცოტათი დაგეხმარებათ.

კარგად დაიმახსოვრე; ყველაფერს აქვს თავისი შედეგები. თუ გინდა კარგად იცხოვრო, რაღაც უნდა გააკეთო შენთვის, სხვების დახმარება.

სხვა გამოსავალი არ არის.

იდი მადლობა.



უკან ინდექსი



36.- პოზიტიური აზროვნება

ყოველი კარგი თუ ცუდი აზრი რეგისტრირებულია ჩვენს ცნობიერებაში. თუ ცუდს ვფიქრობთ და ცუდად ვიქცევით, ყველაფერი რეგისტრირდება და საკუთარ თავს ვისაჯებით და ვნერვიულობთ.

ბევრია, ვინც ამბობს: „ღვთის სასჯელი“. ღმერთი არ სჯის, ჩვენ თვითონ ვმსჯელობთ საკუთარ თავს. ყოველი ცუდი ქმედება არის ის, რაც მხოლოდ ჩვენთვის სარგებელია და არა სხვებისთვის. კარგი ქმედება არის ის, რაც სარგებელს მოუტანს სხვებს და არა საკუთარ თავს. ეს ქმედებები კარგად ითვლება.

ყველაფერს, რასაც არასწორად ვაკეთებთ ფიქრებში და ქმედებებში ეგოიზმის ან სხვა გამართლებების გამო, ყველა ზიანს, რასაც სხვას ვუყენებთ, ბოლოს ძვირად ვიხდით, ვიხდით ამა თუ იმ გზით. ჩვენ საკუთარ თავს ვსჯით. ამიტომ, არ იფიქროთ, რომ არაფერი ხდება, თუ არავინ ხედავს, რომ ჩვენ ცუდ საქციელს ვასრულებთ, ცდებით, თუ ვინმემ დაგინახათ ან არ გინახავთ, ეს სხვაა, მთავარია, რა გავაკეთეთ, გვინახავს თუ არა ვინმე, რომელიც ჩვენს ცნობიერებაში რეგულირდება. ამიტომ, თუ ადამიანი აკეთებს კარგ საქმეს სხვებისთვის, მას კარგი მომავალი აქვს, რადგან ყველა მხარს გიჭერს, რადგან ყველას უყვარხარ, რადგან ყველა გეხმარება, თუ ცდილობთ ისარგებლოთ ადამიანებით, რაც არ უნდა იყოს, ყოველდღე უფრო მეტი მტერი გეყოლებათ თქვენს გზაზე. კარგი მომავალი რომ გქონდეს, კარგი აზრები უნდა გქონდეს. პოზიტიურმა აზროვნებამ ასევე შეიძლება მოგიტანოთ ჯანმრთელობა, კარგი მომავალი და ხანგრძლივი სიცოცხლე.

პირიქით, ნეგატიური აზროვნებით შეამჩნევთ, რომ ნელ-ნელა მართო რჩებით ამ სამყაროში. ამიტომ, უნდა გესმოდეთ, რომ ეს ყველაფერი პრაქტიკაში გჭირდებათ. მთავარი, როგორც ვთქვი, არის სხვებისთვის გაკეთება. ერთადერთი, რაც კარგი მომავლის წინსვლაა, არის სხვებისთვის გაკეთება. ეს არის პოზიტიური აზროვნება. მაღლობთ.

კარგი აზრები

ჩვენი კიდევ ერთი პრობლემა ის არის, რომ ბევრ ფანტაზიაზე ვფიქრობთ. ყოველ წამში 12 000 000 აზრი გადის ჩვენს ტვინში.

სანამ რაიმეს გავაკეთებთ, ვფიქრობთ, თუ რას ვფიქრობთ, ჩვენ არაფერს ვაკეთებთ. თუ ჩვენ გვაქვს ცუდი აზრები, შეგვიძლია გამოვასწოროთ ისინი და შემდეგ არ მივიღოთ მოქმედება. თუ აზრი არასწორია, ეგოიზმის, შურისძიების ან სხვა რამის გამო, ეს აზრი შეიძლება გადაიზარდოს ცუდ ქმედებებში. ამიტომ ერთადერთი, რისი გაკეთებაც შეგვიძლია ყოველგვარი ბოროტების თავიდან ასაცილებლად, არის ამ ცუდი აზრის გამოსწორება.

ჯერ უნდა იცოდეთ, რომ ყოველი ნეგატიური აზრი, რომელიც ტვინში გადის, გამოიშუშავებს 200 ჰც-ს, ეს არის ის, რაც იწვევს სტრესს, ნერვებს, დაძაბულობას და აქვს ჯანმრთელობის ყველანაირი პრობლემა.

როცა კარგი აზრები გაქვს, ანარმოებ 1000 ჰც-ზე მეტს. ამან შეიძლება გააუმჯობესოს თქვენი ჯანმრთელობა, თვითშეფასება, კარგი მომავალი, იყოს მხიარული და ბედნიერი. ეს ყველაფერი აზროვნებაზე დამოკიდებულია.

თუ გინდა გქონდეს მომავალი და კარგად იცხოვრო, ყოველთვის კარგი აზრები უნდა გქონდეს. ჩვენს მიმართ და სხვების მიმართ... იმიტომ, რომ ჩვენ ერთი ვართ.

არავინ არ ფიქრობს საკუთარ ბოროტებაზე, ჩვენ ყველა ვფიქრობთ ჩვენს სიკეთეზე და რადგან ყველა ერთნი ვართ, ყველაფერი კარგადაა. თუ შეგიძლია ასე იფიქრო, გექნება კარგი მომავალი, კარგი ოჯახი, კარგი მეგობრები... ყველაფრისგან. თუ სხვებზე ფიქრობ, ყველას მოუხდება შენთან ყოფნა, რადგან შენ საუკეთესო ხარ.

თუ აზრი სწორია, შეცდომებს არასოდეს დაუშვებ. თუ აზრი უარყოფითია, ყოველთვის ცდებით და ყველაფერი, რასაც აკეთებთ, არასწორი იქნება. სხეული ძვირად გადაიხდის თქვენს ცუდ აზრებს, თქვენივე ჯანმრთელობას.

თუ არა ახლა რამდენიმე წელიწადში, ადრე თუ გვიან გადაიხდით ნეგატიური აზრების ქონას. ამიტომ, თუ გინდა, რომ ცხოვრებაში ყველაფერი კარგი გქონდეს, უნდა გქონდეს პოზიტიური აზრები, იფიქრო სხვებზე, ასე რომ ყველაფერი კარგი გექნება. თუ ყველას სძულთ, სხვებს სძულთ თქვენ. სარკესავითაა, სარკეს რომ აძვრები, სარკეც მოგადგება. არასოდეს მოელოდეთ, რომ თუ სარკის წინ ამოხვალთ, სარკე გაგიღიმებთ. შეუძლებელია. ამიტომ პირველ რიგში კარგი აზრები უნდა გქონდეს სხვების მიმართ. ნუ ელით, რომ სხვები პირველ რიგში გაგიღიმებენ, ჯერ ჩვენ უნდა მივალწიოთ. თუ ამას გაიგებთ, გარანტიას გაძლევთ, რომ გექნებათ ფანტასტიკური ცხოვრება, კარგი ჯანმრთელობა და ბევრი მეგობარი. ყველაფერი ჩვენზეა დამოკიდებული.

ბუდამ თქვა: „ფიქრით ყველაფერი შეიძლება შეიცვალოს, თუ უარყოფითად ვფიქრობთ, მთელი გარემო, რომელიც ჩვენს ირგვლივ, ანმყოფა და მომავლის შესახებ, იცვლება ნეგატიურად. თუ პოზიტიური აზროვნება გაქვთ, ანმყო და მომავალი პოზიტიური იქნება. ჩვენი სურვილები ასრულდება“.

არ იფიქრო, რომ იმის გამო, რომ სხვამ გტკივა, ეს ბოროტება უნდა დაუბრუნო შურისძიების მიზნით. ერთადერთი, ვინც აპირებს ამის გადახდას, შენ ხარ. თქვენი ჯანმრთელობა, ცუდი მომავალი და ცუდი ურთიერთობები.

ცხოვრება ხანმოკლეა, ასე რომ, თუ გინდა კარგად იცხოვრო, მიაღწიე შემდგომ ცხოვრებას და იყავი დიდი ანგელოზი, როგორც ბუდა ან იესო ქრისტეა, დადებითად იფიქრე. დიდი პოზიტივი იქნები. თუ მოკვდებით პოზიტიურად ცხოვრობთ, ასევე პოზიტიურად იცხოვრებთ.

თქვენ უნდა აირჩიოთ. თუ გინდა ნეგატიურად იცხოვრო, იცი სად ნახვალ: ჯოჯოხეთში. თუ ჯოჯოხეთში ნახვალ არ გინდა, დადებითად იფიქრე და სამოთხეში ნახვალ. არიან ადამიანები, რომლებიც ამბობენ, რომ არ სჯერათ შემდგომი ცხოვრების, კარგი. თუ არ გჯერა, პოზიტიურად მაინც იფიქრე, რომ კარგად იცხოვრო ამ ცხოვრებაში და ყველა სურვილი აგისრულდება.

ეს არის ყველაზე მთავარი.

იდი მადლობა.



უკან ინდექსი



37.- სურვილები.

თუ გინდა იყო თავისუფალი, უნდა დატოვო ყველა სურვილი. ამ სამყაროს ყველა სურვილი რამდენიმე წელია. თუ თქვენ შეგიძლიათ დატოვოთ ამ სამყაროს სურვილები ისევე, როგორც იესო ქრისტემ გააკეთა, თქვენ გახდებით ღმერთი. ბუდამ დატოვა ყველა სურვილი, როგორც ადამიანი, მთელი თავისი სიმდიდრე, მთელი თავისი ძალა. თუ თქვენ უარს იტყვით თქვენი ხორცისა და სისხლის სხეულის, ამ სამყაროს სურვილებზე, მაშინ ჩვენ შეგვიძლია ვიყოთ იესო ქრისტეს მსგავსად, ჩვენ შეგვიძლია ვიყოთ ბუდას; სრულიად თავისუფალი სული.

ბუდას წმინდა წერილებში ნათქვამია, რომ ამ სამყაროს მიღმა არის სამოთხე. ცხოვრება, აქ არ არის ისეთი, რომ ჩვენ გვყავს ყველანაირი სტიქიური უბედურება, დაბინძურება, ინფექციები, დაავადებები, ნეგატიური ადამიანები... ბევრი ბოროტებაა ამქვეყნად და ძალიან ცოტა სიკეთე.

ცა, შემდგომ ცხოვრებაში, ცა 28 სართულიანია. ეს მინა დაბლობს ჰგავს, ზემოთ 28 კატეგორიის დონეა. ნებისმიერ პლანეტას სხვა მზის სისტემაში, ჩვენს ზემოთ, აქვს სიცოცხლის ხანგრძლივობა 1000-დან 1000000 წლამდე. ამ მზის სისტემაში არც ისე ბევრი პრობლემაა ცხოვრება, ჭამა, მუშაობა... ისინი სხვანაირად მუშაობენ. ნებისმიერ ადამიანს ან ცოცხალ არსებას შეუძლია იცოცხლოს მინიმუმ 1000 წელი. ამ 28 დონის შემდეგ თქვენ მიაღწევთ ბუდას ან იესო ქრისტეს კატეგორიას. იმისთვის, რომ მიაღწიოთ შემდგომ სიცოცხლეს, თქვენ უნდა შეწყვიტოთ ყველაფრის სურვილი, რასაც ხედავთ და ყველაფერს, რასაც შეეხებით. თუ რამე მოგწონს ამქვეყნად, ამ სურვილებზე ხარ მიჯაჭვული და სხვაგან ვერ წახვალ, რადგან ძალიან გიყვარს აქ ყოფნა, აქ ბრუნდები.

თუ გსურთ უკეთესი მომავალი საკუთარი თავისთვის, უნდა შეწყვიტოთ ამქვეყნიური ნივთების სურვილი და შეეცადოთ ყველაფერი გააკეთოთ სხვებისთვის. თქვენ აღარ გაინტერესებთ ეს მინა ამ ნეგატიური ცხოვრების წესით, ამიტომ უნდა გააკეთოთ ეს სხვებისთვის. ამიტომ, თუ ჩვენ ნამდვილად ეგოისტები ვართ, მოდი ვიმოქმედოთ იესო ქრისტეს ან ბუდას მსგავსად, მივუძღვნათ ჩვენი ცხოვრება სხვებს და არა საკუთარ თავს. მაგრამ თქვენ უნდა გესმოდეთ, რომ ყველაფერი, რასაც ხედავთ და რასაც ეხებით, სუფთა ფანტაზიაა.

ის, რასაც ახლა ვცხოვრობთ, სიზმარითაა. კარგი ოცნებები, ცუდი სიზმრები დამოკიდებულია ჩვენზე, თითოეულზე. თუ ეს ცუდი სიზმარია, ეს ჰგავს ნეგატიურ, საშინელ ფილმს და როდესაც ფილმი მთავრდება, თქვენ ისევ საკუთარ თავს უბრუნდებით. რაც თქვენ ნახეთ, არ არის რეალური. ჩვენი ცხოვრება ფილმს ჰგავს, როცა ფილმს დებ, ყველა სურათი გამოდის ეკრანზე. ჩვენი სული ეკრანს ჰგავს, ფილმი რომ მთავრდება, ეკრანზე რა რჩება? არაფერი, ნული. სურათი არ რჩება ეკრანზე. შემდეგ იწყება კიდევ ერთი ფილმი, კიდევ ერთი ახალი ისტორია, მსგავსი რამ ისევ და ისევ, მილიონობით ჯერ, თითქოს წრეში მოძრაობს და ვერ გამოვდივართ, რადგან არ გვესმის. ასე არ შეიძლება, ყველა სიცოცხლე ტყუილად იტანჯება. მე უკვე მივხვდი, ამიტომაც გირჩევთ, გაახილოთ სულის თვალეები და ნახოთ, რომ ყველაფერი, რასაც ვხედავთ და რასაც ვეხებით, არის სუფთა ფანტაზია. ეს თქვენივე სარგებლისთვისაა, ასე რომ თქვენ შეგიძლიათ იყოთ თავისუფალი სული. სულის განთავისუფლების შემდეგ „სიკვდილის მბრძანებელი“ ვერაფერს გააკეთებს შენთან. თუ არ შეწყვიტე სურვილი, ჩვენი კარგი არაფერია; ჩვენ ვიბადებით, გვაქვს დაავადებები, ცუდი ცხოვრება, ვკვდებით... ყველაფერი სხვაზეა დამოკიდებული. ამიტომ გაჩვენებ გზას, ეცადე ისწავლო, ბოლოს და ბოლოს მიატოვე ეს ხორცი და სისხლი

ეს სხეული რამდენიმე წელი ძლებს და ჭიებად იქცევა. ყველა ჭიებად იქცევა, არ აქვს მნიშვნელობა სიმპათიური ხარ, მდიდარი, ძლევამოსილი, მილიონერი, მათხოვარი თუ ღარიბი, არ აქვს მნიშვნელობა როდის მოვა დრო "სიკვდილის მბრძანებელი" და დამთავრდება ყველაფერი რაც გაქვს, ყველაფერი სიყვარული გაქრა, დასრულდა, შენი შვილები, შენი ცოლი, შენი ოჯახი, შენი სიმდიდრე... ეს ყველაფერი დასრულდა. და იწყებ 0-დან. თუ ერთ მშვენიერ დღეს, როგორც გირჩევ, შეგიძლია დატოვო ეს ფანტასტიკური საკუთარი თავი, იქნები ჭეშმარიტად თავისუფალი, შეძლებ სამყაროში მოგზაურობას, ნებისმიერ პლანეტაზე დაბადებას, ხელახლა დაბადებას ამ დედამიწაზე. იცხოვრე რამდენიმე წელი... და თქვენ დატოვებთ დაბადების წრეს - სიკვდილს. მოგწონს სიკვდილი თუ არ მოგწონს, დგება დრო, როცა „სიკვდილის მბრძანებელი მოგეძებს“. ის მიგიყვანს ძალით ან შენი ნებით (რამდენიმეს უნდა მოკვდეს საკუთარი ნებით)

ამიტომ გირჩევთ გაახილოთ თვალები, ყველაფერი რასაც ეკრანზე ხედავთ არარეალურია, ეს არის სურათი, რომელსაც ეკრანი ასახავს. რეალური არაფერია. მიჰყევით ჩემს რჩევას და შეხედეთ სულის თვალთ და შეძლებთ განთავისუფლდეთ ამ სამყაროდან და თავისუფლად იმოგზაუროთ უსასრულობაში, აღარ დაიბადებით და აღარ მოკვდებით, რადგან სული არასოდეს კვდება. სული შედის სხეულში და იყენებს მას სწავლისა და სიკეთის კეთების მიზნით. მაგრამ ადამიანების უმეტესობა ამას მხოლოდ საკუთარი თავისთვის აკეთებს სხვებზე ფიქრის გარეშე, მაგრამ ეს ცუდია. რადგან როცა მოკვდები, ღმერთი გკითხავს: რა გააკეთე დედამიწაზე ყოფნის დროს? თქვენ მხოლოდ შეძლებთ პასუხის გაცემას: მე ეს გააკეთე მხოლოდ ჩემთვის, ჩემთვის და ჩემთვის. სწორედ ამას აკეთებს უმეტესობა. თუ მოგწონთ იესო ქრისტე ან ბუდა, რომელმაც თავისი ცხოვრება სხვებს მიუძღვნა, მაშინ გამოხვალთ დაბადებისა და სიკვდილის წრიდან.

თუ გსურთ იყოთ თავისუფალი და შეწყვიტოთ ტანჯვა, ერთადერთი გზა არის იმის გაგება, რომ რასაც ჩვენ ვხედავთ არის სუფთა ფანტაზია. აღარ დაუშვათ შეცდომები. ამიერიდან, გააკეთე შენი სინდისის სულის მე და უსასრულოდ თავისუფალი იქნები. სამოთხე საოცრებაა; ყველაფერი, რასაც ფიქრობ ნამში, რეალობად იქცევა. თუ გიგანტური სახლი გინდა, მოულოდნელად გიგანტური სახლი გამოდის, როგორც შენს ოცნებებში. თუ გინდა ძვირფასი თვლებით დაფარული სახლი, ბრილიანტებით... ყველაფერი ახდება. ლოგიკურად პოზიტიური აზროვნებით, რადგან იქ უარყოფითი აზროვნება არ არსებობს. ყველას, ვინც აღწევს ამ დონეს, აქვს პოზიტიური აზროვნება. ყველასთვის საერთოა.

ნეგატიური აზროვნება მიდის ჯოჯოხეთის ტერიტორიაზე. ჯოჯოხეთი მიესალმება ნეგატიური აზროვნების მქონე ადამიანებს, ეგოისტებს, რომლებიც მხოლოდ საკუთარ თავს აკეთებენ სხვებზე ფიქრის გარეშე. თუ გსურთ გათავისუფლდეთ, წადით სამოთხეში, თქვენ მხოლოდ უნდა გქონდეთ პოზიტიური აზროვნება, სავსე სიკეთით სხვების მიმართ. იმიტომ რომ სხვები და ჩვენ ერთი ვართ. მაგალითს მოგიყვან: ჩვენ ვართ უჯრედი სხეულში და ამ სხეულს აქვს მილიონობით უჯრედი. ჩვენ ვართ ერთი უჯრედი იმ მილიონობით უჯრედიდან, რომლებიც ქმნიან ამ სხეულს. ჩვენ ვართ სამყაროს წვეთები. ჩვენ ვართ ერთი, ჩვენ არ ვართ ორი. ჩვენ სამყაროსთან ერთი ვართ. ჩვენ სხვებთან ერთად ერთი ვართ. ჩვენ ყველა ცოცხალ არსებასთან ერთად ვქმნით ერთს. ჩვენ და ბუნება ერთი ვართ და არა ორი. თუ თქვენ შეგიძლიათ გაიგოთ ეს, რომ ჩვენ ყველანი ერთი ვართ, შეგიძლიათ გააკეთოთ სხვებისთვის მთელი გულით, რადგან სხვები და

ჩვენ ერთნი ვართ.

იდი მადლობა.



უკან ინდექსი



38.- როგორ გავხდეთ უკვდავები

გამარჯობა. მადლობა რომ მომისმინე, მადლობა.. როგორ გავხდე უკვდავი. ეს ყველაზე მთავარია. ღმერთი ამბობს, რომ არსებობს 84000-ზე მეტი სხვადასხვა გზა ან გზა უკვდავებისთვის. პირველი და უმარტივესი არის მანტრას წაკითხვა: ანუ ღვთის სახელის გამეორება.

კათოლიკეებისთვის გაიმეორეთ იესო ქრისტეს, ჩვენი მამის ან მარიამის სახელი დღეში 24 საათის განმავლობაში. უბრალოდ იფიქრეთ ღმერთის სახელი, რომელიც მოგწონს და როცა თქვენი სიკვდილის დრო მოვა, ღმერთი მოვა და დაგეძიებთ.

ეს ყველაზე მარტივი გზაა, განსაკუთრებით ხანდაზმული ადამიანებისთვის, რომლებიც საცხოვრებელში ან სახლში არიან და არაფერს აკეთებენ. ეს არის უკვდავი გახდომის ყველაზე პირდაპირი და მარტივი გზა. თუ გინდა გახდე უკვდავი, იფიქრე მხოლოდ ღვთის სახელზე და სხვაზე ნუ იფიქრებ.

ბუდიზმში „ნამო ამიტუოფო“ იკითხება. ეს მანტრა წარმოთქვამს ბუდას სახელს.

მაჰმადიანურ რელიგიაში წაკითხე ალაჰში, ამ შემთხვევაში, როცა მოკვდები, ალაჰი მოვა და დაგიეძებს. ეს ყველაფერი 84000 გზაზეა, რომ გახდე უკვდავი.

მაგრამ აზრი არ აქვს მხოლოდ ღვთის სახელის გამეორებას. ეს არ არის საკმარისი. მთავარია, კითხვის დროს გულით იფიქროთ და იგრძნოთ. ღვთის სახელის წარმოთქმა და სხვაზე ფიქრი ყურადღების გარეშე აზრი არ აქვს. გულით უნდა წაკითხო. ღმერთის სახელს რომ აყვირებ მანამ, სანამ არ გაბრწყინდები, გულით რომ არ გააკეთო, არც ის გამოდგება. ერთადერთი, რაც სასარგებლოა, არის ის, რომ წაკითხო და მოიფიქრო ნებისმიერი ღმერთის სახელი, რომელიც მოგწონს, მთელი გულით და დაივიწყო ყველა ადამიანური სურვილი. ანუ შეწყვიტე ამქვეყნიური ნივთებისა და ადამიანების სურვილი და სიყვარული, ღმერთი, ყველაფერი, რაც ჩანს, რაც არ ჩანს, რასაც გრძნობ. თქვენ უნდა მიატოვოთ ყველაფერი მთელი გულით, მაგრამ ისე, რომ არ აიძულოთ საკუთარი თავი დატოვოთ იგი. თუ აიძულებ არსად წახვალ.

ჩვენ მსგავსად, როცა ერთი ადგილიდან მეორეზე გადავდივართ, ყველაფერი უნდა დავტოვოთ, რომ წავიდე. ჩვენ ვერ დავტოვებთ სხეულის ნაწილს ერთ ადგილას და სხეულის მეორე ნაწილს სხვა ადგილას. თუ ერთი ადგილიდან მეორეზე მიდიხარ, მთელი სხეული შენთან უნდა წაიყვანო. ეს ნიშნავს, რომ როცა გინდა იყო უკვდავი და წახვიდე სხვა ტერიტორიაზე, გემოვნება უნდა მიატოვო ამ მიწაზე, ისევე როგორც როცა ვმოგზაურობთ. როცა ვმოგზაურობთ, მთელ ოჯახს ვტოვებთ და სხვაგან მივდივართ. ამიტომ, უკვდავებისთვის, მნიშვნელოვანია შეწყვიტოთ ამქვეყნიური ნივთების სურვილი; რასაც ვხედავთ, ვეხებით, რასაც ვგრძნობთ და ყველაფერს, რასაც ხედავთ და ვერ ხედავთ. ყველაფერი უნდა დარჩეს სხვაგან წასასვლელად.

როდესაც ერთ დღეს უკვდავი გახდები, შეგიძლია დაიბადო ნებისმიერ მზის სისტემაში და შეგიძლია დაუბრუნდე შენს საწყისს. არა ისე, როგორც ახლა, როცა აქ ვართ ჩარჩენილი ამქვეყნად. ისევ და ისევ, 1 მილიონი, 2 მილიონი, 100 მილიონი წელი და ჩვენ ჯერ კიდევ აქ ვართ ჩარჩენილი და ვერ გამოვალთ. სამყარო უსასრულოა. ეს დედამიწა მილიონობით მზის სისტემიდან ერთ მზის სისტემაშია.

ბუდას თანახმად, სამყაროს მზის სისტემების უსასრულობა აქვს. ჩვენ, თუ გვინდა ვიყოთ თავისუფლები, უკვდავები, უბრალოდ უნდა შევწყვიტოთ სურვილი.

უპირველეს ყოვლისა, თქვენ უნდა დატოვოთ ამ სხეულის ეს მე, ის, ვისაც სახელით ვაიგივებთ. ეს მე რამდენიმე წელია. ზოგი იბადება და რამდენიმე დღის შემდეგ კვდება. ზოგი ახალგაზრდა კვდება, ზოგი მოხუცი... ნებისმიერში

მომენტში ჩვენ შეგვიძლია მოვკვდეთ არავინ არის ჩვენი სიკვდილის შესახებ რომ შეგვაცხოვებინოს, წინასწარი გაფრთხილება არ არის. ყოველთვის სიურპრიზია. ამიტომ, ჩვენ არ ვიცით, როდის მოვკვდებით. არ იფიქრო, რომ ახალგაზრდობის გამო ვერ მოკვდები და მრავალი წელი დაგრჩა სიბერემდე. რავინ იცის.

სასაფლაოზე ბევრი ახალგაზრდაა, ყველა მოხუცი არ არის. იფიქრე გონივრულად. ისარგებლეთ ამ რამდენიმე წლით, რაც აქ ვცხოვრობთ, ვისწავლოთ იყოთ თავისუფალი, იყოთ უკვდავები. როგორც ღმერთი, იესო ქრისტე, მარიამი, ბუდა, ალაჰი...

ჩვენ ყველამ უნდა ვისწავლოთ მათგან, რომ გავხდეთ უკვდავები. ადვილია გახდე უკვდავი. 1 წამში შეიძლება გახდე, თუ შეწყვეტ ამქვეყნიური ნივთების სურვილს, ასე რომ იქნები უკვდავი. თუ ადამიანი იფიქრობს და კითხულობს მანტრას 3 წლის ან თუნდაც 1 წამის განმავლობაში, ის შეიძლება გახდეს თავისუფალი, ღმერთი, უკვდავი. ეს არ არის ფანტაზია. ჩვენი წარმოშობით ჩვენ ყველანი ღმერთები ვართ. ჩვენ აქ იმიტომ ვართ, რომ დაბნეული ვიყავით, ძალიან დაბნეულები ვართ. ჩვენ ვფიქრობთ, რომ ეს მე უკვდავია და სინამდვილეში ეს სხეული წამში კვდება, ლპება და ყველაფერი მთავრდება. არ აქვს მნიშვნელობა ყველაფერს, რასაც ამ ცხოვრებაში მივალწივთ; სიმდიდრე, ძალაუფლება, სიყვარული, 1 წამში აღარაფერი დაგეკარგება, არის = 0. ამიტომ ეს არ ვარ წამდვილი მე. ახლა გეუბნებით: ისარგებლეთ ამ სხეულით. სული ამ სხეულშია, სანამ ის ცოცხალია. გარდა ამისა, სულიერ სამყაროში ყველაფერი ბევრად უფრო რთული და საშინელია, ვიდრე დედამიწაზე. შეეცადეთ არ მოხვდეთ ამ ნეგატიურ სულიერ სამყაროში. დემონები აქაურები არ არიან. თქვენ შეგიძლიათ გაატაროთ 1 დღე, როგორც მილიონი წლის ტანჯვა, ეს ძალიან მტკივნეულია! გირჩევ ამ ME-ს სურვილი და გემო ბუნებრივად დატოვო და არა საკუთარ თავს აიძულებ. ბუნებრივად, გულიდან უნდა შეწყვიტო სურვილი.

იფიქრეთ რა არის თქვენთვის საუკეთესო.

მას შემდეგ რაც გათავისუფლდებით, თქვენ შეძლებთ იმოგზაუროთ ყველა მზის სისტემაში. თქვენ შეგიძლიათ დაიბადოთ ნებისმიერ მზის სისტემაში. ჩვენი მზის სისტემა ყველაზე ცუდი სისტემაა ყველა მზის სისტემაში. ყველაზე დაბალი დონის მქონე. ჩვენს მზის სისტემაში ჩვენ შეგვიძლია ვიცხოვროთ მაქსიმუმ 100 წლამდე (ზოგიერთი ცოტა მეტი). ჩვენთან ყველაზე ახლოს მზის სისტემაში სიცოცხლე სულ მცირე 1000 წელს გრძელდება. არსებობს 1 000 000 წლის ან 5 000 000 მილიონი წლის სისტემები. ყველა ამ მზის სისტემაში ცხოვრება ერთნაირია, როცა ერთ დღეს მოკვდები, ყველაფერი დამთავრდება.

ერთადერთი, რისი გაკეთებაც შეგიძლია, არის შეწყვიტოთ ამ სხეულის საკუთარი თავის სურვილი. ეს მე არ ვარ, როგორც უკვე ბევრჯერ გითხარით. ეს მე არის ის, რაც გვაქვს ამ მომენტში, ვიყენებთ მას. ეს სხეული მოძრაობს, ლაპარაკობს, სუნთქავს, რადგან მასში სული აქვს. ნათურას ჰგავს. თუ ნათურას არ აქვს დენი, ის არ ანათებს. ეს მკვდარი ნათურაა.

ეს სხეული ლამპარს ჰგავს, სული კი დინებას. თქვენ უნდა გაიგოთ ეს. არ შეიძლება იმედგაცრუებული იყო ამ ცხოვრების საგნებით, რომელშიც რამდენიმე წელი ვიცხოვრეთ. ამ ცხოვრებაში უფრო ცუდი რამ ხდება, ვიდრე კარგი. ჩვენ ვიცით, რომ ეს სამოთხე არ არის. ჩვენ ვგავართ ბაყაყს, რომელიც ჭის ფსკერზეა. ჩვენ ვხედავთ მხოლოდ იმ ცას, რომლის დანახვის საშუალებასაც ჭა გვაძლევს, ჩვენ არ შეგვიძლია დავინახოთ მიღმა და ვერც სამყაროებს შორის ვიმოგზაუროთ. უნდა ვეცადოთ ჭიდან გამოსვლა. ღმერთებივით თავისუფლები ვიქნებით. სამყაროში ბევრი თავისუფალი ღმერთია და ჩვენ არ ვართ თავისუფლები, რადგან ვერ გავიგეთ. კარგად დაიმახსოვრე. გაცილებით მეტი თავისუფალი ღმერთია, ვიდრე ღმერთები, რომლებიც ჩვენნაირი არ არიან თავისუფლები. ამ სამყაროში, უსასრულო ტერიტორიაზე, სადაც თავისუფალ ღმერთებს სურთ, რომ ჩვენ ყველამ გავიგოთ ის თემა, რაზეც ახლა ვსაუბრობ, მათ სურთ, რომ ჩვენ გავხდეთ, რათა გავხდეთ თავისუფლები. ჩემო მეგობარო, ცოტაა ისეთი ადამიანი, ვინც მოგცემთ რჩევას, როგორც ახლა ვაკეთებ. ვინც გირჩევს რაიმე გზის ასასვლელად, თუ ვერ გახდები თავისუფალი, ბათილია. ბევრია, ვინც ბევრ რამეზე საუბრობს, მაგრამ არსად არ მიგვიყვანს. აქედან რომ ნახვიდე, უნდა დატოვო ეს საკუთარი თავი. მე არ ვარსებობ, ის, ვინც დღეს აქ ლაპარაკობს, რამდენიმე წელიწადში მოკვდება, თქვენც მოკვდებით და ყველა

ჩვენ მოვკვდებით და ისევ ხალხი დაიბადება. საკუთარი თავი, რომელიც იბადება, არ არის ჭეშმარიტი მე. თქვენ არ შეგიძლიათ არც გქონდეთ და არც იფიქროთ ამ მეზე და არც სხვების საკუთარი თავის დანახვა. რადგან თუ მე ვარ და არის სხვა, შენ განასხვავებ შენსა და სხვას. იმისათვის, რომ გახდე უკვდავი, ჯერ უნდა მიატოვო უარყოფითი მე, ეგოისტური მე და გახდე ის, რომელიც ყველას ემსახურება და არ განასხვავებს ადამიანებს შორის. რადგან ჩვენ ყველანი ერთი ვართ, მათ შორის ცხოველები და ყველა ცოცხალი არსება. თუ შენ შეგიძლია ამის გაგება, რასაც მე გეუბნები, შეგიძლია გახდე თავისუფალი, შეგიძლია ჩამოაგდე ეს საკუთარი თავი. ეს მე ფანტაზიაა. რამდენიმე წელიწადში ის კვდება, ამიტომაც იყენებს ამ სხეულებრივ მე-ს, რომ სამუდამოდ უკვდავი გახდეს. სული არასოდეს კვდება. გჯეროდეს ან არ გჯეროდეს სულის. სული სხეულშია და ჩვენი სხეული მოძრაობს, რადგან მასში სული აქვს.

მინდა მომისმინო, გთხოვ. აქედან გასვლის შესაძლებლობა მხოლოდ თქვენზეა დამოკიდებული. ეს არ არის დამოკიდებული არც ერთ მასწავლებელზე და არც ვინმეზე. არ არის საჭირო რომელიმე მასწავლებელზე გაგიჟება. ერთადერთი, ვისაც შეუძლია შენი გადარჩენა, შენ ხარ. შენს გარდა არავინ. ვერავინ დაგეხმარებათ იყოთ უკვდავი, ვერავინ დააყენებს საკუთარ თავს თქვენს ადგილას, ყველაფერი თქვენზეა დამოკიდებული.

შენ ერთადერთი ხარ, ვისაც ეს შენთვის შეუძლია, ვერავინ დაგეხმარება.

კარგად დაიმახსოვრე.

იდი მადლობა.



უკან ინდექსი



39.-სასჯელი

გამარჯობა. სასჯელი. შედეგები. ისარგებლოს სხვებით ან ზიანი მიაყენოს სხვებს, რომ ისარგებლოს, დაზარალებდა შედეგები. ყველა ქმედებას აქვს შედეგები. ხალხი ამბობს: თუ ბოროტებას ჩაიდენ, ღმერთი დაგსჯის.

მაგრამ ეს მთლად ზუსტი არ არის. ვინც კბენს, იყენებს, სარგებლობს ხალხით, ავნებს ადამიანებს... აღრიცხავს ამ ქმედებებს სინდისში. ჩვენ ყველას გვაქვს ცნობიერება ჩვენს შიგნით, მსგავსია თვითმფრინავის შავი ყუთი. ყველაფერი ჩანერილია ნებისმიერი აქტი, საუბარი. ამას სინდისი ჰქვია. რასაც არასწორად აკეთებ, შეგიძლია სხვის თვალთაგან დაიმალო, მაგრამ პრობლემა ისაა, რომ შენ თვითონ არ აპატიებ საკუთარ თავს.

ბევრი ადამიანი, ვინც გტკივა, ვერ იძინებს, ნერვიულობს...

როდესაც ვინმე ცუდს აკეთებს, ის ქმნის უარყოფით ენერგიას. სინდისმა იცის, რომ არასწორია და ეს იწვევს სისხლის მიმოქცევის გაუარესებას. როცა ადამიანებს ავნებ, საკუთარ თავს ავნებ, რადგან ტვინი, საიდანაც ინფორმაცია მიეწოდება დანარჩენ ორგანიზმს, იბლოკება და ეწყება დაავადებები, სიმსივნეები, კიბო, სისხლი კარგად არ ცირკულირებს... ჩვენ შეგიძლია ვაპატიოთ საკუთარ თავს მაშინაც კი, თუ ჩვენი მსხვერპლი გვაპატიებს. აქ არის პრობლემა: ცნობიერება არაფერს ცვლის. თავს არ აპატიებ. იხდით ჯანმრთელობას, ბედს, ხანდახან თქვენი ნეგატიური ქმედებები გავლენას ახდენს ოჯახზეც, თქვენი შვილები იწყებენ დაავადებებს, ავარიებს, საქმეები მიდის, ჯანმრთელობის პრობლემები მოდის... ყველაფერი ფუჭდება... იმიტომ, რომ როცა არასწორად ვიქცევით, ჩვენ ვწარმოებთ შავი, უარყოფითი ენერგია. ეს ნეგატიური ენერგია ცუდი ილბალია ყველასთვის თქვენს გარშემო. იმიტომ რომ ნეგატივი იზიდავს უარყოფითს. ჩამოდის, გარწმუნებთ, გარანტიას გაძლევთ, რომ არავინ გაქცევა. ღმერთი ასე ამბობს. ამაში შეგიძლიათ დარწმუნებული იყოთ, რომ არავინ გაქცევა. როგორც ხშირად წერენ გაზეთებში, პოლიცია იჭერს ბანდიტებს, ან ნარკომოვაჭრებს... როცა პოლიცია მათ იჭერს, მათ დაგროვილ ფულს და სიმდიდრეს გამოაქვს და ციხეში აყენებს. მიაღწიეთ ბოლომდე ვერავინ კარგს, ბოსი კარგად კვდება. მეზობლების, მეგობრების ზიანის მიყენება, ოჯახის, საზოგადოების, სახელმწიფოს, მთელი მსოფლიოსთვის ზიანის მიყენება... ყველაფერს აქვს თავისი შედეგები, ყველა ჭიქა გადასახდელი. შენ არ შეგიძლია სხვების ჩაკბენა. ეს არის სამყაროს კანონი.

არავინ იქნება განსაკუთრებული. ყველა თავის განსჯას აპირებს და თვითონ სჯის. ერთ დღეს კითხვა: ღმერთო, როგორც შენ, ასეთი გულუხვი, კარგი... რატომ გმობ ადამიანებს ჯოჯოხეთში ტანჯვისთვის? ის პასუხობს: არა, არ ვარ. ასე რომ... იყო?

ჯანმო

ვინ ჩააგდო ამდენი ადამიანი ჯოჯოხეთში და რატომ. ? ღმერთი ამბობს: ის თავად შევიდა ჯოჯოხეთში. მან თავად დაანება სასჯელი თავისი ცუდი საქციელისთვის. ის თავად ქმნის ჯოჯოხეთს, რათა გადაიხადოს თავისი ბოროტი საქმეები საკუთარ თავში.

ჯოჯოხეთი არ არსებობს. ის არსებობს იმიტომ, რომ ჩვენ თვითონ ვქმნით ჩვენს ჯოჯოხეთს, ჩვენ ვვსჯით საკუთარ თავს. ჩვენ თვითონ ვიყენებთ ჯარიმების ტიპს და თავს ვისჯავთ. ღმერთი არ სჯის. კარგად დაიმახსოვრე. ჩვენ გვაქვს თვითმფრინავებივით „შავი ყუთი“ და ვერავინ, ღმერთებიც კი, ვერ წაართმევენ ჩვენს ცნობიერებას, სადაც ყველა ჩვენი ქმედებაა ჩანერილი. ცხოვრება სიზმარია, უბრალოდ სიზმარი, თუ ხალხს გამდიდრებისთვის გაანადგურებ, როცა მოკვდები, რა ხდება? მთელი ეს ფული, ეს ძალა,

სად არის ეს თვისებები? საფლავზე არ მიიყვან. არც მეფეები, არც მილიონერები და არც ეგვიპტის ფარაონები, არავინ ათავსებს სიმდიდრეს საფლავში. ასე რომ დაივიწყეთ ხალხის სარგებლობა, ეს ყველაფერი არსად მიგვიყვანს.

როცა არასწორს აკეთებ, შენ თვითონ შეამცირებ სიცოცხლეს. ეს გავლენას ახდენს თქვენს ჯანმრთელობაზე, თქვენ გაქვთ ცუდი იღბალი. სიბერე რომ მოდის, ყველაფერი ცუდად მთავრდება. ჩემს ცხოვრებაში მინახავს ბევრი ადამიანი, ვინც ძვირად, ძალიან ძვირად იხდის. არსებობენ მილიონერები, რომლებიც ადამიანებს კბენენ, ატყუებენ და ამის გამო მათ ბევრი ფული გამოიმუშავეს. 5 წლის შემდეგ, ცუდი გარიგების გამო და ის არაფერი დარჩა. ასეა თუ ისე ის სჯის საკუთარ თავს, ღამით ვერ იძინებს, რაც გავლენას ახდენს სისხლის მიმოქცევაზე. არასოდეს დაივიწყო: თუ ამბობენ, რომ ღმერთი არ არსებობს, იგივეა, არსებობს თუ არა, სანახავი არაფერია. შენ თვითონ ხარ ის ღმერთი, რომელიც გსჯის, როცა არასწორს აკეთებ. ღმერთი არ სჯის. ამიტომაც არავინ გაუბრძობს. არ იფიქრო "მე დიდი მოგება მივიღე ზიანის მიყენებით" ახლა კარგად ხარ, მაგრამ ხვალ რა იქნება? და შენი ვაჟები? და შენი ოჯახი? ყველაფერი გავლენას ახდენს ოჯახზე. არასოდეს დაივიწყო, არავინ გაქცევა, ღმერთებსაც კი, მთელ სამყაროს, ნებისმიერ ცოცხალ არსებას, რომელიც ზიანს აყენებს, შედეგები უნდა განიცადოს. ნეგატიური მოქმედებები ქმნის უარყოფით ენერჯიას და გარანტიას გაძლევთ, როცა დრო მოვა, თქვენ გადაიხდით მათ საფასურს.

გვედრებით ყველას: როცა დავიბადებით, არაფერი მოგვაქვს და როცა მოვკვდებით. ერთადერთი, რასაც ვატარებთ, ჩვენი სინდისია. ეს ჰგავს შავი ყუთის ჩაწერას თვითმფრინავში, ცნობიერება აღრიცხავს ყველა კარგს და ყველა ცუდს. ყველაფერი რეგისტრირებულია შენს ცნობიერებაში. თავს ვერ მოიტყუებ, კარგად იცი რასაც აკეთებ. თუ არაფერს ვიღებთ იმიტომ, რომ ადამიანებს ვატკინოთ, იმიტომ რომ სხვებს ვსარგებლობთ. იმიტომ რომ?

ჩვენი სხეული დამოკიდებულია ჰაერზე. თუ შემდეგი ჰაერი არ შემოვა, ყველაფერი დამთავრდება. ინფარქტი, სისხლი არ ცირკულირებს... და ეგაა. უცებ, მყისიერად, ყველაფერი დასრულდა. თუ გყავს ბედნიერი ოჯახი, ბევრი სიმდიდრე, კარგი ცხოვრება... თუ შემდეგი ჰაერი არ შემოვა, აქ დარჩი. აქ არა. ის მოდის სიკვდილის შემდეგ. სიკვდილის შემდეგ სჯი საკუთარ თავს, ჯოჯოხეთში გმობს. კარგად დაიმახსოვრე, რამდენჯერმე ვიმეორებ, ღმერთები და ბუდა არ იტყუებიან, ისინი ყოველთვის სიმართლეს ამბობენ. ყველა ქმედებას აქვს თავისი შედეგები. გტკივა, მთელი სულით უნდა მოინანიო. შემდეგ გააკეთე სიკეთე და დაეხმარე ადამიანებს ამის ანაზღაურებაში. თუ მხოლოდ ღმერთს სთხოვ პატიებას, ეს არ გამოდგება. ერთადერთი, რაც გამოდგება, არის მონანიება და იგივე ცოდვების ხელახლა არ ჩადენა.

დაიწყეთ სიკეთის კეთება სხვების დახმარებით. ასე რომ თქვენ შეგიძლიათ გქონდეთ ჯანმრთელობა, ხანგრძლივი სიცოცხლე, წარმატებები ამ ყველაფერს. სხვა გზა არ არის, ღმერთი ვერ დაგეხმარება, ერთადერთი რაც დაგეხმარება შენ ხარ. შენს გარდა სხვა არავინაა. დაეხმარე ღმერთს, თუ ადამიანებს კლავ, ღმერთი ნამდვილად არ დაგეხმარება, თუ ხალხის მოკვლას გააგრძელებ. გააკეთე ეს. ამიტომ დაიმახსოვრე. თითოეული ჩვენგანი პასუხისმგებელია ჩვენს ქმედებებზე. ღმერთების კანონის ჭეშმარიტება, სამყაროს კანონი.

არავის შეუძლია ხტომა. ადამიანები გსჯიან და ციხეში ჩაგსვამენ და არა მართო ციხიდან გამოსვლის შემდეგ, როცა მოკვდები, შენივე ჯოჯოხეთი გელოდება. შემდეგ ისინი დაიბადებიან როგორც ცხოველი და ერთხელაც ჯოჯოხეთში 1000 წელი მაინც ვერ გამოხვალ. არა 100, 1000. ეგვიპტის მომენტი ჯოჯოხეთში ათასი წლით იხდით. მნუხარება. ზიანის მიყენებამდე დაფიქრდი, არ ღირს. იფიქრე გონივრულად.

იესო კვდება ხალხისთვის და ჩვენ მას ყოველთვის ვიხსენებთ. თუ მოკლავ ან არასწორად ჩაიდინე, არავის ემახსოვრება. ხალხს ახსოვს იესო ქრისტე ან ბუდა, რადგან მათ სიცოცხლე მიუძღვნეს სხვებს. ამიტომ ჩვენ ყოველთვის

ჩვენ გვახსოვს ისინი. ეს არის ერთადერთი რამ, რაც ღირს ამ მოგზაურობისას დედამინაზე. კარგი ოცნება ღირს ამ დედამინაზე ცხოვრება. გთხოვთ დაეხმარეთ ხალხს, რომ ეს ოცნება კარგ ოცნებად აქციონ. ჩვენ ვაპირებთ ძალიან კარგად ვიცხოვროთ ზეციდან, დედამინაზე თუ სამყაროს ნებისმიერ სხვა კუთხეში. ს ძალიან მნიშვნელოვანია. გთხოვ, სიკეთე გაუკეთო ხალხს, ნუ გაუკეთე ცუდი ხალხი.

გთხოვ მომისმინე, გთხოვ ეცადე დაეხმარო ხალხს, გთხოვ. ცხოვრება ასეთია: თუ ყველაფერი კარგად გინდა, იმოქმედე მთელი გულით. ხალხისთვის სიკეთის კეთების შესაძლებლობა. იმდენად პირადი ინტერესია, არა აქვს მნიშვნელობა.

ჩვენ არაფერს ვიღებთ, არაფერს ვიღებთ: ყველაფერი იგივეა.

იდი მადლობა



უკან ინდექსი



40.- ვეგეტარიანული დიეტა

რატომ უნდა ვიყოთ ვეგეტარიანელები?

პირველი მიზეზი ის არის, რომ ჩვენ ბალახისმჭამელი ცხოველები ვართ, მხოლოდ ჩვენს კბილებს ხედავთ, რომ ჩვენ გვაქვს იგივე ტიპის კბილები, როგორც ცხენები, ძროხები, მათ აქვთ იგივე ფორმა, როგორც ჩვენ გვაქვს კბილები, ამიტომ მათ აქვთ ნაწლავები. თორმეტჯერ აღემატება ჩვენი სხეულის სიგრძეს. მტაცებელ ცხოველებს, როგორცაა ვეფხვები და ლომები, აქვთ კბილები და მათი ნაწლავები სამჯერ აღემატება მათ სხეულს. როცა ხორცს მიირთმევენ, ძალიან სწრაფად გამოაცილებენ მას, მაგრამ რადგან ჩვენი ნაწლავი სხეულის სიგრძეზე თორმეტჯერ აღემატება, ხორცს რომ ვჭამთ, ევაკუაციაში იმდენად დამპალია. ჩვენი ორგანიზმი იღებს ცილების, კალორიების და ხორცის სხვა ნაწილებს, მაგრამ ელემენტებს.

ადრე „შეშლილი ძროხის“ პრობლემასთან ერთად, ხორციც რომ მოხარშულიყო, ვირუსი არ კვდებოდა, ამიტომაც ბევრი ადამიანი დაიღუპა. ჩვენ არ ვიცით, რა დაავადებები შეიძლება ჰქონდეს ცხოველს. ზოგიერთ მაიმუნს აქვს შიდსი და მე არ მქონია პრობლემა, მაგრამ როცა ადამიანებმა დაიწყეს მაიმუნის ხორცის ჭამა, ვირუსი ერთი ადამიანიდან მეორეზე გადადის და ჩვენი ორგანიზმი ამისთვის მზად არ არის. ჩვენი ორგანიზმი იღებს ყველა დაავადებას და ვირუსს ცხოველებისგან. ცხოველებს შეუძლიათ ჩვენთვის უცნობი მრავალი ვირუსის გადატანა.

არც ისე დიდი ხნის წინ გვექონდა პრობლემები ფრინველის გრიპთან და ღორის გრიპთან, ზოგიერთ ცხოველს ჰქონდა ეს დაავადება და ვერ ვხვდებოდით, რომ ის, რაც ოდესღაც მათ ვჭამდით, შეგვაცდუნა და არ ვიცოდით როგორ განვკურნოთ იგი. თუ ჩვენ არ ვიცით როგორ განვკურნოთ კიბო, რომ აღარაფერი ვთქვათ ცხოველური ვირუსების განკურნება, რომლებიც სიმსივნეზე ძლიერია, მაშ, როგორ შეგვიძლია განვკურნოთ ეს? როდესაც ხორცს მიირთმევთ, რისკავთ, რადგან ეს იტბალება დამოკიდებული. თუ გაგიმართლათ, შეგიძლიათ მიირთვათ ჯანსაღი ხორცი, ვირუსებისგან თავისუფალი, მაგრამ თუ მიირთმევთ დაავადებულ ცხოველის ხორცს, როგორცაა ქათამი, ღორის, საქონლის ხორცი ან რომელიმე დაავადებით დაავადებული ცხოველი, ვერავინ გაიგებს, რადგან არავინ ამოწმებს ყველა ცხოველს. ეს შეუძლებელია.

თუ გინდათ იცხოვროთ ბედნიერად და გქონდეთ ხანგრძლივი ცხოვრება, უნდა შეწყვიტოთ ხორცის ჭამა, ეს პირველი ნაბიჯია. მეორე, ბუდისტური თეორიის მიხედვით, ყველა ცოცხალი არსება ერთ კატეგორიაშია. ჩვენ სხვა ცხოველებზე ჭკვიანები ვართ, მაგრამ ასევე ცხოველები ვართ, ღმერთი არ ვართ. თუ ჩვენ ღვთის შვილები ვართ, ცხოველებიც ღვთის შვილები არიან, რომლებიც სხვებზე უფრო ჭკვიანები არიან. სამყაროს არ შეუძლია მართოს ჯუნგლების კანონი, სადაც ყველაზე ძლიერი კლავს სუსტს, არასოდეს გააკეთოს ეს. ზოგიერთი მამაკაცის მსგავსად, რომლებიც ტკივილს აყენებენ ქალებს, რადგან ისინი უფრო ძლიერები არიან და ყოველწლიურად ბევრ ქალს კლავენ, ეს არ არის სწორი. ყველა მამაკაცს, ქალს და ცხოველს აქვს ერთნაირი ცხოვრების უფლება, არავის აქვს უფლება მოკლას ქალები ან ცხოველები.

თქვენ არ შეგიძლიათ მოკვლა სიამოვნებისთვის ან ჭამა სიამოვნებისთვის. ადვილია, უბრალოდ დაფიქრდი, გინდა მოკვლა? დარწმუნებული ვარ პასუხი არის არა. მოგწონს რომ გტკივა? არა, თუ მოკვლა არ უნდათ, არა.

მოკალი სხვები, ვინც შენზე სუსტია. თუ არ გინდათ რომ დაზარალდეთ, ნუ აწყენთ სხვებს. თქვენ უნდა დააყენოთ საკუთარი თავი მათ ადგილზე, იყოთ უფრო ადამიანური და გაიგოთ სხვები. არ გამოიყენოთ ჯუნგლების კანონი, სადაც ყოველთვის იმარჯვებს ყველაზე ძლიერი, მას არასოდეს ექნება კარგი დასასრული. ბუდისტების აზრით, ყოველი ადამიანი, ვინც ზიანს აყენებს სხვებს, შემდეგ ცხოვრებაში ცხოველი იქნება, რომელიც ცხოველად დაიბადება. ყველა დავალიანება უნდა გადაიხადოს. ყოველმა ადამიანმა, ვინც სხვებს ზიანი მიაყენა, უნდა გადაიხადოს ეს, ეს არის სამყაროს კანონი, ყველამ უნდა გადაიხადოს.

თუ ეს არ გინდა, არ გააკეთო. იზრუნე შენს ირგვლივ მყოფ ყველა ადამიანზე, გიცნობს თუ არა, დაეხმარე და ცხოველებთანაც ასეა. სხვებს არ ავნებს და ხორცს არ ჭამენ. თუ გსურს ბედნიერი ცხოვრება და ჯანმრთელობა გქონდეს, ნუ ჭამ ხორცს. თუ გსურთ ხორცის ჭამა, გახსოვდეთ, რომ თქვენ უნდა გადაიხადოთ არა მხოლოდ თქვენი ჯანმრთელობისთვის, არამედ სამყაროს კანონებით, რომელიც უნდა გადაიხადოს ეს.

იდი მადლობა.



უკან ინდექსი



მოკლე ტექსტები

1.- სისხლის მიმოქცევა

სიცოცხლე დამოკიდებულია სისხლის მიმოქცევაზე. თუ სისხლი კარგად არ ცირკულირებს, ჩვენ ვკვდებით. თუ ის გულში არ ცირკულირებს, შეიძლება მივიღოთ ინფარქტი და მოვკვდეთ. თუ ის არ ცირკულირებს ტვინში, შეიძლება მივიღოთ ინსულტი და სიკვდილი. ჯანმრთელობა დამოკიდებულია სისხლის მიმოქცევაზე.

კარგი სისხლის მიმოქცევისთვის უნდა ივარჯიშოთ იოგაზე. იოგას წყალობით და თქვენი გონებით, თქვენ შეგიძლიათ განახორციელოთ თქვენი სისხლის მიმოქცევა და, შესაბამისად, არ გექნებათ კისტა ან კიბო.

ორმოც წელზე მეტია, რაც იოგას ვვარჯიშობ და ორმოცი წლის განმავლობაში არასდროს მომიწია საავადმყოფოში წასვლა ან რაიმე სახის ოპერაცია. არასდროს ვყოფილვარ ავად და არასდროს მიგრძენია ტკივილი.

ასე რომ, თუ გსურთ კარგი ჯანმრთელობა გქონდეთ, რაღაც უნდა გააკეთოთ თქვენთვის. არ აქვს მნიშვნელობა მდიდარი, ძღვევამოსილი და ბედნიერი ხარ, თუ გინდა კარგად იცხოვრო და დიდხანს გქონდეს სიცოცხლე, იოგა უნდა ივარჯიშო, სხვა გზა არ არის. აბების მიღება, რომლებიც ქიმიურია, არ არის კარგი, რაც მეტს მიიღებთ მით უფრო დაზიანდება თქვენი ჯანმრთელობა.



უკან ინდექსი

2.- ასპექტი

აზროვნების გზამ შეიძლება შეცვალოს ჩვენი გარეგნობა. თუ უარყოფითად ვფიქრობთ, ეს გავლენას მოახდენს ჩვენს გარეგნობაზე და გახდება ნეგატიური. როცა გაბრაზებულები ვართ, გაბრაზებულები ვუყურებთ, ამას ვხედავთ და როცა მოწყენილი ვართ, სევდიანი მზერა გვაქვს. თუ გსურთ კარგად გამოიყურებოდეთ, ყოველთვის პოზიტიურად უნდა იფიქროთ. თუ ყველაფერი დადებითია: თქვენი გარეგნობა იქნება პოზიტიური, თქვენი ცხოვრება იქნება პოზიტიური, თქვენი ჯანმრთელობა იქნება დადებითი, თქვენი მომავალი იქნება პოზიტიური, თქვენი ოჯახი იქნება პოზიტიური.

ეს ყველაფერი დამოკიდებულია თქვენს ენერჯიაზე და თქვენს აზროვნებაზე. თუ ქალს სურს ლამაზად გამოიყურებოდეს, იმისთვის, რომ იყოს ლამაზი, იყოს კეთილი და კეთილგანწყობილი და იყოს წარმატებული ცხოვრებაში, პირველ რიგში, მას უნდა ჰქონდეს პოზიტიური აზროვნება. პოზიტიური აზროვნება თქვენს ცხოვრებას და თქვენს გარშემო არსებულ ყველაფერს პოზიტიურს გახდის. თუ უარყოფითად ფიქრობ, მთელი შენი ცხოვრება, ყველაფერი შენს გარშემო, შენი მომავალი და სურვილები იქნება ნეგატიური. ახლა თქვენ იცით, თუ გსურთ იყოთ ბედნიერი და აისრულოთ თქვენი სურვილები, უბრალოდ დადებითად უნდა იფიქროთ. ვინც თქვენზე ცუდს იტყვის ან ცუდს იტყვის, ნუ მისცემთ უფლებას ამან გავლენა მოახდინოს თქვენზე, რადგან ეს უარყოფითად დაგაფიქრებთ და ჩვენთვის ცუდი იქნება. ჩვენთვის სასიკეთოდ, არ უნდა ვიფიქროთ სიტუაციაზე ან გარემოზე, არ მივცეთ საშუალება გავლენა იქონიოს ჩვენს აზროვნებაზე ან ჩვენს აზროვნებაზე. ყოველთვის კარგია, რომ პოზიტიურად ვიყოთ საკუთარი თავის მიმართ. ყველას ბედნიერებას ვუსურვებ. თუ გინდა იყო ბედნიერი, მომისმინე, ეცადე იყო პოზიტიური შენი ქმედებებით და ფიქრებით, ეს ერთადერთია რაც შენთვის კარგი იქნება. ყველა ნეგატიური ქმედება, როგორცაა მკვლელობა, სხვა ადამიანების ზიანის მიყენება, შურისძიება მიზეზით ან მის გარეშე, ადამიანების არასათანადო მოპყრობა, ან ოჯახის, მეგობრების, საზოგადოების ან სახელმწიფოს ზიანის მიყენება, უარყოფითი აქტებია.



უკან ინდექსი

3.- იყავი მილიონერი

როგორ გვექონდეს კარგი მომავალი და როგორ გავხდეთ მილიონერი? ყველას სურს გახდეს მილიონერი. ბუდას თქმით, ყოველ ადამიანს, ვისაც სურს გახდეს მილიონერი, პირველი რაც უნდა გააკეთოს არის ღარიბებისთვის ფულის მიცემა და გაჭირვებულთა დახმარება. თუ დაეხმარებით სხვა ადამიანებს იყვნენ ძალიან ბედნიერები, გექნებათ ბედნიერების განცდა. ეს გააუმჯობესებს თქვენს ჯანმრთელობას, თქვენს ბედს და დაგეხმარებათ სწორი გადაწყვეტილებების მიღებაში. ეს არის ერთი რამ. მეორე, მე ვაპირებ ახსნას ბუდას ამბავი: ერთხელ მათხოვარმა შესთავაზა ბუდას თასი ბრინჯი. მას მხოლოდ ეს თასი ბრინჯი ჰქონდა. მათხოვარმა უთხრა ბუდას: "ბუდა, ეს ყველაფერი მაქვს და მინდა მოგცე, თუნდაც დღეს არ ვჭამო, ეს ჩემთვის პრობლემა არ არის. მე მიყვარს ბუდას შევთავაზო ყველაფერი, რაც მაქვს. " ბუდამ უთხრა: "მოდით ჩემთან, რაღაც მაქვს საჩვენებელი" ისინი ერთად მივიდნენ ჭასთან და ბუდამ უთხრა: "კარგად შეხედე". მათხოვარმა დაინახა მილიონერის გამოსახულება, რომელიც ცხოვრობს უზარმაზარ სახლში მსახურებით სავსე და კომფორტით სავსე. მათხოვარმა ჰკითხა ბუდას: "ვინ არის ეს?" და ბუდამ უპასუხა: "შენ ხარ?" "მე?"

"დიახ, შენს მომავალ ცხოვრებაში შენ იქნები ეს მილიონერი, რადგან დღეს შენ შემომთავაზე ერთი თასი ბრინჯი, რაც გქონდა და ეს არის ჯილდო შენი სიკეთისთვის."

მილიონერმა, რომელიც საუბარს უსმენდა, ბუდას უთხრა: „შენთვის ბრინჯით სავსე მანქანა მოგიტანე“. ბუდამ თქვა: "კარგი". მალე ის ბრინჯით სავსე მანქანით მოვიდა და ბუდას უთხრა: „მათხოვრმა მას ერთი თასი ბრინჯი მისცა და შემდეგ ცხოვრებაში ის მილიონერი გახდება, მე კი მოგვიანებით მეფე გავხდები“. ბუდამ უთხრა: "მოდით ჩემთან, მე გაჩვენებ, შეხედე კარგს" მილიონერმა დაინახა ხარი, რომელიც მიწას ამუშავებდა და ბუბებს კუდით აშინებდა. მილიონერმა ჰკითხა ბუდას:

"ს რა არის?" და ბუდამ უპასუხა: „შენ“, „მე? წლებია და ხარივით დაბადებული, რომ დამიბრუნო ყველაფერი, რაც ღარიბებისგან წაიღე და რადგან დღეს ბრინჯით სავსე მანქანა მაჩუქე, ამ ხარს კუდი აქვს. ეს თანხაზე არ არის დამოკიდებული, ეს შენს გულზეა დამოკიდებული".

ერთი ევრო მათხოვრისგან იგივეა, რაც მილიონი მილიონერისგან. თუ გსურთ გახდეთ მილიონერი, მიეცით რამდენიც შეგიძლიათ გაჭირვებულებს, თქვენზე ღარიბებს და მიიღებთ მილიონერი გახდომის ჯილდოს. თუ გსურთ იყოთ მილიონერი, ერთადერთი გზაა დაეხმაროთ ადამიანებს, რომლებსაც თქვენზე მეტი სჭირდებათ. ყველა თქვენი შემონირულობა გაჭირვებულთათვის გასამრჯელოდ ასჯერ ან მილიონჯერ გამრავლდება. სიღარიბისგან თავის დაღწევის ერთადერთი გზა არის შენზე ღარიბი სხვა ადამიანების დახმარება, რაც შეიძლება მეტი დაეხმარო მათ. ბუდა ამბობს, რომ მაშინ მას ექნება თავისი ჯილდო და ბუდა არასოდეს იტყუება, ბუდა ყოველთვის ასრულებს თავის დანაპირებს. სამი ათასი წელი გავიდა ბუდას გარდაცვალებიდან და ყველაფერი, რაც მან თქვა, დღემდე შენარჩუნებულია.



უკან ინდექსი

4.- ცოლი

მოკალი და მოკალი. ჩვენ ყველანი ღვთის შვილები ვართ. არავითარ შემთხვევაში არ შეგვიძლია მოვკლათ ერთმანეთი, ადამიანები, ცხოველები ან ნებისმიერი ცოცხალი არსება. ვინც მკვლელს უნდა გადაუხადოს მილიონჯერ სიცოცხლე მოკლულს, ღვთის კანონების მიხედვით. არავითარ შემთხვევაში და მიზეზით, ან ღმერთის ან სხვა სახელის ქვეშ, არ უნდა მოკლა, არ შეიძლება მოკვლა. ეს მიუტევებელია ადამიანურ კანონებში და ღვთის კანონებში. ცხოველებისა და ადამიანების მოკვლა შეუძლებელია. ჩვენ ვჭამთ ჩვენზე სუსტ ცხოველებს. იმის გამო, რომ ჩვენ ხორცს ვჭამთ, ადამიანები გვიკლავენ ცხოველებს. ხორცს თუ არ ვჭამენ, ცხოველებს არავინ დაკლავს. იცხოვრე და იცხოვრე. დაიმახსოვრე, რომ ნებისმიერი ცოცხალი არსების მოკვლა, პირდაპირ თუ ირიბად, გადაიხდის მათ ცოდვებს, ყველა მათ შორის, ნაყოფის ჩათვლით, რომელსაც გული სცემს. ყველა ცოცხალ არსებას აქვს უფლება იცხოვროს, ისევე როგორც თქვენ ან მე, როგორც ყველას. ამიტომ ჩვენ არ შეგვიძლია მოვკლათ, არ აქვს მნიშვნელობა რა მიზეზით, სახელით, არც ერთი ღმერთის სახელით, ჩვენ არ შეგვიძლია მოვკლათ. დაიმახსოვრე, რომ ყველა, ვისაც კლავ, პირდაპირ თუ ირიბად, ჯოჯოხეთში მოხვდება, როცა მოკვდება და ფოთლების მთას გაივლის. სული არ კვდება, მაგრამ მას შეუძლია განიცადოს ტკივილი ფოთლების მთაზე გავლისას და ნელა მოკვდეს. ერთხელ მკვდარი, ის აღდგება და მოკვდება ისევ და ისევ ათასი წლის განმავლობაში ყოველი სიცოცხლისთვის, რაც მან წაიღო. არ არსებობს პატიება, ღვთის კანონები ადამიანურ კანონებზე უარესია. სხვა ცხოვრება უფრო რთული და მძიმეა, ვიდრე ეს ცხოვრება, დემონებთან ერთად, ბევრად უფრო რთული. არ იფიქროთ, რომ უნდა ნახოთ, რომ დაიჯეროთ.



უკან ინდექსი

5.- სტიქიური უბედურებები

ჩვენ ვფიქრობთ, რომ სტიქიურ უბედურებებს ჩვენთან არანაირი კავშირი არ აქვს, მაგრამ რეალურად ჩვენ ვართ ამ სტიქიების გამომწვევი.

ეს არ არის ბუნების ბრალი, მხოლოდ ადამიანების ბრალია.

პირველ რიგში, ეს ჩვენი აზრების დამსახურებაა. ადამიანები უფრო ეგოისტები ხდებიან და უფრო მეტ ადამიანს უჩნდება ცუდი აზრები.

ეს უარყოფითი ენერჯია გავლენას ახდენს ბუნებაზე და სამყაროზე. ამ მიზეზით, ხალხს არ ესმის, რომ ეს იწვევს სტიქიურ უბედურებებს.

ფიქრები არის პირველი პრობლემა და მეორე არის ის, რასაც ჩვენ ვაკეთებთ. დაბინძურება და სხვა რამ, რაც აზიანებს გარემოს და შესაბამისად გვანუხებს წყალდიდობები, ტაიფუნები, მიწისძვრები... ყველაფერს ჩვენ ვინვევთ. რატომ გვაძულებს ეს? რადგან მათ არ ესმით, რომ ჩვენ ბუნების ნაწილი ვართ, ჩვენ ვართ მთლიანობა და არ სურთ ამ ფაქტის მიღება. ბუნება, სამყარო და ჩვენ ერთია და არა ორი.

თუ გავაცნობიერებთ, რომ ყველაფერი ჩვენი ნაწილია, ეს აღარ დააბარალებს ბუნებას და სამყაროს. ეს უნდა ვიცოდეთ ბუნებრივი კატასტროფების თავიდან ასაცილებლად. ჩვენ ვართ ერთადერთი, ვისაც ამის მოგვარება შეგვიძლია. ჩვენ ზიანი მივაყენებთ ბუნებას და ახლა ბუნება ჩვენს წინააღმდეგაა, მაგრამ ეს არ არის ბუნების ბრალი ან სტიქიური უბედურების ბრალი, ეს მხოლოდ ჩვენი ბრალია. ჩვენ უნდა გამოვიწვიოთ ეს დაბინძურებით და ინდუსტრიებით, რომლებიც მხოლოდ საკუთარ ინტერესებს ხედავენ. ჩვენ არ ვზრუნავთ ადამიანებზე, გარემო თუ ბუნება, ამიტომ გვანუხებს ეს პრობლემები, რომლებიც დღით დღე უარესდება, ჩვენი პლანეტის გადასარჩენად, ბუნების გადასარჩენად და საკუთარი თავის გადასარჩენად უნდა ვიფიქროთ, რომ ბუნების ნაწილი ვართ.

მაგალითად, ჩვენს სხეულს აქვს ღვიძლი, თირკმელები, გული... ისინი ჩვენი სხეულის ნაწილია. ჩვენი კუჭი, გული, თირკმელები, ნაწლავები, ხელი ან ფეხის თითი არ შეიძლება დაზიანდეს, რადგან ისინი ჩვენი ნაწილია. ჩვენ უნდა გვესმოდეს, რომ ჩვენ ვართ ერთი, უნდა გვესმოდეს, რომ ჩვენ ვართ მთელი. ჩვენ ვზრუნავთ სხეულზე, გულზე, თირკმელზე, ყოველთვის ვცდილობთ ვიზრუნოთ საკუთარ თავზე. თუ თქვენ გაქვთ რაიმე ჯანმრთელობის პრობლემა, უნდა მიმართოთ ექიმს პრობლემის მოსაგვარებლად.

იგივე უნდა მოვიქცეთ ბუნებასთან და სამყაროსთან, მაშინ სამოთხე ვიქნებით. თუ ამას გააკეთებთ, მომავალში ამდენი სტიქიური უბედურება არ გექნებათ. ეს ყველაფერი ჩვენზეა დამოკიდებული.



უკან ინდექსი

6.- მდიდარი და ღარიბი კაცი

რატომ ღარიბი? ბუდისტური თეორიის მიხედვით, ყველა ღარიბი იყო გაუმადლარი და ეგოისტი წარსულ ცხოვრებაში, ყველაფერი მათთვის იყო და არასდროს ეხმარებოდნენ სხვებს, ამიტომაც არიან ამ ცხოვრებაში ღარიბები. მდიდარი ადამიანები წარსულში ღარიბების მიმართ გულუხვი იყვნენ და გაჭირვებულებს ეხმარებოდნენ, რათა ამ ცხოვრებაში ისინი იყვნენ მდიდრები, მილიონერები. თუ ახლა ღარიბი ხართ, როგორ შეგიძლიათ გააუმჯობესოთ თქვენი ფინანსები? ღარიბ ადამიანს ბევრი ფული არ აქვს, მაგრამ გროშები მაინც აქვს. ღარიბი კაცის ასი იგივეა, რაც მილიონერი მილიონერისგან. როდესაც ღარიბი ადამიანი გაძლევს გროშს, მას იგივე ღირებულება აქვს, რაც გარკვეულ მილიონს და მილიონერს. ბუდას თვალში 1 პენი და 1 მილიონი იგივეა, ეს მხოლოდ იმაზეა დამოკიდებული, ეხმარები თუ არა სხვებს გულით. თუ გინდა იყო მდიდარი, უნდა დაეხმარო შენზე ღარიბ ადამიანებს, როგორც შეგიძლია.

ხალხი იმიტომ, რომ ასე ნელ-ნელა დაგეხმარნენ, როცა მოხდები, მდიდრები და ადამიანები, ვინც დაგეხმარებიან, შენი დადებითი ენერჯია გაძლიერდება და იმ ადამიანების მთელი დადებითი ენერჯია, ვინც დაგეხმარა, დაგეხმარება, რადგან შენ კარგი ადამიანი ხარ და კარგი ხალხი დაგეხმარება. არავინ ეხმარება ცუდ ადამიანს, არავინ ეხმარება ეგოისტს, არავის, რადგან თუ ეგოისტი ხარ, არავის მადლობას არ უხდის და შესაბამისად არავინ დაგეხმარება. თუ დახმარება გინდა, გაქვს შანსი იყო კარგი ადამიანი და მერე ყველა დაგეხმარება.

ადრე ძალიან ღარიბი მეგობარი მყავდა. სახლის წინ იჯდა მზის აბაზანების მისაღებად. მოგზაურმა მის კარს გასცა. ზაფხული იყო, ძალიან ცხელი და მოგზაურს სწყუროდა. ღარიბმა უთხრა მოგზაურს: „მოდით ჩემს სახლში, დაჯექით, განიტვირთეთ და ჩაი დალიეთ, მერე შეგიძლია გააგრძელო მოგზაურობა“. მოგზაურმა თქვა: "კარგი ადამიანი ხარ, არ მიცნობ და სახლში დამპატიჟე ჩაიზე, დასასვენებლად და ვენტილატორი ჩავრთე გასაგრილებლად, კარგი ადამიანი ხარ, რას აკეთებ ახლა. ჩემმა მეგობარმა თქვა: "არაფერი" და მან უპასუხა: "რატომ?"

ღარიბმა თქვა: "იმიტომ, რომ ფული არ მაქვს და ცოტა ვისწავლე და ვერაფერი ვიპოვე".

მაშინ მოგზაურმა თქვა: „ვხედავ, რომ კარგი ადამიანი ხარ, დაგეხმარები, საბნებს ვაკეთებ, საბნებს მოგცემ, გიყიდი და ფულს მომეცი, გენდობი, რადგან კარგი ხარ. " ადამიანი მოგზაურმა ეს გააკეთა და ახლა ჩემი მეგობარი მილიარდერია მხოლოდ იმისთვის, რომ დაეხმარა მოგზაურს დაისვენოს. თუ გინდა გქონდეს კარგი მომავალი, უნდა დაეხმარო ადამიანებს სანაცვლოდ არაფრის თხოვნის გარეშე.

თუ ძლიერი მილიონერი არასწორად ექცევა ადამიანებს, ის ეგოისტია, ის არასდროს ეხმარება სხვებს, მას მხოლოდ სურს წვეულებებთან ერთად ისარგებლოს ცხოვრებით და ფულს ხარჯავს მხოლოდ საკუთარ თავზე და ოჯახზე და არავისზე, ეს ადამიანი, რომელიც ტკბება ბედზე. მისი წინა ცხოვრება, ეს იღბალი ძალიან სწრაფად დასრულდება. მილიონერების აბსოლუტური უმრავლესობა სიბერეში მთავრდება ავადმყოფი და ღარიბი და არავინ ზრუნავს მათზე. ამდენი მატჩი და ფული იხარჯება მეგობრებისთვის, რომლებიც არ ზრუნავენ მათზე, როცა ღარიბები არიან.

როცა ფული გაქვს და გსურს გქონდეს მეტი ფული, გქონდეს კარგი ჯანმრთელობა, წარმატებები და დიდხანს სიცოცხლე, საკმარისია დაეხმარო ღარიბებს და მაშინ იქნები ყოველთვის მდიდარი, ყოველთვის ძლიერი, გექნება ხანგრძლივი სიცოცხლე და გქონდეთ კარგი ჯანმრთელობა, რადგან როდის

შენ ამას გააკეთებ, ჩვენ შევექმნით პოზიტიურ ენერგიას და ღმერთი დაგეხმარება, დაიჯერე თუ არა, ღმერთი დაგეხმარება.



უკან ინდექსი

7.- კონფლიქტები

ჩვენ უნდა ვაპატიოთ ყველას, ვინც გვტყვიან. ბუდისტური თეორიის მიხედვით, პატიების გარდა, მაღლიერება უნდა გადავუხადოთ. არ უნდა გქონდეს წყენა და უნდა დაივიწყო ის ბოროტება, რასაც სხვა ადამიანი აკეთებს, რადგან როცა ამ ყველაფერს შენში ინახავ, მხოლოდ საკუთარ თავს ავნებ. მაშინაც კი, თუ აბსოლუტურად მართალი ხართ, შურისძიებითა და სიძულვილით თქვენ მხოლოდ საკუთარ თავს ავნებთ. ვერ იცხოვრებ მშვიდად, ვერ იცხოვრებ მშვიდად, ყოველთვის უარყოფითად ფიქრობ და ეს შენს ჯანმრთელობაზე აისახება და ვერ გქონდეს ცხოვრების ხარისხი.

ბუდისტური თეორიის თანახმად, ყოველი ადამიანი, ვინც გვტყვიან, იმიტომ ხდება, რომ წარსულ ცხოვრებაში თქვენ მას ატკინეთ. ასე რომ, ამ ცხოვრებაში ის ანაზღაურებს შენთვის იმ ცოდვის გამო, რაც შენ გაუკეთე მას. თუ აპატიებ, ვალი გაგისწორდება, მშვიდად იქნები.

თუ ადამიანი ამ ცხოვრებაში გატკინებს შენ და შენ ატკინე მას შემდეგ ცხოვრებაში, მაშინ მეორე ცხოვრებაში სხვა ადამიანი ისევ გტყვიან შენ და შენ ატკინე მას შემდეგ ცხოვრებაში... და ასე შემდეგ, ეს ციკლი არასოდეს მთავრდება, არასოდეს მთავრდება.

ადამიანმა რომ გატკინოს, არ ინერვიულო, თვითონ დაისჯება, სინდისი დასჯის. შესაძლოა, სხვების წინაშე ამის აღიარება არ უნდა, მაგრამ შიგნით, როცა სძინავს, როცა მარტოა, ნელ-ნელა საკუთარ თავს დასჯის. ღმერთს დასჯა არ სჭირდება. ყველას თავისი სინდისი აქვს და თუ ვინმეს სტკივან, ის ბევრად მეტად სჯის საკუთარ თავს, ვიდრე შურს იძიებ. ის ისჯება ბევრად უფრო ნელა, უფრო მკაცრად, ვიდრე საკუთარი შურისძიება. ამიტომ არ არის საჭირო შურისძიება ან შურისძიება. თუ ადამიანი გტყვიან, ისე მიიღეთ, თითქოს საკუთარ თავს იკვლევთ, თითქოს გამოცდას აბარებთ. თუ თქვენ შეძლებთ ამ გამოცდის ჩაბარებას, მაშინ ამაღლებით დონეზე. ამიტომ, უნდა გახსოვდეთ, რომ არ უნდა გქონდეთ წყენა იმ ადამიანების მიმართ, ვინც გტყვიან. თუ შეინარჩუნებ, ბევრი პრობლემა გექნება: ნერვები, სტრესი, ცუდი ცირკულაცია... ამით იმოქმედებს შენს ცხოვრებაზე, უფრო სწრაფად დაბერდები, მუდამ ავად იქნები და ცხოვრებაში არაფერი გამოვა კარგად, რადგან აზროვნება მთლიანად ნეგატიურია. .

თავს არასდროს აწევ. კარგად რომ იყო, ყველაფერი რაც უნდა გააკეთო არის პატიება. აპატიე თითქოს საკუთარ თავს აპატიებდი. უნდა აპატიო, რომ იცხოვრო მშვიდად და მშვიდად, რადგან შურისძიებას მოაქვს მხოლოდ შურისძიება და მეტი შურისძიება და მეტი შურისძიება... ასე რომ თქვენ ვერ იცხოვრებთ კარგად.

თუ გინდა კარგად იცხოვრო, შეეცადე აპატიო, ეს ერთადერთი გამოსავალია, სხვა არ არსებობს. არ ინერვიულო, ღმერთი და მისი სინდისი დასჯის შენს გამო. აუცილებლად შეასრულებს თავის სასჯელს სრულად, ღმერთი და თავად იძიებს შენზე შურს.

თქვენ არ გჭირდებათ ამის გაკეთება. წყენა ნუ გექნება. ეცადე კარგად იცხოვრო. ეს არის კონფლიქტების ბუდისტური თეორია.



უკან ინდექსი

8.- მოწვევა

სიგარეტის მოწვევა ნელა კლავს. თითოეული სიგარეტი თქვენი ცხოვრების 5 წუთშია. ყველა შეფუთვაში ნათქვამია: მოწვევა სერიოზულად გტკივა, მოწვევა კლავს, მოწვევა ინვესტის ფილტვის კიბოს და ყველა მწველს, ნაიკითხეთ ეს და ნუ აინტერესებთ. ზოგს ეშინია და ამ ჩვევისგან თავის დაღწევას ცდილობს. ადრე ჩემი იოგას ერთ-ერთი სტუდენტი ცდილობდა მოწვევას დაეტოვებინა. ერთი წლით შეჩერება შეიძლებოდა, მაგრამ წინააღმდეგობას უწევდა. ერთი წლის შემდეგ ველარ გავუძელი. სანამ თავს დავანებებდი დღეში 1 კოლოფს ვენეოდი და იმ წლის შემდეგ დღეში 3 კოლოფს ვენეოდი. ცოტა ხანში ის დაბრუნდა იმ წელს სიგარეტის გარეშე. ამიტომ მოწვევას რომ თავი დაანებოთ, არ უნდა აიძულოთ თავი, რადგან ეს არ გამოდგება და ვერასდროს შეძლებთ თავის დანებებას. მოწვევას სამუდამოდ რომ დაანებოთ თავი და საკუთარი თავი უნდა დაარწმუნოთ. თუ საკუთარ თავს არ არწმუნებთ, არასოდეს დანებდეთ. დაარწმუნეთ საკუთარი თავი, თუ გასურთ უფრო დიდხანს იცხოვროთ, გქონდეთ კარგი ჯანმრთელობა, გქონდეთ გრძელი სიცოცხლე. თქვენ უნდა დაანებოთ თავი მოწვევას, თუ გასურთ იყოთ ჯანმრთელი და არ დაზარალდეთ ფილტვის კიბოთი. ყველა ამ მიზეზის გამო, თქვენ უნდა დაარწმუნოთ საკუთარი თავი. ხანდახან შესაძლებელია მოწვევის თავის დანებება ჰიპნოზით. როდესაც ჰიპნოზირებული ხართ, ხედავთ ნიკოტინით სავსე ფილტვებს, ასეთი ბინძური და ამაზრზენი. მოწვევის თავის დანებების ერთ-ერთი გზა არის ფილტვებში ამაზრზენად გამოხედვა. საუკეთესო და ერთადერთი გზაა საკუთარი თავის დარწმუნება, რომ ეს მხოლოდ ახირებაა, რომ ეს არ არის აუცილებლობა. წარმოიდგინეთ, რომ თქვენ გაქვთ კარგი ოჯახი, კარგი ბიზნესი/სამუშაო, რომ იცხოვროთ მშვიდად შვილებთან ერთად და ძალიან კომფორტულად და თქვენი ცხოვრების საუკეთესო ნაწილში, თამბაქოსგან კვდებით. სირცხვილი არ იქნება? თუ ახალგაზრდა იყავით, ღარიბი და არაფერი გქონდათ, იქნებ ფიქრობთ, რომ ეს კარგია, რადგან დასაკარგი არაფერი გაქვთ, მაგრამ ეს ჩვეულებრივ ხდება 50 წლის ასაკში. ადამიანები იწყებენ სიკვდილს ცხოვრების საუკეთესო ნაწილში, როცა ყველაფერი მოგვარებულია, ყველაფერი იდეალურადაა. გიყვართ ცოლი, შვილები და ყველაფერი იდეალურადაა, მაგრამ ყოველთვის, როცა სიგარეტს იღებთ და ეწევით, 5 წუთს ართმევთ თქვენს ცხოვრებას. თუ გინდა იცხოვრო 80 წლამდე, სირცხვილია, რომ შეიძლება მოკვდე 50 ან 60 წლის ასაკში, როცა მთელი ცხოვრება დამუშავებულია. თქვენი სასიკეთოდ, თქვენი ოჯახისთვის, თქვენი შვილებისთვის, იფიქრეთ და დაარწმუნეთ თავი, რომ თავი დაანებოთ მოწვევას.



უკან ინდექსი

9.- ალკოჰოლი

აკრძალულია ალკოჰოლის მოხმარება. ეს ნიშნავს, რომ არ დალიოთ ალკოჰოლი. თუ ასეა, უბრალოდ დალიე ცოტა. ალკოჰოლმა ბევრი ოჯახი გაანადგურა. როცა ვინმე ნასვამია, რამდენი დანაშაულის ჩადენა შეიძლება? ალკოჰოლის მოხმარებით რამდენი ადამიანი დაიღუპა ავტოსაგზაო შემთხვევის შედეგად? და შედეგად, ბევრმა ოჯახმა დაკარგა მამა, დედა ან შვილები ალკოჰოლის გამო.

ბუდა არ ამბობს ალკოჰოლის დაღევას. გახსოვდეს, რომ ალკოჰოლი მხოლოდ უბედურებას იწვევს, მას არ მოაქვს სიკეთე, მხოლოდ უბედურება მოაქვს შენს ოჯახს, შენს, საზოგადოებას და ბევრ სხვას. ამიტომ არ უნდა დალიოთ ალკოჰოლი. თუ დაინწყებთ დაღევას და გახდებით ალკოჰოლიკი, როგორ აპირებთ ალკოჰოლისადმი დამოკიდებულების დაძლევას? ცხოვრებას გაანადგურებ, მომავალი ბნელი იქნება, არაფერი იქნება, მთვრალის გვერდით არავინ იქნება. არ დალიოთ ალკოჰოლი, სურვილის შემთხვევაში შეგიძლიათ დალიოთ ცოტა. ალკოჰოლიზმი ცუდია თქვენთვის, თქვენი ოჯახისთვის, საზოგადოებისთვის, სახელმწიფოსთვის, ყველასთვის. როცა მთვრალი ხარ, შეგიძლია მოკლა სხვა ადამიანი, ან გააკეთო რაიმე აღმაშფოთებელი. გახსოვდეთ, რომ არ უნდა დალიოთ ალკოჰოლი, ეს აკრძალულია ბუდისტების კანონებით, არ დალიოთ. თუ გსურთ ოჯახთან ერთად ბედნიერად იცხოვროთ, ნუ დაღევთ ალკოჰოლს, რადგან ეს გავლენას ახდენს სხვ



უკან ინდექსი

10.- ომი

ომს მხოლოდ უბედურება მოაქვს. მეორე მსოფლიო ომში ასი ადამიანი დაიღუპა, 500 მილიარდი დოლარი დაიხარჯა, ვიეტნამის ომში კი 18 მილიარდი დოლარი დაიხარჯა. წარმოიდგინეთ მთელი დაკარგული ფული. ეს ფული მესამე ქვეყნებში რომ ჩადებულყო მათი ცხოვრების ხარისხის გასაუმჯობესებლად და სიღარიბის შესაჩერებლად, მსოფლიო სამოთხე იქნებოდა. ამდენი ომი და სიკვდილი, რა არის ჩვენთვის დადებითი? არაფერი, ყველაფერი უარყოფითია.

ომის თავიდან ასაცილებლად, ყველა ქვეყანამ პატივი უნდა სცეს ერთმანეთს. იმიტომ რომ? რადგან ჩვენ ყველანი ერთი ვართ, ყველა ქვეყანა ერთია და ერთ მთლიანობას ქმნის. ომის დროს ყველა ჩართულ ქვეყანას ექნება სიკვდილი, ბევრი ფული შემოვა, ხალხი დაიღუპება, ისინი გაღარიბდებიან და განადგურება იქნება სრული. არაფერი იქნება კარგი, ყველაფერი ცუდად იქნება. ხალხმა უნდა იცოდეს, რომ სიკვდილს მხოლოდ უბედურება მოაქვს. ჩვილების მოკვლა, ნაყოფის სიკვდილის ან ცხოველის სიკვდილის გამოწვევა მხოლოდ განადგურებას მოაქვს ჩვენს პლანეტას, არაფერი კარგი. ჩვენ უნდა ვისწავლოთ ვიყოთ კეთილი, გულთბილი და მიმტევებელი მთელი მსოფლიოსა თუ თითოეული ქვეყნის მიმართ. ნუ ცდილობ ომს, ორივე მხრიდან იქნება დაღუპული, ეს ერთადერთია, რასაც ომიდან გამოხვალ. ჩვენ უნდა ვიცოდეთ, რომ ყველა ადამიანი ერთია და სამყარო ერთია და ბუნება ერთია. თუ არ გვჯერა, რომ ერთნი ვართ და ყველა მხოლოდ საკუთარ თავზე ფიქრობს, რომ ახლა ვხედავთ შედეგებს, ვანადგურებთ ბუნებას და გარემოც მოქმედებს ჩვენზე.

გლობალური დათბობით გარემო და ასევე სტიქიური უბედურებების რიცხვი იზრდება. ეს იმიტომ ხდება, რომ ჩვენ არ ვიცით, რომ ყველანი ერთნი ვართ. დაიმახსოვრეთ, ეს ყველაფერი გულწრფელად უნდა გაკეთდეს, რათა დედამიწა სამოთხედ იქცეს. ჩვენ მხოლოდ უნდა დავეხმაროთ ერთმანეთს, რადგან ჩვენ ერთი ვართ. თუ ქვეყანას უჭირს, შეიძლება გავლენა იქონიოს ჩვენზე. შიდსის მსგავსად, პრობლემა დაიწყო აფრიკაში და შეეხო დანარჩენ მსოფლიოს, ამიტომ ჩვენ უნდა დავეხმაროთ ნებისმიერ ქვეყანას, რომელსაც უჭირს მთელი გულით. თუ ჩვენ მათ დაუყოვნებლივ არ დავეხმარებით, ეს გავლენას მოახდენს ჩვენზე და დანარჩენ სამყაროზეც. ჩვენ ერთი ვართ, ჩვენ და სამყარო ერთი ვართ, ერთი ქვეყანა და მეორე ერთი, ჩვენ ერთი ვართ და არა ორი. არ უნდა ვიყოთ ეგოისტები, თორემ არ გამოვა. თუ ყველა ერთად ვიმუშავებთ, ყველაფერი კარგად იქნება. ომს კარგი არაფერი მოაქვს.

მაგალითად, მეორე მსოფლიო ომში ჰიტლერი ცდილობდა ძალის გამოყენებით, ომით გაეერთიანებინა ევროპის ყველა ქვეყანა. შეუძლია თუ არა მას მიაღწიოს დანიშნულებას? არა. იაპონელები ომის დროს ცდილობდნენ აზიის ქვეყნებზე დომინირებას, შეძლებდნენ მათ ამის მიღწევას? არა. ადრე რომაელები ცდილობდნენ დაეუფლონ მთელ ევროპაში, შეძლებდნენ მათ წარმატებას? არა, რატომაც არა? რადგან ძალით და ნეგატიური იდეებით ვერაფერს მიაღწევთ, საბოლოოდ, წარუმატებელი იქნებით. ბევრი უდანაშაულო ადამიანი იღუპება, ომის ფასი ძალიან ძვირია და მთელი მსოფლიო ზარალდება, ამიტომ არ არსებობს მიზეზი. ჩვენ შეგვიძლია ომი ვაწარმოოთ, ჩვენ არ ვართ ერთი, ჩხუბი არ უნდა ოჯახის წევრებს ან ძმებს შორის, ეს **აკრძალულია**, ღმერთი ამბობს, ^{The} მოხდეს მიზეზს არ აქვს მნიშვნელობა, ერთმანეთს ვერ მოვკლავთ. თუ ყველას უნდა ჰქონდეს ოქროს გული, ეს სამყარო სამოთხედ გახდება. რაც მთავარია, ყველა ქვეყნის ლიდერს ოქროს გული უნდა ჰქონდეს. ლიდერები ხალხის მსახურნი არიან, ისინი არ არიან ხალხის თავები, ისინი უნდა იყვნენ ხალხის თავმდაბალი მსახურები.

ყველაფერი რაც კარგია ხალხისთვის უნდა გაკეთდეს. მათ არ უნდა დახარჯონ ცენტრი იმაზე, რაც არ არის სასარგებლო ადამიანებისთვის. ყველაფერი უნდა გაკეთდეს გულწრფელად, არ აქვს მნიშვნელობა პოლიტიკურ პარტიას. მთავარია, რომ თითოეულმა პოლიტიკურმა პარტიამ უნდა გააკეთოს და მე მჯერა, რომ ეს საუკეთესოა ხალხისთვის. პოლიტიკური თვალსაზრისიც არ უნდა იყოს, მთავარია გავაკეთოთ ის, რაც საუკეთესოა ხალხისთვის და არა ომი.

ახლა ყველა ომი ცუდია, მათ მხოლოდ სიკვდილი მოაქვთ, მათ შეუძლიათ მთელი მსოფლიოს განადგურება. ეს თავიდან უნდა იქნას აცილებული, რადგან ისინი ერთია. ეს არის ომი და მშვიდობა. თუ გინდათ კარგად იცხოვროთ, პატივი ეცით და გაუფრთხილდით ბუნებას, იზრუნეთ ცხოველებზე და ადამიანებზე და ისინი იზრუნებენ ჩვენზე, რათა ჩვენ შევქმნათ სამოთხედ დედამიწაზე. ზოგიერთი ლიდერი და ხალხი ანადგურებს პლანეტას. იმისათვის, რომ კარგად ვიცხოვროთ, გახსოვდეთ, რომ ჩვენ ერთი ვართ. ნებისმიერი სხვა ქვეყანა, ადამიანი, ცხოველი, ბუნება თუ სამყარო, ჩვენ ყველანი ერთი ვართ. თუ ამას გავიგებთ, სამოთხეში ვიცხოვრებთ. მადლობთ.



უკან ინდექსი

11.-თვითმკვლელობა

ყოველდღიურად უამრავი ადამიანი, ვინც თავს იკლავს. ადამიანები, რომლებიც თავს იკლავენ, ფიქრობენ, რომ ერთხელ გარდაცვალების შემდეგ ყველაფერი მოგვარებულია. ისე, თქვენ ცდებით, ისინი ძალიან ცდებიან.

როგორც ბუდას წმინდა წერილებიდან ნათლად ჩანს, ვინც რისთვის იკლავს თავს, თუ ამ ადამიანს 80 წელი

მოუწევს ცხოვრება და 30-ზე თავს იკლავს, წყვეტს 50 წელს ცხოვრებას. მან თავად მოიკლა სიცოცხლე. ბუდას წმინდა წერილების თანახმად, ეს ადამიანი ყოველ 7 დღეში ერთხელ იკლავს თავს. რამდენი ტკივილია! რამდენი წუხილი! ყველა ეს თაღლითობა უნდა მოხდეს ყოველ 7 დღეში.

თუ ადამიანი ტოქსიკური სითხის დალევით თავს იკლავს, ყოველ 7 დღეში ერთხელ მოუწევს ამ ტოქსიკური სითხის დაღევა. თუ ეს ადამიანი თოკზე ჩამოიხრჩო, ყოველ 7 დღეში ერთხელ მოუწევს თოკზე ჩამოხრჩობა... ეს მისი სიცოცხლის ბოლომდე. წარმოიდგინეთ, თუ ადამიანი ძალიან მალეიდან ხტება, ყოველ 7 დღეში ერთხელ მოუწევს ზემოდან გადახტომა. სიკვდილის წინ წარმოიდგინე, რა ტკივილი გავიდა! თვითმკვლელობის შემდეგ სული ჯოჯოხეთში მიდის და იქ ისჯება 100-დან 500 წლამდე. შემდეგ ის მრავალი წლის განმავლობაში ცხოველად იბადება. ყველა ამ ხალხმა არ იცის და აინტერესებს: არსებობს რეინკარნაცია? რა თქმა უნდა. იმიტომ რომ? ჰკითხეთ ნებისმიერ ჰიპნოზის მასწავლებელს, მიმართეთ ნებისმიერ წიგნს, ჰიპნოზს არანაირი კავშირი არ აქვს ბუდიზმთან, მაგრამ ამართლებს, რომ ჩვენ ყველას გვაქვს წარსული, აწმყო და მომავალი ცხოვრებაში. რომ ცხოვრება ამ ცხოვრებაში არ მთავრდება, ამიტომ თვითმკვლელობა ართულებს არსებობას. არაფერს არ წყვეტს. რაიმე სერიოზული პრობლემა გაქვს, შუალამეს ჰგავს, ყველაფერი ბნელა, მაგრამ ღამის მერე რა ხდება? ნელ-ნელა მზე ამოდის, ნელ-ნელა ყველაფერი უმჯობესდება. ამიტომ, როცა პრობლემები გაქვთ, მოითმინეთ რაც შეიძლება დიდხანს, რადგან ნელ-ნელა მზე ამოვა და ყველაფერი მოგვარდება. როდესაც ადამიანს ძალიან გაუმართლა, არ უნდა იყოს ბედნიერი, რადგან შუადღის შემდეგ მზის ჩასვლა მოდის და ღამე, სიბნელე.

ცხოვრებაში ყველა ადამიანს აქვს ცუდი მომენტები, მაგრამ არ უნდა იყოს მოწყენილი, რადგან მზე მალე ამოვა. როცა სავსე მზე ამოდის, არ უნდა იყო ბედნიერი, რადგან სიბნელე მალე მოვა. ს არის ცხოვრება.

ამიტომ რაც არ უნდა გქონდეთ პრობლემა, ნუ ეცდებით თავის მოკვლას. როდესაც ვინმე თავს იკლავს, ის რაც ელის მას შემდგომ ცხოვრებაში არის ტანჯვის, სასჯელისა და ტანჯვის უსასრულო დრო. არ ღირს. თვითმკვლელობამ რომ მოაგვაროს ყველაფერი, მაშინ ყველა თავს მოიკლავს და ყველა ბედნიერი იქნებოდა, შემდეგ კი ანგელოზები და წმინდანები ვიქნებოდით. არა! თუ თავს მოიკლავ ან ვინმეს მოკლავ, სასჯელი გექნება.



უკან ინდექსი

12.- გარემო.

გამარჯობა. გარემომ რომ არ იმოქმედოს ჩვენზე, უნდა ვისწავლოთ ჩვენი გარემოს მოძრაობა: ჩვენ ვამოძრავებთ გარემოს. ეს არის ის, რაც უნდა შეგეძლოს

ჰარმონიაში ცხოვრებას. არ მისცეთ უფლება რაიმე სიტუაციას გავლენა მოახდინოს თქვენზე. ჩვენ უნდა გავაგრძელოთ ჩვენი გარემო სიყვარულით, მადლობა გადავუხადოთ ყველას და ამით ვიცხოვროთ დიდი სიყვარულით. ამას ამბობს ბუდა. თუ ყველას მადლობას გადაუხდით, შეგიძლიათ ჯანსაღი ცხოვრება გქონდეთ დიდი სიყვარულით.

ამას ამბობს ბუდა. დიდი სიყვარულით უნდა გადაუხადო მადლობა ყველა ადამიანს და ასე რომ შეგიძლია ძალიან კარგად იცხოვრო. არ აქვს მნიშვნელობა სიტუაცია, თქვენ უნდა იცხოვროთ ჰარმონიაში, მადლობა გადაუხადოთ ყველას და ყველაფერს.

თუ არიან ადამიანები, რომლებიც გტკივთ, შეურაცხყოფას გაყენებენ... არ უნდა გაბრაზდეთ, უნდა მიიღოთ ყველაფერი რაც მოდის. ბუდას მსგავსად. მიიღე ყველაფერი, რაც მოდის, არ შეიკავო წყენა და მადლობა გადაუხადე. ხალხი კითხულობს: რატომ უნდა გადავუხადოთ მადლობა მას, ვისაც სურს ჩვენი ზიანის მიყენება?

ისე, ეს გამოცდის ჩაბარებას ჰგავს. ამიტომ გულით, ფიქრებით უნდა გადაუხადო მადლობა იმ ადამიანს, ვინც გტკივა. არ უნდა გაბრაზდეთ ან წყენა არ გქონდეს. თუ ამას აკეთებ, ცდები, ძალიან ცდები.

ბუდას მსგავსად უნდა ვისწავლოთ: თუ რაიმე სიტუაციას მივიღებთ მთელი გულით, ვიცხოვრებთ ჯამრთელობით, დიდხანს, ბევრ მეგობართან ერთად, კარგი მომავლით...

ბუდას წმინდა წერილებში ნათქვამია: „ყოველი დღე კარგი დღეა, ყოველი საათი კარგი საათია, ყველა ადამიანი კარგი ადამიანია, ყველაფერი კარგია, ნებისმიერი საკითხი კარგი საქმეა...“ თუ შეგიძლია ასე იყო, ძალიან კარგად იცხოვრებ. გაეცანით ბუდიზმის უპირატესობებს. ვისაც თქვენი პროვოცირება უნდა, არ მოუსმინოთ და არც გააპროტესტოთ, ასე ურტყამს სიცარიელეს. თუ ვინმეს უნდა შენი დაშავება და შენ ადექი და დაიწყე ჩხუბი, ეს არასდროს დასრულდება. თუ ვინმე გეტყვით რაღაცას, რაც არ მოგწონთ, იგნორირება გაუკეთეთ მას. სანამ თქვენ არ მოუსმენთ, ის ვერაფერს გააკეთებს. რაც მას სურს არის თქვენი პროვოცირება. თუ არ მისცემ უფლებას პროვოცირება მოახდინოს, არასოდეს გექნება ჩხუბი. ამ ადამიანმა უნდა შეგანუხოს, რადგან არ იცის და ამიტომ ცდილობს შენს ტკივილს. მაგრამ ზიანი მიაყენა საკუთარ თავს. მისთვის კარგი არაფერია.

უნდა ვისწავლოთ, რომ არაფერი არ მოქმედებს ჩვენს აზროვნებაზე და განწყობაზე. ასე რომ, ჩვენ შეგვიძლია კარგად ვიცხოვროთ.

გაკეთე ასე ყოველდღიურ ცხოვრებაში, ყოველდღიურ ცხოვრებაში.

ეს არის აზროვნების გზა, რომ იცხოვრო ბედნიერად, ჯამრთელობით, კარგი მომავლით და ხანგრძლივი ცხოვრებით.

იდი მადლობა.





მესამე ნაწილი.

იოგას თეორია და პრაქტიკა

იოგას თეორია

იოგა, იმისთვის, რომ იოგამ იმუშაოს, ეცადე დაეხმარო ადამიანებს, სიცოცხლე ხანმოკლეა, თუ ადამიანებს უხმარები, გექნება კარგი მომავალი და ხანგრძლივი სიცოცხლე, კარგი ჯანმრთელობა და ყველა სურვილი, რისი ასრულებაც შეგიძლია. მაგრამ მანამდე თქვენ უნდა გააკეთოთ სხვებისთვის. თუ მხოლოდ ღმერთს სთხოვ და არ აკეთებ სხვებისთვის, ეს სურვილი ვერ მოვა. უპირველეს ყოვლისა, დაეხმარეთ ღარიბებს თქვენი ქმედებებით, დაეხმარეთ გაჭირვებულებს, იყიდეთ მედიკამენტები მათთვის, ვისაც ფული არ აქვს საყიდლად, რათა მათ სიცოცხლე გაახანგრძლივონ, ჯანმრთელობა გააუმჯობესონ, რადგან როცა ამას ვაკეთებთ თავს კარგად და ძალიან ბედნიერად ვგრძნობთ და ჩვენ გვქონდეს ძალიან დადებითი ენერჯია ჩვენში სხვებისთვის კარგი საქმეების გაკეთების შემდეგ. ეს მხიარული გრძნობა დაგეხმარებათ გააუმჯობესოთ თქვენი ჯანმრთელობა და გაახანგრძლივოთ სიცოცხლე. ამიტომ უნდა გესმოდეთ თქვენი ოცნებების რეალიზებისთვის.

ერთადერთი, ვისაც შეუძლია დაგეხმაროთ, თქვენ ხართ.

იდი მადლობა.



უკან ინდექსი



იოგა, რომ გქონდეთ ჯანმრთელობა და ხანგრძლივი სიცოცხლე.

მე ვაპირებ გასწავლოთ, თუ როგორ შეგიძლიათ იოგასა და მედიტაციის საშუალებით გქონდეთ ჯანმრთელობა და ხანგრძლივი სიცოცხლე.

თუ ვინმე უსმენს იმას, რის თქმასაც ახლა ვაპირებ, ეს იმიტომ, რომ ძალიან გაუმართლა, ეს ისტორიული გაკვეთილია. ეს არ არის ფანტაზია. ამ ტექნიკას დიდი ხანია ვვარჯიშობ, 40 წლის წინ. ამ 40 წლის განმავლობაში არასოდეს გავხდი ავად. არ ვიცი რა არის ტკივილი, არ ვიცი რა დაავადებაა. ჩემს მიერ გამოგონილი ეს ტექნიკა შერეულია TAO თეორიასთან. როგორც ნებისმიერი ადამიანი, მეც შემძლია ავად გავხდე და სიცხე, გრიპი... მაგრამ იოგას და მედიტაციის საშუალებით თავს ვიკურნებ.

წამლები, რომლებსაც აფთიაქში ყიდულობთ, არის სუფთა ქიმია, ისინი გამოიყენება დაავადებების სამკურნალოდ, მაგრამ ერთი რამ გკურნავს და მეორე ზიანს აყენებს. ერთი რამ გკურნავს და მეორე გაღიზიანებს.

და მაშინ მთელი ორგანიზმი ცუდია. უნდა გააცნობიეროთ. თქვენ უბრალოდ უნდა გაააქტიუროთ თქვენი სხეულის დაცვა. რადგან ღმერთმა ჩვენი სხეული მშვენიერი შექმნა, მაგრამ ჩვენ არ ვიცით როგორ გამოვიყენოთ იგი.

ძალიან გაგიმართლა ჩემი სიტყვების მოსმენა.

მე ვინცებ შენს სწავლებას: დასაწყისისთვის, იჯექი ისე, როგორც მე, გადაჯვარედინებული ფეხებით, ეს არის იოგა უმაღლეს დონეზე. ნებისმიერი ჯდომა ან წოლა, სიარული, საწოლში, სკამზე... კარგია, რადგან იოგას მედიტაცია გონებიდან მოდის და არა ჯდომიდან. მთავარია იყოთ კომფორტული და სასიამოვნო, იჯდეთ სწორი ხერხემალით, ხელები შეერთებული და ფეხებზე დაყრდნობილი. არიან ადამიანები, რომლებიც მათ განცალკევებულად აყენებენ და თითოეულს მუხლებზე ეყრდნობიან, მაგრამ თუ ხელებს უკეთ შეუძლიათ კომუნიკაცია. მაგრამ თუ სხვანაირად მოგწონს, პრობლემა არ არის. კომფორტულად უნდა იგრძნოთ თავი.

აც მოგწონს. პოზა უნდა იყოს ბუნებრივი და კომფორტული, არ უნდა განადგურდეს სწორი პოზიციის შესანარჩუნებლად. მაგალითად, როცა საჩვენებელ თითსა და ცერა თითს უერთდებით, როგორც ბევრს მოსწონს, გონებამ უნდა იცოდეს, რომ არ აშორებს თითებს, ან ხელისგულებს... და გონება იფანტება სათანადო პოზის შენარჩუნებით. ყველაზე ბუნებრივი პოზა არის როგორც გეუბნები, ასე რომ არ გჭირდება ძალისხმევა თითების ან ხელისგულების შესაერთებლად... თვალები დახუჭული, ენა სასის ზევით იძულების და პირის დახურვის გარეშე. ისინი სუნთქავენ ცხვირით და არა პირით. სუნთქვა უნდა იყოს კარგად და ნელი, დაახლოებით 30 წამში შესასვლელად და 30 წამში. გარეთ გასვლა. როცა მოდუნებული ხარ, ვერ შეამჩნევ, რომ სუნთქავ, უფრო მოდუნებული იქნები. როდესაც სუნთქვა ძლიერია, ეს არ არის კარგი ჯანმრთელობისთვის. რაც უფრო ნერვიულობთ, მით უფრო მეტად გჭირდებათ მძიმე სუნთქვა...

იოგას ტექნიკის შესასწავლად სამი მნიშვნელოვანი რამ უნდა დაგჭირდეთ:

1.- სუნთქვა.

ჯერ სუნთქვა უნდა ისწავლო. ჰაერი რომ შემოდის, ბუბტივით უნდა გაბეროთ. როდესაც ბუბტს აბერავთ, ბუბტი უფრო დიდი ხდება და ჰაერის გატანისას ბუბტი იშლება. ეს არის ის, რაც თქვენ გაქვთ

კეთება. ჰაერი უნდა მიაღწიოს ჭიპის ქვემოთ. მომღერლების მსგავსად, რომლებსაც შეუძლიათ ერთი ნუთით სუნთქვის გარეშე იმღერონ. ისინი ჰაერში შედიან ჭიპის ქვემოთ. ჩვენ ზოგადად ვსუნთქავთ ფილტვებამდე, ამიტომ სწრაფად ვიღლებით, ჭიპის ქვემოთ უნდა ისუნთქოთ. სპორტსმენების მსგავსად, რომლებსაც შეუძლიათ მრავალი კილომეტრის გაშვება დაუღალავად, რადგან იყენებენ ამ სუნთქვის ტექნიკას; ჰაერში ქვევით შედიან, რბილად ამოიღებენ და რბილად შედიან. ეს არის ის, რაც უნდა ისწავლო და ივარჯიშო, სანამ ჩვევად არ იქცევა და ასე 24 საათის განმავლობაში სუნთქავ.

კარგად დაიმასხოვრეთ, მხოლოდ იოგას დროს არ უნდა ისუნთქოთ ასე, უნდა მიეჩვიოთ ასე სუნთქვას 24 საათის განმავლობაში მაშინაც კი, როცა გძინავთ. ორგანიზმის ჯანმრთელობა უმეტესად სისხლის მიმოქცევაზე და მოკიდებულზე, სისხლს ჟანგბადი სჭირდება, ჟანგბადის გარეშე კი არ ცირკულირებს კარგად. როდესაც სისხლი გულში აღწევს, მას სჭირდება ჟანგბადი მის გასაწმენდად, რაც მას სხეულის დანარჩენ ნაწილს სუფთად უბრუნებს. გული ასუფთავებს სისხლს და ასუფთავებს მას სხეულის დანარჩენ ნაწილს ჟანგბადით. თუ ჟანგბადი ცოტაა, სისხლი ცუდად ცირკულირებს, თუ სისხლი არ ცირკულირებს სუფთად ყოველ ორ-სამჯერ ავად გახდებით და გექნებათ დიდი თუ პატარა დაავადებები. სისხლი აღწევს ყველა ვენაში, დიდი თუ პატარა. თუ სისხლი არ გადის წვრილ ვენებში, ის რჩება ამ წერტილში. და დროთა განმავლობაში ის იქცევა სიმსივნედ, რომელიც შეიძლება გადაიქცეს კიბოდ ან სხვა პრობლემად. იმის გამო, რომ სისხლი ერთ მომენტში დაიბლოკა. და პრობლემაც სწორედ ამაშია.

იოგას გასაკეთებლად ყურადღება უნდა მიაქციოთ:

თუ თქვენ ხართ მამაკაცი ან ქალი, რომელსაც არ სურს შვილების გაჩენა, კონცენტრაციის წერტილი ჭიპის ქვემოთ სამი თითით უნდა იყოს. სხეულის ცენტრში.

თუ ქალი ხარ და გინდა შვილების გაჩენა, გონება ჭიპის ზემოთ სამი თითით უნდა გაამახვილო. სხეულის ცენტრში.

იფიქრე მაგ საიტზე.

კარგად დაიმასხოვრეთ: სუნთქვა უნდა იყოს ხანგრძლივი ჭიპის ქვემოთ 24 საათის განმავლობაში. თუ სუნთქვა გრძელია, სიცოცხლე გრძელია, თუ სუნთქვა ხანმოკლეა, სიცოცხლე ხანმოკლეა.

იმიტომ რომ? რადგან თუ ხანმოკლე სუნთქავთ, ჟანგბადი არ აღწევს სისხლში და თქვენი სხეული უფრო ადრე იშლება. თუ ბევრი ჟანგბადი მოდის, თქვენი სხეული აქტიური, ჯანსაღი და კარგადაა. ჟანგბადი სიცოცხლეა, თუ ჟანგბადი არ არის მკვდარი ადამიანის მსგავსია: რა არის მკვდარი? ეს ის არის, რომ ის არ სუნთქავს, ჰაერი არ შედის, ჟანგბადი არ შედის, ამიტომ მკვდარია. თუ ნაკლები ჟანგბადი შედის თქვენს სხეულში, მით უფრო მოკლეა სიცოცხლე.

2.- საჭმელი.

თითოეულ ცხოველს აქვს სხვადასხვა დაავადებები. მაგალითად, ადამიანებს კიბო აქვთ და კიბო სისხლის მიმოქცევიდან მოდის.

მრავალი დაავადება, რომელიც ადამიანებს აქვთ ცხოველის ხორცისგან მომდინარეობს. როცა მათ ხორცს ვჭამთ, მათი დაავადებებით ვბინძურდებით. შიდასი მაიმუნისგან მოდის. მაიმუნი ყოველთვის იყო შიდასი ვირუსის მატარებელი და მათ არანაირი პრობლემა არ აქვთ და შეუძლიათ მშვიდად იცხოვრონ. ისევე როგორც ჩვენ, ვისაც შეიძლება გრიპი ჰქონდეს და არაფერი ხდება. ჩვენ ყოველთვის ვატარებთ ვირუსებს და არაფერი ხდება. პრობლემა ის არის, რომ ჩვენ არ გვაქვს თავდაცვა სხვა სახის ცხოველთა დაავადებებისგან, ამიტომ შიდასი ჩვენზე სხვა გავლენას ახდენს.

ყველა ცხოველს აქვს თავისი დაავადებები. როგორც აზიაში, გარეული ფრინველები ვირუსული დაავადებების მატარებლები არიან და ადამიანები, რომლებიც შეჭამეს ამ ფრინველებს, დაავადდნენ, დაინფიცირდნენ ვირუსით.

ეს ფრინველები. ყველაზე სერიოზული ის არის, რომ ის ჰაერში ვრცელდება, მხოლოდ სუნთქვით უკვე იღებ და კვდები. ყველას სჭირდება სუნთქვა და შეუძლებელია ჟანგბადის ბოთლის ტარება 24 საათის განმავლობაში დაბინძურებული ჰაერის სუნთქვისთვის.

ამიტომ, ცხოველებს არ უნდა ავურიოთ. ჩვენ არ ვიცით, რა სახის დაავადებების გადატანა შეუძლიათ ცხოველებს. არის ვირუსები, რომლებიც რომც მოხარშოთ, არ კვდებიან.

ისევე, როგორც რამდენიმე წლის წინ შეშლილ ძროხებთან, მათ ჰქონდათ დაავადებები და ხალხი ჭამდა მათ ხორცს და კვდებოდა. ეს ძალიან საშიშია. ეცადეთ არ ჭამოთ ხორცი თქვენი ჯანმრთელობისა და სიცოცხლისთვის.

წამალი არ არის. არაფერია ამქვეყნად უფასო. თუ გინდა ჯანმრთელობა და დიდხანს სიცოცხლე, რაღაც ახირება უნდა დატოვო, წამალი არ არის, ყველაფერს თავისი ფასი აქვს. ახლა და ყოველდღე უფრო მეტი ვეგეტარიანელია, არა მხოლოდ რელიგიური მრწამსისთვის, არამედ ჯანმრთელობისთვისაც. ზოგიერთი რელიგია ცდილობს ხალხს გააცნობიეროს, რომ ყველა ცოცხალ არსებას სურს ცხოვრება, მაგალითად ასეთ პანანინა ჭიანჭველას, ეცადეთ მოკლათ და ნახავთ, როგორ გარბის, არ უნდა მოკვდეს. და როგორც ჩვენ ვამბობთ, იცხოვრე და იცხოვრე. ეცადე, სხვები არ შეაწუხო, თუ არ გატკინეს, ნუ ატკინე. თუ ცხოველებს არ სურთ თქვენი მოკვლა, ნუ მოკლავთ ცხოველებს. არ გააკეთო ის, რაც არ გინდა რომ გაგიკეთონ. ასე ამბობს რელიგია.

ეს ადამიანურ პრინციპს ჰგავს: ჩვენ ცხოველები ვართ, სხვებზე უფრო ჭკვიანები, მაგრამ მაინც ცხოველები ვართ. ჩვენ მაიმუნებიდან ჩამოვდით და ევოლუციით გავხდით ის, რაც ახლა ვართ. ამიტომ მაიმუნის გენები 80%-ით ან 90%-ით ადამიანის მსგავსია. ჩვენი წარმოშობა მაიმუნებისგან მოდის. ჩვენ ცხოველები ვართ მხოლოდ იმიტომ, რომ უფრო ჭკვიანები ვართ და არ უნდა ვისარგებლოთ ჩვენი ინტელექტით სხვების ტკივილებისთვის, ყველაზე სუსტების მოსაკლავად. ს არ არის სამართლიანი!

ისევე როგორც მამაკაცები, რომლებიც ქალებზე ძლიერები არიან და როცა პრობლემაა, კლავენ ცოლს, შეყვარებულს ან მეგობარს. ესპანეთში 2011 წელს მათ 50-ზე მეტი ქალი მოკლეს. უძლიერესი სარგებლობს სუსტებით. ს არ არის სამართლიანი.

ყველა თანასწორია ღმერთების წინაშე.

არ არის სამართლიანი, რომ ადამიანი სიამოვნებისთვის კლავს ცხოველებს. ასე რომ იცხოვრე და იცხოვრე. ვერავინ ვერავის დაამტკრევს, ვერავინ ისარგებლებს ვერავინ, ვერავინ მოკლავს, თუნდაც უფრო სუსტი იყოს. თანამგრძობი უნდა ვიყოთ ცხოველებთან და მით უმეტეს ქალებთან, რომლებიც, მართალია, კაცებზე სუსტები არიან, მაგრამ ისეთივე ბუნება აქვთ, როგორც მამაკაცებს, თანასწორნი არიან კაცებთან, არაფრით ჩამორჩებიან, ერთ კატეგორიაში არიან. არ შეცდეთ.

ეცადეთ არ მიირთვათ კონსერვირებული საკვები კონსერვანტებით, მიირთვით ნატურალური საკვები რაც უფრო ნატურალურია მით უკეთესი.

3. აზრი.

ექიმები ამას ადასტურებენ. არიან ადამიანები, რომლებიც იკლავენ თავს, ხტებიან ცათამბჷენიდან და სანამ მიწას მიაღწევენ ეს ადამიანები კვდებიან. იმიტომ რომ? იმიტომ რომ ფიქრობს "ახლა მიწაზე დავარტყი და მუშტვივით ვიქნები" ამ შოკით სანამ მიწაზე დავარდება ეს ადამიანი უკვე მკვდარია. მხოლოდ ფიქრით. ფიქრს შეუძლია ჩვენთვის კარგი ან ცუდი. ამიტომ შეეცადეთ არ გქონდეთ ან შეინახოთ უარყოფითი აზრები, არ შეიკავოთ წყენა იმის გამო, რასაც სხვები გვიკეთებენ, არ შეინახოთ ის ნაგავი, რომელსაც ხალხი აგდებათ თქვენზე. თუ ნეგატიურ აზრებს ინახავ შიგნით, მხოლოდ საკუთარ თავს ავნებს,

იმით, რომ თუ თქვენ გაქვთ წყენა, წუხილი, ნერვები, სევდა... თქვენში ეს გავლენას ახდენს თქვენს სისხლის მიმოქცევაზე. ყველა ექიმმა იცის. იმის გამო, რომ ტვინი დანარჩენ სხეულთან არის დაკავშირებული ნერვების საშუალებით, რომლებიც მიდიან ხერხემალში, რომელიც შედგება „ძვლის რგოლებისგან“, რომლებიც ურთიერთობენ სხეულის დანარჩენ ნაწილებთან. როცა ნერვები ან უარყოფითი აზრები გაქვს, ეს მთელ ორგანიზმზე მოქმედებს. რადგან კომუნიკაცია და საკვები იბლოკება და სხეულის დანარჩენ ნაწილს არ აღწევს და მერე ავად გახდები. არ უნდა გქონდეთ უარყოფითი აზრები მაშინაც კი, თუ აბსოლუტურად მართალი ხართ, თუნდაც მსხვერპლი იყოთ. ყოველთვის პოზიტიურად უნდა იფიქრო.

თანაგრძნობა უნდა გქონდეს იმ ადამიანების მიმართ, ვინც გტკივა, რადგან ოჯახმა, სკოლამ, საზოგადოებამ კარგად ვერ ასწავლა ისინი. ყველა ადამიანი, ვინც ზიანს აყენებს, ადრე თუ გვიან, ძვირად იხდის საზოგადოების წინაშე, კანონის წინაშე, თავისი სიცოცხლე. ყველაფერი არასწორად წავა, მისი ცხოვრება საბედისწერო იქნება. ყველას სურს მისთვის საუკეთესო. და ეს ადამიანები ცდებიან, რადგან ფიქრობენ, რომ ზიანის მიყენება, სხვების სარგებლობის მიღება და მოტყუება მათთვის კარგია. არა, ასე არ არის. ეს ის არის, რომ მას არ ესმოდა, რომ სხვების ტკივილს მხოლოდ საკუთარ თავს ავნებს. შეგიძლიათ მოატყუოთ სხვები, მაგრამ არა საკუთარი თავი. თქვენ იცით, რომ ატყუებთ სხვებს და ამ მომენტში სხვები ამას ვერ აცნობიერებენ, მაგრამ ადრე თუ გვიან ისინი ამას მიხვდებიან და როდესაც ეს მოხდება, თქვენ დაიწყებთ ძვირად ანაზღაურებას მიყენებული ზიანისთვის. თუ ადამიანებს 1 სიკეთეს აძლევ, ხალხი გიბრუნებს 10-ს ან 100-ს. თუ 1 ზიანს აყენებ ადამიანებს, ადამიანები ანაზღაურებენ 10 ან 100-ჯერ მეტ ზიანს, რაც მათ მიაყენე. ამიტომ ნომრები არ გამოდის.

კარგად დაფიქრდით, სანამ ადამიანებს ავნო. იმისთვის, რომ კარგი მომავალი გქონდეს, უნდა იყო პოზიტიური და დაეხმარო კარგი გულის მქონე ადამიანებს და ადამიანებმა დაგიბრუნონ გულით. თუ მოატყუებ ან ატკინე, ხალხი არ მოგიახლოვდება.

ეცადეთ დაეხმაროთ და გააკეთოთ სხვებისთვის. და ეს პოზიტიური დამოკიდებულება დადებით ენერგიას გამოიმუშავებს და დიდხანს გექნებათ სიცოცხლე.

კარგი აზრები რომ გქონდეს, ყოველდღე რაღაც პოზიტიური უნდა გააკეთო სხვებისთვის. ერთი რამ მაინც. იმ ადამიანებს, რომლებსაც არ იცნობთ. იმიტომ რომ? როგორც რელიგია ამბობს, თუ სხვებისთვის სიკეთეს აკეთებ, ღმერთი დაგეხმარება. თუ ადამიანებს დაეხმარებით, შინაგანად თავს კარგად იგრძნობთ, სასიამოვნო ენერგიას იგრძნობთ. ძალიან ბედნიერი და ბედნიერი იქნები. ეს პოზიტიური ენერგია, თქვენი ქმედებებით დაკმაყოფილებული, დიდ სარგებელს მოაქვს თქვენს ჯანმრთელობას, გქონდეთ ხანგრძლივი ცხოვრება და თქვენი მომავალი ნათელი. იმიტომ რომ დადებითი ენერგია გაქვს და ეს შენს სახეზე ჩანს. ასე რომ, ყველას სურს თქვენთან დაახლოება. თუ დემონურ სახეს იცვამ, ვის უნდა შენთან დაახლოება? არავინ.

ასე რომ, თუ პოზიტიური ხარ, ეს ჰგავს რადიოს, რომელსაც აქვს სხვადასხვა არხი, თუ გინდა პოზიტივის მოსმენა, ყველაფერი დადებითი იქნება, თუ უარყოფით არხს დააკავშირებ, ირგვლივ ყველაფერი ნეგატიური იქნება. თითოეულ არხს განსხვავებული ტალღა აქვს, ეს დამოკიდებულია არხზე, რომელზედაც გასურთ მორგება.

ანუ იცი რას ვგულისხმობ?

ახლა მე გასწავლით როგორ განკურნოთ თავი.

უპირველეს ყოვლისა, თქვენ უნდა ამოიღოთ ყველა აზრი გონებიდან. ყოველ წამში 2 ტრილიონი აზრი გადის ჩვენს ტვინში.

ჩვენ არც კი ვაცნობიერებთ ამას. და როგორ აღმოფხვრა ან განდევნოს ეს აზრები? მანტრას მეშვეობით. თუ კათოლიკე ხარ, შეგიძლია ნაიკითხო მამაო ჩვენო ან იესო ქრისტე ან მარიამი. არ შეწყვიტო ამ სახელის გამეორება შენში. თქვენი აზრი უნდა იყოს კონცენტრირებული ღვთის სახელზე.

თუ ღმერთის არ გნამს; როცა ისუნთქავ და იფიქრებ 1-ზე, როცა ისევ ჩასუნთქავ იფიქრე 2 და ასე შემდეგ 10-მდე.

თუ შეცდი, არაფერი ხდება, კონცენტრაცია უნდა მოახდინო მანამ, სანამ შეცდომის გარეშე არ მიხვალ 10-მდე. თუ კარგად იყო კონცენტრირებული, შეწყვეტ ღვთის სახელზე ან იმ რიცხვებზე ფიქრს, რომლებსაც ითვლით.

შემდეგ ყურადღება უნდა მიაქციოთ იმ ადგილს, სადაც დაავადება გაქვთ; ძვალი, ნაწლავი, სხეულის ნებისმიერ ადგილას, სადაც ტკივილს გრძნობთ.

იფიქრე მაგ საიტზე. დასვენების შემდეგ, თქვენ უნდა მოახდინოთ კონცენტრირება იმ ადგილას, სადაც პრობლემა გაქვთ და თქვენს სხეულს უბრძანოთ ამ ადგილის განკურნებაში. ძლიერი ფიქრით, მთელი სურვილით, მოუწოდეთ თქვენს სხეულს განკურნოს ეს ადგილი: "განკურნე, განკურნე"

თითქოს საზოგადოებაში იყოთ, ყველა მეზობელს მოვუწოდებთ დავეხმაროთ. თუ სხვა მეზობელს სხვა დღეს პრობლემები შეექმნება, მთელი საზოგადოება დაეხმარება.

ორგანიზმი მხოლოდ თქვენს შეკვეთებს იღებს, თქვენ უნდა შეუკვეთოთ თქვენი მტკიცე გონებით, რომ ეს საიტი განიკურნოს: „განკურნება, განკურნება, განკურნება და განკურნება“. რამდენიმე დღეში თავს უკეთ იგრძნობთ, რადგან ეს თქვენი სურვილია. აზრს შეუძლია დაეხმაროს ან დააზიანოს თქვენი სხეული. ორპირიანი დანას ჰგავს. თუ ფიქრობთ, რომ სხეულის ერთ ადგილას პრობლემები შეგექმნებათ, გარანტიას გაძლევთ, რომ მოკლე დროში ამ ადგილას პრობლემები შეგექმნებათ.

ერთ დღეს ექიმმა მითხრა, რომ ყოველდღე იღებდა პენსიონერი ქალბატონს თავის კაბინეტში, ყოველდღე ჩიოდა სხვადასხვა ადგილას. ნუნუნს არ წყვეტდა. ერთ დღეს ექიმმა მას აბების ბოთლი მისცა: „შეხედეთ ქალბატონო, ეს აბები სასწაულია, მიიღეთ 1 აბები ყოველდღე და ნახავთ, რომ ნელ-ნელა თავს უკეთ იგრძნობთ. ჯანმრთელობის ყველა პრობლემა გაქრება. ენდობი? ქალბატონი პასუხობს: დიახ.

სამი თვის შემდეგ ქალბატონი ბრუნდება კონსულტაციაზე. ექიმი ეკითხება: როგორ იყო? და ქალბატონი პასუხობს: ძალიან კარგი ექიმი, ამ სასწაულებრივი აბებით ყველაფერი განიკურნა. არაფერი არ მაქვს. ქალბატონს არაფერი აქვს, ყველაფერი მის გონებაშია. ფიქრობს, რომ ბებერია და ამიტომაც უწევს პრობლემები.

აბები არაფერი იყო, მაგრამ ქალბატონი ენდობა ექიმს და აბებს და განიკურნება. მთელი პრობლემა მის აზროვნებაში იყო.

ექიმი დაგეხმარებათ დაავადების განკურნებაში 30%, დარჩენილი 70% თქვენზეა დამოკიდებული. იფიქრე გონივრულად. ეს ყველაფერი შენზეა დამოკიდებული შენს აზროვნებაზე.

ბარსელონაში იოგას ოთახი მაქვს. 10 წელზე მეტია იოგას გაკვეთილებს ვატარებ, უფასოა.

მე არასოდეს ვიხდი ფულს ამ იოგას პრაქტიკისთვის. თქვენს ცხოვრებაში ნებისმიერმა უნდა მიიღოს მნიშვნელოვანი გადანაცვლებები. და ყველა გადანაცვლებების მისაღებად თქვენ უნდა იყოთ მოდუნებული, მის მისაღწევად ჯერ უნდა გააკეთოთ იოგა და როდესაც მოდუნებული ხართ, საკუთარ თავს მისცეთ თქვენი პრობლემების სრულყოფილი გადანაცვლება. რადგან თუ ადამიანი ძალიან ნერვიულობს, კარგ გადანაცვლებას ვერ იღებს. კარგი გადანაცვლებების მისაღებად უნდა იყოთ მოდუნებული და ნერვების გარეშე. ასე რომ, ეს ძალიან დაგეხმარებათ თქვენს ცხოვრებაში. ცხოვრება დამოკიდებულია იმაზე, სწორ გადანაცვლებებს იღებთ თუ არა. თუ სწორ გადანაცვლებებს მიიღებთ, თქვენი ცხოვრება მშვენიერად გაივლის.

ამიტომ ყოველთვის ეცადეთ დაეხმაროთ ადამიანებს, რომ ყველამ მხარი დაგიჭიროთ და გქონდეთ სრულყოფილი გზა. ნუ ეცდებით ადამიანების გაფუჭებას და სარგებლობას, რადგან ეს თქვენს ცხოვრებას უარყოფით შედეგებს მოიტანს. არ ღირს. თქვენი პოზიტიური აზრები და მოქმედებები დაგეხმარებათ გქონდეთ ჯანსაღი და ხანგრძლივი ცხოვრება, კარგი მომავალი და კარგი ოჯახი. ყველაფერი ოქროს გულით და სიკეთით უნდა გააკეთო, აუცილებლად ყველა დაგიბრუნდება ოქროს გულით და სიკეთით. ასე რომ, თქვენი ცხოვრება ფანტასტიკური იქნება. თუ სარკის წინ პოზიტიურ სახეს დებ, სარკე პოზიტიურად გხდის. გახსოვდეთ

კარგად, თუ თქვენ გაქვთ პრობლემები ერთ საიტზე, ფოკუსირება მოახდინეთ ამ საიტზე. როცა იოგას აკეთებთ, გათიშეთ ყველაფერი; მობილური, ტელეფონი, რადიო, ტელევიზია... მონახაზი არ უნდა იყოს.

ყოველდღე, ნებისმიერ დროს, ნებისმიერ ადგილას: ყველაფერი კარგია. თუ ამას გააკეთებ, მიაღწევ იმას, რასაც მე მივალწიე, 40 წლის განმავლობაში არანაირი ტიპის დაავადება არ მქონია. თუ ჯანმრთელი არ ხარ, არაფერი გაქვს. თუ თქვენ გაქვთ სრულყოფილი ოჯახი, შესანიშნავი სამუშაო, თქვენ მილიონერი ხართ... . მაგრამ ჯანმრთელობა არ გაქვს, საწოლში უფრო მკვდარი ხარ, ვიდრე ცოცხალი, ამ ყველაფრით ვერ ისიამოვნებ, ვერაფრით ტკბები.

ამიტომ ცხოვრებაში პირველ რიგში ჯანმრთელობაა. თუ ჯანმრთელობა არ გაქვს, არც სიყვარულია, არც ფული და არც არაფერი, რადგან ცოცხალი ხარ უფრო მკვდარი.

ოუსმინე და ივარჯიშე. თუ თქვენ გაქვთ რაიმე შეკითხვები, შეგიძლიათ დამიკავშირდეთ სკაიპის საშუალებით და მე გიპასუხებთ.

გახსოვდეთ: ჩვენ ყველანი ერთი ვართ. თუ შენ კარგად ხარ, მე კარგად ვარ და ყველა კარგადაა. თუ მე ვცდები, თქვენ ცდებით და ყველა ცდება. ერთი მეორეს ეხმარება. თუ ეხმარები სხვა გეხმარება. და ყველაფერი ფანტასტიკური იქნება.

კარგად, იოგის გაკეთების შემდეგ, ამოისუნთქეთ სამჯერ, რაც შეიძლება მეტი ჰაერი. როცა დაასრულებთ, ხელები მთელ სხეულზე შეიზილეთ, რომ ნორმალურად დაბრუნდეთ.

ეს ტექნიკა 100% ეფექტურია. იმიტომ რომ მე თვითონ ვცადე ეს ტექნიკა 40 წელია და მუშაობს. გარდა ამისა, ეს უფასოა, მეტი რა შეგიძლიათ მოითხოვოთ?

არმატებები. და ყველა ბედნიერი იყოს. იდი მადლობა.



უკან ინდექსი



იოგას პრაქტიკა

იოგას პრაქტიკისთვის სამი პოზა არსებობს.

ეს პირველი პოზიციია. თუ ამას ვერ ახერხებთ, შეგიძლიათ ფეხები ასე გაშალოთ.

ეს მხოლოდ იმაზე დამოკიდებულია, რა არის თქვენთვის ყველაზე კომფორტული. ხელები ცერა თითებით ერთმანეთში მოათავსეთ. შეინახეთ ზურგი სწორი, მაგრამ კომფორტული. ნიკაპი ოდნავ ჩამოწიეთ. დახუჭე პირი, თვალები და დაიდეთ ენა სასის უკანა მხარეს. სანამ დაიწყებთ, ამოისუნთქეთ სამჯერ, რომ რაც შეიძლება მეტი ჰაერი გამოვიდეს. მე აგისხნით, როგორ ვისუნთქოთ სწორად. ჰაერი უნდა ჩაისუნთქოს ნაზად და ნელა.

ჩასუნთქვისას შეიძლება აღმოჩნდეთ, რომ ჩასუნთქვა და ამოსუნთქვა არასასიამოვნოა, რადგან არ ხართ მიჩვეული ამ გზით სუნთქვას.

მანერა.

ეს არის პირველი პრობლემა, რომელიც შეიძლება შეგხვდეთ, რომ ჩასუნთქვა და ამოსუნთქვა არ არის თანაბარი. მეორე პრობლემა, რომელიც შეიძლება შეგხვდეთ არის ის, რომ ხმაური შეიძლება წარმოიშვას ჩასუნთქვისას და ამოსუნთქვისას. მესამე პრობლემა, რომელიც შეიძლება შეგხვდეთ, არის ის, რომ კარგია, მაგრამ ამოსუნთქვის ჩასუნთქვა ერთგვარი ბლოკირებაა. ჩასუნთქვისას ღრმად ჩაისუნთქეთ მუცლის ქვედა ნაწილში და ჰაერის შემოსვლისას შეშუპება.

ამოსუნთქე.

ჩაისუნთქე.

არ ჩაისუნთქოთ მხოლოდ ფილტვებამდე, რაც არასწორია.

რაც უფრო დიდხანს ჩაისუნთქავთ, მით უფრო გრძელი იქნება თქვენი სიცოცხლე.

რაც უფრო მოკლეა ჩასუნთქვა, მით უფრო მოკლე იქნება თქვენი ცხოვრება.

მხოლოდ ფილტვებამდე არ ჩასუნთქვა არასწორია.

რაც უფრო დიდხანს ჩაისუნთქავთ, მით უფრო გრძელი იქნება თქვენი სიცოცხლე.

რაც უფრო მოკლეა ჩასუნთქვა, მით უფრო მოკლე იქნება თქვენი ცხოვრება.

თქვენს სისხლს სჭირდება ბევრი ჟანგბადი გასაწმენდად.

ჩვეულებრივ, ადამიანები მხოლოდ ფილტვებამდე სუნთქავენ და ამ შემთხვევაში ჟანგბადი მხოლოდ მცირე რაოდენობით მიეწოდება.

ჟანგბადის ნაკლებობის გამო მათ აქვთ ცუდი სისხლის მიმოქცევა და ეს იწვევს დაავადებებს და თავდაცვის ნაკლებობას.

შეცადეთ თქვენი სისხლი აქ თქვენს მუცელში მოათავსოთ, თუ ეს შესაძლებელია 24 საათის განმავლობაში.

ყოველთვის ეცადეთ ღრმად ჩაისუნთქოთ მუცლის ქვედა ნაწილში, ამოსუნთქეთ სამი უნდა დასჭირდეს, თუ იმისთვის, რომ ჩასუნთქვისას და ამოსუნთქვისას თითო 30 გზა. როცა იწყებ იოგას და ჯდება, გონება ფიქრებით ივსება, ალბათ ეს არის პირველი პრობლემა, რაც შეიძლება გქონდეს. მეორე პრობლემა, როცა ნაკლები ფიქრები გქონებათ, დაგეწყებათ ძილიანობა.

მესამე პრობლემა, რომელიც შეიძლება შეგხვდეთ პირველი და მეორე პრობლემების დაძლევის შემდეგ, არის მოწყენილობა. მეოთხე პრობლემა, თქვენ რჩებით მოდუნებული და არ მიიწვევთ წინსვლა იოგაში. ყოველ წამს, თორმეტი მილიონი აზრი გვაქვს, რომელიც ჩვენს თავში ტრიალებს, ამ შემთხვევაში, თქვენ უნდა კონცენტრირდეთ ყველა ერთში. ამის გაკეთების გზაა დათვლა 1-დან 10-მდე.

ჩაისუნთქეთ და ნომერი 1, ისევ ჩაისუნთქეთ და დათვალეთ 2-დან 10-მდე.

ხანდახან, თუ დაგავიწყდათ რომელი რიცხვი იყო შემდეგი, თავიდან უნდა დაიწყოთ 1-დან 10-მდე. კიდევ ერთი ვარჯიშის დროს და ერთხელ

ვისაც შეცდომის გარეშე შეუძლიათ 1-დან 10-მდე დათვლა, შეუძლიათ მეორე საფეხურზე გადასვლა. მეორე დონეზე შეგიძლიათ იფიქროთ იმაზე, თუ როგორ უნდა ჩაისუნთქოთ და ამოისუნთქოთ. ნელ-ნელა იგრძნობთ, რომ ცხოვრება მყიფეა, ეს მხოლოდ ჰაერის საფრთხეზეა დამოკიდებული.

ეს არის მეორე დონე. თუ ფიქრობთ, რომ 1-დან 10-მდე დათვლა რთულია, შეეცადეთ შეცვალოთ რიცხვები მანტრებით. მაგალითად, იესო, მარიამი ან ღმერთი, ან ბუდისტური მანტრა "ამიტუოფო". აიღეთ მანტრა, რომელიც ყველაზე მეტად მოგწონთ.

შეეცადეთ მთელი თქვენი აზრი ერთზე გაამახვილოთ.

როდესაც თქვენ შეძლებთ ამას დაეუფლოთ, მთელი თქვენი აზრების კონცენტრირება მოახდინოთ ერთზე, აღმოფხვრათ ეს ერთი აზრი ან მანტრა და შემდეგ თქვენ გახდებით იოგას უმაღლეს დონეზე.

იოგას წყალობით ყველა დაავადება განიკურნება.

ჩვენ ვართ, ვინც ზიანს აყენებს ჩვენს ჯანმრთელობას, შესაბამისად, მხოლოდ საკუთარი თავის განკურნება შეგიძლიათ. ექიმებს მხოლოდ ჩვენი 30%-ის განკურნება შეუძლიათ, დანარჩენი 70% ჩვენზეა დამოკიდებული, მათ შეუძლიათ მხოლოდ საკუთარი თავის განკურნება, ისინი დამოკიდებულნი არიან ჩვენს სულიერ მდგომარეობაზე, ჩვენს აზრებზე.

ამ მიზეზით, ჯანმრთელობის ყველა დაავადება ჩვენზეა დამოკიდებული. ეს არის იოგას არსებობის მიზეზი.

მეცნიერებმა დაამტკიცეს, რომ იოგასთან ერთად კეთილდღეობის გრძნობა შეიძლება. თქვენ შეგიძლიათ გამოჯანმრთელდეთ და განკურნოთ სტრესი და ნერვიულობის შეგრძნება, ყველა ფიზიკური და გონებრივი პრობლემა, მაგრამ იოგა დღეში ერთხელ მაინც უნდა ივარჯიშოთ, უკეთესი იქნება ორჯერ ან სამჯერ. დაუთმეთ დრო დილით, შუადღისას და ღამით. დილით გაღვიძების შემდეგ, შუადღისას და ღამით ძილის წინ. დაუთმეთ დრო, 10, 20 ან 30 წუთი, თქვენი თავისუფალი დროის მიხედვით. ღმერთი და ექიმები ვერ მოგცემენ კარგ ჯანმრთელობას, უნდა გესმოდეთ, რომ თქვენ ერთადერთი ხართ, ვისაც შეუძლია თქვენი სხეულის ჯანმრთელობა. ეს მნიშვნელოვანია, როდესაც იოგას ვარჯიშობთ, ეს უნდა გაკეთდეს ვენტილირებად ადგილას, მაგრამ ნაკადის გარეშე უნდა იყოს მშვიდი და ყველა ელექტრომონოციტობა უნდა იყოს გათიშული, ასე რომ არ იმოქმედებს. თქვენ უნდა დაუმიზნოთ ამ წერტილს, მუცლის ქვედა ნაწილი, მუცლის ქვემოთ 2 სანტიმეტრით, ზუსტად ცენტრში და არის ჩაკრა. ახალგაზრდა ქალების კონცენტრაციის წერტილი თქვენი მუცლის ზემოთ 2 ინჩია, ამ წერტილის შუაში არის თქვენი ჩაკრა. კონცენტრირებული არის ის წერტილი, რადგან ეს არის ადგილი, სადაც სისხლი გროვდება და ჩვენ უნდა ვეცადოთ, მედიტაციისა და კონცენტრაციის საშუალებით, სისხლის მიმოქცევა ჩვენი გონებით.

თუ სისხლი კარგად ცირკულირებს, არასოდეს განუხებთ რაიმე დაავადება ან დაავადება, ეს ძალიან მნიშვნელოვანია. თუ სისხლი კარგად არ ცირკულირებს, რომელიმე პატარა ვენა, თუ სისხლი არ ცირკულირებს, ის გადაიქცევა კისტად და მერე კიბოდ და ბოლოს მოკვდებით.

თუ გსურთ გქონდეთ კარგი ჯანმრთელობა და ხანგრძლივი სიცოცხლე, საკმარისია ივარჯიშოთ იოგაზე სახლში და მიჰყვეთ ჩემს მითითებებს, თუ როგორ უნდა ივარჯიშოთ იგი. თუ გააკეთებ იმას, რაც გითხარი, ძალიან ჯანმრთელი იქნები.

ჯანმრთელობის პრობლემა არ მაქვს, რადგან იოგას ვვარჯიშობ.

ამ შემთხვევაში პოზა სწორია, თვალები და პირი დახურულია.

როდესაც დაასრულებთ, უნდა ამოისუნთქოთ სამჯერ, როგორც თავიდან.

როდესაც დაასრულებთ, ეს უნდა გააკეთოთ ხელებით და ეს თქვენი სხეულის ნორმალური ტემპერატურის აღსადგენად. ეს არის გზა ამის პრაქტიკაში. ჩასუნთქული ჰაერი აქ უნდა წავიდეს და კონცენტრირებული იყოს ამ ჩაკრაზე. კარგი, ეს არის ძირითადი იოგა. თუ თქვენ გაქვთ რაიმე შეკითხვები, შეგიძლიათ დამიკავშირდეთ სკაიპის ან ელექტრონული ფოსტით.

თუ რაიმე გამოსახულება ან ხმა გამოჩნდება იოგას დროს, ნებისმიერი სახის სურათი ან ხმა, გახსოვდეთ, რომ ეს არ არის რეალური, ეს უბრალოდ

ლამაზი.

თუ გსურს კარგად კონცენტრირება და იოგას აკეთებ, კარგი, ერთ კვირაში ან 2 ან 3 კვირაში, თითოეულ ადამიანზე დამოკიდებული, თუ კონცენტრაციას შეძლებ, იგრძნობ, რომ სხეული, აქედან, დაიწყებს დათბობას. .

თუ ამას სწორად აკეთებ, ნახევარსაათიანი სესიის შემდეგ ოფლიანობა ჩერდება, ეს არის ის, რაც შეიძლება მოხდეს.

თუ ეს მოხდა, რაც ნიშნავს, რომ თქვენ ძალიან კარგად აკეთებთ იოგას, ეს არის მიზეზი, რის გამოც ოფლიანდებით. თუ თქვენი სხეული არ ცხელდება, ეს ნიშნავს, რომ თქვენ გაქვთ ბევრი ფიქრი, რომელთაგან თავის დაღწევა შეუძლებელია და ჰაერი, რომელსაც ჩასუნთქავთ, კარგად არ შედის მუცლის ქვედა ნაწილში და თქვენ არ ისუნთქავთ კვამლს შეუფერხებლად. და ნელ-ნელა რომ არ ივარჯიშოთ იოგას სწორად. უპირველეს ყოვლისა, თქვენ უნდა ენდოთ თქვენს შესაძლებლობებს. ეს არის პირველი, რაც უნდა იცოდეთ, ჯერ საკუთარ თავს ენდოთ. თუ იოგას ვარჯიშის შემდეგ რაიმე ტკივილს გრძნობთ, ეს ნიშნავს, რომ ამ დროს სისხლი კარგად არ ცირკულირებს და იქ პრობლემა გაქვთ. საჭიროების შემთხვევაში მიმართეთ ექიმს, შეამჩნევთ, რომ იქ პრობლემები გაქვთ. თუ რაიმე დაავადება გაქვთ, იოგას გაკეთებისას კონცენტრირება მოახდინეთ, იფიქრეთ იმ წერტილზე, რაზეც პრობლემები გაქვთ, მე ვფიქრობ, იმ მომენტში, კონცენტრირება მოახდინეთ და იფიქრეთ, რომ სისხლი ცირკულირებს, რომ ეს წერტილი შეიძლება გაუმჯობესდეს მთელი თქვენი ენერჯით და კონცენტრაციით.

იოგას ბოლო პრაქტიკა. როდესაც იოგას ვარჯიშობთ, ზოგიერთ ადამიანს დასჭირდება ერთი, ორი ან სამი თვე, მაგრამ დღეში ორჯერ იოგას ვარჯიშის შემდეგ, საბოლოოდ აქ იგრძნობთ ცხელ ენერჯიას, ამ დროს ცხელ შეგრძნებას.

ათი დღის შემდეგ, რაც მუცლის არეში სიცხის შეგრძნებას დაიწყებთ, იგრძნობთ ამ ენერჯიის მოძრაობას აქ და ყველგან.

ნუ გეშინია, როცა ენერჯია მოძრაობას იწყებს, ეს ბუნებრივია, რადგან შენს ენერჯიას მუხტავ. თქვენი სისხლი აქ ცხელია, თქვენი ცხელი ენერჯია მზად არის თქვენი გონებით ცირკულირებისთვის. ამ დროს თქვენ უნდა მიმართოთ თქვენი ენერჯია გონებით ჩაკრასკენ, რომელიც მდებარეობს ანუსის ქვემოთ, გაატაროთ თქვენი ენერჯია ამ ჩაკრაში და შემდეგ თქვენს უკან. თქვენ უნდა მიმართოთ ენერჯიას ზურგის ქვეშ და შემდეგ უკან. შემდეგ წავიდეთ აქ, სადაც ჩვენ გვაქვს სხვა ჩაკრა და შემდეგ თქვენი ენერჯიის მიღება გაიაროს ამ გზაზე, რომელიც სავსეა ჩაკრებით, თქვენს სახეზე და შემდეგ აქ. აქ გვაქვს კიდევ ერთი ჩაკრა და შემდეგ დავუბრუნდეთ ჩაკრას, რომელიც მდებარეობს მუცლის ქვემოთ 2 ინჩით, ის, რომელზეც ჩვენ ყოველდღიურად ვამახვილებთ ყურადღებას. ამ შემთხვევაში, თქვენი ენერჯია მოძრაობაშია და როდესაც იოგას დაიწყებთ, ის თბება და როგორც კი გათბება, დაიწყებს მოძრაობას და მოიმატებს ძალას.

როდესაც ამ ეტაპზე ხართ, უნდა მოერიდოთ სქესობრივ კავშირს, რათა გქონდეთ ძალა, რომ თქვენი სისხლი ცირკულირდეს და ენერჯია გადაიტანოთ თქვენი სხეულის გარშემო.

ყველა ადამიანს, ვინც იოგას ამ უმაღლეს დონეს მიაღწევს, შეუძლია ამ ენერჯიის ინიცირება თავის სხეულში და არასოდეს განიცადოს რაიმე დაავადება.

ისევე, როგორც მე, არც ერთი დაავადებით არასდროს მქონია, 45 წელზე მეტი ხნის განმავლობაში. მას შემდეგ რაც შეძლებთ ენერჯიის დაწყებას და მის სხეულში მიმოქცევას, გარწმუნებთ, რომ იქნებით ჯანმრთელი მთელი ცხოვრების განმავლობაში.

მე გასწავლი და შენ უნდა მიჰყვე ჩემს მითითებებს. მას შემდეგ, რაც ენერჯიას სხეულში გადაიტანთ, არასოდეს შეგანუხებთ რაიმე სახის დაავადება. ყველა დაავადება გამოწვეულია ცუდი სისხლის მიმოქცევით, როგორცაა ცერებრალური დამბლა, სისხლი ცირკულირებს ტვინის მხოლოდ ერთ ნახევარში, ამიტომ მეორე ნახევარი პარალიზებულია.

იოგას წყალობით სისხლი ცირკულირებს იმდენი ძალით, რომ გაიაროს

ტვინიო, არა როგორც ადრე. თქვენი ენერჯის მოძრაობის ინიცირებით თქვენი გონებით, ენერჯის მიმართებით თქვენი სხეულის გარშემო და ყველაფერი, რაც ადრე იყო დაბლოკილი, შეძლებს კარგად ცირკულაციას და შემდეგ გადალახავთ თქვენს ავადმყოფობას. როგორც კი სისხლი გამართულად ცირკულირებს, შეგიძლიათ გამოჯანმრთელდეთ ნებისმიერი სახის დაავადებისგან, როგორცაა დამბლა, კოჭლობა, ან როცა არ გაქვთ საკმარისი ძალა ხელებსა და ფეხებში, ან სხეულის ნებისმიერ ნაწილში, სადაც გრძნობთ ტკივილს ან დამბლას, რომელიც გამოწვეულია ცუდი ცირკულაციისაგან.

დიდხანს ვსხედვართ, ფეხები იკუმშება და თითქოს სძინავს და ადგომას ვცდილობთ, სიარულის ძალა არ გვაქვს, პარალიზებაც იგივეა. გულის შეტევა გამოწვეულია გულში სისხლის ნაკადის შეფერხებით.

ნებისმიერს, ვისაც აქვს ეს სიმპტომები და სწავლობს იოგას კეთებას, იმ კრიტიკულ მომენტში, ვისაც შეუძლია იოგას გაკეთება ფეხზე მდგომი ან მჯდომარე, კონცენტრირება და იოგას გაკეთება, შეუძლია დაძლიოს ეს კრიზისი და იცხოვროს უფრო დიდხანს.

ბევრი ადამიანი იღუპება სხვადასხვა შეტევებით, ინფარქტით, ნერვული აშლილობით, ინსულტით... მხოლოდ იოგათ შეგიძლიათ დაისვენოთ და გონებით წარმართოთ თქვენი სისხლისა და ენერჯის მიმოქცევა სხეულის ირგვლივ, რათა არ დაზარალდეთ რაიმე დაავადება. ეს არის იოგას მიზანი. მერნმუნეთ, ვინც სხვაგვარად ამბობს, არასწორია.

ეს იოგა უკვე 5000 წელზე მეტია გამოიყენება. იოგას 5000 წელზე მეტია ვაკეთებთ და მე უფასოდ გასწავლით, ასე რომ არაფერია, არც ერთი სიტყვა ჩემს ინტერესებში. რადგან ინტერესის გრძნობა არ მაქვს, გასწავლით ტრადიციული იოგას ვარჯიშს, წარსულში მხოლოდ ბუდისტ ბერებს შეეძლოთ სწავლა.

ახლა მე გასწავლით როგორ გქონდეთ კარგი ჯანმრთელობა. ამის მისაღწევად, ჯერ უნდა დაისვენოთ და შეწყვიტოთ ფიქრი. ახლა მე ვაპირებ დეტალურად აგიხსნათ მთელი პროცესი: ჯერ დაინწყეთ მოძრაობა და ენერჯის გათბობა ამ ჩაკრაში. ამისათვის თქვენ ჩაისუნთქავთ ერთხელ და ფიქრობთ "ერთი", ისევ ჩაისუნთქავთ და ფიქრობთ "ორი" და ასე შემდეგ "ათამდე". თუ მოდუნებული ხართ და შეგიძლიათ "ათამდე" ფიქრი, ისე, რომ მანამდე არ დაგავინწყდათ რიცხვი, მეორე ნაბიჯი არის კონცენტრირება ცხვირის წვერზე და იფიქრეთ იმაზე, თუ როგორ: "ჰაერი შემოდის და გამოდის", "ჰაერი შემოდის და გარეთ", მოგვიანებით კი იგრძნობთ, როგორ ავსებს ჰაერი მთელ სხეულს, მის მთელ ფორებს. იგრძნობთ შენს სუნთქვას და ხარ

ერთი.

კიდევ ერთხელ დაფიქრდი ცხვირის წვერზე, მაგრამ სხვაგვარად, ეს ჰგავს იმას, რომ აქ, ცხვირის წვერზე, ფიქრის გარეშე ფიქრობ.

ადრე აქ უნდა იყო ფოკუსირება, ახლა კი თითქოს ნახევრად ფოკუსირება, ფიქრი და არა ფიქრი. ამ შემთხვევაში იგრძნობთ, რომ გონება და სხეული თანდათან იწყებენ მოდუნებას, თითქოს უკვდავი იყოთ, იგრძნობთ, რომ მოდის. . ამის შემდეგ, როდესაც შეძლებთ ამის გაკეთებას, კონცენტრირდით ჰაერზე, რომელსაც ჩაისუნთქავთ, მთელი გონებით კონცენტრირდით ჰაერზე, რომელსაც ვერ ხედავთ, ჰაერზე, რომელსაც სუნთქავთ.

გულიც და სულიც უნდა იყოს კონცენტრირებული ჰაერზე, რომელიც შემოდის და გამოდის, შემოდის და გამოდის, ნელ-ნელა იგრძნობთ, რომ თქვენი სხეული არ არსებობს, რადგან დაგავინწყდათ საკუთარი არსებობა და თქვენი სხეულის არსებობა, რადგან ჩვენ კონცენტრირებულები ხართ ჰაერზე, თქვენ იგრძნობთ, რომ ჰაერი მეტი არაფერია, მეტი არაფერი, ეს ჰაერი მხოლოდ ფანტაზიაა.

როდესაც ამ დონეზე ხართ, იქნებით იმავე დონეზე, როგორც იოგას მასწავლებელი, თითქოს იმავე დონეზე იყოთ, როგორც იესო ქრისტე.

ამ წუთში მისი გული აღარ ფიქრობს შენს, მას, ჩემს და სხვა რამეზე, რადგან ყველაფერი ერთი იქნება.

თქვენ გეძნებათ იგივე დონე, როგორც იესო ქრისტე, როგორც წმინდანი, ეს არის იოგას უმაღლესი დონე. მადლობით.

იოგა გვეხმარება დაბადებამდე სცენაზე დაბრუნებაში. სანამ დავიბადებოდით, იოგას შესანიშნავი მასწავლებლები ვიყავით. წარმოიდგინეთ, რომ თქვენ ჯერ კიდევ არ დაბადებული ბავშვი ხართ, თავით ქვემოთ, სუნთქავთ დედაზე მიმაგრებული ჭიპლარით. თქვენ სუნთქავთ და იკვებებით თქვენი ჭიპით, თქვენ სუნთქავთ ჭიპლარით, თავით დაბლა შეზღუდულ სივრცეში და ჩვენ შეგვიძლოთ თავი შევიწინარჩუნოთ 8 ან 9 თვის განმავლობაში. თუ ახლა პატარა ჩანთაში უნდა ჩავსვათ, რამდენ ხანს შეგვიძლია გავუძლოთ გაგიჟებას ან გაჭირვების გრძნობას?

ადრე თუ ვახერხებდით, ახლაც. იოგა შედგება იმ მდგომარეობაში დაბრუნებაში, დასაწყისში დაბადებამდე. სანამ დავიბადებოდით, ყველა ჯანმრთელი ვიყავით. ჩვენი სხეული იშლება ჩვენი სურვილებით, ჩვენი ახირებებით და ცუდი ჩვევებით. იოგათ შეგიძლიათ დაბრუნდეთ იმ მომენტში, როდესაც ჩვენ დედის საშვილოსნოში ვიყავით.

მანამდე, თუ იოგას მასწავლებელივით 8 ან 9 თვე საშვილოსნოში ყოფნას გაძლებდით, დაბადებამდე, იოგას პრაქტიკით შეგიძლია დაუბრუნდე იმ მომენტს. ეს არის იოგას მიზანი, დაუბრუნდეს საწყისს, რათა ყოველთვის გქონდეს კარგი ჯანმრთელობა და იოგას წყალობით უფრო დიდხანს იცოცხო, გქონდეს უფრო გრძელი სიცოცხლე.



უკან ინდექსი



ივარჯიშეთ სულიერი იოგა

ახლა მე გასწავლით, როგორ უნდა გააკეთოთ სულიერი იოგა.

იოგას დასასრული „მე“ უკვე გვესმის, რომ ის არ არსებობს. თუ ის ვერ მიაღწევს იმ დონეს, რომ გაიგოს, რომ სხეულის „მე“ არ არსებობს, ლოგიკურად მოქმედებს როგორც სხეულისა და ხორცის ადამიანი. როცა წყვეტ ადამიანობას, ავტომატურად წყვეტ ადამიანურ მოქმედებას და მთელი სინდისითა და სულით მოქმედებ ისე, როგორც ამას აკეთებდნენ იესო ქრისტე ან ბუდა. იესო ქრისტემ რამდენჯერმე მოახდინა სასწაულები, მაგალითად, ის დადის წყლის თავზე, მთელ სამყაროს კვებავს პურის ნაჭერით... ამ სასწაულების კეთება ძალიან მარტივი და მარტივია: ყველა ადამიანს შეუძლია ყველა სახის სასწაულის მოხდენა, სანამ ყველა აზროვნებას ადამიანურად დატოვებს, სანამ ტოვებს ამ სხეულის „მე“-ს და იქცევა როგორც იესო ქრისტე ან ბუდა. ნებისმიერი სახის სასწაული შეიძლება მოხდეს ისე, თითქოს ეს ბუნებრივი რამ იყოს. ბუდას მოწაფეების უმეტესობა, როცა დადგება მომენტი და გაიგებენ, ამ სხეულს ტოვებენ ამ „მეს“ მონას. როცა ამას ხვდება, სხეულის მონობისაგან თავისუფლდება და ხდება წმინდანი და ყველა წმინდანს შეუძლია რაიმე სასწაულის მოხდენა. წმინდანები არც ფულს ითხოვენ და არც სიმდიდრეს, ეს ძალიან ადვილი იქნებოდა; იოგას საშუალებით შეგიძლია ნახვიდე მომავალში და იცოდე, რა მოხდება, შეგიძლია იცოდე აუზის, ლატარიის ნომრები... ყველაფერი ადვილად შეიძლება იცოდე. რა ხდება, როცა ადამიანი ერთ დღეს წმინდანის კატეგორიას მიაღწევს, ეს ყველაფერი აღარ უნდა. მაგრამ თუ გინდა მომავალზე წასვლა, პრობლემა არ არის, სანამ აწმყო დაივიწყებ. აწმყო შენ ხარ. თუ არ არის "შენ", აწმყოში შეგიძლია ნახვიდე მომავალსა და წარსულში. თავისუფალი იქნები. მაგრამ ახლა თქვენ უნდა ამოიღოთ იგი გონებიდან, თქვენი ცნობიერებიდან. იოგას დასასრული არის იმის გაგება, რომ სული იყენებს ამ სხეულს ამ თეორიის გადასაცემად. ნებისმიერი სხეული ჰგავს გვამს, ისევე როგორც ნათურა, თუ ნათურას დენი არ აქვს, გამოუსადეგარია, მაგრამ როცა დენი გადადის ნათურაზე, ანათებს. ნათურა, როგორც სხეული, სული, როგორც ელექტრო დენი. უბრალოდ ეს არის. თუ ვინმე ამას გაიგებს, ცოცხალიც რომ იყოს, შეძლებს ვარსკვლავებს შორის მოგზაურობას.

ეს სურათი არის სუპერ ოსტატი იოგას მასწავლებელი, სახელად "ტამო", რომელიც პირველად ჩავიდა ჩინეთის ტერიტორიაზე, შევიდა შაოლინის ტაძარში, პატარა ქალაქში და 6 წლის განმავლობაში იოგას აკეთებდა გარეთ გასვლის გარეშე, ჭამისა და დაღევის გარეშე. შედიტაცია 6 წლის განმავლობაში. ეს არის მასწავლებელთა მასწავლებელი, ნომერ პირველი იოგას მასწავლებელი. ჩემს ვებგვერდზე შეგიძლიათ ნახოთ მაგალითი იმისა, თუ როგორ ატარებს 15 წლის ბიჭი ტიბეტში 10 თვეს იოგაში ჭამისა და დაღევის გარეშე, ეს აჩვენებს, რომ იოგა არ არის ფანტაზია. იოგას საშუალებით შეგიძლია მიაღწიო იმას, რაც გინდა, უბრალოდ უნდა დანებდე და დაივიწყო „მე“. თუ „მე“ არ არის, ეს სხეული არ არსებობს და თავისუფალი იქნები. ეს ასე მარტივია, ეს ჩვენ ვართ, ვინც საკუთარ თავს ვართულებთ. ჩვენ ვიღებთ ფანტაზიას და გვჯერა, რომ ის რეალურია. როგორც საშინელებათა ფილმს რომ ვუყურებთ და გვეშინია, როცა ის მთავრდება, ცხოვრებას ვაგრძელებთ, არაფერი მომხდარა, მხოლოდ ფიქრით გვჯერა, რომ რასაც ვხედავთ, რეალურია, მაგრამ არარეალურია, ფანტაზიაა. ამიტომ, თუ გინდა იყო წმინდანი, ადამიანი, რომელიც სასწაულებს ახდენს, გინდა იყო მდიდარი, ძღვევამოსილი, მილიონერი, გქონდეს დიდხანს სიცოცხლე, შესრულდეს შენი ყველა სურვილი, იყავი სუპერ კაცი, დაივიწყე აწმყო „მე“ და შეწყვიტე ამ სხეულის „მე“ვით მოქმედება. იმოქმედეთ იესო ქრისტეს მსგავსად

ან ბუდა და ყველა შენი სურვილი აგისრულდება, ასე მარტივია, არ გჭირდება მრავალი წლის სწავლა, ან იოგა, არა.

ბუდასა და იესო ქრისტეს ყველა თეორია წამალს ჰგავს. ჩვენ ახლა დაბნეულები ვართ, გიჟები ვართ, ჩვენი ტვინი სავსეა ფანტაზიებით. ბუდას და იესო ქრისტეს თეორია წამალს ჰგავს, თუ ამ წამალს მივიღებთ, განვიკურნებით სიგიჟის ამ დაავადებისგან, რომელიც გვაიძულებს რეალობას ფანტაზიაში აგვირევთ. როცა ამ წამალს სვამ და ხედავ, რომ ამ სიგიჟისგან განიკურნე, აღარ გჭირდება რაიმე სახის თეორია. თითქოს უნდა გადავკვეთოთ მდინარე და უნდა ავიდეთ ნავით, კარგი, ეს თეორია (ბუდას ან იესო ქრისტეს ნავს ჰგავს, ნავზე ვსხდებით და ვისწავლით თეორიას და როცა მივდივართ მეორეზე. რა ვქნათ, გადმოვდივართ ნავიდან და ვატარებთ ნავს მხრებზე თუ ვტოვებთ ნავს მდინარის ნაპირზე?

ბუდამ თქვა: „მთელი ეს თეორია წამალს ჰგავს, როგორც კი განიკურნები, ლოგიკურად წყვეტ ამ წამლის მიღებას. ეს არის მომავალი, რომელიც გველოდება. იმედი მაქვს, რომ მე და თქვენ ყველანი ერთად ერთ დღეს შევძლებთ კვლავ შევხვდეთ შემდგომ ცხოვრებაში. ჩვენ შეგვიძლია მივალწიოთ სამოთხეს, ბუდას ან იესო ქრისტეს ტერიტორიას და შეგვიძლია კომენტარი გავაკეთოთ იმაზე, თუ რა მოხდა ამ ცხოვრებაში. თუ ჩემს გზავნილს მოუსმენთ, ერთ დღეს ყველა თქვენ შეძლებთ ჩვენს საწყისს დაუბრუნდეთ. საიდანაც ყველანი მოვედით. ჩვენ უნდა დავტოვოთ ეს ფანტაზია და დავბრუნდეთ სახლში. ჩვენი სახლი მილიარდობით წელიწადი გველოდება, გთხოვ გააკეთე ეს და ნავიდან ყველა სახლში. ჩვენ ყველანი ღმერთები ვართ, ჩვენ ვართ ვარსკვლავი, გთხოვთ დაბრუნდით სახლში. დავუბრუნდეთ ჩვენს საწყისს, რომელიც არის უსასრულო სამყარო, სადაც არ არის სიკვდილი, სევდა, ყველაფერი მშვენიერია.

გთხოვ დატოვო ეს ფანტაზია „მე“ და ერთად ნავიდან სახლში.

იდი მადლობა.



უკან ინდექსი

გმადლობთ გულით



გმადლობთ, გმადლობთ მთელი გულით.

მთავარია, მადლობა გადავუხადოთ დედას და მამას, მეგობრებს, ოჯახს, საზოგადოებას, მთელ მსოფლიოს. თუ გულში ყოველთვის მადლობას უხდით ყველას, გექნებათ კარგი მომავალი, კარგი ჯანმრთელობა. იმიტომ რომ? თუ ადამიანმა თავისი ქმედებებით მადლობის გადახდა იცის, მხოლოდ სიტყვებით კი არა, იქნება კარგი შვილი, კარგი მამა, კარგი დედა... აქვს კარგი მომავალი, რადგან ეს ადამიანი მხოლოდ ცდილობს ისარგებლოს თავისი ოჯახის ხალხით. ამ ადამიანს კარგი მომავალი არ ექნება. იმის გამო, რომ თუ ერთხელ ისარგებლებ, მეორედ ხალხი არ მისცემს უფლებას ისარგებლოს. თუ მიიღებთ 1-ს, უნდა დაბრუნდეთ 10-ჯერ. თუ იცით, როგორ გააკეთოთ ეს, თქვენ გეყოლება ყველა თქვენი მეგობარი, მთელი ოჯახი, მთელი საზოგადოება თქვენს გვერდით და ისინი ყოველთვის დაგეხმარებიან, რომ ყველაფერი კარგად იყოს. ამიტომ, ძალიან მნიშვნელოვანია: ადამიანებსა და ცხოველებს შორის განსხვავება ისაა, რომ ჩვენ უნდა ვიცოდეთ, როგორ გადავუხადოთ მადლობა გულით, მოქმედებით და არა მხოლოდ სიტყვებით. როგორც ადრე მოხდა ქალაქში: იყო კაცი, რომელსაც ძალიან უყვარდა თავისი ძაღლი. ერთ დღეს ის მოკვდა და მისი ძაღლი ყოველდღე მიდიოდა თავისი ბატონის საფლავზე, სანამ არ მოკვდებოდა.

ცხოველმაც კი იცის როგორ მადლობა გადაუხადოს თავის ბატონს იმისთვის, რომ უყვარდა იგი. და ჩვენ ადამიანებმა უნდა ვიცოდეთ, რომ ყველაფერს ვიღებთ, განსაკუთრებით მამისა და დედისგან, რომლებმაც ამდენი დახმარება გაგვინიეს. მამაშენი და დედაშენი რომ არა, დღეს აქ არ იქნებოდით. 1° თუ დედაშენს გაუქმდა, დაბადებამდე მკვდარი ხარ. 2° თუ დაიბადე და არ იზრუნონ შენზე, დღეს აქ არ იქნებოდით. ამ ყველაფრისთვის ეს სიკეთე უნდა დავუბრუნოთ მამას და დედას, რომლებიც უპირობოდ ზრუნავდნენ ჩვენზე. არა მხოლოდ კარგი სიტყვებით უნდა გადაუხადო მშობლებს ყველაფერი, რაც შენთვის გააკეთეს, არამედ შენი ქმედებებითაც. უპირველეს ყოვლისა მამა და დედაშენი.

თუ თეფში საჭმელი გვაქვს, ჯერ მამას და დედას უნდა შესთავაზოთ, ყოველთვის. თუ ამას გააკეთებ, შენი შვილებიც შენც იგივეს გააკეთებენ. ეს კარგია შენთვის, მამისთვის და დედისთვის და შენი მომავალი შვილისთვის, შვილიშვილებისთვის... ეს ყველაფერი დამოკიდებულია იმაზე, რაც მთელი გულით გააკეთე. იგივე უნდა გააკეთო მეგობრებთან ერთად; თუ მეგობრები დაგეხმარებიან, უბრალოდ მადლობა არ უნდა თქვა, არა. მეგობრები გეხმარებიან აქტებში ფაქტებით, უბრალოდ მადლობას ვერ იტყვი და ეგაა. როგორც აქ ნათქვამია: „სიტყვებს ქარი წაართმევს“ რაც არ ითვლება. მხოლოდ მადლობის თქმა არ ითვლება.

თუ ოჯახი, საზოგადოება, სახელმწიფო, მთელი მსოფლიო... რაიმე სახის სიკეთეს გიკეთებთ, ეს სიკეთე მხოლოდ სიტყვებით კი არა, მოქმედებით უნდა დაუბრუნოთ და 10-ზე ან 100-ზე გამრავლებული უნდა დაუბრუნოთ. ამ შემთხვევაში, თქვენი მომავალი. იქნება ნათელი და ვარდების ბილიკივით. ვინც მცირე სიკეთეს გაგიკეთებს, დიდი სიკეთით უნდა დაბრუნდე. თუ ამას გააკეთებ, მოიგებ მთელი მსოფლიოს გულებს და მთელ მსოფლიოს უყვარხარ. მოსწონს შენი პარტნიორი: ის გიმზადებს, ზრუნავს სახლზე, გაძლევს სიყვარულს... ამ ყველაფრისთვის მადლობელი უნდა იყო. თუ წყვილი მადლობის ნიშნად ცხოვრობს, ისინი ძალიან ბედნიერად ცხოვრობენ და საქმე მუშაობს. არ არსებობს სიძულვილი და შურისძიება. გულით, სიტყვით, საქმით თუ მადლობ... ყველას უყვარხარ. თუ იცი მადლობის გამოხატვა, შენ მოიგებ მთელი მსოფლიო. თუ სარკის წინ მადლობას უხდით, სარკე მადლობას გიხდით. ჩემო მეგობარო, ვისურვებდი, რომ ყველა სამოთხეში ვიცხოვროთ და ეს სამოთხე ჩვენშია

ხელები.

იცხოვრე დიდი გულით სავსე სუფთა სიყვარულით და მადლიერებით.
იდი მადლობა.



ოსტატი როჯერის მიერ

www.yogaspain.es

პირველი გამოცემა ბარსელონა 2013 წლის 14 ივნისს

[უკან ინდექსი](#)