

Odcinanie więzów energetycznych

Denise Linn

Odcinanie więzów energetycznych
Jak uwolnić się od ograniczeń
i odzyskać swoją naturalną siłę i energię

Słuchaj radia Hay House na:
www.hayhouseradio.com



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
jeszcze lepsze jutro

REDAKCJA: Patrycja Buraczewska
SKŁAD: Krzysztof Remiszewski
PROJEKT OKŁADKI: Krzysztof Remiszewski
TŁUMACZENIE: Katarzyna Liszyk

Wydanie I
BIAŁYSTOK 2019
ISBN 978-83-7377-954-9

Tytuł oryginału:
Energy Strands: The Ultimate Guide to Clearing the Cords That Are Constricting Your Life

ENERGY STRANDS
Copyright © 2018 by Denise Linn
Originally published in 2018 by Hay House Inc.

© Copyright for the Polish edition by Studio Astropsychologii, Białystok 2017
All rights reserved, including the right of reproduction in whole or in part in any form.

Wszelkie prawa zastrzeżone. Żadna część tej publikacji nie może być powielana ani rozpowszechniana za pomocą urządzeń elektronicznych, mechanicznych, kopiujących, nagrywających i innych bez pisemnej zgody posiadaczy praw autorskich.

Autor tej książki nie udziela porad medycznych ani nie zaleca stosowania jakiejkolwiek techniki jako formy leczenia problemów fizycznych, emocjonalnych lub medycznych bez porady lekarza, bezpośrednio lub pośrednio. Zamiarem autora jest tylko podawanie informacji o charakterze ogólnym, które pomogą w poszukiwaniu emocjonalnego, fizycznego i duchowego dobrobytu. W przypadku skorzystania z dowolnych informacji zawartych w tej książce, autor i wydawca nie ponoszą odpowiedzialności za działania czytelnika.

Uwaga: Większość imion w tej publikacji została zmieniona w celu ochrony prywatności, a od czasu do czasu okoliczności danego przypadku zostały nieznacznie zmodyfikowane.



Bądź na bieżąco i śledź nasze wydawnictwo na Facebooku.
www.facebook.com/Wydawnictwo.Studio.Astropsychologii



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
jeszcze lepsze jutro

15-762 Białystok
ul. Antoniuk Fabr. 55/24
85 662 92 67 – redakcja
85 654 78 06 – sekretariat
85 653 13 03 – dział handlowy – hurt
85 654 78 35 – www.talizman.pl – detal
strona wydawnictwa: www.studioastro.pl

Więcej informacji znajdziesz na portalu www.psychotronika.pl

PRINTED IN POLAND

KSIĄŻKĘ TĘ DEDYKUJĘ

LUANN CIBIK...

MOJE ŻYCIE JEST STOKROĆ JAŚNIEJSZE,

BO TY JESTEŚ JEGO CZĘŚCIĄ.

SPIS TREŚCI

<i>Przedmowa</i>	9
<i>Wstęp: Prawda o więziach energetycznych</i>	13
Rozdział 1: Czym są więzi energetyczne	21
Rozdział 2: Analiza więzi energetycznych	99
Rozdział 3: Przycinanie więzów: uwalnianie się od niepożądanych więzi	145
Rozdział 4: Ochrona pola energetycznego	187
Rozdział 5: Wzmacnianie pozytywnych więzi	241
<i>Wnioski</i>	280
<i>Podziękowania</i>	282
<i>O Autorce</i>	283

PRZEDMOWA

*Kiedy po coś sięgamy, okazuje się,
że jest to połączone ze wszystkimi rzeczami we wszechświecie.*

— JOHN MUIR

Pięćdziesiąt lat temu przed hotelem Royal Hawaiian Hotel rosło wielkie drzewo – figowiec bengalski. Zresztą może nadal tam jest. Dla zwykłego turysty drzewo to stanowiło zwyczajny element rajskiego krajobrazu. Jednak ci, którzy obdarzeni są darem widzenia, mogli dostrzec lśniący sznur energii wybiegający z drzewa, przenikający przez hotel i wnikający w dół, do jego piwnic, gdzie mieściło się centrum masażu. Jeśli nie wiedziało się, że owo centrum się tam znajduje, niełatwo było do niego trafić. Jednak każdego tygodnia ktoś przychodził tam i mówił, że przywiódł go strumień energii biegnący od drzewa do centrum spa.

Pracowałam w tym centrum masażu jako masażystka pod okiem mojej nauczycielki, którą była Mornnah Simeona, uzdrowicielka zaliczająca się do grona hawajskich kahunów. Byłam zdumiona

tymi wyznaczeniami klientów i spytałam ją: „Morrnah, o czym mówią ci ludzie? Nie widzę żadnych strumieni energii ani światła prowadzących z drzewa do naszej piwnicy”.

Morrnah łagodnie odrzekła: „Kiedy zaczęłam tu pracować, chciałam, by miejsce to przyciągało podobnie myślących ludzi, a zatem w drzewie figowym zakotwiczyłam wiązkę energii, która prowadzi od drzewa do naszego spa. To umiejętność, którą posiadają starożytni uzdrowiciele z tradycji, z której się wywodzę. Ludzie, którzy potrafią dostrzec ten strumień energii, podążają za nim i trafiają do spa. Nie wszyscy potrafią świadomie ujrzeć ten sznur energetyczny, ale wówczas mówią, że sami nie wiedzą, dlaczego zeszli tu na dół, do naszego centrum, po prostu czuli, jakby ich coś prowadziło”.

I faktycznie, biznes Morrnah kwitł. Nawet wysoko postawione osobistości odwiedzały jej skromne studio masażu. Powiedziały mi: „Nawet jeśli nie widzimy tych strumieni, wiązek czy sznurów energii, które łączą nas ze wszystkimi rzeczami we Wszechświecie, to nie zmienia to faktu, że one istnieją. Niektóre dodają nam mocy i pogłębiają nasze więzi pomiędzy nami i naszym Stwórcą, a inne wyczerpują nas energetycznie i osłabiają. Kiedy pojmiesz naturę owych więzi energetycznych, zrozumiesz, że wszystko to jest prawdziwe i niezmiernie ważne. Odkryjesz w sobie osobistą siłę i moc”. Jej słowa zapoczątkowały moją podróż w głąb zrozumienia natury energii i naszych związków z Wszechświatem.

Po kilku latach spędzonych w towarzystwie Morrnah zaczęłam podróżować po całym świecie – spędzając czas wśród szamanów i uzdrowicieli – aby uczyć się naturalnego spojrzenia na zagadnienia energii i uzdrawiania. Cechą wspólną wszystkich tradycji

plemiennych okazało się kolektywne pojmowanie aspektu więzi energetycznych, które łączą nas ze światem. Każda z tradycji dysponuje metodami wzmacniającymi lub rozluźniającymi owe więzy w celu wprowadzenia w życie odpowiedniej równowagi. W niniejszej książce dzielę się niektórymi z metod, które poznałam, aby – dzięki zrozumieniu funkcjonowania strumieni energii - pomóc ci odnaleźć w życiu harmonię.

Ta książka to swoista podróż, która pomoże ci dostrzec wszystkie te strumienie, sznury, wstęgi, pasma, nitki i włókna energii, które płyną do i od ciebie. Dowiesz się, jak stosować starożytne i szamańskie techniki umożliwiające rozluźnianie więzów, które cię krępują, oraz wzmacnianie tych, które dają ci siłę. To isticie uświęcona ścieżka duszy.

Odkrywanie i rozluźnianie więzów energetycznych, które nie dodają ci mocy, to podróż, która pozwoli ci się ich pozbyć... i wkroczyć w nowy strumień życia. Kiedy rozpoczniesz tę wyprawę – gdy już rozpoznasz i uwolnisz się od ograniczających się więzów – zdasz sobie sprawę, że nadszedł czas, by pozbyć się przygniatającego cię ciężaru. Gdy staniesz się świadom istnienia sznurów energii, które cię krępują, powstrzymując cię przed byciem prawdziwym sobą, odkryjesz, że nie ma kogo winić za porażki w twoim życiu, nic nie jest czyjąś winą, nie ma się czego lękać i nie ma się czego wstydzić ani mieć poczucia winy. Nic nie jest z tobą nie w porządku. Jesteś świetny taki, jaki jesteś. Nie musisz ukrywać tego, kim jesteś ani stawiać potrzeb innych ponad swoimi. W momencie, w którym się zrelaksujesz i sobie odpuścisz, zrozumiesz, że wszystko jest w porządku... i że zawsze będzie. Taka jest właśnie owa głębsza energia tej książki.

WSTĘP

Prawda o więziach energetycznych

Czy czułeś kiedyś podczas rozmowy z inną osobą, że w miarę trwania konwersacji masz wrażenie, że uchodzi z ciebie energia, a twój rozmówca wydaje się jeszcze bardziej ożywiony? Jedną z możliwości tego stanu rzeczy jest to, że twoja energia popłynęła w jedną stronę – ku twojemu rozmówcy, a w rezultacie ty sam czułeś się osłabiony, a ta osoba była bardziej pobudzona.

A może nagle poczułeś się szczęśliwy bez żadnego widocznego powodu. Może to oznaczać, że akurat myślał o tobie ktoś, z kim łączą cię więzi pełna miłości i miłość ta przywędrowała do ciebie, płynąc wzdłuż strumienia energii. (Takie szczęśliwe myśli zazwyczaj dodają energii zarówno nadawcy, jak i odbiorcy). Są to przykłady tego, jak więzi energetyczne manifestują się w prawdziwym życiu.

Z tej książki dowiesz się, co może sprawić, że twój poziom energii wzrasta, a co może powodować utratę energii. Poznasz sposoby na pozbywanie się tego, co ci nie służy i nauczysz się chronić swoją energię. Twoja dusza łaknie prawdy, a drogą do prawdy jest siła

naszego własnego pola energii. Dzięki ćwiczeniom zawartym w tej książce dowiesz się, jak to osiągnąć.

Podczas pisania tej książki stanęłam przed pewnym dylematem. Z jednej strony jakaś część mnie samej nie wierzy w przecinanie więzów i stosowanie metod ochrony psychicznej, ponieważ tworzy to iluzję, że możemy się od siebie nawzajem odseparować. Z drugiej strony inna część mnie samej – ta, która szkoliła się z tradycyjnych technik ochrony energetycznej – widziała, jak niszczące skutki może przynieść wyczerpanie energetyczne spowodowane mentalnymi atakami i działaniem ludzi, którzy wysysają energię z innych osób.

Wszystko to stanowiło dla mnie pewne wyzwanie: chciałam podzielić się znajomością metod oczyszczania i ochrony energii, które czytelnik mógłby wykorzystać we własnym życiu, ale jednocześnie nie chciałam utwierdzać go w błędnym przekonaniu, że wszyscy egzystujemy w izolacji, odseparowani od siebie nawzajem. Pragnęłam, by ludzie czytający moją książkę przyjmowali życie z otwartymi ramionami, wiedząc, że jeśli uda nam się przebić przez twarde warstwy ludzkiego serca, dokopujemy się prawdziwego, czystego złota. Jednocześnie obawiałam się, że podzielenie się wiedzą na temat technik ochrony energetycznej może sprawić, że ludzie zaczną postrzegać świat jako miejsce, którego należy się lękać, w którym każdy może wyrządzić nam krzywdę.

W końcu postanowiłam pójść naprzód i po prostu nauczyć cię tego, czego sama nauczyłam się w ciągu swego życia na temat pól energii. Co jakiś czas będę ci delikatnie przypominać, kim jesteśmy, patrząc z perspektywy duchowej. To prawda, o której należy pamiętać – nie jesteśmy oddzielnymi bytami odseparowanymi od otaczającego nas Wszechświata. Z boskiego punktu widzenia nie

ma niczego, przed czym mielibyśmy się bronić. W głębszym znaczeniu – wszystko to my sami.

Ta książka przyda ci się w chwilach, gdy zapomnisz, kim jesteś. A jako istoty ludzkie zapominamy o tym cały czas. Ja zapominam. Ty zapominasz. Wszyscy zapominamy. Taka już nasza natura. A kiedy o tym zapominamy, zaczynamy sądzić, że jesteśmy od siebie oddzieleni i niezwiązani z Wszechświatem. W chwilach tego zapomnienia ważne jest, by jednak rozumieć i wiedzieć, jak zrywać negatywne więzi energetyczne, a wzmacniać te pozytywne.

Z boskiego punktu widzenia nie ma nic, co mogłoby nas naprawdę skrzywdzić. Doświadczylam tego sama, kiedy jako ofiara poważnego postrzału zostałam przez lekarzy uznana za zmarłą. Doznanie to było niesamowicie głębokie... i prawdziwe. Wkroczyłam do miejsca pełnego złotego światła, o którym wiedziałam, że jest moim prawdziwym domem. Znałam je. Byłam w nim już wcześniej. W zasadzie wydawało mi się, że nigdy go nie opuściłam. Moje życie na ziemi zdawało się być tylko snem, w którym wizja odseparowania od siebie nawzajem jest tylko iluzją.

W tym świecie złotego światła, do którego weszłam, podczas gdy lekarze starali się przywrócić mnie do życia, przypominałam sobie to, o czym zawsze wiedziałam, ale zapominałam: we Wszechświecie nie ma niczego, czym nie jesteśmy.

Miejsce, w którym się znalazłam, było tak niesamowicie prawdziwe. Moje spojrzenie na rzeczywistość było tak inne od tego, które miałam wcześniej, przebywając na ziemi, ale jednocześnie było mi dobrze znane. Moje siedemnastoletnie życie zdawało się być jedynie krótką opowieścią, a to, czego doświadczałam pośród złotego światła, wydawało się być jedyną autentyczną prawdą.

Teraz gdy o tym mówię, może wydawać się to pozbawione sensu, ale kiedy lekarze uznali mnie za zmarłą, pamiętam moment opuszczania swego ciała i stawania się częścią całości – częścią wszystkiego. Nie było żadnych granic. Była tylko *jedność* wszystkich istot i wszelkiego życia. Ty też w niej byłeś. Wszyscy byliśmy. Wszystko to było we mnie, tak samo jak jest w tobie. Wiedziałam, że wszyscy jesteśmy jednością.

Stanowisz część wszechrzeczy. Jesteś górą w Tybecie pokrytą śniegiem. Jesteś oddechem noworodka narodzonego w Sudanie. Jesteś czystym powietrzem Arktyki i smogiem Los Angeles. Jesteś czystą energią świętego i gniewem członka gangu. To wszystko to ty. To wszystko to ja. Lecz jedynie w chwilach wyższego stanu świadomości (lub w momentach doświadczeń z pogranicza śmierci, jak w moim przypadku) jesteśmy w stanie osiągnąć tej prawdy.

Podczas naszej ziemskiej egzystencji wierzymy, że inni ludzie mogą nas skrzywdzić... i faktycznie mogą, ponieważ w to wierzymy. Wierzymy, że mentalne ataki i wampiry energetyczne mogą pozbawić nas energii... i mogą, bo w to właśnie wierzymy. Powodują to nie tylko nasze osobiste przekonania. Kiedy się potykamy, spadamy ze schodów i ranimy się, odczuwamy prawdziwy ból. A gdy ktoś kieruje ku nam negatywne emocje, odczuwany ból również jest prawdziwy. Po prostu, będąc istotami ludzkimi, stanowimy część zbiorowej nieświadomości, która wierzy, że jesteśmy oddzielnymi bytami, odseparowanymi od życia wokół nas, a życie to może nas zranić i skrzywdzić, a zatem tak też się dzieje.

Kiedy wróciłam „z tamtej strony”, pamiętałam prawdę, że wszyscy stanowimy jedność z Wszechświatem. Jednak prawda ta była jedynie wspomnieniem. Kiedy weszłam z powrotem do swego

ciała, nagle wessało mnie nasze kontinuum czasoprzestrzenne. Nadal czułam lęk przed zranieniem. Nadal odczuwałam gniew z powodu bólu. Ciągłe wokół byli ludzie, którzy wysysali ze mnie energię. Pamięć o odkrytej prawdzie nie wystarczała, by zmniejszyć uczucie wyczerpania energetycznego.

Mówię ci o tym, mając nadzieję, że nauczysz się chronić swoje pole energetyczne i odkryjesz, jak pozbywać się negatywnych wpływów innych osób, a także pozyskasz świadomość wyższego poziomu, że wszystko jest tobą – każda więź energetyczna, każde połączenie, każda gwiazda i każda galaktyka.

Kiedy wydaje się, że ktoś wysysa z ciebie energię, to tak naprawdę część ciebie samego, która istnieje w tej osobie, pozbawia cię tej energii. Kiedy ktoś dodaje ci energii, to tak naprawdę część ciebie, która zamieszkuje tę osobę, przesyła ci tę energię.

Jako istoty ludzkie postrzegamy kosmos jako jakieś odległe *tam*, jakby była to lokalizacja gdzieś hen, hen daleko w gwiazdach. Spoglądamy w niebiosa, kiedy myślimy o nich jak o miejscu, które czeka na nas za drzwiami śmierci. Ale prawda jest *tutaj*. Istnieje tu... wewnątrz mnie i wewnątrz ciebie. Tak samo jak możesz dostrajać radio i przestawiać je na różne kanały – od jazzu po rock and rolla – każda ustawiona stacja radiowa eliminuje inne. Miejsce, które nazywamy niebem – miejsce, w którym jesteśmy jednością – to płaszczyzna, która istnieje *tu i teraz*. To tylko kwestia dostrojenia. Jesteś istotą złożoną z częstotliwości falowych, istniejącą wszędzie, w każdym miejscu jednocześnie. Po prostu tu na ziemi dostroiłeś się – tak jak my wszyscy – do kosmicznej stacji odseparowania się od siebie.

Jednak nawet wiedząc to wszystko, dobrze jest zapewniać sobie ochronę, jeśli czujesz taką potrzebę. Przecinanie więzów łączących

cię z osobami, które uszczuplają zasoby twojej energii, jest całkiem w porządku. W zasadzie nie tylko w porządku, ale należy to zrobić, by móc podążać ku wyższej świadomości i ją osiągnąć. Jednak proponuję, byś w tym samym czasie, gdy przecinasz owe więzy, zajrzał do swego wnętrza, aby odnaleźć miejsce, gdzie znajduje się siedlisko negatywności. Uszanuj tę część siebie. Raduj się nią... a dzięki temu prawdopodobieństwo, że w przyszłości będziesz przyciągał negatywne energie, będzie znacznie mniejsze.

Możesz spytać: „Jak mam kochać i cieszyć się z tej części mnie, w której bytuje sprawca negatywizmu? Przecież są to te więzi, które chcę odciąć. Nie mogę ich miłować”. Stopień, w jakim osądzasz i tłumisz to, co można nazwać twoim „cieniem” lub „ciemną stroną”, to stopień, w jakim będziesz przyzywał tego rodzaju negatywne energie. A jeśli nie potrafisz umiłować tych części siebie samego – bardziej niż je oceniasz – stań się po prostu *obserwatorem*. Kiedy *zaobserwujesz* niechciany wzór energetyczny, możesz się go pozbyć; jeśli będziesz go oceniał, przylgnie do ciebie. Bez względu na to jak surowo to oceniasz, przyciągasz to do siebie. Mimo że brzmi to dziwnie, twój osąd tak naprawdę wzmacnia więzi pomiędzy tobą a tym, co osądzasz.

Jerry brał udział w jednym ze spotkań, które organizowałam. W czasie przerwy podszedł do mnie i trakcie naszej konwersacji rzucił mimochodem, że wszystkie kobiety to marni kierowcy. Powiedział, że prawie każdego dnia tkwi w korku, którego przyczyną jest kobieta kierowca lub jest bliski kolizji z pojazdem, którym kieruje kobieta. Nigdy nie przyszło mu do głowy, że to jego silne przekonanie i wiara przyciągają do niego złych kobiecych kierowców. Tak jakby sznur energii pochodzący od niego rozciągał się i oplatał

całe miasto, aż natknie się na kiepskiego kierowcę kobietę, którego chwyta niczym lasso i przyciąga do siebie. Tak właśnie działają więzy osądu. Nasza potrzeba posiadania właściwych nam osądów może być tak silna, że nieświadomie staniemy się magnesem przyciągającym doświadczenia kompatybilne z naszymi przekonaniem – w przypadku Jerry’ego były to kobiety za kierownicą.

Najtrudniejsze jest to, że ciężko jest zaakceptować fakt, że coś, w co wierzysz, jest niewłaściwe, ale jeśli zaczniesz to obserwować – bez żadnego osądzania – będzie ci znacznie łatwiej uwolnić się z negatywnych więzów oplatających twoje pole energii. W końcu na tym polega podróż twojej duszy – na akceptacji i umiłowaniu siebie samego we wszystkich możliwych wariantach bez wahania i bez oporów – jak to zrobić, dowiesz się z kolejnych stron tej książki.

Z większości moich książek można czerpać informacje, nie trzymając się ustalonej sekwencji. Możesz skubnąć trochę tu, a trochę tam. Jednak w książce, którą trzymasz w rękach, istnieje określony porządek informacji. Z rozdziału pierwszego dowiesz się, czym są więzy energetyczne i jakie łączą się z tobą. Dowiesz się o połączeniach energetycznych przepływających pomiędzy tobą a twoimi przyjaciółmi, członkami rodziny, znajomymi i przodkami, a także o tych, które łączą kochanków – zarówno w przeszłości, jak i teraźniejszości. Zdobędziesz także wiedzę na temat więzów sennych, duchów, połączeń astralnych, czakr i wielu innych zagadnień.

W rozdziale drugim odkryjesz, jakie efekty mogą wywierać więzy energetyczne na twoje emocje i zdrowie, uzyskasz także wartościowe informacje na temat wampirów energetycznych, ataków mentalnych, połączeń z toksycznymi ludźmi, a także dowiesz się, jak pozostałości energetyczne mogą wpływać na twoje

samopoczucie. Ponadto nauczysz się wykrywać wycieki energetyczne i dowiesz się, jakie więzi energetyczne oddziałują na ciebie – na twoje ciało oraz twój dom.

W rozdziale trzecim poznasz określone, wysoce skuteczne sposoby przecinania i pozbywania się więzi, które cię osłabiają. To prawdziwie wiekowe, potężne metody.

Rozdział czwarty dostarczy ci informacji na temat ochrony i jej stosowania. Krok po kroku opanujesz metody pieczętowania i ochrony twego pola energii, a także dowiesz się, kiedy należy je stosować, a kiedy nie.

W końcu w rozdziale piątym poznasz sposoby rewitalizacji, wzmacniania i ustanawiania więzi miłości i radości, a także dowiesz się, jak wzmocnić osłabione relacje z Wszeczeństwem. Odkryjesz liczne metody pozwalające stworzyć w twoim domu uświęconą przestrzeń, tak by twój dom stał się twoim sanktuarium, do którego dostęp będą miały tylko pełne życia strumienie świetlistej energii.

Zauważysz na pewno, że czasem powtarzam podobne komunikaty, lecz ujmuję je w inne słowa. Robię to celowo. Powtarzanie to matka nabywania umiejętności. To również tradycyjna metoda nauczania. Wiele z mojej wiedzy pochodzi z tradycyjnych kultur plemiennych, a mądrość w tych kulturach jest przekazywana ustnie w postaci powtarzalnych przekazów. Uważa się, że najlepiej jest uczyć się w ten sposób.

W podróży, która cię czeka, oferuję ci swoją miłość i wsparcie. Przed tobą uświęcona odyseja twojej duszy.

PRZECINANIE WIĘZÓW: UWALNIANIE SIĘ OD NIEPOŻĄDANYCH WIĘZI

Ten rozdział przyda ci się w sytuacjach, kiedy potrzebujesz usunąć jakieś więzi lub uwolnić się od czegoś lub kogoś w twoim życiu. Dowiesz się, jak uwolnić się od negatywnych więzi, przeciąć je lub skurczyć. Jednak należy pamiętać, że jeśli twoja energia jest silna i jasna, negatywnie więzi same się skurczą i nie będziesz musiał nic robić. Zanim zabierzesz się za przecinanie takich powiązań energetycznych, musisz zapamiętać kilka rzeczy.

Losowe, bezładne przecinanie więzi bez czytelnej, jasnej intencji, dla której to czynisz – bez zrozumienia powodów leżących u podstaw tego procesu – może czasem powodować zaburzenie równowagi twojej energii. Musisz mieć świadomość, *dłaczego*

pragniesz przeciąć owe połączenia, jak również musisz odczuwać respekt przed procesem przecinania więzi.

Warto pamiętać, że poniekąd sam wybrałeś więzi energetyczne, które obecnie masz... nawet te, które ci nie służą. Oczywiście prawdopodobnie nie była to twoja świadoma decyzja, by nawiązać połączenie z negatywną energią, ale z perspektywy duchowej mogłeś w pewien sposób „podpisać życiowy kontrakt” z więziami, jakie się z tobą połączyły. (Taki kontrakt składa się z wyborów, jakich dokonałeś w obecnym życiu, przed narodzinami, w czasie przebywania na płaszczyźnie duchowej, zazwyczaj z intencją dalszego rozwoju duchowego). Na bardzo głębokim poziomie zawsze istnieje jakaś osobista – chociaż zazwyczaj wcale nieświadomiona – odpowiedzialność za każde nasze życiowe doświadczenie.

To faktycznie nic przyjemnego myśleć, że może uzyskujemy coś z posiadanych osłabiających nas więzi energetycznych, ale może po prostu jesteśmy ofiarami życia z powodu tego, jak nasze społeczeństwo szanuje ofiary. Telewizja pełna jest historii o ludziach, którzy padli ofiarą jakichś wydarzeń, i wszystkich porusza taka opowieść; czujemy żal i jest nam przykro z powodu takich tragedii. W naszej kulturze łatwiej jest czuć się jak ofiara niż wziąć odpowiedzialność za nasze doświadczenia. Oczywiście powinniśmy odczuwać głębokie współczucie wobec tych, którzy znaleźli się w trudnym położeniu. Współczucie powinniśmy mieć także dla samych siebie, jeśli przechodzimy akurat ciężki okres w życiu. Ale warto pamiętać, że z *duchowego* punktu widzenia nie ma czegoś takiego jak ofiary, są jedynie ochotnicy.

CZY ISTNIEJĄ PLUSY NEGATYWNYCH WIĘZI?

Przed tobą kilka trudnych pytań, ale odpowiedzenie sobie na nie będzie pomocne w twojej podróży ku zrozumieniu i pozbyciu się nieprzychylnych ci więzi. Nie oceniaj się, nawet jeśli odpowiesz twierdząco na którekolwiek z tych pytań. To oznacza, że jesteś po prostu człowiekiem. Szczerze mówiąc, większość z nas odpowiedziałaby twierdząco na co najmniej jedno albo i więcej z poniższych pytań.

- Czy podświadomie cieszy cię uczucie bycia potrzebnym, nawet jeśli ludzie, którzy tak cię potrzebują, wysysają twoją energię? Czy potrzebujesz czuć się potrzebnym?
- Czy zdarzyło się, że oddałeś część swojej władzy komuś innemu tylko po to, by ta osoba cię polubiła?
- Czy twoja potrzeba akceptacji kiedykolwiek przytłoczyła twoje potrzeby duchowe?
- Czy twoja relacja z sobą samym jest dysfunkcyjna na tyle, że sprawia, iż przyciągasz do swego życia negatywne relacje międzyludzkie?
- Czy cieszy cię, kiedy okazuje się, że miałeś rację co do osoby czy sytuacji, której nie lubisz?
- Czy lubisz dramatyzować, np. oświadczając innym coś w stylu: „Jane jest wampirem energetycznym!”?
- Czy uważasz, że jesteś w porządku wobec przekonań, jakie żywisz, lub organizacji, do której należysz?
- Czy lubisz uczucie, że ty jesteś „tym dobrym”, a *oni* są „tymi złymi”?
- Czy sprawia ci przyjemność podejmowanie działań, które pozwalają ci poczuć się „bohaterem”, i w ten sposób przy-

ciągasz toksyczne więzi i sytuacje, a więc i tak nie możesz naprawić tego, co się w życiu psuje?

- Czy sam tworzysz nadmiar więzi, ponieważ utożsamiasz bycie stale zajęтым i zapracowanym z poczuciem własnej wartości?
- Czy twoje osobiste granice są bardzo słabe i cierpisz z powodu potrzeby zadowolenia wszystkich wokół?
- Czy zdarza ci się odtwarzać w myślach rozmowę, którą z kimś odbyłeś, żalując, że nie powiedziałeś czegoś innego lub czując się winnym za to co powiedziałeś? Czy może gniewasz się na osobę, z którą rozmawiałeś, ponieważ nie okazała się kimś, komu mógłbyś wszystko powiedzieć bez obaw o to, jak zostanie to przyjęte?
- Czy łatwo się obrażasz, kiedy ktoś cię jakoś oceni i czujesz, że twoja reakcja jest usprawiedliwiona?

Jeśli odpowiedziałeś „tak” na którekolwiek z tych pytań, może to wskazywać istnienie czegoś na kształt „plusów” wynikających z posiadanych więzi. Przykładowo, jeśli stale obrażasz się za to, co ktoś ci powiedział lub co ci zrobił, zawiązuje się tu więź. Takim plusem jest wówczas poczucie osobistej sprawiedliwości i przekonania, że masz rację. Jeśli jednak czujesz, że było to nieodpowiednie, ale mimo to nie reagujesz emocjonalnie, to nie ma żadnej więzi. Bardzo trudno jest spojrzeć na siebie samego z pewną dozą surowej samokontroli i zdać sobie sprawę, że w niektórych przypadkach zyskujemy coś na posiadaniu negatywnych więzi, mimo że możemy ich nienawidzić. Taki rodzaj autoanalizy jest pierwszym krokiem do uwolnienia się od negatywnych więzi.

GDZIE SĄ KORZENIE TWOICH WIĘZI?

Warto jest przeanalizować bieg więzi i dotrzeć do ich korzeni, zanim się je przetnie. Aby być w pełni wolnym, musisz uzdrowić te kwestie, które leżą u podstaw owych więzi. Jeśli tego nie zrobisz, przecinanie takich połączeń energetycznych może być rozwiązaniem tymczasowym i krótkotrwałym. Takie więzi odrodzą się, jeśli przedtem nie zrozumiesz, czym tak naprawdę były. Jeśli przetniesz więzi, ale nie określisz powodów, dla których w ogóle zaistniały, wówczas mogą one powrócić.

Czasami negatywne więzi mogą reprezentować coś w tobie samym, z czego nawet nie zdajesz sobie sprawy lub czego nie posiadasz. Zdarza się, że mamy połączenia energetyczne z kimś, kto ma cechy, jakich nie rozwinęliśmy u siebie. Przykładowo kobieta może mieć więź z kimś z krajowej sceny politycznej, kto odznacza się wyjątkową pewnością siebie, a to dlatego, że kobieta ta podświadomie usilnie pragnie rozwinąć w sobie taką cechę i zwiększyć poczucie własnej wartości. Jeszcze nie ma takiej cechy, zatem nawiązuje połączenie z kimś, kto ją ma. Ta szczególna więź może wówczas reprezentować brak jej osobistych sił.

A oto inny przykład: Gerald nosi w sobie wiele tłumionego gniewu. Wierzy, że jest spokojną i pokojowo nastawioną osobą, ale każdy w jego otoczeniu może zaświadczyć o kotłujących się w nim emocjach, które kipią pod powierzchnią. Większość z jego współpracowników uważa go za osobę pasywno-agresywną. Ponieważ Gerald nie akceptuje własnego gniewu, za każdym razem gdy spotyka kogoś, kto się złości, ocenia tę osobę bardzo surowo. Nie uznaje własnego gniewu, więc dokonuje projekcji krytycyzmu względem

siebie samego na inną osobę o podobnych cechach. W ten sposób Gerald zarzuca pętlę energii na każdą osobę, której nie pochwała. Dopóki sam siebie osądza, nie może sobie z tym poradzić. Innymi słowy łączy się z polami energetycznymi wielu innych pełnych gniewu ludzi. W konsekwencji jego centra energetyczne zostają zablokowane gniewem – jego własnym i innych osób.

Wykrycie i zrozumienie źródła negatywnych więzi jest niezmiernie ważne. Najlepsze w tym jest to, że kiedy rozwiążesz własne problemy, ludzie, z którymi byłeś połączony za sprawą tychże dysfunkcyjnych części samego siebie, przestaną być z tobą związani.

INNI NIE SĄ POTWORAMI (W KAŻDYM RAZIE NIEKONIECZNIE)

Nie popełnij błędu, myśląc, że osoba, od której chcesz się odciąć, jest strasznym potworem, a ty jesteś niewinną ofiarą. Taki rodzaj osądu generuje różne rodzaje więzi energetycznych i może zniweczyć wszelką pracę w twoim polu aurycznym. (Pamiętaj, że więzi nie przyczepiają się, jeśli nie mają do czego się przyczepić).

Wiem, że mogą być chwile, kiedy uznasz, że takie osoby naprawdę mogą być potworami. Wiem również – i wiem to z własnego doświadczenia – że może być bardzo trudno wyzbyć się gniewu na kogoś, kto jest nieuczciwy, niezyczliwy lub okrutny. Jednak koniec końców taki rodzaj emocji zniszczy cię i sprawi, że oczyszczenie pola energii z takiej energii stanie się prawie niemożliwe.

Jeśli naprawdę zostałeś przez kogoś skrzywdzony, *najlepszą zemstą jest to, aby całkowicie i na zawsze usunąć tę osobę ze swego*

pola energetycznego. Aby to zrobić, musisz sobie odpuścić. Musisz zniwelować swoje osądy i potrzebę, by zawsze mieć rację. To jedna z najtrudniejszych rzeczy, jakie można zrobić, ale pozwala zdobyć wspaniałą nagrodę. Poczujesz się lżejszy i bardziej spokojny – poczujesz, że pomiędzy tobą a światem panuje pełny pokój.

Ważne, by pamiętać, że przecinanie więzów niekoniecznie ko-
goś zmieni. Jeśli taka osoba zawsze była skończonym palantem,
będzie nim także później. Odcinanie więzów po prostu oznacza,
że osoba ta nie oplecie cię swoją energią i dzięki temu nie będzie ci
generować nowych problemów.

Czasami osoba, z którą więzi przecinasz, może do ciebie nagle
zadzwoić – np. chwilę po zerwaniu takiej więzi – pragnąc nawią-
zać ponowną nić porozumienia. Taka osoba może wyczuć owo
rozłączenie na płaszczyźnie energetycznej i pragnąć, byś przywrócił
ją do swego życia. Jeśli to miniona dysfunkcyjna znajomość, taki
telefon niekoniecznie oznacza, że osoba ta chce wrócić do twego
życia, może to oznaczać, że po prostu chce nadal wyciągać od ciebie
energię lub nawet cię kontrolować. Jeśli osoba, z którą więzi właśnie
przeciąłeś, próbuje wrócić do twego życia, najlepiej jest po prostu
życzyć jej dużo miłości i zwyczajnie ignorować jej telefony.

CZASAMI WCALE NIE MUSISZ PRZECINAĆ WIĘZI

Zanim pozbędziesz się jakichś więzi, sprawdź, czy jest coś, co mo-
żesz zrobić na płaszczyźnie fizycznej, by zatrzymać pozbawianie cię
energii. Czasami nie musisz przecinać więzi; zmiana kilku rzeczy
może sprawić ogromną różnicę. Przykładowo, jeśli masz krewnego,

w którego towarzystwie czujesz się wypompowany energetycznie, wówczas spędzanie z nim mniejszej ilości czasu może pomóc osłabić łączącą was więź. Albo jeśli istnieją jakieś więzi łączące cię z przedmiotami w domu, z którymi masz same negatywne skojarzenia, to posprzątanie tego bałaganu może sprawić, że rzeczy te opuszczą twoje pole energetyczne.

To może być znacznie prostsze niż ceremoniał przycinania więzi. Jednak pewne przedmioty znajdujące się w twoim domu mogą mieć z tobą tak silne konotacje, że odtworzą łączące was więzi. Czasami po prostu lepiej jest pozbyć się takich przedmiotów z twego domu, a zatem i z twego życia. Tak samo możesz zrobić z niektórymi znajomościami. Spędzaj mniej czasu z ludźmi, którzy pozbawiają cię energii, a może się okazać, że żadne przycinanie więzi nie będzie potrzebne.

ZANIM PRYZYSTĄPISZ DO PRZECINANIA WIĘZI, SKONCENTRUJ SIĘ

Przed podjęciem jakiegokolwiek przycinania więzi warto jest skupić swoją energię. Sprawia to, że cały rytuał będzie bardziej potężny. Aby to zrobić, zacznij od wprowadzenia się w stan medytacji. Jeśli twoje myśli zaczną krążyć bezładnie, przywołaj je do porządku. Pomocny w koncentracji może być jakiś obraz, na którym skupisz się wizualnie, lub mantra, którą możesz powtarzać. Przykładowo, możesz wyobrazić sobie różę. Wizualizuj jej delikatne płatki, prześledź wzrokiem każdą ich miękką krzywiznę. Wyobraź sobie jej zapach. Obejrzyj miejsce, gdzie główka kwiatu łączy się z łodygą.

Poczuj harmonię z tą różą, aż wszystko inne wokół zniknie. Kiedy będziesz w stanie podtrzymać ten obraz przez 20 minut spokojnego stanu medytacji, wówczas możesz z sukcesem przeprowadzić przecinanie więzów.

Niektóre metody przecinania połączeń energetycznych związane są z wizualizacją. Nie martw się, jeśli od razu nie będziesz w stanie wizualizować. To twoja *intencja* generuje rezultaty. Utrzymuj jasną, konkretną intencję, a będziesz w stanie oczyścić swoje więzi tak samo efektywnie, jakbyś wizualizował.

Czasami ludzie mówią mi, że uważają, iż przecinanie więzi lub tworzenie tarczy ochronnej nie może działać, skoro to tylko wizualizacja. Tak naprawdę wizualizacja jest jedną z najpotężniejszych metod. Kiedy moja córka Meadow miała jakieś trzy i pół roku, przyszła do nas moja znajoma imieniem Ruth. Podczas rozmowy z nią dosłownie czułam, jak uchodzi ze mnie energia. Aby zatrzymać ten odpływ energii, wizualizowałam piękną różową różę pomiędzy Ruth i mną. Chciałam w ten sposób uśmierzyć chaotyczną energię przepływającą pomiędzy nami i faktycznie zrobiło to wielką różnicę. Natychmiast poczułam, że nabieram więcej sił. W tej właśnie chwili mała Meadow niepewnym krokiem weszła do salonu, wskazała w przestrzeń pomiędzy mną a Ruth i powiedziała: „Mamusiu! Mamusiu! Popatrz na tę różę! Jaka ładna!”. Meadow „ujrzała” różę, którą wizualizowałam. Była to potężna afirmacja potęgi wizualizacji. Także twoja wizualizacja może mieć swoją wagę i rozmiar.

Tak na marginesie: to, że przecinasz z kimś więzi, nie oznacza, że nie możesz stworzyć z tą osobą harmonijnej relacji. Często bowiem poprawia to funkcjonowanie związku między ludźmi. Nie oznacza

to, że już nie dbasz o tę osobę ani że nie chcesz się z nią przyjaźnić. Po prostu oznacza, że usuwasz wyniszczające lub osłabiające cię więzi. Uwolnisz się od nich, by mieć więcej energii i witalności. Pozwoli ci to także ustanowić jasne, konkretne granice. Twoje emocje będą w pełni *twoimi* emocjami. Twoje myśli będą *twoimi* myślami. Przeciwnością lęku jest miłość, a dysfunkcyjne więzi zazwyczaj biorą się właśnie z lęku. Pozbądź się strachu, wkrocz w miłość, a wszelkie negatywne więzi po prostu znikną.

METODY OCZYSZCZANIA WIĘZI

W tym rozdziale podzielę się z tobą kilkoma sprawdzonymi metodami, które pozwolą ci pozbyć się więzi, które ci nie służą. Którą metodę najlepiej zastosować? Wszystkie się sprawdzają. Niektóre dla danej osoby działają lepiej niż inne. Sugeruję wypróbować kilka z nich, a wkrótce odkryjesz, które z nich są dla ciebie najbardziej skuteczne.

Metoda 1: przecinanie więzi nożem – fizyczne i нефizyczne

Bez względu na to czy zastosujesz tę metodę w sposób fizyczny czy нефizyczny, należy do niej podejść z silną intencją pełną współczucia. Jeśli zabierzesz się za to, kiedy jesteś zdenerwowany lub zły, może uda ci się przeciąć tę więź, ale twój gniew rozszczepi energię tej osoby i skieruje ją ku tobie, a więź połączy się z tobą ponownie. Wiem, że to niełatwe. Oczywiście przecinasz więź,

ponieważ powoduje ona zakłócenia równowagi w twoim życiu albo ponieważ ktoś sprawia, że czujesz się nieszczęśliwy. Jednak im bardziej możesz się od tego odciąć i stać się po prostu obserwatorem posiadającym zrozumienie powodów, dla których powstała owa więź – i dlaczego w pewnym stopniu czerpałeś z tego zyski – tym łatwiej będzie ci pozbyć się tej więzi.

Niefizyczne przecinanie więzi

1. Oczyszczyć się. Weź prysznic, zrób peeling sołą, a potem oplucz się zimną wodą. (Odświeży to twoje pole auryczne). Możesz także wziąć kąpiel w wodzie z dodatkiem soli do kąpeli, a potem wziąć chłodny prysznic. Ubierz się w strój w jasnych barwach. (Jasne kolory odbijają, a ciemne kolory chłoną; chcesz przecież odbić od siebie niezdrowe połączenia, a nie je zaabsorbować).

2. Pij dużo wody. Ważne jest, by podczas takiej ceremonii być dobrze nawodnionym. Najlepsza jest woda naenergetyzowana. Aby naenergetyzować wodę, możesz potrzymać nad nią ręce i pobłogosławić ją albo postawić w miejscu, które będzie oświetlane przez słońce (lub też gwiazdy i księżyc) przez co najmniej pięć godzin – z intencją, by niebiańskie siły dodały jej energii.

3. Zanutuj, co chcesz zrobić. Bądź konkretny i jasno powiedz sobie, co chcesz zrobić i od kogo/czego się uwolnić. Czasami pomaga zapisanie sobie swoich pragnień i umieszczenie notatki na swoim osobistym ołtarzyku. Jeśli nie masz takiego ołtarzyka, zapal świecę i umieść notatkę pod świecą.

4. Usiądź w wygodnym miejscu. Zamknij oczy i odpręż się. Warto jest też włączyć relaksacyjną muzykę, która będzie grała w tle. Muzyka może ci pomóc szybciej wejść w głębszy stan medytacji. Weź kilka pełnych głębokich oddechów. Z każdym wdechem wyobrażaj sobie, że napelnia cię lśniąca jaśniejąca energia, a z każdym wydechem uchodzi z ciebie to, co nie jest potrzebne.

5. Wezwij duchowych przewodników. Wezwij duchowego przewodnika, anioły czy swoich przodków, by poprosić ich o wsparcie i przewodnictwo. Z wdzięcznością poproś ich o pomoc w pozbyciu się niepotrzebnych więzi dla wyższego dobra wszystkich.

6. Wizualizuj. Kiedy poczujesz się odprężony, wyobraź sobie, że znajdujesz się na szczycie wysokiego, porośniętego trawą wzgórza. W oddali dostrzegasz pokryte śniegiem szczyty górskie lub lśniące wody wybrzeża. Poświęć chwilę, by chłonąć widok rozciągający się z tego punktu. Wyobraź sobie, że wysoka trawa powoli faluje, poruszana delikatnymi podmuchami wiatru. Ujrzyj białe, puszyste chmury sunące po niebie nad twoją głową. Poświęć chwilę, by poczuć się silny i w pełni uziemiony. Na szczycie wzgórza prowadzi wijąca się ścieżka. Wszystko i każdy, z kim jesteś połączony, może wejść tą ścieżką na górę do ciebie, jeśli tylko zapragniesz.

7. Przecinaj. Zauważasz, że w dłoniach trzymasz wielkie, ostre nożyce lub nóż. Masz poczucie, że ten przedmiot jest święty. Kiedy na ścieżce pojawi się pierwsza osoba, z którą więzi chcesz przeciąć, wyobraź sobie, że stoi ona przed tobą. Ujrzyj namacalne więzi, jakie was łączą. Jeśli są kolorowe, jasne i w żywych barwach, możesz

zdecydować o ich pozostawieniu. Jeśli zauważysz jakieś ciemne, mętne lub uschnięte nici energetyczne, weź nożyce (lub nóż) i przetnij taką nić. Jeśli poczujesz, że ostrze, którym tniesz, zaczyna się tępić, unieś je ponad głowę i pozwól naostrzyć się w promieniach słońca. Czasami możesz przeciąć więź, a mimo to wyda ci się, że ona odrasta. Wówczas tnij raz po raz, a nawet możesz wyrwać taką więź. Finalnie taka więź zostanie zerwana.

8. Afirmuj. Podczas przecinania powiedz z jasną intencją: „To co moje, to moje. To co twoje, to twoje”. Lub możesz też powiedzieć:

- „Ja, (wymień swoje imię), niniejszym zrywam wszystkie więzi łączące mnie z tobą, które nie wspierają ani nie służą wyższemu dobru”.
- „Kiedy przecinam łączące nas więzi, szanuję swoją przestrzeń... i szanuję też twoją przestrzeń. Każde z nas jest wolne i łśni swoim światłem. Ja jestem wolny. Ty jesteś wolny”.
- „Pozostaje tylko to, co jest korzystne i dodaje nam sił”.

Kiedy poczynisz takie werbalne deklaracje, powinieneś natychmiast poczuć elektryczne wyładowania w swoim polu energetycznym.

9. Okaż wdzięczność. Podziękuj osobie (lub przedmiotowi czy sytuacji) za to, że była częścią twego życia i prześlij jej szczerę błogosławieństwa i życzenia w jej dalszej podróży. To bardzo istotna część całego procesu. Sprawia to, że cykl się zamyka i łatwiej ci jest ruszyć do przodu ze swoim życiem bez obciążających cię więzi.

Fizyczne przecinanie więzi

Fizyczne przecinanie więzi łączy w sobie wizualizację i użycie prawdziwego narzędzia – noża lub nożyczek. Etapy tego procesu są podobne do poprzedniej metody, jednak zamiast siedzieć, stań stabilnie na nogach. Weź do ręki narzędzie, którego chcesz użyć do przecinania. Zamiast wizualizować nóż czy nożyce przecinające więzi, weź prawdziwe narzędzie i przetnij nim powietrze w miejscu, gdzie wyczuwasz obecność więzi. Zwróć uwagę zwłaszcza na obszar splotu słonecznego, ponieważ ten rejon jest często zablokowany połączeniami energetycznymi. Bądź ostrożny, aby się nie zranić. Podczas przecinania miej otwarte oczy. Po użyciu umyj narzędzie, którego używałeś, a następnie opłucz bardzo zimną wodą, by zmyć wszelkie pozostałości energetyczne.

Metoda czarnej wstążki

Metoda ta to w zasadzie cały ceremoniał lub też rytuał. Weź fotografię osoby, z którą więzi chcesz przeciąć, oraz swoją własną fotografię. Każde zdjęcie zwiń w oddzielny rulonik i przewiąż jeden z nich czarną wstążką, czarnym sznurkiem czy kawałkiem włóczki. (Jeśli nie masz takich fotografii, możesz posłużyć się kartkami papieru, na których po prostu napiszesz wasze imiona – z tych kartek zrób owe ruloniki). Pozostaw ponad 22 cm luźnego końca wstążki, tak by obwiązać nim drugi z rulonów. Wprowadź się w stan medytacji i przywołaj w sobie intencję, by pozbyć się wszystkiego, co nie jest potrzebne. Możesz powiedzieć:

PRZYZYWAM CZYSTE ŚWIATŁO DUCHA,
BY PRZEZE MNIE PRZEPŁYWAŁO.
OTACZA MNIE I CHRONI
MIŁOŚĆ STWÓRCY.
POŁĄCZONE ZE MNĄ JEST TYLKO TO,
CO MNIE WSPIERA I DBA O MNIE.
JESTEM BEZPIECZNY, SILNY I ZDROWY.
WSZYSTKO JEST W NAJLEPSZYM PORZĄDKU.

Następnie weź nożyczki lub nóż i przetnij wstążkę. Proponuję pozbyć się obu części tak, by znajdowały się w znacznej odległości od siebie, np. zakopując je lub jeszcze lepiej: paląc je z intencją, że wszystkie więzi są teraz jasne i czyste, i zgodne z najwyższym dobrem.

Tradycyjne noże do przecinania więzi

Zastosowanie noża w ceremonii przecinania więzi to metoda zakorzeniona w wielu tradycjach. Byłam kiedyś na ślubie na Bali, gdzie osoba odprawiająca nabożeństwo dzierżyła w dłoni ozdobny tradycyjny nóż z Bali, którym symbolicznie przecinała więzi łączące młodą parę z innymi.

W Tybecie *kartika* to bogato zdobiony nóż w kształcie półksiężyca służący do przecinania materiałów lub doczesnych więzi, które nam nie służą. Nóż na czubku ma dekorację zwaną *varja*, przypominającą kształtem żarówkę, która ma na celu pomóc zniszczyć ignorancję, co z kolei ma prowadzić do oświecenia. Innym rodzajem noża tego typu jest *phurba* wykorzystywany w tybetańskiej tradycji buddyjskiej. Jest to trójstronny sztylet ceremonialny, który

ma wiele zastosowań, z których jednym jest rozproszenie „demonicznych form myślowych”, a następnie zapewnienie oczyszczenia. Wierzy się, że *phurba* może przeciąć negatywne więzi łączące z innymi istotami, ludźmi oraz formami myślowymi, także tymi, które generowane są przez zbiorowości ludzkie. Formy myślowe są energetycznymi manifestacjami myśli, idei lub emocji pojedynczych osób lub całych zbiorowości. Niektórzy ludzie potrafią je wyczuwać – na przykład wchodząc do pomieszczenia, w którym niedawno odbyła się kłótnia, są w stanie wyczuć pewien ciężar unoszący się w pomieszczeniu.

W innych tradycjach również wykorzystuje się ceremonialne noże lub sztylety do przecinania więzów. W ceremoniach neopogańskich wykorzystywany jest sztylet zwany *athame*, którego używa się do kierowania energii (ale nie do przecinania więzi) oraz nóż zwany *boline*, zakrzywiony na kształt sierpa, który wykorzystywany jest do przecinania negatywnych połączeń energetycznych pomiędzy różnymi rzeczami.

Słyszałam też, że w tradycjach niektórych plemion rdzennych Amerykanów używa się pazura niedźwiedzia lub szponu orła do symbolicznego rozplątywania więzi. Choć wydaje mi się to całkiem trafne i możliwe, to jednak nie mam wystarczającej wiedzy na ten temat.

Wykorzystanie kryształów lub kamieni do fizycznego przecinania więzi

Etapy użycia kryształów lub kamieni do przecinania więzi są podobne do tych wspomnianych powyżej, jednak upewnij się, że

kamień lub kryształ, którego używasz, ma zaostrome krawędzie i płaszczyzny, a nie jest obłym otoczakiem. Czarny obsydian odłupany na kształt grotu strzały lub ostrza noża będzie potężnym narzędziem podczas przecinania więzi. Różdżka z czarnego turmalinu również świetnie się sprawdzi. Używaj tych przedmiotów tak samo jak noża.

Metoda 2: owiń, pociągnij, uziemij

Metoda ta sprawdza się najlepiej, gdy stosuje się ją na świeżym powietrzu, ale można ją przeprowadzić także pod dachem w stanie medytacji. Metoda ta przypomina wyrywanie z ziemi trawy wraz z korzeniami.

Na świeżym powietrzu: owiń, wyciągnij, uziemij

1. Koncentracja na bosaka. Jeśli stosujesz tę metodę na świeżym powietrzu, najlepiej, byś stanął na ziemi boso, przy czym idealnie jest znajdować się blisko jakiegoś drzewa. Stań stabilnie na obu nogach, odchyl się do tyłu, pochyl się do przodu i na boki, aż znajdziesz idealną pozycję, w której poczujesz swój środek ciężkości. Stań nieruchomo i wyobraź sobie, że jesteś drzewem życia, twoje korzenie sięgają głęboko w głąb ziemi, a gałęzie wznoszą się ku niebu.

2. Obserwacja. Mając zamknięte oczy, wyobraź sobie, że skanujesz swoje ciało. Zwróć uwagę na więzi energetyczne – czy jakiegokolwiek więzi są mętne lub szorstkie. Nie musisz wyszukiwać źródeł każdego połączenia energetycznego. Po prostu bądź świadom

istnienia owych nici, sznurów lub wstążek, zwłaszcza tych, które niewystarczająco wibrują życiodajną energią.

3. Owijanie. Zlokalizuj pierwszą więź, której chcesz się pozbyć, i wyobraź sobie, że owijasz ją wokół swojej dłoni, aby lepiej ją uchwycić. (Możesz faktycznie wykonać ten ruch ręką lub jedynie wizualizować, że to robisz).

4. Wyciąganie. Kiedy mocno złapiesz taki sznur energii, wówczas delikatnie acz stanowczo, z odpowiednim naciskiem, pociągnij go. Być może będziesz musiał nim chwilę pomanewrować w tę i we w tę. Może to przypominać uczucie wyrywania trawy z korzeniami, tak by wyciągnąć z ziemi całą roślinę, nie uszkadzając jej. Może się zdarzyć, że doświadczysz fizycznego wrażenia, które odczujesz w ciele. To się zdarza i nie ma się czym niepokoić. Będziesz wiedział, kiedy połączenie energetyczne zostanie całkowicie wyrwane – nie będziesz już odczuwał napięcia z nim związanego.

5. Uziemianie. Kiedy taki sznur energii zostanie wyciągnięty, szybko umieść go na ziemi, by go uziemić i zneutralizować. Matka Ziemia potrafi przekształcać każdą energię. Wyobraź sobie teraz, że wszystkie ubytki w twoim ciele pozostałe po wyrwaniu negatywnych więzi wypełnia jasne światło i miłość.

Powtórz ten proces z każdą negatywną więzią, jaką zauważysz. Kiedy skończysz, weź długi prysznic, a na koniec opłucz się zimną wodą. Ewentualnie możesz wziąć kąpiel z solą gorzką (sól Epsom) i na koniec opłukać się zimną wodą. W ciągu 24 godzin powinienś poczuć znaczącą różnicę.

Pod dachem: owiń, wyciągnij, uziemiaj

Tę samą metodę można zastosować w pomieszczeniach zamkniętych w formie wizualizacji, a będzie równie efektywna. Chodzi przede wszystkim o bardzo jasną, konkretną intencję tego, co chcesz zrobić. Po całej procedurze weź prysznic lub kąpiel – tak samo jak w metodzie powyżej.

Metoda 3: duchowe wsparcie

Inną potężną metodą usuwania szkodliwych połączeń energetycznych jest prośba o duchowe wsparcie. Pomoc taką możesz uzyskać od swoich przewodników duchowych, totemów, przodków, aniołów lub Stwórcy. Poproś ich o pomoc. Może temu towarzyszyć dziwne uczucie, kiedy twoi przewodnicy będą odcinać więzi, które nie są ci potrzebne. Przykładowo możesz wezwać Archanioła Michała. *Jego wsparcie to jeden z najskuteczniejszych sposobów na oczyszczanie więzi energetycznych.* Poproś, by jego gorejący miecz odciął wszystko, co nie jest ci potrzebne. Możesz rzec:

Archaniele Michale, pełen wdzięczności przywołuję cię, byś dopomógł mi oraz (podaj imię drugiej osoby) uwolnić się od wiążących nas ograniczających więzi. Akceptuję swoją rolę w zbudowaniu tego połączenia i szanuję wszystko, czego się dzięki niemu nauczyłem. Teraz jestem gotów, by usunąć tę więź.

Proszę, by wszelkie negatywne połączenia energetyczne zostały anihilowane i przekształcone w imię wyższego dobra nas obojga. Pragnę, by między nami zapanowały przebaczenie i pokój, a każde z nas z miłością pozostało w swojej osobistej, oddzielnej sferze energetycznej.

Ewentualnie możesz wizualizować jednego ze swoich przewodników duchowych podczas usuwania negatywnych połączeń energetycznych. Możesz wręcz wyobrazić sobie, że odcinają je swoimi świętymi mieczami czy innymi ostrzami, zupełnie tak samo jak ty przycinasz wyrosniętą trawę na swoim trawniku. Pamiętaj, że bardzo ważna jest także wdzięczność za udane uwolnienie się od negatywnych więzi. Pogłębia to uzyskane rezultaty.

Metoda 4: zastosowanie wahadélka

Jak już wiemy z rozdziału 2, wahadélko jest potężnym narzędziem, które może pomóc odkryć, jakie posiadasz więzi energetyczne. Można go także użyć do pozbywania się niechcianych połączeń energetycznych. A oto etapy tego procesu:

1. Wyobraź sobie sznury lub nici. Wizualizuj przed sobą więzi, które chcesz przeciąć. Wyobraź sobie, że znajdują się pomiędzy tobą a daną osobą, przedmiotem, uzależniającym zachowaniem lub poglądem, którego chcesz się pozbyć.

2. Wyciągnij przed siebie wahadélko. Trzymając przed sobą wahadélko, pozwól mu bujać się w przód i w tył. Początkowo możesz czuć, jakbyś faktycznie to robił. To zupełnie w porządku. Później możesz czuć, że wahadélko porusza się samoistnie, ale do tego czasu możesz czuć, że całkowicie je kontrolujesz.

3. Wizualizuj jasne światło promieniujące z wahadélka. Wyobraź sobie, że wraz z każdym ruchem wahadła światło to przybiera

na sile i staje się coraz jaśniejsze. To migoczące światło przecina wszelkie połączenia energetyczne, które ci nie służą.

4. Zaczynj od góry. Poruszające się wahadełko (np. wirujące zgodnie z kierunkiem ruchu wskazówek zegara) przytrzymaj kilkanaście centymetrów przed sobą lub unieś nad głowę. Powoli obniżaj poziom wahadełka. Kiedy tak stopniowo będzie przemieszczać się w dół przed twoim ciałem, będzie odcinało niechciane więzi. (Jeśli chcesz, możesz ewentualnie zacząć na wysokości obszaru kości łonowej i powoli unosić poruszające się wahadełko).

5. Pozwól mu się samoistnie zatrzymać. Nie zastanawiaj się nad tym jak szybko czy jak wolno wiruje lub buja się twoje wahadełko. Pozwól mu utrzymywać jego własną prędkość. Czasami może się wydawać, że ma ono swój własny umysł. To dobrze. Pozwól mu się samoistnie zatrzymać, pozwoli to ukończyć rozpoczęty proces. Kiedy tak się stanie, negatywne więzi będą przecięte.

Metoda 5: fioletowy płomień i złote światło

To moja ulubiona metoda. Uwielbiam ją, ponieważ jest prosta i płynna. Lubię ją również za to, że nie muszę się zastanawiać, co takiego przecinam. Przekształcająca moc energii płomienia oczyszcza tylko to, co potrzeba.

Po raz pierwszy z mocą fioletowego płomienia zetknęłam się kilkadziesiąt lat temu. Wysłałam akurat z jednego z pokoi na tyłach naszego domu, wkroczyłam do salonu... i stanęłam w miejscu. Poczulałam się jakoś inaczej. Mój zwyczajny salon zdawał się żyć

własnym życiem. Wydawał się taki pełen życia i blasku. Zapytałam przyjaciółkę Lynette, która akurat przyjechała w odwiedziny z Republiki Południowej Afryki: „Co tu się wydarzyło?”

Nieśmiało odpowiedziała, że przeprowadziła w salonie oczyszczanie fioletowym płomieniem. „Mam nadzieję, że się nie gniewasz”, wymamrotała.

„Pewnie, że się nie gniewam! To niesamowite! Ten emanujący blask jest niemal namacalny. Chcę się tego nauczyć!”

Lynette wyjaśniła mi, że fioletowy płomień przekształca negatywną energię w energię pozytywną, uwalnia od negatywnych połączeń energetycznych, oczyszcza karmę, wzmacnia naszą częstotliwość wibracji, wspomaga rozwój duchowy i może nawet stworzyć pole ochronne. Kolor fioletowy ma najwyższą częstotliwość spośród wszystkich barw spektrum światła widzialnego. (Jeśli przyjrzy się tęczy, na jej krawędzi zauważysz odrobinę fioletu). Jest to kolor, który wielu adeptów rozwoju duchowego stosuje do oczyszczania podczas medytacji.

Od tego czasu stosuję fioletowy płomień z niesamowitym skutkiem. Sama wizualizacja tego koloru w formie płomienia przy silnie skoncentrowanej intencji może aktywować działania oczyszczające. Aby zastosować tę metodę do pozbycia się niepożądanych więzi energetycznych, należy przejść kilka etapów.

Podczas stosowania tej techniki możesz włączyć utwór *Ave Maria* Schuberta, ponieważ może pomóc ci aktywować fioletowy płomień.

Rozpuszczanie więzi energetycznych za pomocą fioletowego płomienia

1. Oczyszć się. Weź odświeżający prysznic, zrób peeling całego ciała i zakończ zimnym strumieniem wody lub wykąp się w wodzie z dodatkiem soli do kąpeli i również zakończ kąpiel zimnym prysznicem. Włóż czyste ubranie w jasnych kolorach.

2. Zapal świecę. Moment, w którym płomień zapalki dotyka knotu świecy, może być isticie świętą chwilą. W tej sekundzie skoncentruj swoją intencję na oczyszczeniu więzi.

3. Zrelaksuj się. Weź kilka głębokich oddechów i pozwól swemu ciału wejść w stan pełnego odprężenia.

4. Skieruj świadomość do czakry serca. Wyobraź sobie, że pośrodku twojej klatki piersiowej płonie niewielki fioletowy płomycek. (Niektórzy ludzie lubią zaczynać medytację od obszaru trzeciego oka, co również świetnie się sprawdza). Koncentruj się na tym płomieniu, aż zacznie stawać się coraz większy i większy i zacznie płonąć coraz jaśniejszym światłem. Ujrzyj, jak pulsuje, wibruje i łśni, aż otoczy swoim światłem całe twoje ciało.

5. Afirmuj na głos. Zwróć się do wyższych energii fioletowego płomienia i poproś, by otoczył cię swym blaskiem. Afirmuj: „Stanowię jedność z fioletowym płomieniem. Fioletowy płomień przenika mnie, przepływa przeze mnie i we mnie istnieje. Wszystko, co nie jest mi potrzebne, rozplywa się i przekształca w wyższe częstotliwości. Niechaj tak się stanie.