MONIKA HERZ

Tradycyjne modlitwy terapeutyczne

PRAKTYCZNY PRZEWODNIK

STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
jeszcze lepsze jutro

Tradycyjne modlitwy terapeutyczne

MONIKA HERZ

Tradycyjne modlitwy terapeutyczne

PRAKTYCZNY PRZEWODNIK

STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
jeszcze lepsze jutro

Redakcja: Irena Kloskowska
Skład: Iga Maliszewska
Projekt okładki: Iga Maliszewska
Tłumaczenie: Anna Chomik
Korekta: Anna Lisiecka

Wydanie I
BIAŁYSTOK 2016
ISBN 978-83-7377-781-1

Original title: Alte Heilgebete: Gesundheit für Körper und Geist by Monika Herz
www.herbig.net

Copyright © 2010 nymphenburger in der F. A. Herbig Verlagsbuchhandlung GmbH, München.

© Copyright for the Polish edition by Studio Astropsychologii, Białystok 2016
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.

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
sklep firmowy: Białystok, ul. Antoniuk Fabr. 55/20

Więcej informacji znajdziesz na portalu www.psychotronika.pl

PRINTED IN POLAND

SPIS TREŚCI

7 *Dedykacja*

9 PODSTAWY
9 Wprowadzenie
15 Tradycja modlitw uzdrawiających
19 Przesądy, amulety, czary i rytuały
21 Pisemny przekaz modlitw uzdrawiających
23 Powołanie do uzdrawiania
25 Jak działa uzdrawianie modlitwą?

31 JAK NALEŻY SIĘ MODLIĆ?
31 Najlepsze miejsce do modlitwy
35 Wewnętrzna postawa w trakcie modlitwy
39 Prawidłowa koncentracja
43 Nauka modlitwy
45 Modlitwa za inne osoby
47 Jak dziękować?

49 DAWNE MODLITWY UZDRAWIAJĄCE
51 Modlitwa wzorcowa
57 Modlitwa podstawowa
61 Modlitwa dla wzmocnienia
65 Modlitwa zapobiegająca szkodom
69 Modlitwa podróżna
73 Modlitwa o zakończenie kłótni i wrogości
77 Zamawianie burz
81 Odnajdywanie zgubionych przedmiotów

85 Modlitwa o uśmierzenie bólu
87 Modlitwa w przypadku świeżych ran i duchowych skaleczeń
91 Modlitwa o zatamowanie krwi
95 Modlitwa przy uzależnieniach
97 Modlitwa w chorobach serca
101 Modlitwa w gorączce
105 Modlitwa w schorzeniach skórnych
109 Modlitwa o usunięcie kurzajek
112 Pierwotny, aramejski „Ojcze Nasz”

119 *Podziękowania*

Dedykacja

Książka ta jest dedykowana siedmiu pokoleniom uzdrawiających modlitwą:

- pokoleniu pradziadków i prababek, którzy byli prześladowani, przekazując potajemnie mimo niebezpieczeństwa utraty życia dawne, uznane za pogańskie modlitwy;
- pokoleniu dziadków i babć, którzy posługiwali się dawnymi modlitwami, przechowywali je oraz przekazywali dalej w czasach, kiedy kobiety często umierały po urodzeniu dziecka, a mężczyźni ulegali śmiertelnym wypadkom;
- pokoleniu matek i ojców, którzy zachowali dawne modlitwy mimo wskazań współczesnej medycyny, przekazując je swoim następcom;
- naszemu pokoleniu, które wykazuje na nowo zainteresowanie tradycją leczenia modlitwą;
- pokoleniu synów i córek, którzy być może także będą chcieli stosować dawną wiedzę i przekazywać ją dalej;
- pokoleniu wnuków i wnuczek oraz pokoleniu prawnuków.

Niech ci, którzy przyjdą po nas, zastaną świat otoczony miłością i niech mają chęć się modlić.

Poza tym książkę poświęcam wszystkim tym,
za których nikt się nie modli.

PODSTAWY

Wprowadzenie

Modlitwy zamieszczone w tej książce były przekazywane z ust do ust zgodnie z tradycją uzdrawiaczy z obszaru Alp. Do dziś dnia nie wiadomo jednak, skąd właściwie pierwotnie pochodzą modlitwy. Najprawdopodobniej właściwym źródłem ich pochodzenia jest to, co nazywamy Największą Potęgą, Duchem, bądź czymkolwiek innym, co stanowi początek wszystkiego.

Modlitwy o zdrowie stanowią od wielu lat jeden z najważniejszych filarów medycyny w Europie. Porównywalne duchowe metody leczenia istnieją na całym świecie i są zwykle określane mianem szamanizmu. Zazwyczaj pod tym pojęciem rozumie się zjawisko z pogranicza religii i magii, które zaobserwowano u rdzennych mieszkańców Syberii, a następnie je opisano. Na Syberii kobiety i mężczyźni zajmujący się uzdrawianiem byli nazywani szamanami, dlatego badacze przenieśli to określenie na wszystkie inne podobne metody uzdrawiania, którymi się zajmowali. W krajach alpejskich określa się tych ludzi mianem „odmawiających modlitwę" lub „zamawiaczy". Oznacza to, że choroby i bóle mogą zostać złagodzone poprzez modlitwę lub nawet ustąpić. Do dziś żyją nieliczni „zamawiacze chorób", jednak jest to grupa raczej na wymarciu.

Większość modlitw i rytuałów, które zdradzam w niniejszej książce, dostałam od przyjaciela mojej rodziny pana Georga Lory'ego. U nas w domu nazywaliśmy go „nasz Lory". Po przejściu na emeryturę postawił sobie za cel nie tylko bycie czynnym uzdrowicielem, ale także zebranie dawnych modlitw. Kiedy tylko Lory miał czas, szukał kontaktu z dawnymi uzdrawiaczami i prosił ich o to, aby przekazali mu modlitwy. Dobrze pamiętam, jak często był rozczarowany tym, kiedy niektórzy z nich woleli zabrać modlitwy ze sobą do grobu niż przekazać je następnym pokoleniom. Inni z kolei chętnie opowiadali je Lory'emu, kiedy tylko przekonali się co do jego motywacji i kiedy zdobył on ich zaufanie. Podobnie jak wszyscy inni uzdrawiacze, także Lory traktował uzdrawianie jako swoje dodatkowe zajęcie poza normalna pracą. Georg Lory zmarł 6 stycznia 1992 roku w wieku 80 lat. Jako dziecko zawsze miałam do niego duży szacunek, gdyż nazywano go cudownym uzdrawiaczem, a sam roztaczał wokół siebie magiczną aurę. Wierzyłam wtedy, że jedynie za pomocą własnej woli może dokonać wszystkiego, o czym tylko pomyśli.

W mojej ojczyźnie zachowała się tradycja przekazywania kolejnym pokoleniom modlitw przez zamawiaczy. Dotyczy ona także daru będącego powołaniem do uzdrawiania. Zazwyczaj uzdrowiciel szuka swojego następcy w kręgu własnej rodziny. Jeśli jednak nikt z osób spokrewnionych nie chce przejąć tej „profesji", to uwzględnia się także najbliższych przyjaciół. Przekazanie mocy uzdrawiania zachodzi poprzez określone rytuały, które nowo mianowany uzdrowiciel musi sobie przyswoić pod kierunkiem doświadczonego uzdrawiacza.

Należy oczywiście być świadomym tego, że proces uzdrawiania nie jest niczym prostym. Zamawiacz musi na przykład wstać już o czwartej nad ranem, ponieważ właśnie wtedy odbywa się trudny poród cielaka. Już w czasach mojego dzieciństwa i młodości zwykło się w takich wypadkach prosić najpierw o po-

moc zamawiacza, zanim przybył na miejsce weterynarz, którego do tego należało opłacić sporą kwotą pieniędzy. Zamawiacz, w przeciwieństwie do weterynarza, nie otrzymywał za swoją pracę wynagrodzenia, jednak ponosił całkowitą odpowiedzialność za możliwe niepowodzenie. Kiedyś ktoś mi powiedział: „Kiedy Lory'emu uda się pomóc, to przypisuje się ten fakt szczęściu lub przypadkowi, a do tego bardzo często nawet mu się nie podziękuje. Jednak kiedy jego modlitwy nie przyniosą oczekiwanych skutków, to pada opinia, że zamawiacz jest do niczego".

Gdy nadeszła odpowiednia pora, Lory zaczął się rozglądać pośród znajomych w poszukiwaniu swojego następcy i wtedy wybrał mnie. Być może tak naprawdę było zupełnie odwrotnie i to ja wybrałam jego, ponieważ już jako dziecko odczuwałam duże zainteresowanie duchowością*.

Lory zabierał mnie często ze sobą w góry do lasu, gdzie przekazywał mi swoją wiedzę o religii naturalnej. Wyszukiwaliśmy na przykład stare lipy lub dęby, wokół których znajdowały się wyjątkowe miejsca. Lory nauczył mnie zaprzyjaźniania się z drzewami i umiejętności wczuwania się w ich życiową moc. Opowiedział mi, jak należy wykorzystywać okresy przesileń występujących w ciągu dnia oraz roku. Czasem ustawialiśmy się w kierunku słońca, wyciągając ręce przed siebie z dłońmi skierowanymi do światła i czerpiąc z jego światła życiową moc. Później odkryłam, że taka pozycja do modlitwy oraz wybór odpowiedniego momentu (wschód lub zachód słońca) są rozpowszechnione w innych kulturach, na przykład u narodów indiańskich. Ze zdziwieniem oglądałam zdjęcie przedstawiające Indianina z wpiętym we włosy piórem orła zwróconego w kierunku zachodzącego słońca, który przyjął dokładnie taką samą postawę ciała, odmawiając swoje modlitwy.

* W książce „Intuicja boski drogowskaz na co dzień" autorzy dr Doreen Virtue i dr Robert Reeves opisują jak za pomocą intuicji poprawić stan zdrowia. Publikacja dostępna jest w sklepie www.talizman.pl (przyp. wyd. pol.).

Ponieważ podczas leczenia modlitwą także naszym pacjentom przykładamy dłonie, prosimy jednocześnie o to, aby mogła z nich przepłynąć ta sama życiodajna i wspomagająca zdrowie energia, jak ta znajdująca się w promieniach słonecznych, które spotykają się z ziemią.

Okresy przesileń stanowią czas największej mocy. Odnosi się to zarówno do przejścia dnia w noc, jasności w ciemność, jak i do zmian pór roku. Podczas wschodu i zachodu słońca wytwarza się pewnego rodzaju mieszanina bądź zjednoczenie przeciwieństw: jasności i ciemności lub dnia i nocy. Takie zjednoczenie przeciwieństw, które wciąż na nowo powstaje w przyrodzie, stanowi symboliczny obraz procesu uzdrawiania. Podobnie jak z dnia powstaje noc, tak samo ze stanu choroby można przejść do stanu zdrowia. Tak jak po zimie i mrozie ponownie budzą się do życia wiosna i ciepło, tak samo ze stanu bólu i cierpienia powstają zdrowie i radość. Świadomość i pewność istnienia takiego stanu rzeczy uzyskujemy dzięki stałej i spokojnej obserwacji procesów zachodzących w przyrodzie. Od Indian nauczyłam się także tego, co oznacza krąg, jak rozumieć krąg medyczny oraz jak go stosować. Indianie określają magiczny krąg ochronny mianem kręgu medycznego, ponieważ oddziałują w jego wnętrzu pełne mocy energie mające podobne działanie jak medycyna. Mimo że Lory z pewnością nie spotkał w swoim życiu żadnego Indianina, dobrze znał on zastosowanie kręgu ochronnego. Krąg symbolizuje jedność i boskość, ponieważ oddziaływają w jego wnętrzu siły, które oddalają wszystko niedające się wyleczyć. Aby ustawić się w centrum kręgu ochronnego, należy roztoczyć wokół siebie okrąg zgodnie z ruchem wskazówek zegara. Aby go następnie zamknąć, trzeba wykonać ruch w przeciwną stronę. Lory nauczył mnie także uwzględniania faz księżyca, a przy ustępującym księżycu leczenia oraz zajmowania się w szczególności tym, co ma zniknąć i co księżyc ma ze sobą

zabrać, na przykład kurzajki. Przy księżycu rosnącym należy się z kolei modlić o sprawy, które wymagają wzrostu, jak ma to na przykład miejsce podczas starania się o dziecko. Przede wszystkim starał się on jednak wzbudzić we mnie zaufanie do modlitwy. Mówił mi: „Ludzie przychodzą do ciebie, ponieważ sami nie potrafią się modlić i ponieważ sami nie mają zaufania do Boga ani do świata duchowego. Jeśli jednak ty także nie ufasz swoim modlitwom, to jak mają one zadziałać?". Oczywiście powinnam uwzględniać przy tym zdrowy rozsądek. Pewnego razu zastosowałam z dużym powodzeniem modlitwę przeciwbólową na dolegliwości związane z zębem. Jednak po trzech dniach ból powrócił. Lory zezłościł się na mnie, mówiąc: „Musisz iść do dentysty! Modlitwa przeciwbólowa dotyczy stanów ostrych i powstała w czasie, kiedy nie istnieli dentyści. A dziś, kiedy zęby leczy się na każdym rogu ulicy, trzeba udać się właśnie do gabinetu!". Kiedy rozpoczynałam naukę uzdrawiania, byłam wtedy bardzo młoda, miałam około 25 lat. Zanim uzyskałam prawdziwe i głębokie zaufanie oraz wiarę w moc leczenia modlitwy, potrzebowałam wielu lat oraz licznych spotkań z uzdrowicielami z innych kręgów kulturowych.

JAK NALEŻY SIĘ MODLIĆ?

Najlepsze miejsce do modlitwy

Przed laty usłyszałam od mojej nauczycielki jogi, że słowo „pacierz" może mieć coś wspólnego ze słowem „spać". Kiedy kładziemy się spać, chcemy poczuć się dobrze, bezpiecznie, spokojnie i łagodnie. Jest to odpowiedni czas, aby zacząć modlitwę. Jeśli znajdziemy i urządzimy to miejsce tak, aby zewnętrznie spełniało powyższe kryteria, to także ułatwi nam dostrojenie naszego wnętrza. Ważne jest, abyśmy podczas modlitwy czuli się dobrze. W przeciwnym razie nie doświadczymy radości z niej płynącej i szybko się poddamy.

Najlepsze miejsce do modlitwy będzie z pewnością dla każdego wyglądało nieco inaczej. Być może niektórzy mają możliwość urządzenia własnego pokoju na kształt małej świątyni. Może być to bardzo inspirujące dla naszej modlitwy. Z pewnością wiele osób będzie miało możliwość urządzenia w spokojnym miejscu swojego mieszkania małego ołtarzyka, postawienia przed nim krzesła albo położenia siedziska. Przyozdabianie ołtarzyka kwiatami może sprawić nam wiele radości, ale także stanowić mały, codzienny rytuał. W modleniu się chodzi przede wszystkim o to, aby rozwinąć w sobie relację prowadzącą z serca do umysłu oraz z serca do Boga. Kiedy stworzymy osobisty kontakt z Bogiem mający formę boskiej osobowości i będziemy chcieli ją umocnić, to warto na ołtarzyku postawić statuetkę lub

obrazek Jezusa bądź Maryi. Naturalnie może dotyczyć to także innego boskiego reprezentanta, na przykład Buddy. Wszystko zależy od tego, jaki obraz i jaki religijny przedstawiciel wzbudzają w nas największe zaufanie. Nadanie daru boskości stanowi w każdej religii znany zwyczaj. Należy przy tym wyjść od tego, że wszystko, co cieszy nas i nasze zmysły, będzie cieszyło także boskość: widok kwiatów, delikatne światło świecy, przyjemny zapach kadzidełek lub mieszanki zapachowej, dźwięk misy na rozpoczęcie i zakończenie modlitwy. Modlenie się jest też rodzajem uczenia się hojności, chociaż podliczając wartość każdej zapalonej świeczki, można by nabrać zupełnie odwrotnego przekonania.

W Indiach istnieje zwyczaj przynoszenia bożkom słodyczy. Przy ołtarzu kładzie się czekoladki umieszczone w ładnej miseczce. Indyjki nie kładą słodyczy przy ołtarzu w zwyczajny sposób, lecz czynią to, wdzięcznie się kłaniając. Bożek cieszy się wtedy z daru, a ta radość przechodzi w postaci błogosławieństwa na słodycze. Zanim dostarczone zostaną nowe dary, pobłogosławione słodycze mogą być zjedzone przez rodzinę. To pożywienie ofiarowane Bogu, zwane w hinduizmie prashad, spożywa się w spokoju, z szacunkiem i uważnością, będąc świadomym błogosławieństwa, jakie się w nim znajduje. Sądzę, że zwyczaj ten posiada jeszcze inne ważne zalety: bożkowi oddajemy szacunek i sprawiamy radość, uczymy się opanowywać własne pragnienie, ponieważ musimy odczekać, a także dodatkowo uczymy się uważności w wykonywaniu codziennej czynności, jaką jest jedzenie. Podobnym zwyczajem w naszej kulturze jest święcenie potraw, jajek wielkanocnych i ciasta w formie święconki.

Jeśli jednak boskość lub „Wielką Tajemnicę", jak zwykli określać ją Indianie, rozumiemy jako coś abstrakcyjnego, a nie jako osobowego reprezentanta, to możemy zapalić świecę, która będzie jej symbolem. W ten sposób poprzez tę symbolicz-

ną czynność możemy przenieść nasz umysł w stan daleki od codzienności.

Odpowiednie może być także miejsce na łonie natury: pod drzewem, nad rzeką, nad brzegiem morza. Dla niektórych z nas codzienny spacer może stanowić doskonałą okazję do zagłębienia się w modlitwie.

Kiedy zaczęłam regularnie medytować* i się modlić, mieszkaliśmy z naszymi dziećmi w trzypokojowym mieszkaniu, ponieważ nikt nie chciał wynająć nam większego. Dwoje dzieci spało u nas w sypialni, a dwoje w malutkim pokoiku. Piąte dziecko miało wkrótce przyjść na świat, a ja niepokoiłam się, gdyż nigdzie nie mogłam znaleźć spokoju. Nigdzie nie było nawet wolnego kącika, w którym mogłabym urządzić mały ołtarzyk. Wszystko był zastawione łóżkami, szafkami i narożnymi komodami. Pozostał mi jedynie parapet, i to na nim ustawiłam obrazek i świeczkę oraz położyłam kilka kamieni szlachetnych i płatków kwiatów. Wieczorami, kiedy dzieci już spały, siadałam na podłodze obok łóżek dzieci, zdejmowałam z parapetu obrazek oraz świeczkę i stawiałam je przed sobą. Na początku było mi nieco przykro i zazdrościłam trochę innym, którzy aby codziennie praktykować modlitwę, mogli stworzyć piękne ołtarze. Wkrótce jednak zaczęłam tworzyć je w mojej wyobraźni. W końcu w moim umyśle istniały nieskończone możliwości, a moja fantazja pozwalała mi na urządzanie przepięknych pałaców. W nich obecny był żywy Jezus, a także święci i bożki wszystkich religii. Dzisiaj mogę stwierdzić, że tamta sytuacja i to, że byliśmy tak biedni i mieliśmy tak mało miejsca, dały mi możliwość rozwinięcia osobistego, wewnętrznego bogactwa. Taki rodzaj bogactwa jest czymś dużo bardziej trwałym niż jakikolwiek materialny skarb. Tak długo jak będę żyć, nikt mnie

* Techniki medytacyjne opisuje dr Bhante Henepola Gunaratana w książce „Medytacje buddyjskie". Można ją kupić w sklepie www.talizman.pl (przyp. wyd. pol.).

nie będzie w stanie okraść, niczego nie zgubię, nic nie zostanie spalone ani nie zginie w żaden inny sposób. Być może nawet jego część zostanie zachowana w przyszłym życiu. Po jakimś czasie zaobserwowałam także, że modlenie się i medytowanie obok śpiących dzieci było szczególnym błogosławieństwem. Ich obecność utrzymywała mój umysł w stanie ożywienia, ponieważ gdyby się obudziły, to byłabym im potrzebna. Dzisiaj ciężko jest mi wytrzymać w medytacji, gdyż zbyt pogrążam się w swoich myślach i zdarza się mi zasnąć. Trudne warunki w tamtym czasie były zatem tak naprawdę bardzo pomocne i stanowiły ogromne błogosławieństwo, nawet jeśli nie potrafiłam wtedy tego stwierdzić i uszanować.

Wewnętrzna postawa w trakcie modlitwy

Modlitwa jest sztuką, chociaż wydaje się być bardzo prosta. Aby nasza modlitwa mogła rozwinąć całkowicie swój potencjał działania, niezbędne są nie tylko nasza gotowość, koncentracja i tekst modlitwy, lecz także spotkanie z Bogiem i wyjście mu naprzeciw. Kiedy Indianie mówią o Bogu, nazywają go „Wielkim Duchem" – wielkim, wszystkoobejmującym umysłem. Jeśli chcemy ten umysł czy też tego Boga spotkać w czasie modlitwy, to powinniśmy wciąż rozmyślać o tym, czym jest ten umysł. Mistycy twierdzą nawet, że wszystko, czego możemy doświadczyć zmysłami, jest ukazaniem się samego Boga w świecie materialnym. Takie stwierdzenie bardzo łatwo wyrazić, jednak jeśli chcemy je przejąć dla siebie, to musimy nasz mały umysł zająć stałym pytaniem o obecność Boga. Tylko w ten sposób stopniowo wnikniemy coraz głębiej w tajemnicę i być może pewnego dnia nawiążemy stały, świadomy kontakt. Podobnie jak artysta musi cały czas ćwiczyć, zanim perfekcyjnie opanuje grę na danym instrumencie, tak samo sztuka modlenia się wymaga nieco praktyki. Powinniśmy uczynić naszą relację z modlitwą relacją miłosną. Każda modlitwa jest oczywiście święta, i to właśnie modlitwy ludzi, którzy zazwyczaj się nie modlą, powinny najbardziej cieszyć duchowe siły. Z tej miłosnej relacji może powstać związek, którego nikt nigdy nie będzie mógł zniszczyć.

Dobrze pamiętam chwilę, kiedy dwadzieścia pięć lat temu mój ówczesny mąż wyznał mi, że na śmierć zakochał się w innej kobiecie. Sądzę, że jemu samemu było przykro, że tak się stało, i sam dobrze nie wiedział, co uczynić z potężnym uczuciem do tej kobiety. Oczywiście dla mnie była to również wiadomość, która mną całkowicie wstrząsnęła, i usłyszawszy ją, miałam wrażenie, że moją głowę rozsadza jakby po uderzeniu młotem. Nie wiedziałam, co ze sobą zrobić, i pobiegłam na górę, gdzie przypadkiem zobaczyłam, jak w kościele przyklasztornym obchodzi się nabożeństwo majowe. Podczas śpiewania pieśni maryjnych zauważyłam, jak na chwilę wracają do mojego serca pokój i radość. To było jak lekarstwo, jak środek przeciwbólowy i moje największe pocieszenie. Dzięki temu nabożeństwu majowemu nabrałam pewności, że istnieje coś, co mnie nigdy nie opuści. Utwierdziłam się w przekonaniu, że istnieje nieprzerwana miłość, gdy jestem kochana zawsze i na zawsze (co jest bardzo romantycznym stwierdzeniem!) taka jaka jestem, ze wszystkimi wadami i niedoskonałościami.

Święty brat Konrad był prostym synem rolnika oraz mnichem, który służył przed ponad 150 laty jako kapucyn przed bramą klasztoru Alttöting i zasłynął z uzdrawiania. Podobno kiedyś na pytanie o to, jak uzdrawia, odpowiedział: „Wcale się nie modlę! Po prostu utrzymuję w sercu miłość Boga!". Jego sposób modlitwy stanowił zatem najwyższą sztukę – skończoną w swej formie i jednocześnie pozbawioną formy; bez słów, skierowaną bezpośrednio z serca do umysłu.

Prawdziwą sztuką jest pobudzenie ducha serca i utrzymanie go w stanie pobudzenia. Taki sposób modlenia się z pewnością pojawi się na chwilę u każdego z nas. Aby jednak móc go utrzymać i potrafić przywołać go o każdej porze, niezbędne są ćwiczenia i wyrobienie w sobie nawyku.

Do tej pory opisywałam raczej nastawienie umysłu podczas modlitwy. Odgrywa ono oczywiście pierwszorzędną rolę, gdyż dopiero poprzez nasze nastawienie dowolna kombinacja słów może faktycznie stać się modlitwą. Postawa ciała jest według mnie drugorzędna. Kręgosłup powinien być utrzymywany w pozycji pionowej, ponieważ na leżąco zwykle się zasypia. U nas modli się zazwyczaj ze złożonymi rękoma. Przed laty podczas wystawy zaprzyjaźnionej artystki widziałam około dwudziestu różnych wizerunków w różny sposób złożonych do modlitwy dłoni. Był to wspaniały i robiący ogromne wrażenie widok! Zatem jeśli chcesz się modlić z rękoma rozłożonymi w kierunku nieba bądź z dłońmi ułożonymi na kształt miseczki, to tak uczyń!

Modlitwa podstawowa

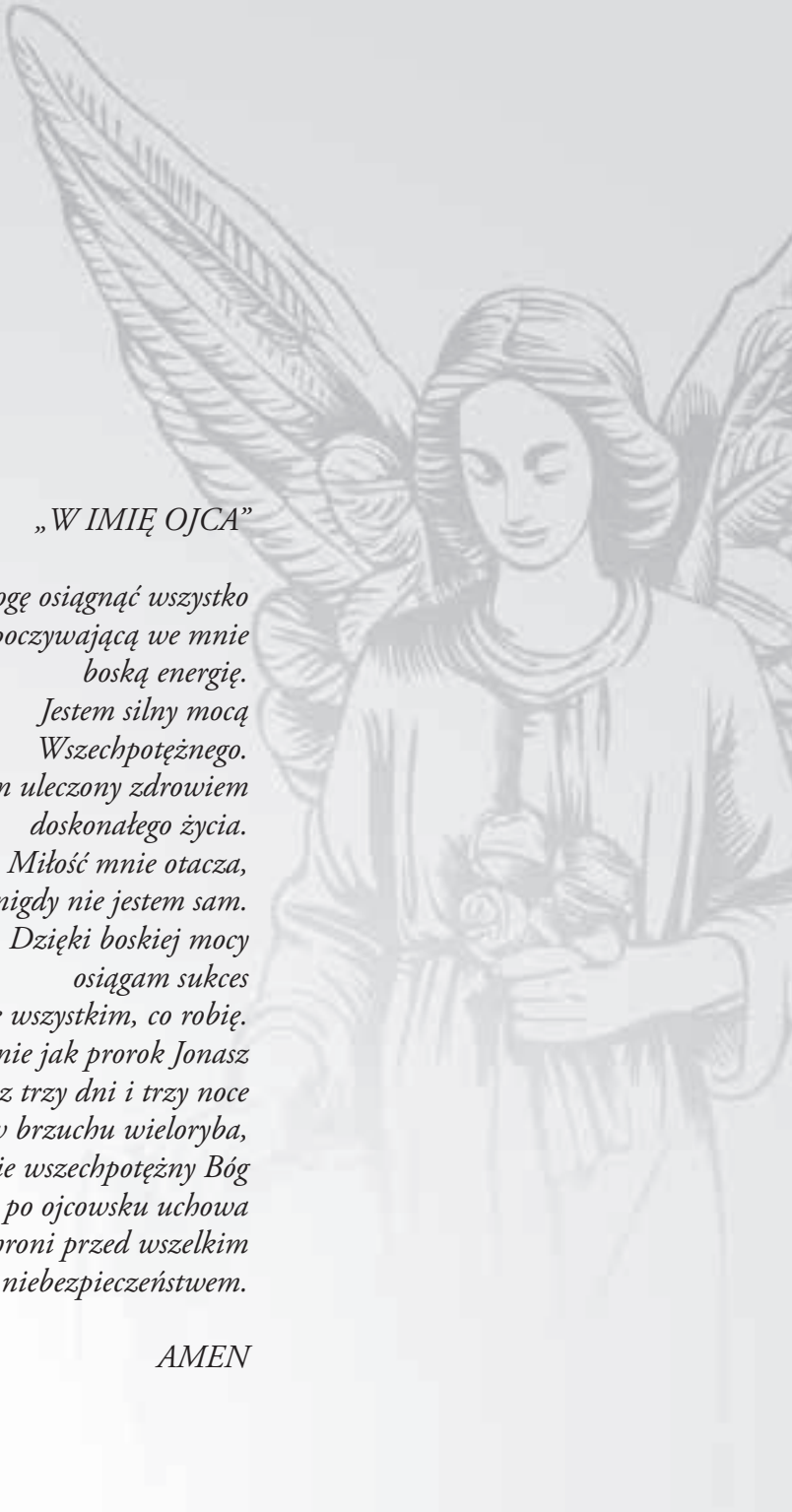
Także powyższa modlitwa jest bardzo prosta. Odnosi się ona do cierpienia. Chodzi o to, aby odeszło wszelkie cierpienie, które widzimy, a jakiekolwiek bolesne miejsce, którego dotkniemy czy też pogłaszczemy, ma zniknąć.

Tę modlitwę można stosować ogólnie w przypadku każdej choroby oraz każdego duchowego cierpienia. Jakiś czas temu miałam pacjenta z uporczywą zmianą skórną na twarzy. Ten biedny mężczyzna był całkowicie zrezygnowany. Widząc jego skórę, wyobraziłam sobie, jak by wyglądała, będąc zdrowa, i pomyślałam: „Niech znika, co widzę…". Kiedy krótko po tym wydarzeniu znów go spotkałam, po egzemie nie było śladu. Poprzez zbieg różnych okoliczności trafił on na maść, za pomocą której w krótkim czasie wyleczył wysypkę.

Sądzę, że ta modlitwa, wyobrażenie oraz sama chęć, żeby powróciło zdrowie, mogą wiele zdziałać na duchowej płaszczyźnie i prowadzić do uzdrowienia. Jeśli wyrażamy takie pragnienie nie dla siebie, a dla innej osoby, to jest ono wolne od zwątpienia i strachu, które mogłyby wypełniać danego człowieka szukającego uzdrowienia. Inny przykład może to jeszcze lepiej wyjaśnić. O pomoc poprosił mnie młody mężczyzna, który cierpiał z powodu dużej otyłości. Często modliłam się za niego, początkowo bez efektów. Później przyśnił mi się, miał normalną wagę i był zadowolony. Najpierw nie zobaczyłam we śnie, że stracił wiele kilogramów, ponieważ wewnątrz pozostał taki sam – zachował swoją przemiłą osobowość. Opowiedziałam mu o tym śnie i zauważyłam, że sam nie potrafił wyobrazić

sobie siebie szczupłego. Jakiś czas potem znów śniłam o nim, widząc go wyraźnie szczuplejszego, i ponownie opowiedziałam mu o swoim śnie. Tym razem miałam wrażenie, że moje słowa do niego dotarły. Jakiś czas potem postarał się uzyskać pozwolenie na kurację i zwrot jej kosztów. Udało mu się zrzucić dwadzieścia kilogramów i po powrocie z leczenia wyglądał jak odmieniony, był pełen zaufania oraz ochoty do życia! Myślę, że modlitwy oraz duchowe wyobrażenie zdrowego, normalnie ważącego, młodego mężczyzny były nie bez znaczenia, a może nawet stanowiły decydujące wsparcie dla powodzenia uzdrowienia. Najbardziej jednak przyczynił się do niego on sam – schudł dwadzieścia kilogramów! Sama mam trudności ze zrzuceniem choćby trzech! Dzięki tej modlitwie możemy ćwiczyć, iść przez świat, wysyłając po cichu, we własnym wnętrzu każdemu napotkanemu człowiekowi pobożne życzenie. Jeśli tylko uważniej się przyjrzymy, to często będziemy mogli zauważyć, co dolega danemu człowiekowi, nawet nie pytając go o to…

Także wtedy, gdy widzimy smutek, możemy zmówić naszą modlitwę: „Niech znika, co widzę…". Podobnie, gdy widzimy skąpstwo, to w naszym wyobrażeniu możemy rozpuścić tę wadę tak jak słońce śnieg. Jeśli nasze dziecko boli brzuch, należy położyć na nim rękę i wyobrazić sobie, jak ból znika, słabnie i odchodzi… następnie należy na niego dmuchnąć, aby oddech, wiatr zabrał ból ze sobą.



„W IMIĘ OJCA”

Mogę osiągnąć wszystko
poprzez spoczywającą we mnie
boską energię.
Jestem silny mocą
Wszechpotężnego.
Jestem uleczony zdrowiem
doskonałego życia.
Miłość mnie otacza,
nigdy nie jestem sam.
Dzięki boskiej mocy
osiągam sukces
we wszystkim, co robię.
Podobnie jak prorok Jonasz
żył przez trzy dni i trzy noce
w brzuchu wieloryba,
niech mnie wszechpotężny Bóg
po ojcowsku uchowa
i ochroni przed wszelkim
niebezpieczeństwem.

AMEN

Modlitwa dla wzmocnienia

Powyższą, cudowną modlitwę otrzymałam od pani, którą opiekowałam się ambulatoryjnie jakiś czas, gdy pracowałam jako opiekunka osób starszych. Żyła ona sama i nigdy nie miała rodziny, wtedy miała już osiemdziesiąt lat. Źle się z tym czuła, że w ogóle potrzebowała pomocy. Uchodziła za trudną pacjentkę, ale ja od samego początku bardzo ją polubiłam. Często siedziałam przy niej przez jakąś chwilę, aby posłuchać historii, które opowiadała. Gdy tylko poczuła do mnie zaufanie, podarowała mi pewnego dnia swoją „czarną księgę" – zbiór modlitw i ich zastosowań zapisanych ołówkiem dawnym typem kaligrafii, z powodu której mogłam odczytać tylko część tekstu. Modlitwa, którą tu prezentuję, została mi przekazana przez tę starszą panią w sposób, w jaki przekazywano je u dawnych uzdrowicieli. Odmawiała ją przy mnie na głos i nigdy nie zapomnę widoku, kiedy jej prawie już gasnące oczy lśniły i błyszczały przy tym jak szalone! W jej głosie pobrzmiewała dziecięca, czysta wiara, pełna oddania, pełna siły, pochodząca prosto z serca – mimo to spokojnego i pełnego pokory. Byłam szczęśliwa, że mogę również przeżywać tę chwilę i przyjąć ten bezcenny prezent.

Jeśli skupisz się na słowach modlitwy, to coraz bardziej zaczniesz zauważać jej piękno. Niezależnie co chcielibyśmy osiągnąć, może wydarzyć się tylko to, co spoczywa w naszym wnętrzu, i nie jest ważne, czy nazywamy to Bogiem, czy też Buddą.

W modlitwie jest mowa o „zdrowiu doskonałego życia". Cóż może oznaczać doskonałe życie? Pierwsze, co mi przychodzi do głowy, to fakt, że nasze życie jest wtedy doskonałe i całkowicie spełnione, kiedy uwzględniamy nie tylko jego aspekty materialne, ale także dopełniamy je duchowością. Myślę, że również wtedy możemy doświadczać zdrowia w najwyższym sensie. W słowie „zdrowy" tkwią przychylność i słońce. „Miej słońce w swoim sercu, nieważne, czy pada śnieg, czy wieje…" – tak zaczyna się wierszyk, który jako dzieci wpisywaliśmy sobie do pamiętników. Kiedy w modlitwie jest mowa o uzdrowieniu poprzez „zdrowie doskonałego życia", ma to właśnie ten sens.

Kiedy bardzo dobrze zakorzenimy tę modlitwę w naszym umyśle, będzie tam ona dla nas do dyspozycji w chwilach, kiedy ktoś nas opuści, kiedy będziemy się czuli niekochani i samotni. Takie myśli i uczucia nie będą się wtedy długo utrzymywały, ponieważ wciąż będziemy odczuwać otaczającą nas miłość, kiedy będziemy się modlić i wypowiadać słowa: „Miłość mnie otacza, nigdy nie jestem sam".

Obraz proroka Jonasza, który został połknięty przez wieloryba i wydostał się z niego uzdrowiony, robi wielkie wrażenie. W moim kościele w miejscowości Hohenpeißenberg u góry nad prawym ołtarzem bocznym jest odtworzony wizerunek proroka Jonasza. Wieloryb wygląda wprawdzie jak przeogromny karp, gdyż malarz fresku Malthus Günther, urodzony w roku 1750, najprawdopodobniej nigdy w swoim życiu nie widział prawdziwego wieloryba. Jako dziecko byłam nim mimo to wciąż zafascynowana. Wyobrażałam sobie wtedy, jak prorok siedział we wnętrzu wieloryba, i sama zadawałam sobie pytania, czy ma tam kuchnię z potrawami i napojami, czy jest tam bardzo ciemno i czy może zapalić sobie świeczkę, nie raniąc przy tym wieloryba, albo jak odnajduje się w ciemności. Jeśli kiedykolwiek

miałbyś odwiedzić „Świętą Górę", co oczywiście polecam, to pamiętaj, aby obejrzeć ten obraz.

Warto także uwewnętrznić słowa mówiące o „ojcowskim uchowaniu i ochronie". W naszym chorym społeczeństwie prawdziwe ojcostwo wydaje się być prawie na wymarciu i pilnie wymaga gruntownego uzdrowienia. Wzorowy ojciec w sensie archaicznym byłby wprawdzie także surowy i konsekwentny, gdyby musiał, jednak aby nas chronić i strzec, nie narzucając swojej woli. Podążamy własną drogą, ufając w tę ojcowską moc, która będzie nas chronić nawet wtedy, gdybyśmy zaginęli we wnętrzu potwora. O wymienionym tu symbolu tego, co obce i przerażające – wielorybie, wiemy dziś, że nie jest on żadnym potworem, lecz istotą bardzo łagodną i inteligentną, która wytwarza cudowne dźwięki. Patrząc na to z tego punktu widzenia, jest to szczególnie ważna przypowieść. Być może nie wszystko, czego się boimy i czego nie znamy, jest straszne i złe. Jest po prostu inne. Na wieloryby wciąż się poluje i wciąż są one zabijane, chociaż podobnie jak prawdziwie ojcowskie cechy są one na wymarciu. Wielki wstyd!

„W IMIĘ OJCA”

Bóg stworzył wino i wodę,
aby pobłogosławić szkodę.
Czy w środku, czy na zewnątrz
szkoda się zdarzy,
Pomoże imię Maryi Śnieżnej.

AMEN

Modlitwa zapobiegająca szkodom

Ta modlitwa jest także modlitwą uniwersalną i może pomóc w razie każdej szkody. Czy pamiętasz historię sufich o raju, w którym płyną cztery rzeki? Woda, która odpowiada za jasność umysłu, jest tutaj wymieniona wraz z winem, które symbolizuje ekstazę zjednoczenia, kiedy to nasze Ja łączy się na najgłębszej płaszczyźnie z Wielkim Umysłem.

Cóż znaczy: „pobłogosławić szkodę"? W przypadku choroby mogłoby to znaczyć, że szkodę, ból czy zawroty głowy i tym podobne dolegliwości, których nie możemy znieść, powinniśmy pobłogosławić. Niedawno przyszedł do mojego gabinetu starszy mężczyzna, któremu dałam tę modlitwę. Powiedział mi: „Sam nie potrafię pobłogosławić szkody…". Tym samym dał wyraz temu, że spontanicznie zrozumiał natychmiast sens. To nie my jesteśmy tymi, którzy leczą i błogosławią; błogosławieństwo pochodzi z innej przestrzeni oddalonej od materii.

„Czy w środku, czy na zewnątrz szkoda się zdarzy…"

To zdanie jest całkowicie zrozumiałe: niezależnie od tego, gdzie wydarzy się szkoda, skąd będzie pochodzić – z wnętrza czy też z zewnątrz, z góry czy z dołu, czy rozpoznamy jej źródło pochodzenia, czy też nie…

W tej modlitwie odnosimy się w szczególności do naszej żeńskiej, matczynej opiekunki, w tym wypadku Maryi Śnieżnej. Istnieją dwa wyjaśnienia nazwy Maryja Śnieżna. Pierwsze

to wyobrażenie Maryi w jej astralnym kształcie, jakby zjawiska świetlnego. To mogłoby wyglądać, jakby błyszczała ona pokryta śniegiem, kiedy świeci na nią słońce. Każdy z nas spacerował z pewnością w słoneczny, zimowy dzień i widział miliony kryształków śniegu. Ten widok może pomóc w wyobrażeniu, jak Maryja Śnieżna nazywana czasem „królową nieba i ziemi" mogłaby wyglądać. Można by przedstawić ją właśnie w takim blasku. Tym samym podczas całkowicie zwyczajnego spaceru możemy stworzyć relację ze źródłem, z którego pochodzi uzdrawiająca moc.

Drugie wyjaśnienie odnosi się do cudu, który w religii katolickiej jest świętowany piątego sierpnia. Nosi on nazwę Maryi Śnieżnej. Według legendy w nocy piątego sierpnia 385 roku Madonna ukazała się rzymskiemu patrycjuszowi Janowi i jego żonie. Obiecała im ona, że spełni się ich pragnienie posiadania dziecka, jeśli ku jej czci powstanie kościół w miejscu, gdzie następnego dnia będzie leżał śnieg. Po tym wydarzeniu małżeństwo udało się do papieża Liberiusza, który także śnił o tym, że powinien postawić kaplicę ku czci Madonny na pokrytym śniegiem pagórku. Następnego ranka najwyższe wzniesienie w Rzymie – pagórek Eskwiliński pokryło się całe na biało. Trudno sobie wyobrazić – śnieg w sierpniu w Rzymie! Kaplica została zbudowana, dziecko się urodziło, a historię opowiada się do dziś.

Nieczęsto mamy do czynienia z takimi spektakularnymi cudami. W przypadku wspomnianego już starszego mężczyzny mówiliśmy o tym, że czasem sami musimy wpasować się w nasz los. Jednak nawet jeśli nie jesteśmy na etapie życia, kiedy wiek i śmierć odgrywają większą rolę, to i tak musimy się pogodzić z tym, że nasze ciało będzie coraz słabsze i nie będzie działać tak sprawnie jak na przykład dwadzieścia lat wcześniej. Jeśli nasze dolegliwości mimo zastosowania wszystkich modlitw i zaleceń medycznych nie będą ustępować, możemy spróbować tak jak

Jezus zaakceptować ból i znosić go także za innych. Kiedy rozmawiałam o tej nadzwyczaj trudnej tematyce ze wspomnianym już sympatycznym panem, on natychmiast zrozumiał, co miałam na myśli. Być może z wiekiem bardziej dopuszczamy do siebie takie informacje. „Nie jest to łatwe!" – odpowiedział mi. Ale jedna myśl mimo to mu się spodobała: „Ale to ma przynajmniej jakiś sens".

STUDIO ASTROPSYCHOLOGII
www.studioastro.pl

Modlitwy mają ogromną moc sprawczą. Stanowią potężne narzędzia, które przekazywane z pokolenia na pokolenie, często z zachowaniem tajemnicy, uzdrawiają, odwracają uroki i odmieniają życie.

Autorka od wielu lat prowadzi praktykę terapii modlitwami. W tej książce udostępnia rytuały, dzięki którym złagodzisz ból i uaktywnisz siłę samoleczenia. Pomożesz zarówno sobie, jak i innym osobom. Poznasz modlitwę, która zdoła uleczyć choroby serca, złagodzić gorączkę czy schorzenia skórne. Znajdziesz również metodę na pokonywanie uzależnień. Prezentowane modlitwy są pomocne zarówno przy chorobach przewlekłych jak i przy pozornie niegroźnych dolegliwościach. Nauczysz się też dziękować za wszelkie łaski otrzymane podczas uzdrawiania. Dzięki wskazówkom Autorki będziesz wiedział jak wybrać odpowiednie miejsce do modlitwy, jak ją wypowiadać i na czym się skupić przy jej odmawianiu.

Ponadczasowy sposób
na zdrowie ciała i duszy.

Patroni:

DOLCEVITA celebrujemy życie

SZTUKATER.PL

www.psychotronika.pl
Pierwszy Polski Portal Psychotroniczny

Talizman.pl
CZAS NA SZCZĘŚCIE

Cena: 29,20 zł
ISBN: 978-83-7377-781-1
9 788373 777811