



به نام خالق هستی

عنوان کتاب: تجسم خلاق

اثر: شاکتی گوااین. ترجمه: گیتی خوشدل

کتاب تجسم خلاق مقدمه و تمرینی برای هنر استفاده از انرژی ذهنی برای ایجاد تحول و بهبود سلامت و زیبایی و توانگری و ثروت در روابط دلخواه و برآوردن همه خواسته ها و آرزوهاست.

این کتاب در 160 صفحه و 5 بخش تألیف شده است.

تجسم خلاق فن استفاده از نیروی خیال برای آفرینش خواسته های زندگیمان است. این قدرت طبیعی خیال شما همان انرژی اصلی و اساسی آفریننده عالم است که خواه به آن واقف باشید و خواه نه مدام آن را به کار می گیرید. چند اصلی که باید بدانیم:

۱_ عالم مادی، انرژی است و اندیشه شکل نسبتاً ظریف و سبک انرژی است و در نتیجه تغییر آن بسیار سریع و آسان است.

۲_ انرژی دارای خاصیت مغناطیسی است.

۳_ آنچه بکاری همان را درو خواهی کرد.

نقطه نهایی تجسم خلاق این است که هر لحظه ی زندگی را لحظه ی اعجاز آمیز آفرینش بسازیم و به لحظه ای بدل کنیم که به طور طبیعی بهترین و رضایت بخش ترین زندگی قابل تصور را برگزینیم.

بهترین وقت برای انجام تجسم خلاق شب، درست پیش از خوابیدن یا صبح به محض بیدار شدن است.

چهار گام اساسی برای تجسم خلاق موثر: 1_ هدف خود را تعیین کنید. 2_ آرمان یا تصویری روشن بیافرینید 3_ اغلب اوقات بر آن تمرکز کنید. 4_ به آن انرژی مثبت بدهید.

عبارت تاکیدی یکی از مهمترین ارکان تجسم خلاق است.

تمرین عبارت تاکیدی این فرصت را در اختیار ما می گذارد که آرمان ها و مفاهیمی مثبت تر را جانشین گپ زندهای ذهنی فرسوده و منفی خود کنیم.

می توانیم زندگی را دارای سه سطح بدانیم بودن (تجربه اساسی زنده و آگاه بودن) کنش (حرکت و فعالیت) داشتن (رابطه با دیگر مردمان و اشیا عالم)

یکی از مهمترین گامها در این راه داشتن این تجربه است که تصویر از سرچشمه عشق و خرد و انرژی لایتنهای عالم بیاید.

یکی دیگر از کلیدهای راه گشا بخشش یا بارش است و این یقین که هرگز چیزی را از دست نمی دهیم، بلکه همواره به دست می آوریم.

میان تن و ذهن ارتباطی مدام برقرار است و نمی توانیم سلامت جسمانی را از سلامت عاطفی و معنوی جدا کنیم. شفا همواره از درون خود ما می آید. در این کتاب انواع مراقبه ها و عبارت های تاکیدی وجود دارد.

کلام آخر: من دوست دارم که خودم را هنرمند و زندگی را بزرگترین اثر هنری خویش بدانم. هر لحظه، لحظه ی آفرینش است و هر لحظه ی آفرینش دارای امکاناتی نامحدود.

هر لحظه مجال تازه برای تصویری تازه

است.

سحر داودزاده