



1. Vaše pravé Ja nie je fyzickým telom. Telo je iba nástrojom, ktoré Ja používa na plnenie svojich cieľov. Ja nemôže byť ani vašim osobným intelektom, pretože ten je iba iným nástrojom, ktoré pravé Ja používa na myslenie, uvažovanie a vypracovávanie plánov.

2. Pravé Ja musí byť niekým, kto kontroluje a riadi telo a osobný intelekt, niekým, kto určuje, čo budú robiť a ako budú jednať. Keď začnete chápať pravú podstatu Ja, budete pociťovať moc, akú ste nikdy predtým nepoznali.

3. Vaša osobnosť je zložená z nespočetných charakteristík, zvláštností, zvyklostí a povahových znakov. Sú výsledkom vášho bývalého spôsobu myslenia a nemajú nič spoločného s pravým Ja.

4. Ak povie „myslím“, Ja povie osobnému intelektu, čo má myslieť. Ak povie „pôjdem“, Ja povie fyzickému telu, kam má ísť. Pravá podstata tohto Ja je duchovná a je zdrojom pravej moci, ktorá prichádza k ľuďom, ktorí si uvedomia svoju pravú podstatu.

5. **Najväčšia a najúžasnejšia moc, ktorú toto „Ja“ má, je moc myslieť.** Avšak iba málo ľudí vie, ako myslieť konštruktívne a správne. Preto majú iba slabé výsledky. Väčšina ľudí udržiava vo svojej mysli sebecké ciele, čo je dôsledok detinského mentálu. Keď mentál dozrie, pochopí, že z každej sebeckej myšlienky vzíde iba prehra.

6. Každá transakcia, alebo ekonomická operácia, **musí byť prospešná všetkým**, kto sú do nej nejakým spôsobom zapojení a akýkoľvek pokus o zneužitie slabosti, nevedomosti alebo potreby druhého sa nevyhnutne obráti proti pôvodcovi.

7. Je to tak preto, že jedinec je súčasťou celku. Jednotlivé časti si nemôžu protirečiť. Naopak, blaho a spokojnosť každej časti závisí na uznaní záujmu celku.

8. Tí, kto uznávajú tento princíp, získavajú vo svojej profesionálnej a sociálnej činnosti veľké výhody. Bez problémov vylučujú všetky pesimistické myšlienky. Lahko sa silne koncentrujú na akýkoľvek cieľ. Neuplytvajú ani časom, ani peniazmi na to, aby sa zaoberali niečím, čo nie je v žiadnom prípade prínosné.

9. Ak toho vy samotní ešte nie ste schopní, potom iba preto, že ste doposiaľ nevyvinuli potrebnú snahu. Teraz však prišiel ten správny okamih! Výsledok bude zodpovedať snaženiu, ktoré vyviniete. Jednou z najmocnejších afirmácií, ktorú môžete použiť na posilnenie svojej vôle, je veta: **„Ja môžem byť tým, čím chcem byť“.**

10. Zakaždým, keď túto afirmáciu zopakujete, uvedomte si, kto je „Ja“. Snažte sa pochopiť jeho pravú podstatu. Samozrejme za podmienok, že vaše ciele

budú konštruktívne a v harmónii s tvorivým princípom Nekonečna.

11. Ak použijete túto afirmáciu, potom si ju opakujte každé ráno a každý večer a tiež tak často, ako môžete, počas dňa. Opakujte afirmáciu tak dlho, pokiaľ sa nestane vašou súčasťou.

12. A keď to tak neurobíte, radšej ani vôbec nezačnite. Psychológia nám totiž vysvetľuje, že keď niečo začneme a nedokončíme to, alebo keď urobíme nejaké správne rozhodnutie a nedodržíme ho, vytvárame tak zvyk neúspechu. Ak nemáte v úmysle urobiť nejakú vec, radšej ani nezačínajte. A keď už začnete, dotiahnite to napriek všetkému až do konca. **Ak sa rozhodnete niečo urobiť, urobte to.** Nenechajte nič a nikoho, aby zasiahol. „Ja“ vo vás to urobilo. Kocky sú hodené. Vec je vybavená. Diskusia skončila.

13. Ak ste pochopili túto myšlienku, začnite niečím malým, čo môžete ľahko kontrolovať. Potom postupne zvyšujte svoje snaženie v medziach, ktoré vaše „Ja“ môže dodržať. Zistíte, že sa môžete kontrolovať, aj keď to spočiatku nie je ľahké. Boli aj takí, kto priznali, že je ľahšie kontrolovať kráľovstvo, ako sám seba.

14. Keď sa naučíte sami seba kontrolovať, nájdete „vnútorný svet“, ktorý kontroluje okolitý svet. Stanete sa neodolateľní. A ľudia a veci splnia všetky vaše želania bez námahy z vašej strany.

15. Nie je to ani zvláštne, ani nemožné. Stačí si pripomenúť, že „vnútorný svet“ je pod kontrolou praveho „Ja“ a že toto „Ja“ je súčasťou a v jednote s nekonečným „Ja“, ktoré je energiou alebo univerzálnym Duchom, všeobecne nazývaným Boh.

16. Nejde tu o nejaký údaj, alebo o teóriu, aby sa potvrdila nejaká myšlienka. Je to fakt, ktorý bol prijatý najlepšími náboženskými aj vedeckými mysliteľmi.

17. Herbert Spencer povedal: „Medzi všetkými záhadami, ktorými sme obklopení, nič nie je tak isté ako to, že sme neustále v prítomnosti nekonečnej energie, z ktorej pochádzajú všetky veci“.

18. Lyman Abbott povedal na jednej prednáške pred predstaviteľmi teologického seminára v Bangoru: „Dospeli sme k záveru, že **Boh nepôsobí na človeka zvonka, ale že v človeku priamo sídli.**“

19. Veda vo svojich objavoch urobila zopár krokov a potom sa zastavila. Objavila večne prítomnú energiu. Náboženstvo našlo moc, ktorá stojí v pozadí tejto energie a umiestnilo ju do človeka. Nejedná sa tu o žiadny nový objav. Biblia hovorí o tom istom a jazyk, ktorý používa, je stále jasný a presvedčivý: „Neviete, že ste chrámom živého boha?“ Práve tu sídli tajomstvo úžasnej tvorivej moci „vnútorného sveta“.

20. Áno, je to tajomstvo moci, tajomstvo ovládať sa. Ovládať sa neznamenať niečoho sa zriekať. V sebazaprení nie je úspech. Nemôžeme dať, pokiaľ sme niečo nedostali. Nemôžeme byť užitoční, pokiaľ nie sme silní. Nekonečno nie je schopné omylu a ani my, kto sme reprezentantmi nekonečnej moci, nemôžeme byť schopní omylu. Ak si želáme byť druhým užitočným, musíme mať moc a dokonca veľkú moc, ale aby sme ju dostávali, musíme ju dávať. Musíme preukazovať službu.

21. **Čím viac dávame, tým viac dostávame.** Musíme sa stať kanálom, cez ktorý Nekonečno prejaví svoju činnosť. Nekonečno neustále usiluje o to, aby

sa mohlo manifestovať, a tak hľadá kanál, ktorý mu umožní prejavíť čo najvyššiu aktivitu, vykonať čo najvyššie blaho a preukázať čo najlepšie službu ľudstvu.

22. Nekonečno sa však nemôže cez vás prejavíť, pokiaľ sa zaoberáte iba svojimi sebeckými žiadosťami. Upokojte svoje zmysly. Hľadajte inšpiráciu. **Sústredte svoju mentálnu činnosť do vnútra.** Udržiavajte vo vedomí svoju jednotu so Všemohúcnosťou. „Pokojné vody sú hlboké“. Rozjímajte nad množstvom možností, ku ktorým máte duchovný prístup vďaka všadeprítomnosti vašej moci.

23. Vizualizujte si udalosti, okolnosti a podmienky, ktoré toto duchovné spojenie môže manifestovať. Uvedomte si, že **podstata všetkých vecí je duchovná** a že duchovno je reálne, pretože to je život. Ak odíde duch, odíde život. Prestane existovať.

24. Táto mentálna činnosť patrí do vnútorného sveta, sveta príčin. Podmienky a okolnosti, ktoré z toho vyplývajú, sú následkami. Stávate sa tak tvorcami. Čím vyššie, väčšie a vznešenejšie sú vaše nápady a ciele, tým je práca dôležitejšia.

25. Prílišné pracovné zaťaženie, alebo nadmiera telesnej aktivity, vyvolávajú stav apatie a mentálnej stagnácie, ktorá bráni vykonávaniu dôležitejšej práce: uvedomovať si moc vedomia. **Musíme teda často vyhľadávať pokoj. Iba v tichu môžeme byť pokojní. A keď sme pokojní, môžeme myslieť. Myslenie je tajomstvom všetkého naplnenia.**

26. Myslenie je druh pohybu a opiera sa o zákon vibrácie rovnako ako svetlo alebo elektrina. Dostáva svoj citový náboj vďaka zákonu lásky. Nadobúda for-

mu a prejav zákonom rastu. Je výplodom pravého „Ja“, a je teda božskej, duchovnej a tvorivej podstaty.

27. Z toho samozrejme vyplýva, že ak chcete prejavíť moc, hojnosť alebo iný konštruktívny cieľ, **musíte vyvolať emócie***. Aby ste dali myšlienke cit a umožnili jej, aby dostala formu.

Ako to urobiť? Je to východiskový bod. Ako rozvinúť vieru, odvahu a pocit, ktorý vyvoláva naplnenie?

28. Cvičením! Mentálna sila sa dostaví úplne rovnakým spôsobom, ako fyzická odolnosť: cvičením. Na niečo začneme myslieť a snažíme sa to pozitívne precitovať, možno spočiatku s problémami. Myslíme na to znova a snažíme sa to znova precitovať a po druhé je to už ľahšie.

Myslíme na to isté a precitujeme to znova a znova, až sa to stane mentálnym zvykom. Pokračujeme v myslení na rovnakú vec a vyvolávame s ňou spojené pocity a nakoniec sa to stane automatické. Už si ani nemôžeme zabrániť v tom, aby sme na to nemysleli v spojení s pocitom. Ku svojej myšlienke sme zaujali úplne pozitívny postoj. Už nemáme žiadne pochybnosti o tom, že to, čo chceme, máme. Sme si tým istí. Jednoducho **vieme**.

Cvičenie k 4. lekcii – Mentálne uvoľnenie
4. týždeň, vid' str. 312

* Vid' **Pocity**: Hicks, Eugenika 2008