



Visualisering som et Verktøy

Av Neale Donald Walsch

Jeg er fristet til å holde munn og ikke stikke nesa for langt frem, men siden dette er sant så vil jeg si noe om det. Det har så å si ikke forekommet at jeg har brukt visualisering uten at det har virket. Jeg skal ikke påstå at det aldri har slått feil, men jeg vil fortelle at suksessraten med dette verktøyet for meg har vært svært – svært høy.

Visualisering, som navnet viser til, vil si at vi bruker sinnets forestillingsevne til å fokusere livsenergien på en måte som gjør at en spesiell form dannes, først i sinnet og deretter ofte i den fysiske verden.

Har du noensinne bedt en venn om å hjelpe deg med å finne noe du har mistet? I tilfelle så vet du at noe av det første vedkommende spør om er: Hvordan ser det ut?

Det samme gjelder når du søker å hente noe frem fra det utstrakte og ubegrensede feltet av Uendelige Muligheter. Noe av det lureste du kan gjøre er å skape et fokusert bilde av det i ditt sinn.

Når du sier «Jeg vil ha suksess», hvordan ser det ut? Når du sier «jeg vil hæren fløtte meg være lykkelig» hvordan ser det ut?

Lag et indre bilde av det du ønsker å oppleve i ditt daglige liv. Det å skape slike bilder er intet annet enn å bruke energi for å manipulere energi, gjennom å forme energien til det du ønsker deg.

Det sinnet i virkeligheten gjør er å hente det opp fra det formløse. Det bruker seg selv som en slags magnet, gjennom å trekke til seg de utvalgte elementene som frembringer formen til noe spesifikt, fra det store havet av Uformet Energi.

Jeg sier at dette er et enormt kraftfullt redskap som du inviteres til å bruke titt og ofte.

La oss ta en titt på en enkel teknikk som jeg har brukt for å Visualisere i mitt liv. Prosessen blir dermed et redskap for å skape det livet jeg alltid har ønsket å oppleve.

Når jeg ønsker å få satt i gang denne prosessen, så er det første jeg gjør å skape en «filmsnutt» i mitt sinn av det jeg velger å erfare. Som et eksempel kan jeg nevne at når min første bok ble utgitt så skapte jeg en «Filmsnutt» hvor

jeg åpnet postboksen og så hvordan den var full av brev som ramlet ut. Det var alt. En 20 sekunders visualisering... Et nærbilde av hånden min som åpnet boksen og brevene som bokstavelig talt rant utover siden det var så fullt der. Det var alt jeg trengte å gjøre.

Jeg spilte filmen i mitt indre hver morgen og kveld, gjerne ti femten ganger. Jeg vedvarte å se det for meg med mitt indre øye på sinnets filmrerret.

Selvfølgelig skjedde det ikke noe til å begynne med. Jeg gikk til postkassa og fant min vanlig epost. Brosjyrer, regninger, gratisaviser o.l. men intet fra bokens lesere.

Men en stund senere – kanskje etter to til tre uker – begynte de å piple inn noen få brev. Det krevde rett og slett tålmodighet... Syv uker senere så var det blitt en helt annen historie. Når jeg åpnet boksen så skjedde det akkurat som i «drømmen», brevene flommet ut og deiset ned på gulvet.

Det skjedde hver eneste dag, helt til postmesteren la et brev i postboksen og spurte meg om jeg ikke kunne leie en større boks siden postbudet ikke fikk plass til alle brevene i den jeg hadde.

Finn et tidspunkt hvor sinnet ikke er oppslukt av noe helt annet. For meg er det nesten alltid slik i de siste øyeblikkene før jeg sovner og de første etter at jeg har våknet. Da kan du «sette på projektoren» og se på filmen du har laget. Spill den om og om igjen.

Min erfaring er at en svært viktig del av denne prosessen, kanskje den viktigste, er å slippe taket i alle forventninger, krav og antagelser.

Det er derfor viktig at du ikke setter deg ned og blir utålmodig når resultatene ikke kommer. Glem filmen når du har sett den for deg med ditt indre øye, og gå videre med livet. Slipp taket og la Gud ta over.

Hvis livet aldri blir slik du har sett

for deg i «filmsnuten», la det være helt greit for deg. Husk at Universet vet hva som er til det aller beste for deg og at det aldri vil gi deg noe som ikke er det – uansett hvor sterkt du ønsker det og hvor mye du ser det for deg. Du kan like godt stole på prosessen.

Men bruk den også. Bruk den til å fokusere din oppmerksomhet på spesielle biter i det kosmiske puslespillet. Tillat deg selv å magnetisere de bitene som sammen vil forme det bildet som er best for deg akkurat nå. Si til Gud: «Dette Gud, eller noe enda bedre.»

Hvis det du lengter etter er å erfare det Hellige, og du ønsker å bruke visualisering som et verktøy til å bygge det inn i livet ditt, så se for deg et bilde for ditt indre øye som viser hvordan det ville være å ha en slik erfaring.

Bestem deg for hvordan det ville «se ut». Bestem deg for hvordan det ville oppleves. Se for deg at du har erfaringen. Kjenn at du gløder på en vidunderlig måte. Se for deg hvordan du i «filmen» fylles av visdom og lys, klarhet, oppmerksomhet og den høyeste bevissthet.

Se for deg hvordan du beveger deg gjennom livets vanlige og forutsigbare øyeblikk med et hjerte som flommer over av myk glede og dyp kjærlighet. Sinnet ditt er fylt med utstrakt innsikt og visdom. Kroppen er fredfull og avslappet, mens Sjelen sødmefylt ekspanderer inn i sitt høyeste tilstand av væren. Se for deg og føl at du erfarer dette.

Deretter, så trenger du ikke bli overrasket hvis du en dag, under et av disse vanlige og forutsigbare øyeblikkene har frembrakt i livet ditt nøyaktig det du har sett for deg. Bli ikke overrasket hvis du er blitt åpen for og har den Hellige Erfaring.

NDW - www.cwgportal.com