

Ziarno wskazań mistrza bioenergoterapii
Ireneusza Stobieckiego

Dotyk światłości

część 1

Człowiek jako indywidualna dusza jest jak naczynie zanurzone w wodzie, równocześnie napełnione i otoczone na zewnątrz boską energią. Sanskrycki wyraz "joga" symbolizuje połączenie, przez co powstał jeden z indyjskich systemów filozoficznych zmierzających do osiągnięcia doskonałości człowieka. Według myśli hinduskiej, jedyną realną rzeczywistością jest Duch. Jest podstawą bytu ludzkiej świadomości i błogostanem.

Wiedza starohinduska jest przekazem metod naturalnego opanowania niepokoju myśli, które nie pozwalają poznać prawdziwej natury człowieka. Gdy prąd myślowy zostaje przerwany, otwiera się królestwo duszy, gdzie nie istnieje różnica między widzialnym a niewidzialnym, między bólem a rozkoszą, nienawiścią a radością. Wszystkie odruchy zmysłów zostają opanowane.

Każdy człowiek dzięki swym myślom i czynom sam kształtuje swoją karmę, czyli przeznaczenie. Jakie energie wprawi mądrze lub lekkomyślnie w ruch, takie do niego powrócą jak po kole, które zamyka się w sobie.

Zrozumienie karmy jako sprawiedliwości, przyczyny i skutku, leżącej u podstaw pozornej niesprawiedliwości życia, uwalnia ludzki umysł od pretensji ludzi i świata. Ta prawdziwa wiedza o człowieku została utracona ze względu na jej złożoność i trudności w rozumieniu.

Hindusi preferują techniki polegające na dyscyplinie ciała i opanowaniu umysłu oraz medytacji na "AUM". Słowo "AUM", pisane niekiedy "OM", stanowi symbol łączności z wszechpotężną mocą. Jest jakby dotykiem światła boskiego.

Starożytna wiedza uczy, jak przeistaczać oddech w działalność umysłową. Dzięki duchowemu postępowi, człowiek zaczyna dostrzegać w oddychaniu akt umysłowy. Rytmiczny oddech harmonizuje i uspokaja cały organizm. Ułatwia akcje serca, reguluje krążenie, wycisza natłok rozbieganych myśli.

Spowolnienie oddechu jest stonowaniem całego organizmu. Szybkiemu i nierównomiernemu oddechowi towarzyszą zwykle niepożądane i szkodliwe dla organizmu stany emocjonalne. Przeciętny człowiek oddycha około 20 razy na minutę. Zwierzęta znane ze swej długowieczności oddychają o wiele wolniej od człowieka, np. żółw, który żyje przeciętnie 200-300 lat, oddycha zaledwie 4 razy na minutę.

Każdy śpiący człowiek nocą zwalnia oddech, dzięki czemu jego organizm wypoczywa i odzyskuje utraconą za dnia energię. Człowiek podczas snu zupełnie nieświadomie spełnia rytuał polegający na wyzwaniu się od utożsamienia z ciałem oraz na połączeniu się z wszechogarniającą kosmiczną energią.



Techniki medytacji stosuje się w celu nasycenia wszystkich fizycznych komórek swego ciała czystym światłem i utrzymanie ich w stanie namagnetyzowanym. Urzeczywistnienie osiąga się wtedy, gdy natura człowieka nie jest związana ani z fizycznym organizmem, ani też z oddechem, który jest jedynie czymś w rodzaju symbolu śmiertelnego niewolnictwa. Człowiek zostaje oswobodzony od ograniczonego ego i złudnych pozorów świata zewnętrznego. Prawdziwy świat jest bowiem światem Wszechogarniającego Ducha, aby go osiągnąć trzeba się wyzwolić od umysłu i ciała.

Najwyższej Istoty nie można intelektualnie zrozumieć, nawet jeśli zgłębi się wszystkie tajemnice, ponieważ Jego zewnętrzna natura tylko Go wyraża, ale nie odsłania. Ostateczną naturę Pana poznaje się wtedy, gdy "Syn wstępuje do Ojca". Człowiek wyzwolony z więzów swego ciała i umysłu przekracza granice wibracyjnych światów i wstępuje w inne źródło.

Jeśli umysł ludzi jest wolny od niepokoju, potrafi wysyłać i odbierać myśli. Wszystkie myśli wibrują wiecznie w Kosmosie. Dzięki głębokiemu skupieniu i ty możesz odbierać myśli każdego umysłu, żywego czy umarłego.

Dzięki sztuce medytacji można wymknąć się z więzienia swojego ciała i przeżywać prawdziwą tożsamość z duchem.

Ciało ludzkie nie mogłoby w żaden sposób przejawiać energii i ruchu, gdyby dusza nie przekazywała ciału subtelnymi prądami życia za pośrednictwem oddechu będącego przejawem energii. Prądy życia przejawiające się w ciele ludzkim jako subtelna energia życiowa, są wyrazem wszechobejmującej duszy.

Istotę ludzką utożsamia się błędnie z jej ciałem fizycznym ponieważ płynące z duszy prądy życia doprowadzane są do ciała oddechem tak intensywnie, że człowiek bierze skutek za przyczynę i sądzi, że ciało posiada własne życie. Tymczasem... brak oddechu to brak śmierci.

Tylko ci, którzy potrafią właściwie regulować oddech, mogą osiągnąć urzeczywistnienie. Świadomość zaczyna stopniowo pojmować swą odrębność od cielesnego oddychania. Można przy tym stosować afirmacje niosące radość, czystość duchową i zdrowie.

"Posyłam innym takie myśli, jakie sam chciałbym otrzymać od nich".

Wydecham zło - wdycham dobro.

Wydecham gniew - wdycham spokój.

Wydecham choroby - wdycham zdrowie.

Jestem młody - jestem młodością.

Jestem zdrowy - jestem zdrowiem.

Jestem wyciszony, spokojny jak spokojne jezioro - jestem spokojem.

Stałe powtarzanie pewnych myśli stworzy potężną siłę psychiczną, która niebawem na stałe zadomowi się w Tobie.

**Uczniom moim poświęcam -
Ireneusz Stobiecki**

Osoby zainteresowane spotaniem z mistrzem bioenergoterapii **Ireneuszem Stobieckim** mogą zamówić wizytę w gabinecie przy 4769 N. Milwaukee w Chicago, IL 60630 pod numerem telefonu (773) 283-1505.