

Unutrašnja mudrost



Meditacije
za srce i dušu

Lujza L. Hej

Leo Commerce, Beograd
2011

Naziv originala:
Inner Wisdom - Meditations for the Heart and Soul – Louise L. Hay

Naziv knjige:
Unutrašnja mudrost - Meditacije za srce i dušu – Lujza L. Hej

Copyright © 2011 za Srbiju Leo commerce, Beograd

Sva prava zadržana. Nijedan deo ovog izdanja se ne sme reprodukovati, skladištiti u povratnom sistemu, ili prenositi, u bilo kom obliku, ili bilo kojim sredstvima, elektronskim, mehaničkim, fotokopirnim i sličnim, bez prethodne dozvole izdavača i vlasnika autorskih prava.

Urednik:
Sladana Perišić

Prevod:
Ivana Danilović

Lektura i korektura:
Bosiljka Delić

Za izdavača:
Nenad i Sladana Perišić

Izdavač:
ID Leo commerce, Beograd

Priprema:
Pintor Project

Plasman:
ID Leo commerce, Beograd
Mihajla Bandura 36

011/375-2625; 011/375-2626; 011/375-2627; 063/517-874

E-mail:
nesaperisic@gmail.com
info@leo.rs
www.leo.rs

Štampa:
Neografia-Bački Petrovac

ISBN 978-86-7950-129-5

Uvod

U svakom od nas nalazi se centar mudrosti čije dubine i veličine nismo svesni. Meditacije predstavljene u ovoj knjizi osmišljene su tako da nam pomognu da se povežemo sa tim centrom i poboljšamo razumevanje života. Kada svojevoljno otvorimo svest novim idejama i novim načinima razmišljanja, naši životi se menjaju nabolje. Moj jedini cilj jeste da stalno napredujem u razumevanju – da sve bolje razumem život i način na koji funkcioniše. Šta je to što treba da znam, u šta da verujem, šta da kažem i učinim kako bi moj život tekao što više glatko?

Svako od nas poseduje sposobnost povezivanja sa svojim izvorom, u kom leži mir za kojim svi tragamo – unutarnje znanje koje nam daje snagu u takozvanim teškim vremenima. Kada smo u stanju da sagledamo veću sliku života, onda vidimo koliko su beznačajni mnogi mali problemi koji nas muče. Tada istinski možemo da razumemo izreku: „Ne nervirajte se zbog sitnica; *sve* su to samo sitnice.“



Svaki put kada kažemo „ne znam“, zatvaramo vrata sopstvenog beskrajnog izvora mudrosti. U nama se nalaze odgovori na sva pitanja koja ćemo ikada postaviti. Mi znamo prošlost, sadašnjost i budućnost. Postoje ljudi koji su po prirodi nadareni vidovnjaci i ako jedna osoba može nešto da uradi, onda svi to možemo. Svi mi nosimo u sebi potencijal da saznamo nešto više, da vidimo dalje, da razumemo bolje i da sagledamo veću sliku života.

Način na koji počinjemo dan određuje iskustva koja ćemo doživeti i način na koji ćemo na njih da odreagujemo. Dobar način da koristite ovu knjigu jeste da je otvorite nasumice nakon buđenja. Znajte da meditacija koju odaberete predstavlja savršenu poruku za taj dan. Lično volim i da okončam dan pozitivnim mislima. Na taj način prizvaćete prijatne snove i sledećeg jutra ćete se probuditi bistre glave.

Ne zaboravite, u nepreglednoj beskrajnosti života, sve je savršeno, celovito i potpuno... baš kao i Vi.

-Lujza L. Hej





Ja sam
osoba
koja kaže
„da“

Znam da sam jedno sa celokupnim životom. Okružen sam i ispunjen beskrajnom mudrošću. Zato se u potpunosti oslanjam na podršku univerzuma u svakom pozitivnom smislu. Stvoren sam od strane života i ova planeta mi je data kako bih ispunio sve svoje potrebe. Sve što ikada može da mi zatreba je već ovde i čeka me. Bez obzira na to u šta odaberem da verujem, šta odaberem da mislim ili kažem, univerzum mi uvek odgovara sa „da“. Ne gubim vreme na negativno razmišljanje ili negativne teme. Biram da sagledam sebe i život na najpozitivniji način. Zato kažem „da“ prilikama i napretku. Kažem „da“ svemu dobrom. Ja sam osoba koja govori „da“ i živim u svetu koji kaže „da“. Univerzum mi odgovara sa „da“ i radujem se što je to tako.

Centriran sam u istini i miru

Bez obzira na to gde sam, postoje samo duh, Bog, beskrajno dobro, beskrajna mudrost, beskrajna harmonija i ljubav. Drugačije ne može biti. Dvojnost ne postoji. Nema problema za koji ne postoji rešenje. Nema pitanja za koje ne postoji odgovor. Sada biram da prevaziđem problem tako što ću potražiti uzvišeno rešenje kako bih ispravno postupio u bilo kakvom neskladu koji se naizgled može pojaviti u istinski harmoničnom okruženju mog sveta. Rad sam da učim i razvijam se iz tog prividnog nesklada i konfuzije. Oslobođam se krivice i okrećem se sebi u potrazi za istinom. Za sebe i sve osobe u svom životu biram: mir, sigurnost, harmoniju, osećanje duboke ljubavi prema sebi i spremnost na osećanje ljubavi prema drugima. Centriran sam u istini i živim u radosti.