

*„Melegen ajánlom ezt a nélkülözhetetlen kalauzt, amennyiben
a legvadabb álmaid megvalósítására törekszel.”*

– Emma Mumford, a *Positively Wealthy* című bestseller szerzője

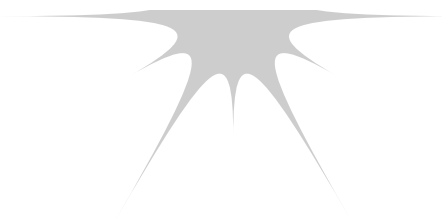
Ősi MANIFESZTÁCIÓS *Titkok*

*Életcélod beteljesítése
az Univerzum 7 törvényének
megismerésével*

GEORGE LIZOS

ÉDES VÍZ

TARTALOM



Előszó	15
Bevezetés	19

I. Rész: Az Univerzum hét törvénye

1. fejezet: Az Univerzum	29
2. fejezet: A mentalizmus törvénye	33
3. fejezet: A megfelelések törvénye	37
4. fejezet: A vibráció törvénye	42
5. fejezet: A polaritás törvénye	47
6. fejezet: A ritmus törvénye	50
7. fejezet: Az ok-okozat törvénye	54
8. fejezet: A nemiség törvénye	62

II. Rész: A törvények megélése

9. fejezet: Manifesztáció öt lépésben	71
---------------------------------------	----

Első lépés: Emeld meg a rezgésszintedet!

10. fejezet: Napi boldogsággyakorlat	78
11. fejezet: Magas rezgésszintű élet	85
12. fejezet: Alakítsd át a negatív érzelmeidet!	95
13. fejezet: Semlegesítsd negatív érzelmeidet!	101
14. fejezet: Turbózd fel a pozitív érzelmeidet!	108

Második lépés: Tisztázd a vágyaidat!

15. fejezet: Találd meg a célodat,
és válassz hozzá vágyakat! 114

Harmadik lépés: Engedd el a korlátozó hiedelmeket!

16. fejezet: Azonosítsd korlátozó hiedelmeidet! 124
17. fejezet: A korlátozó hiedelmek elengedése
kognitív módszerekkel 127
18. fejezet: A korlátozó hiedelmek
energetikai elengedése 132
19. fejezet: Változás a gyakorlatban 137
20. fejezet: Alakíts ki új,
támogató meggyőződéseket! 140

Negyedik lépés: Tápláld a vágyaid energiáját!

21. fejezet: Plántáld vágyaidat az energiameződbe! 147
22. fejezet: Emeld meg vágyaid rezgésszintjét! 152
23. fejezet: Kerülj kapcsolatba segítőkész emberekkel! 156
24. fejezet: Fogadj el segítséget
az elementáloktól és a szellemlényektől! 160
25. fejezet: Tápláld mindennap a vágyaid energiáját! 169

Ötödik lépés: Hajts végre ihletett tetteket!

26. fejezet: Cselekedj elkötelezetten! 175
27. fejezet: Ébreszd fel női energiáidat! 178
28. fejezet: Hogyan kapjunk ihletett iránymutatást? 184
29. fejezet: Éleszd fel magadban a férfienergiákat! 190
30. fejezet: Hozd egyensúlyba
a férfi- és a női energiát! 195

III. Rész: Tíznapos manifesztációs próba

1. nap: Válassz egy vágyat!	205
2. nap: Azonosítsd a félelmeidet és a korlátozó hiedelmeidet!	207
3. nap: Engedd el tudatosan korlátozó alaphiedelmeidet!	208
4. nap: Engedd el energetikailag korlátozó alaphiedelmeidet!	209
5. nap: Hozz létre új, támogató hiedelmeket!	210
6. nap: Plántáld vágyadat az energiameződbe!	211
7. nap: Emeld meg vágyad rezgésszintjét!	212
8. nap: Kérj fel segítőkész embereket a támogatásodra!	213
9. nap: Kérj segítséget spirituális vezetőidtől!	215
10. nap: Hozz létre kiegyensúlyozott akciótervet!	216
A manifesztációs próba értékelése	219
Zárszó gyanánt	221
Köszönetnyilvánítás	227
A szerzőről	229

I.

AZ UNIVERZUM HÉT TÖRVÉNYE



1. fejezet

AZ UNIVERZUM

Miközben arra vállalkozunk, hogy megértsük, végül pedig mesterfokon elsajátítsuk a manifesztáció ősi művészetét, fontos, hogy visszanyúljunk az alapokhoz, és tisztázzuk a manifesztáció lényegét.

Ehhez fel kell tennünk azokat a kérdéseket, amelyek eleinket is foglalkoztatták:

- *Mi az Isten, a Forrás és az Univerzum?*
- *Miért teremt az Univerzum?*
- *Hogyan zajlik a teremtés?*

A könyvben mindvégig egymással felcserélhetően használom a Forrás és az Univerzum kifejezéseket, arra az entitásra gondolva, akit/amit az emberek többsége Istennek nevez. Istenről beszélve nagybetűvel írom az Univerzumot, a kisbetű az anyagi világegyetemre vonatkozna.

Az Univerzum természetének és a manifesztáció energetikai folyamatainak megismerése önmagunk és a saját teremtőerőnk megértéséhez is elvezet. Ahogyan a 3. fejezetben részletesen is kifejtem, a megfelelések törvénye szerint ami fent van, az van lent is. Más szavakkal: az Univerzum fizikai meghosszabbításai vagyunk. Ennek megértésével önmagunkhoz is közelebb kerülünk, és feltérképezhetjük tulajdon manifesztációs képességeinket.

Nem tudományos értekezést tartasz a kezeden, kedves olvasóm. Bár sokat ad nekünk a tudomány, az igazságnak csak azzal a szegmensével foglalkozik, amely bizonyított. Az egyetemes, átfogó összefüggések megértése érdekében túl kell tekintenünk rajta, és a filozófiához kell fordulnunk a kérdéseinkkel. Konkrétan az ókori görögök elgondolásaival és teóriáival készülünk foglalkozni, miközben arról is szó lesz, milyennek képzelték az Univerzumot és a teremtést. Kétségtelenül sokat tettek azért, hogy olyanak lássuk a tudományt, a társadalmat, a spiritualitást és az életet, amilyen az a mai formájában. Ők mutattak irányt a spiritualitás megértésében és fejlesztésében. Az Univerzum és a manifesztáció természetére vonatkozó számos elképzelésünk a görög bölcsélet újragondolása.

Mi is az Univerzum?

Az Univerzumot számos névvel illették az idők során: Isten, Teremtő, Világszellem, Forrás, Végtelen Intelligencia, Mindenható. Hellasz lakói Igaz Lénynek is titulálták. Ebben a könyvben én Forrásként vagy Univerzumként emlegetem, de szabadságodban áll tetszésed szerint gondolkodnod róla.

Az Univerzum mibenlétét firtatva mindenekelőtt el kell fogadnunk emberi megértésünk szűkösségét. Hiába vagyunk az Univerzum fizikai kiterjesztései, valódi mivoltában csak akkor ismerhetjük meg, ha megszabadulunk az anyag korlátaitól. Addig nem tehetünk mást, mint hogy tőlünk telhetően tájékozódunk és találgatunk, ahogy eleink is tették az idők kezdete óta.

Az ógörög spirituális hagyomány szerint az Univerzum három legfőbb jellemzője a következő:

- 1. Az Univerzum abszolút:** Mindent betölt, semmi nincsen rajta kívül. Különben nem lenne mindenható, mindentudó

és mindenütt jelen lévő. Vagyis a kozmosz és minden, ami rajta túl van, valamennyi dimenzióban, keresztül téren és időn, mind az Univerzumhoz tartozik. Minden, amit elgondolhatunk, vagy el se gondolhatunk, mert nincs róla tudomásunk, az Univerzum része.

2. Az Univerzum végtelen: Mivel nincs semmi rajta kívül, a határait sem jelölheti ki senki és semmi. Ugyanakkor folyamatosan tágul a téridőben. Mindig is volt, van és lesz. Nem keletkezhetett, mert csak egy rajta kívül álló erő alkothatta volna meg, ez pedig nem lehetséges.

3. Az Univerzum változatlan: Anyaga nem lesz soha más természetű, mivel tökéletes a maga nemében, nincs tehát mit javítani rajta. Amit mi változásként érzékelünk, az a folyamatos fejlődése és átalakulásainak sorozata, megmutatkozása más és más formában, állapotban és energiával.

Minden, az Univerzumon belül létező tudat – beleértve minket és az életet általában – tudomásunk szerint osztozik az Univerzum abszolút mivoltában, végtelenségében és változhatatlanságában. Ha nem részesülnénk e tulajdonságokból, nem tartoznánk bele az Univerzumba, ami nem lehetséges, mivel nincs semmi rajta kívül.

A kozmosz

A fizikai világmindenség, vagy ahogyan az ókori görögök nevezték, a kozmosz (ami nem tévesztendő össze a nagybetűs Univerzummal, azaz a Forrással) az utóbbi kiáradása, megnyilvánulása, manifesztációja anyagi formában. A görög *kozmosz* szó ékszer, díszet jelent, mivel ez az Univerzum rendezett és szépségekben

bővelkedő része. Létezik mindezeknek híján lévő részlete is, amelyet Tartarosznak neveznek, a görög *taraché* (rendezetlenség) szó nyomán. Az Univerzumnak e kozmoszon kívüli elemeiről egyelőre keveset tudunk.

A kozmoszról azt tartják, hogy két szintre oszlik, egy mulandóra és egy örökkévalóra. Az öröklétű összetevő, amely a lényegét alkotja, a végtelen intelligencia, valamint a rajta keresztüláramló isteni energia, amely minden élőt éltet. Ezen a szinten a kozmosz az Univerzum tulajdonságaival rendelkezik, tehát abszolút, örök és változtathatatlan. Más szavakkal: soha nem teremtették, és el sem pusztítható. Belső rendje fokozatos fejlődés eredménye, amely során minden létforma az azt megelőzőből bontakozott ki.

A mulandó szintet az anyagi világ képviseli a maga véges életidejével. Minden idetartozik, amit csak ismerünk a látható világban: a növények, az állatok, az emberek, a sziklák. Habár ezt a szintet az enyészet uralja, az elmúlás nem igazi, inkább váltás egy másik létformára.

Miután leírtuk az Univerzum és a kozmosz jellegzetességeit, már csak annak tisztázása marad hátra, hogyan jött létre az előbbiből az utóbbi. És épp ez a folyamat alkotja a manifesztációk leglényegét, ennek révén tervezzük el mi is az életünket, és valószínűsítjük meg céljainkat.

A folyamat maga az Univerzum ama hét törvényén alapszik, melyeket a hermetika fogalmazott meg. Mindegyik törvény összefügg az összes többivel, együttesen írják le a manifesztáció mibenlétét. A következő fejezet mindennemű teremtés fundamentumát, a mentalizmus törvényét tárgyalja.



2. fejezet

A MENTALIZMUS TÖRVÉNYE

„A Mindenség az elme; az Univerzum, az mentális.”

– *A Kybalion*²

A mentalizmus törvénye kimondja, hogy a Forrás a tudatával alkot. Nem az anyagot használja erre a célra, és nem önmagát reprodukálja. A Forrás mentális képei és szándékai olyképpen mozgósítják a többi világtörvényt, hogy a szándékot valósággá változtassák. A *Kybalion* elmagyarázza, hogy mindez a megszólalásig hasonlít ahhoz, ahogyan az elménk képeket alkot. Amikor mentális képet formálunk arról, amire vágyunk, vagy amit a szándékaink körvonalaznak, azzal azt jelezzük az Univerzum törvényeinek, hogy kezdjenek el az adott szándék megvalósításán munkálkodni. A manifesztáció folyamatában az összes törvény részt vesz, de az egész annak a mentális képével kezdődik, aminek a megteremtése feltett szándékunk.

A szándék hatalma

Kulcsfontosságú vonása a manifesztáció eme első lépésének, hogy a Forrás mintegy belebonyolódik a teremtmény folyamatba. A *Ky-*

2 Id. mű, 17. oldal.

balion ezt kiáradásként és belemerülésként jellemzi. A mentális képpel eltelt Forrás túlcsondulva kiárad, és körbeveszi, beburkolja teremtését.

Hasonló jelenség ez ahhoz, mint amikor az író szinte eggyé válik könyve szereplőivel. Miközben regényét vagy drámáját írja, ő is belép a maga alkotta világba. Annyira elmerül a karakterei érzéseiben, tudatában és egész világában, hogy már-már eggyé válik velük. De nem csupán az alkotó folyamatba bonyolódik bele; valamiképpen a kész műben is benne él.

További példa a mentális teremtésre a színész azonosulása az általa megformált szereplővel. Mivel szándékában áll megragadni a figura lényegét, magára ölti gondolatait és érzéseit, egész világlátását. Az előadásra készülve tudatosan létrehoz tehát magában egy mentális képet arról, milyennek szánja alakítását, aztán tehetsége teljes latba vetésével azon lesz, hogy életet leheljen a szereplőbe. Megszállottan azonosul vele; azt érzi, amit ő érez, azt gondolja, amit ő gondol. Az azonosulás azonban, bármennyire is zsigeri, mégsem lehet teljes, a színész nem azonos a szerepével.

A mentális munka lényege, amely révén a Forrás manifesztál – s így mi magunk is –, nem más, mint vágyaink tartós mentális leképezése, vagyis szándékaink szilárdsága. Manifesztációra tehát akkor számíthatunk, amikor önállóan írjuk életünk regényét, drámáját vagy forgatókönyvét, és ugyanolyan lelkesen törekszünk tető alá hozni, mint az író vagy a színész.

A mindennapi életben a manifesztáció az elmélyült mentális munka és a következetes elhatározás jutalma. A siker titka a következetesség, ez ad elég nyomatékot, kiáradó mentális energiát szándékaink valóra váltásához.

Mentális váltás

„A Szellem (a fémekhez és az anyagokhoz hasonlóan) képes az átalakulásra, állapotról állapotra, fokról fokra, formáról formára, pólusról pólusra, rezgésről rezgésre. Az igazi hermetikus átalakulás egy mentális művészet.”

– *A Kybalion*³

Bár kézenfekvőnek tűnik az elgondolás, hogy a gondolataink és képzeletünk erejénél fogva valóra válthatjuk vágyainkat, a dolog ennél bonyolultabb. A fellelhető manifesztációs könyvekben és tréningeken ugyan váltig állítják, hogy a gondolatok teremtik meg a valóságot, mégis sokan vannak, akiknek ez sehogyan sem sikerül. Ennek oka részben az, hogy egyéb tényezők is belejátszanak a folyamatba, amelyekről a következő fejezetekben ejtek szót. A kudarc részben annak a számlájára írható, hogy hiedelmeink és neveltetésünk olyan félelmeket és belső gátakat plántálnak belénk, amelyek megakadályozzák, hogy a vágyaink megvalósulásához szükséges elegendő ideig kitartsunk mentális szándékaink mellett (bővebben lásd a 8. fejezetben).

Hiába gondoljuk és képzeljük el rögeszmésen vágyaink beteljesülését, ettől még nem válnak valóra. Bele is kell élnünk magunkat a vágyott helyzetbe. Az átéléshez viszont elengedhetetlen, hogy higgyünk benne. Ha például fényűző életmód a kívánságunk, miközben hónapról hónapra élünk a kis fizetésünkből, nehéz elvonatkoztatnunk az utóbbtól. Akkora a különbség a valódi és a vágyott körülményeink között, hogy rossz tréfának érezhetjük az egészet. Itt jön be a képbe a mentális váltás művészete. Ennek az a lényege, hogy megváltoztatjuk a mentális és ezzel

3 Id. mű, 29. oldal.

együtt az érzelmi állapotunkat, s így már el tudjuk hinni, amit gondolunk és vizualizálunk. Úgy is mondhatnám, egyfajta alkimista, aranycsináló tevékenység ez: a közönségesből valami nemesebbet hozunk létre. Rengeteg belső munkát igényel, hogy megszabaduljunk a félelmeinktől, a korlátozó hiedelmeinktől, és átneveljük magunkat. Ennek során tudatosan új vélekedéseket és szokásokat választunk majd magunknak, amelyek összhangban állnak a vágyainkkal, és támogatják azokat.

A manifesztációs irodalomból leginkább ez hiányzik, a mentális váltás lehetőségének felismerése, holott nélküle nincs manifesztáció. Próbálkozhatsz akármelyik módszerrel – megerősítésekkel, vizualizációval, vágylistákkal vagy vizualizációs táblákkal –, nem fognak működni, amíg összhangba nem hoztad a gondolataidat és a képzeletedet a vélekedéseiddel és az érzelmeiddel.

A különböző létsíkok – az ember és állat anyagi valósága, valamint a túlvilági vezetők, istenségek és a Forrás spirituális birodalma – közötti mentális váltás minden manifesztáció sarokköve. A következő fejezetben a megfelelések törvényét vesszük szemügyre, hogy megértsd, miben lehet segítségedre az egyetemes harmónia.



3. fejezet

A MEGFELELÉSEK TÖRVÉNYE

„Mint fönt, úgy lenn, mint lenn, úgy fent.”

– *A Kybalion*⁴

A megfelelések törvénye kimondja, hogy az Univerzum törvényei minden létsíkon kifejtik hatásukat. Eszerint teljes a harmónia valamennyi létsík között a kozmoszban és a Forrás hatósugarában. A törvényt szem előtt tartva sok mindent meg tudhatunk a manifesztációról. Vegyük hát szemügyre közelebbről is az egyes létsíkokat!

A Forrás mindenekelőtt három létsíkon nyilvánul meg:

- 1. Fizikai létsík:** Elsődlegesen az anyag különböző megjelenési formái tartoznak ide, vagyis a szilárd, folyékony és légnemű halmazállapot, valamint az éter, az anyag és energia közötti információcsere közvetítő közege. Ide sorolható az energia, azaz a hő, a fény, a mágnesesség, az elektromosság és az életerő. Itt kapnak helyet a tudomány által még kellőképpen fel nem derített energiafajták, illetve azok, amelyek mibenlétét mi, gyarló emberek, fel sem érzük ésszel.

4 Id. mű, 19. oldal.

2. **Mentális sík:** Az ásványok, a növény- és állatvilág, továbbá az ember és az elementálok (tündérek, koboldok, sellők és egyéb természetszellemek) tartoznak ide. Az ember és az állatok tudata körülményeiket és állapotukat tükrözi.
3. **Spirituális létsík:** A másvilág és az érzékeinkkel többnyire fel nem fogható valóság lényei lakják: istenek, istennők, beavatottak, felemelkedett mesterek, angyalok, arkangyalok és más túlvilági vezetők.

Fontos megértenünk, hogy a három létsík nem különül el élesen egymástól. Csak az érthetőség kedvéért soroljuk őket kategóriákba; valójában ezek a lények szoros közelségben és folyamatosan változó kapcsolatokban léteznek. Hadd tegyem hozzá, az egyes létsíkok nem helyeket vagy állapotokat jelentenek, noha több szempontból hasonlóak azokhoz. Leginkább a rezgésszámuk különbözteti meg őket egymástól. Az alacsonyabb rendű, sűrűbb állagú létsíkok alacsonyabb frekvencián rezegnek. A spirituális síkon emelkedve a rezgésszám is nőni fog.

Interakció más létsíkokkal

Mivel az egyes létsíkok szoros kapcsolatban állnak egymással, és átjárhatók a többi felé, a velük való interakció során megnövelhetjük vagy csökkenthetjük rezgésszámunkat. Az emberi szinten érzelmeink változása hat ki a frekvenciára. Léleksíkon egy-egy lélek egyre feljebb emelkedik, és életről életre fejlettebb lesz, mind jobban kifinomul. Manifesztációs szempontból sokra vihetjük, ha rezgésünk összhangba kerül a többi létsíkkal. Az elementálok, azaz a természetszellemek például a természet tudatának megnyilvánulásai, és mesterfokon űzik a manifesztációt. Nem

egy már a Föld keletkezésekor jelen volt planétánkon, s örködött mind a fennmaradása, mind a fejlődése felett. Ha volt bármi haszna a földrajzi tanulmányaimnak, hát az, hogy beláttam: Földanyánknak nincs szüksége arra, hogy megmentsek, nekünk annál inkább. A Föld négy és fél milliárd éves, az emberiség kétszázezer éves életkora ehhez képest alig több egy szempillantásnál.

Létrejötte óta számos létformát látott, és a pusztulás megannyi változatának volt tanúja. Mégis minden egyes alkalommal győztesként került ki e küzdelmekből. Átütő erejét az elementáloknak köszönheti, ezek mossák tisztára és tartják egyensúlyban. Amikor úgy állítjuk be frekvenciánkat, hogy összhangban legyen az elementálokéval, megtanuljuk kamatoztatni manifesztációs és újrahangolós titkaikat.

A létezés spirituális síkján szintén a spirituális vezetőink mozgítják előre manifesztációs kísérleteinket. Az ókori görögök, valamint más földműves kultúrák istenei és istennői az Univerzum ilyen vagy olyan vonatkozásainak, funkcióinak és törvényeinek kiterjesztései és kifejeződései. Szerepük bensőséges kapcsolatban áll a világrend megteremtésével és megtartásával valamennyi létsíkon. A kozmosz olajozott működésére vigyázó istenek mellett más spirituális lények – angyalok, arkangyalok, felemelkedett mesterek, egyszarvúak – is segítik munkájukat, akik nagyvonalúan felajánlják támogatásukat és befolyásukat a hozzájuk fordulóknak.

Noha a spirituális létsík lényei ugyanazoknak a manifesztációs törvényeknek engedelmeskednek, mint mi, hozzánk mértén nagy szakértelemmel, könnyűszerrel és mesterfokon alkalmazzák őket, hogy valóra váltsák vágyaikat. Amikor tudatosan megemeljük rezgésszámunkat, hogy szót értsünk egymással, és meghallják kérésünket, megosztják velünk ezeket a titkokat, mi pedig nekik köszönhetően tovább csiszolhatjuk képességeinket.