

Colette Baron-Reid

ODWAŻ SIĘ NA ZMIANY

Jak pokonać strach
przed nieznanym,
by osiągnąć spełnienie

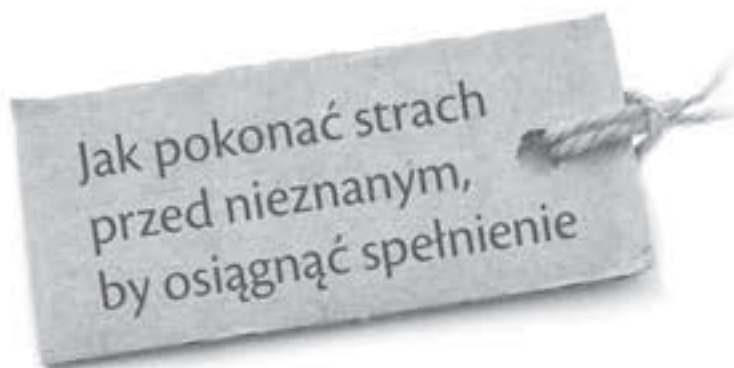


STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
jeszcze lepsze jutro

**ODWAŻ SIĘ
NA ZMIANY**

Colette Baron-Reid

ODWAŻ SIĘ NA ZMIANY



Słuchaj radia Hay House na:
www.hayhouseradio.com



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
jeszcze lepsze jutro

REDAKCJA: Mariusz Warda
SKŁAD: Łukasz Słupski
PROJEKT OKŁADKI: Łukasz Słupski
TŁUMACZENIE: Anna Lewicka

Wydanie I
BIAŁYSTOK 2017
ISBN 978-83-7377-866-5

Tytuł oryginału: *Uncharted: The Journey through Uncertainty to Infinite Possibility*

UNCHARTED

Copyright © 2016 by Colette Baron-Reid
Originally published in 2016 by Hay House Inc.

© Copyright for the Polish edition by Studio Astropsychologii, Białystok 2016
All rights reserved, including the right of reproduction in whole or in part in any form.

Wszelkie prawa zastrzeżone. Żadna część tej publikacji nie może być powielana ani rozpowszechniana za pomocą urządzeń elektronicznych, mechanicznych, kopiujących, nagrywających i innych bez pisemnej zgody posiadaczy praw autorskich.



Bądź na bieżąco i śledź nasze wydawnictwo na Facebooku.
www.facebook.com/Wydawnictwo.Studio.Astropsychologii



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
jeszcze lepsze jutro

15-762 Białystok
ul. Antoniuk Fabr. 55/24
85 662 92 67 – redakcja
85 654 78 06 – sekretariat
85 653 13 03 – dział handlowy – hurt
85 654 78 35 – www.talizman.pl – detal
strona wydawnictwa: www.studioastro.pl
sklep firmowy: Białystok, ul. Antoniuk Fabr. 55/20

Więcej informacji znajdziesz na portalu www.psychotronika.pl

PRINTED IN POLAND

*Dla Marka –
wkroczyłam z tobą w Nieznane i odnalazłam magię*

SPIS TREŚCI

KONIECZNIE PRZECZYTAJ TO NA POCZĄTKU!

(Wyjaśnienie, kim jest Fred)..... 11

NASTĘPNIE PRZECZYTAJ TO!

(Wyjaśnienie terminów używanych w tej książce)..... 19

WSTĘP 25

CZĘŚĆ I:

NAWIGOWANIE W DUCHOWYM WYMIARZE 35

Rozdział 1:

NIEZBADANE WODY I UKRYTA MAGIA..... 37

Rozdział 2:
ZADOMOWIENIE W DUCHOWYM WYMIARZE..... 55

Rozdział 3:
KIEDY TRAFISZ NA MALOWNICZY SZLAK..... 79

Rozdział 4:
PODRÓŻ W NIEZNANE..... 101

Rozdział 5:
O TYCH WSZYSTKICH SMOKACH... .. 115

CZĘŚĆ II:

PIĘĆ WYMIARÓW WSPÓŁTWORZENIA..... 143

Rozdział 6:
**POŁĄCZENIE MIĘDZY WSZYSTKIMI
WYMIARAMI WSPÓŁTWORZENIA..... 145**

Rozdział 7:
WYMIAR UMYŚLU..... 173

Rozdział 8:
WYMIAR ŚWIATŁA 199

Rozdział 9:
WYMIAR ENERGII 217

Rozdział 10:	
WYMIAR MATERII	243
Rozdział 11:	
RUSZAJ W DROGĘ!	271
PODZIĘKOWANIA	283
O AUTORCE	285

KONIECZNIE PRZECZYTAJ TO NA POCZĄTKU!

(Wyjaśnienie, kim jest Fred)

We wrześniu 2014 roku nagrałam w Toronto program dla kanadyjskiej telewizji państwowej, który nosił tytuł *Messages from Spirit with Colette Baron-Reid*. Dokonywałam w nim odczytów jako medium i doradca intuicyjny. Podczas 12 dni nagraniowych, rozplanowanych na przestrzeni trzech tygodni, wykonałam około 300 spontanicznych odczytów dla członków publiczności (a także ekipy nagraniowej, ku ich zaskoczeniu). To był dopiero maraton! Nigdy wcześniej podczas 26-letniej pracy w tej wyjątkowej i często kontrowersyjnej dziedzinie pracy intuicyjnej nie doświadczyłam czegoś podobnego.

Stwierdzenie, że zmieniło to moje życie, byłoby znacznym niedopowiedzeniem.

Na przestrzeni lat rozmawianie ze zmarłymi niejednokrotnie było darem, który przyjmowałam z otwartymi ramionami, ale

zdarzały się też chwile, kiedy chciałam od niego uciec. Z wielu różnych powodów nie był to kierunek, w którym pragnęłam podążać. Widzisz, wolę pracować nad umacnianiem żyjących (co zresztą nadal robię). Jednak nadszedł moment, kiedy moje ambiwalentne uczucia wobec roli interpretatora zmarłych zniknęło, a ja kompletnie zagłębiłam się w innym wymiarze mojego powołania – które wydawało się wręcz do mnie *krzyczeć!* Naprawdę nie żartuję, kiedy zmarli nalegają na skorzystanie z twoich ust, jest to propozycja nie do odrzucenia – o tym jednak powiem więcej w dalszej części książki.

Energia zgromadzona podczas tego doświadczenia wcale mnie nie opuściła, kiedy wyszłam ze studia telewizyjnego. Zwyczajnie nie byłam już taka sama, jak wówczas, gdy do niego wchodziłam. Co zaskakujące, duchy nie odeszły tak jak przypuszczałam. Zamiast tego czułam się, jakby nadal pozostawały przy mnie i przez długi czas czułam ich obecność, gdziekolwiek się udawałam.

Mimo że indywidualne odczyty były szczegółowe i osobiste, wiadomości, które otrzymywałam, stanowiły raczej zbiór prośbin, próśb o wybaczenie, wyznań miłości i słodkich pojednań. Wszystkie razem, duchy stworzyły niezwykle dominującą energię, która przypominała stado ptaków latających w formie wielkiej, wspólnej masy, poruszającej się zgodnie i wysyłającej wiadomości jako jedność. Na przestrzeni kolejnych kilku miesięcy, które nastąpiły po nagraniach, zaczęłam zauważać, że pozostający przy mnie „oni” odróżniali się od grupy zmarłych, niczym nieproszeni goście na imprezie, którzy weszli tymi samymi drzwiami co reszta, ale już potem nie wyszli. „Oni” nadal w jakiś sposób gromadzili się na granicach mojej świadomości.

Podczas nagrań programu, kiedy wykonywałam wszystkie odczyty, zdawałam sobie sprawę z tego, że dostrajam się do indywidualnych osobowości, które pojawiały się w celu ujawnienia

aspektów tego, kim „były” wcześniej, po to, by nawiązać kontakt z bliskimi. Jednak w tym samym czasie dostrajałam się do czegoś zupełnie innego, do jakiejś innej inteligencji, która nagle okazała się obecna – czy wręcz do zbiorowego źródła kochających inteligencji, która pojawiła się w celu nawiązania komunikacji. Czułam się, jakbym w swej podróży miała drugiego pilota, mrużącego wesoło w tle i czekającego cierpliwie, aż włączę silnik! Wiem, że brzmi to dziwnie, a nawet trochę szalenie, ale to było i jest tak realne jak stojący właśnie przede mną kubek z kawą.

Aż do tej chwili, otrzymując wiadomości, dostawałam szczegółowe informacje o ludziach, którzy przeszli na drugą stronę, a także o wydarzeniach z ich wcześniejszego życia, na kilka sposobów. Albo odczuwałam te wiadomości w formie emocji i energii, albo słyszałam dźwięki lub głosy, albo też w swoim wnętrzu miałam wrażenie „jasnopoznania”, które przychodziło do mnie od duchów. Zarówno dla mnie, jak i dla osoby, dla której wykonywałam odczyt, zupełnie oczywiste było, że komunikowałam się z indywidualną świadomością, która zachowała swoją osobowość. Być może kwestia leżała w intensywności, z jaką wykonywałam tak wiele odczytów w tak krótkim czasie, co przepchnęło mnie poza granice mojej percepcji. Czułam się, jakby nagle pokazano mi, że zachowanie indywidualnej osobowości i pamięci po przekroczeniu na drugą stronę się zdarza, oczywiście, ale tak naprawdę duchy nie są wcale tak oddzielone od siebie ani od nas, jak my jesteśmy oddzieleni od siebie nawzajem w tym życiu. Co więcej, istnieją też inne inteligencje, które pragną nam pomóc. Jesteśmy otoczeni istotami, którym zależy na naszym sukcesie i rozwoju – zarówno indywidualnym, jak i zbiorowym. Nie jesteśmy sami, nawet jeśli odczuwamy separację.

Tak naprawdę te duchy są ze swej natury połączone z nami wszystkimi i tworzą pajęczynę żyjącego Umysłu, egzystującego

wewnątrz Umysłu Wyższej Świadomości, który możemy nazwać Bogiem, Duchem, Źródłem, Polem Kwantowym – czy jakimkolwiek innym spośród imion nieoddających w gruncie rzeczy kompleksowej i głębokiej natury tego, czym on naprawdę jest. Zresztą nie wyobrażam sobie nawet, że ja sama zrozumiałam to wszystko, biorąc pod uwagę, że od tysięcy lat ludzkość zastanawia się nad naturą Wielkich i Tajemniczych Rzeczy.

Przetworzenie moich doświadczeń zajęło mi całe miesiące. Nie byłam w stanie rozmawiać o tym nawet z innymi osobami o zdolnościach mediumicznych. Nie do końca rozumiałam, co się dzieje i chciałam w pewien sposób się ochronić. W międzyczasie zaczęłam pisać tę książkę, która z początku miała być jedynie kontynuacją mojego bestsellera *Mapa. Odnajdywanie magii i znaczenia w historii twojego życia*. Koncepcja *Odważ się na zmiany* powstała, zanim nagrałam swój program telewizyjny, kiedy nie miałam jeszcze dostępu do tej „zbiorowej energii”. Mimo tego, chociaż spora część książki pozostała taka jak sobie od początku wyobrażałam, jestem przekonana, że nie napisałam jej, używając jedynie zasobów własnego umysłu. Raz na jakiś czas, kiedy zdawało mi się, że w pisanej treści zmierzam ku bardziej racjonalnemu i intelektualnemu podejściu, zalewała mnie ta sama „obca” inteligentna energia, delikatnie kierując mnie ku nowym, prostszym ideom i dając mi wgląd, który zdawał się nadchodzić właściwie znikąd. Miałam wrażenie, jakby „oni” posiadali wszystkie kawałki układanki, a kiedy byłam już gotowa, podrzucali mi je po kolei na stronach książki, tak bym mogła je odnaleźć. Teraz zdaję sobie sprawę, że właśnie na tym polega istota podłączania się do wyższych „istot”. Nigdy wcześniej tak do końca tego nie rozumiałam i obawiam się, że nie doceniałam faktycznej potęgi tego procesu tak jak powinnam. Tu i teraz oficjalnie pozbywam się więc wewnętrznego, cynicznego

krytyka, który wątpił w innych opowiadających o swoich doświadczeniach dotyczących podłączania się do wyższych istot. Już to rozumiem. Wprawdzie nie pojmuję tego w 100%, ale to rozumiem.

Na przestrzeni kilku miesięcy, kiedy próbowałam na siłę przeanalizować uzyskane informacje, zaczęłam wierzyć, że we mnie i poprzez mnie dzieje się coś bardzo ważnego, co przyniesie korzyść innym. Mój drugi pilot przekazywał mi informacje za pomocą słów, obrazów i idei, jako Chór składający się z wielu elementów połączonych w jedną harmonijną inteligencję, zupełnie jakbym była jedynie przekąźnikiem. Mimo to ja i moja edytorka miałyśmy swobodę w kształtowaniu tej książki. Wszyscy pracowaliśmy razem!

Dlaczego właśnie w tym momencie przytrafiła mi się taka forma komunikacji? Wierzę, że Duch przekazuje mi wiadomości za pomocą tego Chóru głosów, ponieważ moje doświadczenia mediumiczne pozwoliły mi na lepsze zrozumienie tych informacji. Zawsze rozumiałam, że pojedyncze świadomości przeplatają się ze sobą w wyższej świadomości, którą jest Duch, jednak dopiero teraz, dzięki tej aktywnej i rozmownej inteligencji niebędącej ani jednostką, ani zbiorowością, tak naprawdę doświadczam tej prawdy. Zawsze wiedziałam, że powinniśmy być ciekawscy i radośni oraz że powinniśmy pamiętać o dobrej zabawie, ale dopiero sposób, w jaki przekazał mi to Chór, kompletnie to rozjaśnił.

Ufam w mądrość i przewodnictwo duchów, które zebrały się w jedność i zaczęły komunikować się ze mną, kiedy rozpoczęłam swój maraton odczytów. Czuję wdzięczność za ten głęboki dar od Ducha. Z pokorą poprosiłam więc o pomoc Chór głosów, który przybył, by przywitać się ze mną na peryferiach mojej świadomości.

Zapytałam, w jaki sposób powinnam się do nich zwracać.

Ich odpowiedzią było: Fred.

Tak, Fred.

Pozwól, że wyjaśnię. Kiedy po raz pierwszy oddałam mojej edytorce szkic tej sekcji mojej książki, powiedziała mi w swój racjonalny sposób, charakterystyczny dla Koziorożca:

„Musisz nadać tym duchom jakieś imię. Potrzebuję nazwy własnej. Może być cokolwiek, w liczbie pojedynczej albo mnogiej. Potrzebuję konkretnego rzeczownika”.

Nie czułam wcale, że „duchy” były odpowiednim określeniem dla tego Chóru. Nie były jakąś grupką odcieleśnionych duchów w liczbie mnogiej. Chociaż może to dziwnie zabrzmieć, czuję różnicę pomiędzy mówiącymi do mnie zmarłymi a tą zbiorowością. Może powinnam po prostu nazywać ją Chórem? W końcu słyszę ją jako chórалny dźwięk, brzącający w pełnej harmonii.

„Zapytaj ich!”, zasugerowała moja edytorka. Pogrążyłam się więc w medytacji, by dokładnie to zrobić, po czym zaczęłam nasłuchiwać odpowiedzi... i pogrążyłam się w transie tak głębokim, jakbym najadła się tak dużo cukru lub czuła takie zmęczenie, żeby nie być w stanie utrzymać otwartych oczu. Zerwałam się, kiedy głowa zaczęła mi opadać. Usłyszałam:

„Jesteśmy Nami. Ty jesteś Nami. Jesteśmy Światłem. Jesteśmy, kiedy słuchasz”.

Wtedy ponownie zamknęłam oczy i ujrzałam obraz Dany Carvey’a z komedii *Świat Wayne’a* (reż. Penelope Spheeris, z tą jego peruką i wielkimi okularami) i wiedziałam już, że wszystko zmierza zupełnie nie w takim kierunku, w jakim się spodziewałam. Ten film nawet mi się nie podobał, kiedy oglądałam go całe lata temu!

Czy to była tylko gra wyobraźni? Z pewnością nie miałam takiego wrażenia. Zapytałam:

„Hej – jesteście tam jeszcze?”.

Buzujące, wesole, radosne, pełne mądrości wrażenie przeladujące moje zmysły... Mogłam chyba przyjąć to za potwierdzenie.

Zapytałam ponownie:

„Nie wiem, jak was nazywać”.

Odpowiedź nadeszła momentalnie.

„*My to «My»! Fred!*”

Wtedy przypomniałam sobie, że czasem w żartach odnosiłam się do Wyższej Potęgi lub Boga, używając określenia Kwantowy Fred. Jednak zawsze był to wyłącznie żartobliwy sposób na nazwanie Boskiej Inteligencji lub Ducha, pozwalający oderwać się od religijnych konotacji odnoszących się do Wyższej Świadomości. Mimo to, jeśli mam być szczerą, wcale nie chciałam, żeby Chór nosił imię Fred! Musiałam bardzo głęboko pracować nad swoimi obawami, że nie będę przyjmowana poważnie lub że zostanę obwołana szaloną heretyczką w najgorszym przypadku, a w najlepszym – że zostanie mi zarzucony brak intelektualnego wycucia. Imię mogłoby przynajmniej brzmieć jakoś mitycznie – jak Rafael albo nawet Gandalf. Mogłoby brzmieć w jakiś sposób znajomo i chociaż w pewien sposób nawiązywać do kolektywnej świadomości, na przykład Anioł Gabriel.

Nie... trafił mi się Fred.

Błagam, nie mów mi, że mam nazywać cię Fred.

„*Fred. Fred. Fred*”.

Tak więc... „Oni” to „Fred”.

Kiedy skończyłam medytację i tę rozmowę, postanowiłam sprawdzić w internecie znaczenie imienia Fred. Okazało się, że oznacza „pokojowego władcę”. Aby przypomnieć sobie imię postaci granej przez Danę Carvey’ą w *Świecie Wayne’a*, musiałam wysłać wiadomość do przyjaciółki, a ona powiedziała mi, że brzmiało ono Garth. Ponownie więc przeprowadziłam poszukiwania i dowiedziałam się, że Garth oznacza „ogród” oraz

„obroncę”, a także „obroncę niewinnych”. Przyjaciółka powiedziała mi, że w *Świecie Wayne’a Garth* jest niewinną postacią, mającą sprawiać, że widzowie będą śmiać się wraz z nim.

To, co zaczęło się – a przynajmniej tak sądziłam – jako ekspozycja indywidualnej nieśmiertelnej świadomości złożonej z 300 ludzi, którzy przeszli na drugą stronę, przekształciło się więc w coś zupełnie nowego, coś jeszcze głębszego, a jednak posiadającego niezwykle poczucie humoru przypominające nam, żebyśmy nie brali życia zbyt poważnie, a zamiast tego cieszyli się i pozostawali bezbronni. „Oni” – wybaczone mi – *Fred* to Świadomość Pokoju, Obrońca Ogrodu. Pozwolili mi zrozumieć, że jesteśmy tu, by tworzyć, i że zawsze musimy tego bronić, wbrew wszelkim obawom. Musimy cieszyć się sadzeniem, hodowaniem i współtworzeniem.

W związku z tym, czy ci się to podoba, czy nie – będę od tej pory nazywać ich *Fredem*, aby przypominać i tobie, i sobie o ich przesłaniu.

Uff... Założę się, że najlepsze pomysły w tej książce będą pochodzić od nich.

PODRÓŻ W NIEZNANE

Kiedy stare sposoby działania już nie funkcjonują poprawnie, zostajesz wezwany, by wyruszyć w nieznane. Kiedy zaś życie na pierwszy rzut oka wydaje się działać jak trzeba (jak było w moim przypadku, kiedy postanowiłam zmienić swój kierunek), nawet wtedy możesz usłyszeć wołanie zachęcające cię do bardziej autentycznego życia, pełnego sensu i znaczenia.

Czy twoje życie uległo zmianie, sprawiając, że poczułeś się zagubiony i sfrustrowany, ponieważ za wszelką cenę starałeś się być autentycznym ucieleśnieniem harmonii i dostatku, a jednak wszechświat wydaje się odpowiadać na to jedynie chaosem i niedostatkiem? Nazwij to kryzysem wieku średniego lub kryzysem wiary – albo też początkiem podróży w nieznane. Oto twoja szansa na spisanie bardziej znaczącej i pełnej historii twojego życia. Nieznane miejsca zawsze prowadzą do nowych odkryć, ewolucji, transformacji i zupełnie nowej opowieści o tym, kim jesteś i do czego zostałeś przeznaczony.

PODRÓŻ BOHATERKI

Aby pomóc ci zobaczyć historię życia jako podróż do potęgi i prawdy, chcę zachęcić cię do obejrzenia kilku filmów mówiących o wędrowce ku autotransformacji. Możesz wówczas zauważyć, że podróż ta polega równie mocno na tym, co dzieje się w twoim wnętrzu, jak i w twoim otoczeniu. Osobiście uznaję filmy za wielką pomoc w dostrzeżeniu prawdy o tym, co sama przechodzę, i przyjrzeniu się wyzwaniom, którym muszę stawić czoła.

Wiele filmów opowiada swoją wersję klasycznej podróży bohatera, w której postanawia on wyruszyć w nieznaną, wspomagany przez sprzymierzeńców, oraz szczęśliwym trafem mając ze sobą magiczne narzędzia ratujące mu skórę, kiedy robi się gorąco. Bohater odkrywa w sobie potęgę, o której posiadaniu wcześniej nie wiedział. Zostaje też zmuszony do konfrontacji ze swoimi słabościami, a także do ich zaakceptowania i zrozumienia, by nie wpędziły go w poważne kłopoty. Na końcu osiąga swój cel i mistrzostwo, ale trudne doświadczenia sprawiają, że zyskuje sporą dozę pokory. Uległ transformacji. Taka podróż głównego bohatera jest osią fabuły takich filmów jak *Gwiezdne Wojny*, *Hobbit*, *Jak wytresować smoka*, serii książek i filmów o Harrym Potterze, a także wielu innych pozycji. Szablon opowieści o wędrowce bohatera został przeanalizowany i wykorzystany przez znanego mitoznawcę, Josepha Campbella, który z pewnością jest znany niejednemu z was.

Mniej znana jest jednak opowieść o wędrowce bohaterki, wykorzystana w takich filmach jak *Dzika Droga* lub *Kraina Lodu*, a zbudowana jest ona na trochę innym szablonie niż wędrowka bohatera. To podróż *w głąb*, droga samoodkrywania, która zabiera cię głębiej i głębiej w twoje wnętrze, byś znalazł tam swoje mocne strony i słabości, a także wewnętrzne zasoby niezbędne

do stawienia czoła wyzwaniom w twoim życiu. Aby ją odbyć, możesz gdzieś pójść – na wyprawę w góry czy do swojego cichego zakątka – ale możesz też, jak ja, odbyć ją w sali szpitalnej (czego ci wcale nie życzę!). To rodzaj wędrówki, podczas której musisz oddalić się od codziennego życia, wykonać pewną pracę, a wtedy, nareszcie, możesz wyłonić się ponownie, przemieniony. Wszelkie magiczne pierścienie, miecze czy peleryny niewidki musisz odnaleźć w swoim wnętrzu ale, szczęśliwie, jest ich tam pełno. Nie masz nawet pojęcia, co znajdziesz w sobie, a co da ci odwagę i potęgę potrzebną podczas odkrywania własnego wnętrza.

Moja niedawna wyprawa bohatera była trudna, ale zdecydowanie warta starań. Wybrałam się na ścieżkę nowej kariery i wróciłam z niej mądrzejsza, a teraz czuję się lepiej w swojej własnej skórze. Miałam sprzymierzeńców i narzędzia, a wróciłam triumfująca, kiedy osiągnęłam sukces. Musiałam jednak odbyć też wędrówkę bohaterki do nieznanych miejsc w moim wnętrzu. Była to podróż, do której zostałam zmuszona, ponieważ nie byłam w stanie wymyślić sposobu na wydostanie się z pułapki życia niezgodnego z potrzebami duszy. Musiałam wejść w głąb siebie, połączyć się z Duchem i pokonać swoje strachy. To był pierwszy i najważniejszy krok do przemiany w osobę, którą powinnam się stać, by wieść życie pełne sukcesów i prawdy, której tak bardzo potrzebowałam. Jak w każdej wyprawie bohaterki, moja podróż polegała na zjechaniu szybkim torem w głąb siebie, odkrywaniu, oświeceniu i uzdrowieniu wewnętrznych smoków wątplenia i wstydu oraz przywróceniu im prawdziwych postaci pewności i szczerzej dumy. Musiałam stawić czoła zniekształconej wizji świata i swojej roli w nim. Podróż w nieznane jest wyprawą mającą na celu odkopanie i odzyskanie utraconych lub połamanych części swojego jestestwa i ponowne złożenie ich w całość. (Tak, sądziłam, że jestem już w posiadaniu tych części siebie i że

już je włączyłam w swoje życie, ale jak wcześniej wyjaśniłam – okazało się, że się myliłam i w rzeczywistości zdradziłam swoje dary bardzo szybko, kiedy tylko poczułam, że jestem osądzana i odrzucana, co bardzo mnie wystraszyło).

Kiedy leżałam na szpitalnym łóżku, nie dość, że nagle z całą jasnością zrozumiałam, co chcę zrobić ze swoją karierą, co z pewnością było bardzo pomocne, to jeszcze dostrzegłam, jak wiele czeka mnie jeszcze wewnętrznej pracy. Mimo że już kiedyś odbyłam wędrowkę bohaterki (możesz odbywać ją wiele razy w swoim życiu), to tym razem dokopałam się o wiele głębiej, by odnaleźć siłę i odwagę, aby bez względu na wszystko powiedzieć „nie” tym, którzy mnie wyśmiewali i osądzali. Powróciłam z tej wyprawy gotowa, by w pełni oddać się podążaniu swoją trasą w odpowiedzi na wołanie duszy.

Podróż w nieznaną zabiera cię głęboko do miejsca, w którym twoja dusza i niższe ja mogą dostroić się i uformować jedną całość. Tam właśnie ma miejsce zespolenie. Dzięki temu zmiany, które wprowadzasz, będą zmianami na stałe. O wiele łatwiej jest pozostać na właściwej trasie, kiedy dokonałeś zmian w swoim wnętrzu, by stać się bardziej autentycznym; jeszcze bardziej sobą.

MIEJSCE NA AUTOREFLEKSJĘ

Podczas podróży w nieznaną będziesz musiał wyciszyć umysł i zredukować rzeczy, które cię rozpraszają. Dzięki temu poczujesz swoją duszę i Ducha. Potrzebujesz miejsca na autorefleksję, bez względu na to czy jest to fizyczne miejsce, do którego możesz się wycofać ze świata, czy czas i przestrzeń, w której oddzielasz się od otoczenia, by nawiązać kontakt z duszą i Duchem poprzez wejście do Wymiaru Ducha, w którym jesteś zadomowiony i w którym czujesz ulgę i bezpieczeństwo.

Możesz zaplanować krótki wyjazd, jak weekendowy wypad na łono natury do cichego pokoju, domku lub na kemping, gdzie nie ma nikogo oprócz ciebie i, co najwyżej, twojego psa! Wirginia Woolf opisała tę ideę w znanej książce pod tytułem *Własny pokój*. Jak twierdzi historyczka i krytyk Jacqueline Moss, ważne jest, by mieć dla siebie taką przestrzeń, w której czujesz się „wolny, by odkrywać i ćwiczyć nową wersję siebie... miejsce kreatywnej inkubacji”. Zgadzam się z tym, jednak może być tak, że w twoim życiu dzieje się wiele ważnych rzeczy, o które musisz zadbać, w związku z czym jesteś w stanie odbywać swoją wewnętrzną podróż niejako na raty – czasem masz tylko 20 minut, czasem możesz poświęcić cały dzień, a kiedy indziej znajdziesz parę godzin. Kiedykolwiek postanowisz wybrać się w głąb na tę wędrowkę ku oświeceniu i transformacji, unikaj wszystkiego, co mogłoby cię rozpraszać, abyś pozostał w pełni świadomy i nie pozwolił niższemu ja ponownie się uspić.

Niczym motyl znajdujący się w kokonie, zrób co tylko w twojej mocy, by poświęcić wystarczającą ilość czasu współtworzeniu, do którego zostałeś powołany. Nie powinienes wynurzać się na świat, zanim twoje skrzydła nie będą gotowe, by się rozwinąć, zamachać i unieść cię w powietrze. Jeśli nie jesteś jeszcze gotowy do podjęcia wielkich decyzji, w trakcie własnej wędrowki posłuchaj swojej intuicji. Być może potrzebujesz dalszej ewolucji. Znajdź przestrzeń i czas na cichą, prywatną autorefleksję.

W naszej kulturze ciężko jest się „odłączyć”. Bardzo źle się patrzy na spełnianie własnych potrzeb, co niektórzy nazywają „patrzeniem jedynie na czubek własnego nosa”. *Szybciotko, pospiesz się, musimy się zbierać – teraz! CO ty robisz? Jesteś produktywny? Gdzie twój wkład? Zatrzymateś się, żeby odpocząć? Kim ty niby jesteś, żeby tak sobie odpoczywać?* Jestem pewna, że katarynka w twojej głowie często bombarduje cię takimi niepokojącymi

myślami! Wszyscy czujemy się przestymulowani i pospieszani, ale nasze dusze wiedzą dobrze, że jesteście właśnie tam, gdzie powinniśmy. Jeśli coś wciągnęło cię na nieznane terytoria i wymusiło na tobie podróż bohaterki, to nie dzieje się tak bez przyczyny.

TWOJA HISTORIA, TWOJA PODRÓŻ

Kiedy przyglądasz się swoim doświadczeniom na trasie tej wędrówki i zwracasz uwagę na uczucia i myśli dotyczące wszystkiego, przez co przechodzisz podczas tego okresu, zrozumiesz, że historia opowiadająca twoje życie i mówiąca o tym, kim jesteś, ulegnie zmianie. Dla twojego niższego ja korzystne jest opowiadanie historii sobie i innym, ponieważ to pozwala mu odnaleźć sens. Ważne, żeby była to historia, z której wyjdiesz jeszcze bardziej autentyczny i pełen ukrytych wcześniej cech, które zostały z powrotem przywrócone do twojej świadomości. Być może ta historia skończy się w poniższy sposób: „Bardzo bałem się być sobą, ale tak strasznie zmęczyłem się uczuciem, że powinienem cały czas udawać kogoś, kim nie jestem, że aż było mi od tego niedobrze. Zacząłem się modlić, poddałem się temu doświadczeniu i wypłynąłem na nieznane wody. Zmierzyłem się z kilkoma smokami, ale je wytresowałem. Zaufałem Duchowi i nagle zaczęły dziać się cuda. Kiedy zacząłem się zmieniać, odzyskując siebie kawałek po kawałku, nauczyłem się, jak być nową wersją siebie. Wróciłem z tej wyprawy, integrując przeszłość w jestestwo, dzięki któremu nigdy nie zapomnę o swojej potędze i wartości”.

Obiecuję ci, że po odbyciu podróży w nieznane będziesz miał o czym opowiadać. Opowiadaj swoją prawdę o transformacjach, których doświadczyłeś i o tym, jak wróciłeś do domu. Historia twojej podróży może przybrać formę pamiętnika lub opowieści o doświadczeniach opartych na twoim dzienniku, lub też historii

opowiadanych na spotkaniach grup wsparcia, podczas wykładów czy na blogu. Możesz nawet ująć najbardziej nasycone emocjami prawdy z tej opowieści i wraz z niektórymi szczegółami przekształcić je w piosenkę (jak sama często robię) lub przełożyć na układ taneczny.

Twoja historia może też zwyczajnie wpłynąć na to, w jaki sposób działasz na co dzień, i dyskretnie zainspirować innych, którzy cię obserwują i widzą, w jak szczery sposób wiesziesz swoje życie. Twoja podróż uwolni cię, byś mógł napisać nową historię, w której naprawdę jesteś sobą.

Co chcesz dla siebie zyskać – lub odzyskać – by stać się osobą, którą powinieneś być, aby przeżyć życie tak jak pragniesz? Czy istnieją jakieś obawy, które cię przed tym zatrzymują? Jeśli te strachy już zagroziły ci drogę w przeszłości i boisz się napotkać smoki gdzieś po drodze, w trakcie eksplorowania kim możesz zostać i co stworzyć dla siebie, mam dobrą wiadomość. Czas nauczyć się kilku strategii przydatnych podczas tresowania smoków, które niezmiernie ci pomogą.

Ćwiczenie: Jak opowiedzieć własną historię?

Czy wiesz o tym, że większość z nas nawet nie zdaje sobie sprawy z faktu, że to, kim obecnie jesteśmy, jest rezultatem tego, kim kiedyś byliśmy? Sposób, w jaki się *samookreślamy*, w rzeczywistości albo nam służy, albo nas blokuje, sprawiając, że podążamy drogą niższego ja. Aby podłączyć się do źródła energii płynącej od Ducha, musimy nauczyć się, że nasze historie jedynie „nosimy” niczym ubranie.

Celem tego ćwiczenia jest pomóc ci dostrzec, co trzyma cię przy starych historiach, które już nie są prawdziwe i ci nie służą, a także wzmocnić te, które nadal cię wspierają, i dać ci wolność pozwalającą na eksplorację nowych historii, czekających na napisanie i doświadczenie.

W tym ćwiczeniu zachęcam cię do przeanalizowania sposobów, w jakie siebie definiujesz. Dopinguję cię do „poznania siebie” – taka inskrypcja widniała w starożytnej świątyni w Delfach. Ważne, by podejść do tego bez osądzania i z otwartym umysłem. Ten proces wcale nie jest łatwy, więc staraj się go zbyt nie analizować, ale po prostu pozwól, by przemyślenia popłynęły prosto z twojego serca.

Poniżej znajdziesz 10 pytań dotyczących miłości, seksu, pieniędzy, strachu i Boga. Kiedy już przejdiesz przez wszystkie pytania, radzę wracać do nich raz w miesiącu, by zobaczyć, co uległo zmianie: czy sam się zmieniłeś, czy zmieniły się zewnętrzne okoliczności w twoim życiu lub czy twoje spojrzenie na te okoliczności uległo zmianie, odkąd zacząłeś pracę z tą książką.

Kiedy dotrzesz do części wizualizacyjnej ćwiczenia, pozwól, by twoja wyobraźnia pobawiła się. Wszystko, co przychodzi ci do głowy, jest właściwe. Nie staraj się tego kontrolować, po prostu pozwól, by myśli płynęły, nawet jeśli wydają ci się dziwaczne. Ta część ćwiczenia jest symboliczna i wszystko, co się pojawia, ma ukryte znaczenie. Kiedy już zakończysz ćwiczenie, możesz znaleźć prawdziwe znaczenie tych symboli w Internecie: wpisz w wyszukiwarkę na przykład „symboliczne znaczenie sosny”, lub „symboliczne znaczenie słonia” i zobacz, co w ten sposób odkryłeś.

1. Jakie zdarzenie lub zdarzenia doprowadziły cię do przyjęcia twoich głównych poglądów na temat Miłości? Jakie historie o Miłości nosisz w sobie? Czy nadal są dla ciebie korzystne? Zapisz je.
2. Teraz wyobraź sobie tę historię o Miłości przeniesioną do otoczenia, w którym obecnie żyjesz. Pozwól, by twoja wyobraźnia pokazała ci miejsce reprezentujące Miłość. Jak to miejsce wygląda? Zapisz wszelkie szczegóły, które uważasz za istotne. Możesz mieć przed oczami na przykład las, bagno, piękną łąkę lub gwarne miasto. To ty obserwujesz to miejsce. Zapisz, co widzisz.
3. Jeśli mógłbyś napisać dla siebie nową historię o Miłości, jak by brzmiała? Kim musiałbyś się stać, by opowiedzieć tę historię? Jeśli ta historia byłaby miejscem, jak by to nowe miejsce wyglądało?
4. Jakie zdarzenie lub zdarzenia doprowadziły cię do przyjęcia twoich głównych poglądów na temat Strachu? Jakie historie o Strachu nosisz w sobie? Czy nadal mówią prawdę? Zapisz je.
5. Teraz wyobraź sobie tę historię o Strachu przeniesioną do otoczenia, w którym obecnie żyjesz. Pozwól, by twoja wyobraźnia pokazała ci miejsce reprezentujące Strach. Jak to miejsce wygląda? Zapisz, co widzisz.

6. Jeśli mógłbyś napisać dla siebie nową historię o Strachu, jak by brzmiała? Kim musiałbyś się stać, by opowiedzieć tę historię? Jeśli ta historia byłaby miejscem, jak by to nowe miejsce wyglądało?
7. Jakie zdarzenie lub zdarzenia doprowadziły cię do przyjęcia twoich głównych poglądów na temat Seksu? Jakie historie o Seksie nosisz w sobie? Czy nadal mówią prawdę? Zapisz je.
8. Teraz wyobraź sobie tę historię o Seksie przeniesioną do otoczenia, w którym obecnie żyjesz. Pozwól, by twoja wyobraźnia pokazała ci miejsce reprezentujące Seks. Jak to miejsce wygląda? Zapisz, co widzisz.
9. Jeśli mógłbyś napisać dla siebie nową historię o Seksie, jak by brzmiała? Kim musiałbyś się stać, by opowiedzieć tę historię? Jeśli ta historia byłaby miejscem, jak by to nowe miejsce wyglądało?
10. Jakie zdarzenie lub zdarzenia doprowadziły cię do przyjęcia twoich głównych poglądów na temat Pieniądzy? Jakie historie o Pieniądżach nosisz w sobie? Czy nadal mówią prawdę? Zapisz je.
11. Teraz wyobraź sobie tę historię o Pieniądżach przeniesioną do otoczenia, w którym obecnie żyjesz. Pozwól, by twoja wyobraźnia pokazała ci miejsce reprezentujące Pieniądże. Jak to miejsce wygląda? Zapisz, co widzisz.

12. Jeśli mógłbyś napisać dla siebie nową historię o Pieniądżach, jak by brzmiała? Kim musiałbyś się stać, by opowiedzieć tę historię? Jeśli ta historia byłaby miejscem, jak by to nowe miejsce wyglądało?
13. Jakie zdarzenie lub zdarzenia doprowadziły cię do przyjęcia twoich głównych poglądów na temat Boga (Źródła, Ducha, Wyższej Potęgi itd.)? Jakie historie o Bogu nosisz w sobie? Czy nadal mówią prawdę? Zapisz je.
14. Teraz wyobraź sobie tę historię o Bogu przeniesioną do otoczenia, w którym obecnie żyjesz. Pozwól, by twoja wyobraźnia pokazała ci miejsce reprezentujące Boga. Jak to miejsce wygląda? Zapisz, co widzisz.
15. Jeśli mógłbyś napisać dla siebie nową historię o twoich relacjach z Bogiem (jakkolwiek go nazywasz), jak by brzmiała? Kim musiałbyś się stać, by opowiedzieć tę historię? Jeśli ta historia byłaby miejscem, jak by to nowe miejsce wyglądało?

To, w jaki sposób opowiadasz swoją historię, określa mapę, w której posiadaniu już jesteś. Nowe historie, które zapisujesz, prowadzą do nowego życia przekraczającego twoje najśmielsze oczekiwania.

Notatki podróżnika

- Podróż w nieznaną, którą odbywasz (bez względu na to czy chciałeś w nią wyruszyć, czy nie!) niekoniecznie musi być wyprawą bohatera, która ma miejsce w zewnętrznym świecie – chociaż faktycznie może nią być. Z kolei podróż do wewnątrz jest zwykle wędrówką bohaterki.
- Wewnętrzna wyprawa bohaterki jest podróżą polegającą na samoodkrywaniu, a w jej trakcie musisz stawić czoła strachom, odnaleźć odwagę, słabości i wewnętrzne zasoby pozwalające odbyć transformację.
- Zmiany, które wprowadzasz do swojego życia po odbyciu podróży w nieznaną, zostaną z tobą na zawsze, ponieważ wyprawa i wprowadzenie do swojego życia tego, co znalazłeś, sprawia, że przemieniłeś się w osobę, którą miałeś się stać.
- Kiedy czujesz strach i niepewność, wycisz umysł, pozbądź się tego, co cię rozprasza, po czym „zadzwoń do domu”: skontaktuj się z Duchem, używając swojej intuicji i praktyk duchowych, co pozwoli na otwarcie kanału komunikacji.
- Nie staraj się przyspieszać swojej przemiany. Gąsienica potrzebuje czasu, by przekształcić się wewnątrz kokonu w pięknego motyla.
- Zaczynaj wyobrażać sobie to, czego chcesz dla siebie i co pragniesz współtworzyć. Kiedy twoją motywacją jest

PODRÓŻ W NIEZNANE

wyższe dobro dla wszystkich, zaczynają dziać się cuda bez potrzeby wkładania w nie wysiłku.

- Jeśli drogę blokują ci strachy, co ma miejsce w przypadku niemal każdego z nas, musisz nauczyć się je pokonywać poprzez „oswajanie swoich smoków”, czyli odzyskiwanie swojej osobistej potęgi i zaufanie samemu sobie, że skorzystasz z tej mocy w mądry i właściwy sposób.





STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
www.studioastro.pl

Colette Baron-Reid jest uznaną na świecie doradczynią intuicyjną, ekspertką od wyroczni, gospodynią i gościem programów telewizyjnych oraz radiowych. Została uznana za jedną ze 100 Najbardziej Wpływowych Uduchowionych Osób przez magazyn *Watkins Mind Body Spirit*. Pojawiła się w takich programach jak: *Dr Phil*, *Oprah & Friends* czy *Today* oraz w ogólnokrajowych magazynach, takich jak: *Elle* i *W*.

Czy ciągle dokąś gnasz, ale nie znasz ostatecznego celu?

**Szukasz szczęścia, lecz brak Ci odwagi
do wprowadzenia zmian?**

**A może czujesz, że Twoje życie tkwi
w niemożliwym do przełamania impasie?**

Jeśli czujesz, że pragniesz od codzienności czegoś więcej, musisz zmienić wzorce i zachowania, na jakich się dotychczas opierałeś. Dzięki tej książce nauczysz się tworzyć mapę własnej duszy i podróżować po pięciu wymiarach istnienia. Poznasz miejsce, w którym rodzą się wszystkie pomysły i nauczysz się nadawać swoim pragnieniom fizyczny kształt. Staniesz się współtwórcą własnej rzeczywistości i wyjdiesz z roli ofiary niezależnych od Ciebie uwarunkowań. Odzyskasz utracone części siebie i poznasz moc samodzielnej ewolucji. Nauczysz się wykorzystywać swoją osobistą siłę i przestaniesz obawiać się strachu, kiedy wyruszysz w nieznane miejsca, gdzie działa magia. Wyćwiczysz również własną podświadomość dzięki autor-skiemu Procesowi Inwizji®.

Wyrusz w nieznane i odnajdź największy skarb – siebie!

Patroni:



Cena: 39,30 zł

