

THE ALOHA SPIRIT

by Serge Kahili King

translated by Katia Xeni Nicolaou

Το Aloha Spirit είναι μια πολύ γνωστή αναφορά στη στάση της φιλικής αποδοχής για την οποία τα Χαβανέζικα νησιά είναι τόσο διάσημα. Ωστόσο, αναφέρεται επίσης σε ένα ισχυρό μέσο για την επίλυση οποιουδήποτε προβλήματος, την επίτευξη οποιουδήποτε στόχου, και για να επιτευχθεί οποιαδήποτε κατάσταση του μυαλού ή του σώματος που επιθυμείτε.

Στην γλώσσα της Χαβάης, aloha σημαίνει πολύ περισσότερα από απλά "γεια" ή "αντίο" ή "αγάπη". Το βαθύτερο νόημα της λέξης aloha είναι "η χαρούμενη (ΟΗΑ) κατανομή (ALO) της ενέργειας της ζωής (ha) στο παρόν (ALO)."

Καθώς μοιράζεστε αυτή την ενέργεια εναρμονίζεστε με την Παγκόσμια Δύναμη που οι κάτοικοι της Χαβάης αποκαλούν "mana". Και η στοργική χρήση αυτής της απίστευτης δύναμης είναι το μυστικό για την επίτευξη της πραγματικής υγείας, ευτυχίας, ευημερίας και επιτυχίας.

Ο τρόπος για να συντονιστείτε με αυτή τη δύναμη και να τη βάλετε να δουλέψει για σας είναι τόσο απλός που να μπειτε στον πειρασμό να μην τον λάβετε υπόψη ως πάρα πολύ εύκολο για να είναι αληθινός. Παρακαλώ μην αφήνετε τον εαυτό σας να ξεγελαστεί από τα φαινόμενα. Πάρτε το χρόνο να το δοκιμάσετε.

Αυτή είναι η πιο ισχυρή τεχνική στον κόσμο, και παρόλο που είναι εξαιρετικά απλή μπορεί να μην αποδειχθεί εύκολη, γιατί θα πρέπει να θυμηθείτε να την κάνετε και πρέπει να την κάνετε πολύ. Είναι ένα μυστικό που έχει δοθεί στην ανθρωπότητα ξανά και ξανά, και ξαναπαρουσιάζεται για μία ακόμη φορά σε μια άλλη μορφή.

Το μυστικό είναι το εξής: ευλογείτε όλους και όλα όσα αντιπροσωπεύουν ό, τι θέλετε! Αυτό είναι όλο. Οτιδήποτε τόσο απλό, ωστόσο, δεν χρειάζεται κάποια εξήγηση. Το να ευλογήσετε κάτι σημαίνει να δώσετε την αναγνώριση ή την έμφαση σε μια θετική ποιότητα, ένα χαρακτηριστικό ή μία κατάσταση, με την πρόθεση ότι αυτό που αναγνωρίζετε ή τονίζεται θα αυξηθεί, θα παραμείνει ή θα πραγματοποιηθεί.

Η ευλογία είναι αποτελεσματική στην αλλαγή της ζωής σας ή στο να πάρετε ότι θέλετε για τρεις λόγους: Πρώτα απ'όλα, η θετική εστίαση του μυαλού σας διεγείρει τη θετική, δημιουργική δύναμη της Δύναμης του Σύμπαντος. Δεύτερον, κινεί τη δική σας ενέργεια προς τα έξω, επιτρέποντας περισσότερη από τη Δύναμη να περάσει από μέσα σας. Τρίτον, όταν ευλογείτε για το καλό των άλλων, αντί απευθείας για τον εαυτό σας, έχετε την τάση να παρακάμπτετε τυχόν υποσυνείδητους

φόβους για το τι θέλετε για τον εαυτό σας, και η ίδια η εστίαση στην ευλογία δρα αυξάνοντας το ίδιο καλό στη ζωή σας. Αυτό που είναι τόσο όμορφο όσο αφορά αυτή τη διαδικασία είναι ότι η ευλογία που κάνετε για τους άλλους βοηθά τόσο αυτούς όσο και εσάς.

Η ευλογία μπορεί να γίνει με εικόνες ή με την αφή, αλλά ο πιο συνηθισμένος και εύκολος τρόπος για να γίνει αυτό είναι με τις λέξεις. Τα κύρια είδη λεκτικής ευλογίας είναι:

Θαυμασμός - είναι η φιλοφρόνηση ή ο έπαινος που δίνουμε για κάτι καλό που παρατηρούμε. Π.χ., "Τι όμορφο ηλιοβασίλεμα! Μου αρέσει αυτό το λουλούδι! Είσαι ένα θαυμάσιο άτομο!"

Επιβεβαίωση - Αυτή είναι μια ειδική δήλωση της ευλογίας για την αύξηση ή την αντοχή. Π.χ., "ευλογώ την ομορφιά αυτού του δέντρου? Ευλογημένη να είναι η υγεία του σώματός σας."

Εκτίμηση - Αυτή είναι μια έκφραση της ευγνωμοσύνης για ότι κάτι καλό υπάρχει ή έχει συμβεί. Π.χ., "Σας ευχαριστώ για τη βοήθειά σας. Ευχαριστώ τη βροχή για τη θρέψη της γης."

Αναμονή - Αυτή είναι ευλογία για το μέλλον. Π.χ., «πρόκειται να έχουμε ένα υπέροχο πικ-νικ. Ευλογώ το αυξημένο εισόδημά σου. Σε ευχαριστώ για τέλειο ταίρι μου. Σας εύχομαι ένα ευτυχισμένο ταξίδι. Μακάρι ο άνεμος να φυσάει πάντα όπως σε βολεύει."

Για να κερδίσει κανείς το μεγαλύτερο όφελος από μία ευλογία, θα πρέπει να παραιτηθεί ή να μειώσει σημαντικά το μοναδικό πράγμα που το μπλοκάρει: κατάρες. Αυτό δεν σημαίνει να βρίζει κάποιος ή να λέει «κακές» λέξεις. Αναφέρεται στο αντίθετο της ευλογίας, δηλαδή επίκριση αντί για θαυμασμό. Αμφιβολία αντί για επιβεβαίωσης. Κατηγορία αντί για εκτίμηση. Και ανησυχία αντί της αναμονής με εμπιστοσύνη. Κάθε φορά που οποιοδήποτε από αυτά γίνεται τείνει να ακυρώνει μερικά από τα αποτελέσματα της ευλογίας. Έτσι, όσο περισσότερο καταριόμαστε τόσο πιο δύσκολο θα είναι και τόσο περισσότερος χρόνος θα χρειαστεί για να πάρει το καλό από μια ευλογία. Από την άλλη πλευρά, όσο περισσότερο ευλογείτε τόσο λιγότερο κακό θα κάνει οποιαδήποτε κατάρρα.

Εδώ, λοιπόν, είναι μερικές ιδέες για να ευλογήσετε διάφορες ανάγκες και επιθυμίες που έχετε. Εφαρμόστε τις όσο συχνά θέλετε, όσο θέλετε.

Υγεία – Ευλογήστε τους υγιείς ανθρώπους, τα ζώα, ακόμα και τα φυτά. Τα πάντα που είναι καλοφτιαγμένο και καλά κατασκευασμένο. Και όλα αυτά που εκφράζουν άφθονη ενέργεια.

Ευτυχία - ευλογείτε όλα όσα είναι καλά, ή το καλό που βρίσκεται σε όλους τους ανθρώπους και όλα τα πράγματα. Όλα τα σημάδια της ευτυχίας που βλέπετε, ακούτε ή αισθάνεστε σε ανθρώπους ή ζώα και όλες τις δυνατότητες για την ευτυχία που παρατηρείτε γύρω σας.

Ευημερία - Ευλογήστε όλα τα σημάδια της ευημερίας στο περιβάλλον σας, συμπεριλαμβανομένων και όλων όσων σας βοήθησαν να κάνετε τα χρήματα. Όλα τα χρήματα που έχετε σε οποιαδήποτε μορφή και όλα τα χρήματα που κυκλοφορούν στον κόσμο.

Επιτυχία - Ευλογήστε όλα τα σημάδια της επιτυχίας και ολοκλήρωσης (όπως κτίρια, γέφυρες και αθλητικές εκδηλώσεις). Όλες οι αφίξεις σε προορισμούς (πλοία, αεροπλάνα, τρένα, αυτοκίνητα και ανθρώπους), όλα τα σημάδια της κίνησης προς τα εμπρός ή της επιμονής και όλα τα σημάδια απόλαυσης ή διασκέδασης.

Εμπιστοσύνη - Ευλογήστε όλα τα σημάδια της εμπιστοσύνης στους ανθρώπους και τα ζώα, όλα τα σημάδια της δύναμης σε ανθρώπους, ζώα και αντικείμενα (συμπεριλαμβανομένου του χάλυβα και του σκυροδέματος), όλα τα σημάδια της σταθερότητας (όπως βουνά και ψηλά δέντρα) και όλα τα σημάδια της σκόπιμης ενέργειας (συμπεριλαμβανομένων των μεγάλων μηχανημάτων και ηλεκτροφόρων καλωδίων).

Η αγάπη και η φιλία - Ευλογήστε όλα τα σημάδια της φροντίδας και της στοργής, της συμπόνιας και της υποστήριξης, όλες οι αρμονικές σχέσεις στη φύση και την αρχιτεκτονική, κάθε τι που συνδέεται ή συσχετίζεται με κάτι άλλο, όλα τα σημάδια της συνεργασίας, όπως σε παιχνίδια ή στη δουλειά και όλα τα σημάδια του γέλιου και της διασκέδασης.

Εσωτερική Ειρήνη - Ευλογήστε όλα τα σημάδια της ησυχίας, της ηρεμίας, της γαλήνης και της ηρεμίας (όπως το ήσυχο νερό ή τον ήρεμο αέρα). Όλες τις μακρινές θέες (ορίζοντες, αστέρια, το φεγγάρι), όλα τα σημάδια της ομορφιάς της όρασης, του ήχου ή του αγγίγματος, καθαρά χρώματα και σχήματα. Τα στοιχεία των φυσικών ή τεχνητών αντικείμενων. Πνευματική Ανάπτυξη - Ευλογήστε όλα τα σημάδια της ανάπτυξης, της εξέλιξης και της αλλαγής στη φύση. Οι μεταβάσεις από την αυγή μέχρι το σούρουπο, η κίνηση του ήλιου, της σελήνης, των πλανητών και των άστρων, η πτήση των πουλιών στον ουρανό και η κίνηση του ανέμου και της θάλασσας.

Οι προηγούμενες ιδέες είναι για καθοδήγηση, εάν δεν είστε συνηθισμένοι στην ευλογία, αλλά δεν πρέπει να περιορίζεστε από αυτές. Να θυμάστε ότι κάθε ποιότητα, χαρακτηριστικό ή κατάσταση μπορεί να ευλογηθεί (π.χ., μπορείτε να ευλογείτε λεπτούς στύλους και λεπτά ζώα για να ενθαρρύνετε την απώλεια βάρους), αν υπήρχε, υπάρχει, ή μέχρι στιγμής υπάρχει στη φαντασία σας και μόνο.

Προσωπικά έχω χρησιμοποιήσει τη δύναμη της ευλογίας για να θεραπεύσω το σώμα μου, να αυξήσω το εισόδημά μου, να αναπτύξω πολλές δεξιότητες, να δημιουργήσω μια βαθιά σχέση αγάπης με τη γυναίκα και τα παιδιά μου, και να δημιουργήσω ένα παγκόσμιο δίκτυο ειρηνοποιών που εργάζονται με το πνεύμα aloha. Είναι επειδή έχει δουλέψει τόσο καλά για μένα που θέλω να το μοιραστώ μαζί σας. Παρακαλώ μοιραστείτε το με πολλούς άλλους, όπως μπορείτε.

Πώς να Ενισχύσετε τη Δύναμή που έχετε να Ευλογείτε

Υπάρχει μια τεχνική που ασκείται στη Χαβάη η οποία ενισχύει τη δύναμή σας για να ευλογείτε με την αύξηση της προσωπικής σας ενέργειας. Είναι ένας απλός τρόπος αναπνοής που χρησιμοποιείται επίσης για τη γείωση, το κεντράρισμα, το διαλογισμό και την επούλωση. Δεν απαιτεί ιδιαίτερη θέση ή στάση του σώματος, και μπορεί να γίνει, ενώ κινείστε ή είστε ακίνητος, αν είστε απασχολημένος ή αναπαύεστε, με τα μάτια ανοιχτά ή κλειστά. Στην Χαβάη η τεχνική αυτή ονομάζεται rikoriko γιατί ΡΙΚΟ σημαίνει το στέμμα του κεφαλιού αλλά και τον ομφαλό.

Η Τεχνική

1. Αντιληφθείτε τη φυσική αναπνοή σας (μπορεί να αλλάξει από μόνη της μόνο και μόνο επειδή την αντιληφθήκατε σας, αλλά αυτό είναι εντάξει).
2. Εντοπίστε το στέμμα από το κεφάλι σας και τον ομφαλό σας με την αντίληψη ή / και την αφή.
3. Τώρα, καθώς εισπνέετε επικεντρώστε την προσοχή σας στην κορυφή του κεφαλιού σας και καθώς εκπνέετε επικεντρώστε την προσοχή σας στον ομφαλό σας. Κρατήστε την αναπνοή σας με αυτόν τον τρόπο για όσο χρονικό διάστημα θέλετε.
4. Όταν αισθάνεστε χαλαροί, επικεντρωμένοι, και / ή ενεργοποιημένοι, αρχίστε να φαντάζεστε ότι περιβάλλεστε από ένα αόρατο σύννεφο φωτός ή ένα ηλεκτρομαγνητικό πεδίο, και ότι η αναπνοή σας αυξάνει την ενέργεια αυτού του σύννεφου ή του πεδίου.
5. Καθώς ευλογείτε, φανταστείτε ότι το αντικείμενο της ευλογίας σας περιβάλλεται με λίγη από την ίδια ενέργεια που σας περιβάλλει.

ΤΟ ALOHA ΔΟΥΛΕΥΕΙ - ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ

Το Aloha Project της Aloha International παρέχει φυλλάδια όπως αυτό σε άτομα, ομάδες, οργανισμούς και ιδρύματα σε όλο τον κόσμο μέσα από τις γενναιόδωρες συνεισφορές των δωρητών που πιστεύουν ότι ο κόσμος μπορεί να γίνει ένα καλύτερο μέρος με το να παρέχουν πληροφορίες που βοηθούν τους ανθρώπους να βοηθήσουν τον εαυτό τους.

