

# Duch Aloha

Znana także jako Różowa Książeczka Aloha

napisana przez Serge Kahili King

Prawa Autorskie Serge King 2003

Możesz kopiować, dzielić się i zamieszczać ten dokument tak często, jak chcesz, pod warunkiem, że nie będzie w żaden sposób sprzedawany. Po gratisową kopię w formie książeczki, wyślij na nasz mail swój adres pocztowy [huna@huna.org](mailto:huna@huna.org).

Duch Aloha jest dobrze znanym odnośnikiem do nastawienia przyjaznej akceptacji, z czego Wyspy Hawajskie tak bardzo słyną. Jednakże to odnosi się także do pełnego mocy sposobu rozwiązywania jakiegokolwiek problemu, osiągnięcia celu i uzyskiwania takiego stanu myśli lub ciała, jakiego pragniesz.

W języku hawajskim, aloha oznacza znacznie więcej niż po prostu „witaj”, „do widzenia” czy „miłość”. Głębsze znaczenie to „radosne (oha) dzielenie (alo) się życiową energią (ha) w terażniejszości (alo).”

Gdy dzielisz się tą energią, stajesz się dostrojony do Uniwersalnej Mocy, którą Hawajczycy nazywają maną. A pełne miłości użycie tej niezwykłej Mocy jest sekretem osiągnięcia prawdziwego zdrowia, szczęścia, obfitości i sukcesu.

Sposób na dostrojenie się do tej Mocy i pracowania z nią jest tak prosty, że możesz chcieć go zlekceważyć, jako zbyt prosty, by mógł być prawdziwy. Proszę, nie sądź po pozorach. Daj sobie czas na wypróbowanie go.

To najpotężniejsza technika na całym świecie i mimo, że jest niezwykle prosta, może się jednak taką nie okazać, ponieważ musisz pamiętać, by to robić i musisz robić to bardzo często. To sekret, który został przekazany ludzkości wiele razy i tutaj pojawia się ponownie - w innej formie. Sekret brzmi:

**Błogosław każdego i wszystko, co reprezentuje to, czego chcesz!**

To wszystko, co trzeba robić. Bardzo proste, a jednak wymaga wyjaśnienia

Błogosławić coś oznacza rozpoznać albo podkreślić pozytywną jakość, cechę albo warunki, z intencją by to, co zostało rozpoznane lub podkreślone zwiększyło się, wzmocniło albo zaistniało.

Błogosławienie jest efektywne w zmianie życia albo dostarczaniu ci tego, czego chcesz z trzech powodów: Przede wszystkim pozytywne skupienie twojego umysłu wzbudza, wywołuje pozytywną, kreatywną siłę Mocy Wszechświata. Po drugie, porusza twoją własną energię na zewnątrz, pozwalając na zbliżenie się do ciebie większej ilości Mocy. Po trzecie, gdy błogosławisz dla dobra innych, zamiast skupiać się na sobie, masz zdolność omijania jakichkolwiek własnych, podświadomych lęków odnośnie tego, co chcesz dla siebie, a także samo skupienie na akcie błogosławienia, by zwiększyć dobro we własnym życiu. Co jest tak piękne w tym

procesie, to fakt, że błogostawieństwa, które kierujesz ku innym, pomagają im i Tobie w takim samym stopniu.

Błogostawić można obrazami lub dotykiem ale najpowszechniejsza i najprostsza droga, to użycie słów. Główne pozytywne cechy słownych błogostawieństw to:

**Podziw** - Mówienie komplementu albo chwalenie czegoś dobrego, co zauważyłeś, np.: "Jaki piękny zachód słońca" "Lubię ten kwiat", "Jesteś taką cudowną osobą."

**Afirmacja** - To specyficzne stwierdzenie błogostawieństwa dla spotęgowania albo zwiększenia, np.: "Błogostawię piękno tego drzewa." Albo "Bądź błogostawione zdrowie twojego ciała."

**Docenienie** - To wyrażenie wdzięczności, że coś dobrego istnieje albo się zdarzyło, np.: "Dziękuję, że mi pomogłeś.", „Dziękuję za deszcz zasilający ziemię."

**Antycypacja** - To błogostawieństwo na przyszłość, np.: "Będziemy mieć wspaniały piknik", "Błogostawię twoje zwiększone zarobki", "Dziękuję za mojego idealnego partnera", „Życzę ci szczęśliwej podróży”, „Niech wiatr zawsze dmie w twoje żagle”

By z błogostawienia uzyskać jak najwięcej korzyści, będziesz musiał przestać robić coś, co niweczy błogostawieństwa - przekleństwa. To nie oznacza przeklinania, czyli mówienia "brzydkich" słów. Odnosi się to do przeciwieństwa błogostawieństwa, a mianowicie krytykowania zamiast podziwiania, wątpienia zamiast afirmacji, obwiniania zamiast doceniania i martwienia się zamiast przewidywania z ufnością. Kiedykolwiek przydarzy się jedno z wymienionych, część efektów wynikających z błogostawieństw zostaje anulowana. Zatem im więcej przeklinasz, trudniej będzie i dłużej zajmie osiągnięcie dobra z błogostawieństw. Z drugiej strony, im więcej błogostawisz, tym mniej szkody uczyni jakiegokolwiek przekleństwo.

Poniżej znajdziesz trochę pomysłów na błogostawieństwa, w zależności od celu i potrzeb. Błogostaw tak często, jak pragniesz i tak dużo, jak chcesz.

**Zdrowie** - Błogostaw zdrowych ludzi, zwierzęta, a nawet rośliny, wszystko, co jest dobrze zrobione albo skonstruowane i wszystko, co wyraża obfitą energię.

**Szczęście** - Błogostaw wszystko, co jest dobre albo dobro, które jest we wszystkich ludziach i wszystkich rzeczach, wszystkie oznaki szczęścia, które widzisz, słyszysz lub czujesz w ludziach i zwierzętach oraz cały potencjał szczęścia, który zauważasz dokoła.

**Dobrobyt** - Błogostaw wszystkie oznaki dobrobytu w otoczeniu, włączając wszystko, czemu pieniądze pomogły zaistnieć lub zostać stworzonemu; wszystkim pieniądзом, które posiadasz, w dowolnej formie; wszystkim pieniądзом, które krążą po świecie.

**Sukces** - Błogostaw wszystkie oznaki osiągnięcia albo ukończenia (takie jak budynki, mosty, obiekty sportowe); każdemu dotarciu do celu (statków,

samolotów, pociągów, samochodów, ludzi); wszystkie oznaki ruchu naprzód; wszystkie oznaki radości lub zadowolenia.

**Pewność** - Błogostaw wszelkie przejawy pewności w ludziach i zwierzętach; wszelkie oznaki siły w ludziach, zwierzętach i przedmiotach (włączając w to metal i beton); wszystkie oznaki stabilności (jak góry i wysokie drzewa); wszystkie oznaki znaczącej siły (włączając w to duże maszyny i linie elektryczne).

**Miłość i Przyjaźń** - Błogostaw wszelkie oznaki dbałości, współczucia i wspierania; wszelkie harmonijne związki w naturze i architekturze; wszystko, co jest związane z czymś albo delikatnie go dotyka; wszelkie oznaki współpracy w grach i zawodowej oraz wszelkie przejawy śmiechu i zabawy.

**Wewnętrzny Spokój** - Błogostaw wszelkie oznaki cichości, spokoju i wyciszenia (jak cicha woda albo nieruchome powietrze); wszelkie odległe widoki (horyzont, gwiazdy, księżyc); wszelkie rodzaje piękna widzianego, słyszanego albo dotykanego, czyste kolory, kształty; szczegóły naturalnych albo stworzonych obiektów.

**Duchowy Wzrost** - Błogostaw wszelkie przejawy wzrostu, rozwoju i zmiany w Naturze; przejścia dnia i nocy w okolicach świtu i zmierzchu; ruch słońca, księżyca, planet i gwiazd; lot ptaków po niebie i ruch wiatru oraz morza.

Wcześniejsze pomysły są wskazówkami, jeśli nie przywykłeś do błogostawienia, ale nie ograniczaj się do nich. Pamiętaj, że każda cecha albo warunek może zostać pobłogostawiona (np. możesz błogostawić chude tyczki i szczupłe zwierzęta, by pobudzić utratę wagi) niezależnie od tego, czy już istniała, istnieje obecnie albo jak dotąd istnieje jedynie w twojej wyobraźni.

Osobiście używałem mocy błogostawieństwa, by uzdrowić moje ciało, zwiększyć dochody, rozwinąć wiele umiejętności, stworzyć głębokie, pełne miłości relacje z żoną i dziećmi oraz by stworzyć światową sieć ludzi pracujących na rzecz pokoju z duchem aloha. I to właśnie dlatego, że to wszystko tak doskonale działało w moim przypadku, chciałem podzielić się tym z Wami. Proszę podzielić się tym dalej z tak wieloma, jak tylko możesz.

## **W Jaki Sposób Wzmocnić Twoją Moc Błogostawienia**

Istnieje technika praktykowana na Hawajach, która wzmacnia twoją moc błogostawienia poprzez zwiększenie twojej osobistej energii. To prosty sposób oddychania, który jest także używany do uziemiania, centrowania, medytacji i uzdrawiania. Nie wymaga specjalnej przestrzeni ani postawy i może być wykonana podczas ruchu albo w spoczynku, gdy jesteś zajęty, albo odpoczywasz, z oczami otwartymi albo zamkniętymi. Na Hawajach ta technika jest nazywana pikopiko, ponieważ piko oznacza zarówno koronę głowy jak i pępek.

### **Technika**

1. Stań się świadomy swojego naturalnego oddechu (może się zmienić właśnie z tego powodu, że zwracasz nań uwagę, ale to jest w porządku).

2. Zlokalizuj koronę i pępek albo używając świadomości albo dotyku.
3. Teraz z wdechem zwróć uwagę na koronę na głowie, a gdy wydechasz, zwróć uwagę na pępek. Oddychaj w ten sposób tak długo, jak długo chcesz.
4. Gdy poczujesz się zrelaksowany, ześrodkowany i/lub doenergetyzowany, zacznij wyobrażać sobie, że jesteś otoczony niewidzialną chmurą światła albo pola elektromagnetycznego i że twój oddech zwiększa energię tej chmury lub pola.
5. Gdy błogosławisz, wyobraź sobie, że obiekt twojego błogosławieństwa jest otoczony częścią takiej samej energii, która otacza ciebie.

## ALOHA NA ŚWIECIE

Projekt Aloha organizacji Aloha International dostarcza książeczki z takimi wskazówkami osobom indywidualnym, grupom, organizacjom i instytucjom na całym świecie dzięki chojnemu wsparciu ofiarodawców, którzy wierzą, że świat może być lepszym miejscem dzięki dostarczaniu ludziom informacji, które pomagają ludziom pomóc samym sobie.

By wnieść swój udział do Projektu, by zarekomendować grupę odbiorców lub organizację albo by uzyskać dodatkowe informacje, skontaktuj się:

The Aloha Project

---

[huna@huna.org](mailto:huna@huna.org)