

'Professor dos Professores'



Instrumento para Paz

Um guia prático para trabalhar com os transtornos & curar a mente

A mente em paz está curada. A mente em paz deu boas vindas à paz de todo o coração. Neste mundo, a falta de paz aparece em muitas formas. Para que a cura permanente ocorra, a falta de paz deve ser retraçada até a sua única causa na mente. O uso deste instrumento para retrair pode ajudar uma mente com disposição a abandonar aquilo que ela pensa que ela sabe, ver o mundo de um modo diferente e vivenciar o presente estado de paz e alegria.

1. Quando eu penso em (A) _____ (ação, situação ou evento passado ou futuro),
Eu sinto (B) _____ (emoções perturbadoras específicas) porque eu acho que
(C) _____ (nome) é culpado E / OU eu estou com medo que (C) _____ ocorrerá no futuro.

2. (A), (B), (C) provam que eu estou certo sobre _____ (minha crença na falta, tomando a forma da minha própria imagem / outra / do mundo). Eu não gosto de como eu me sinto agora, então estou pronto para considerar a possibilidade de que o modo que eu estou percebendo isso não é o modo que isso realmente é. Como parte do processo de cura, eu estou disposto a olhar para além da minha percepção deste transtorno (o significado que dei a isso) e olhar dentro da minha mente.

3. Eu quero aprender que existe um modo no qual eu posso ver, sem culpa, a parte que eu tenho ao pensar (A) _____ ao sentir (B) _____ e ao culpar (C) _____ e /ou ao temer (C) _____.

4. Eu libero o meu desejo de estar certo sobre a minha percepção de tudo isso: (A),(B),(C),(D). Em vez disso eu quero ser feliz. Através do ego (pensar e ver distorcido), eu percebo a causa do meu transtorno e a solução como estando fora da minha mente. Esta projeção parece muito real; seu propósito é distrair a minha mente de olhar para dentro.

5. Se a causa do meu transtorno e a solução estivessem fora da minha mente, de fato, eu não teria o poder de mudar o estado da minha mente. O meu uso da projeção (ver no exterior o que eu não quero ver no interior) é a razão porque eu pareço não ter poder, porque (C) _____ parece ser a causa do meu transtorno.

6. Pensando (A) _____ sentindo (B) _____ e culpando (C) _____ e / ou temendo
(C) _____ resulta da minha crença na falta (tomando a forma da minha própria imagem / outra / do mundo) (D) _____.

7. Eu só estou transtornado com alguém ou alguma coisa quando ele(s) reflete(m) na minha mente a crença que eu tenho negado na minha consciência. Quando eu culpo / temo alguma coisa no mundo, é para evitar ver o transtorno e a solução como realmente são (uma decisão na minha mente) e em vez disso manter a minha própria imagem / outra / do mundo como eu desejo. Culpar ou temer a minha própria imagem / outra / do mundo necessita que eu acredite que eu sou limitado em um corpo e em um mundo de corpos, e nega a realidade espiritual abstrata do meu ser. Como um primeiro passo para abandonar todo o transtorno, eu quero ver na minha mente aquilo que eu pensei que estava fora

dela. Ficar transtornado com (A) _____ é só uma outra tentativa para fazer (C) _____ a causa da minha culpa e medo.

8. Transtornos parecem valiosos e justificáveis quando (A) vai contra aquilo que eu quero (queria). O que eu quero (queria) e espero (esperava) é (E) _____ (ação, situação ou evento). Eu ainda acredito em alguma forma de falta (D) _____ então eu acho que eu preciso (E) para ser feliz, completo e estar em paz. A crença na falta e a expectativa resultante mais importante para mim do que a paz da mente?

9. Todas as coisas no mundo trabalham juntas para o meu bem. O que eu acho que é a causa do meu transtorno não é absolutamente a causa. A escolha para estar transtornado é uma escolha para não ver a causa, a minha crença na separação / falta, como uma decisão presente na minha mente. É uma tentativa de ver a causa no passado / futuro e o presente como o efeito.

10. O que eu quero EXATAMENTE AGORA, acima de qualquer coisa, é paz. Eu questiono (D) _____ e voluntariamente eu abandono (E) _____ a fim de me re-conectar com a minha única meta: a paz.

11. A Paz da mente é uma decisão do presente que eu escolho com gratidão EXATAMENTE AGORA! A culpa e o medo das conseqüências somente pareceram possíveis porque eu estava determinado a me apegar à crença na causa passada / futura. Eu abandono o significado que eu dei para o passado / futuro e abro a minha mente para o presente, absolvido e inocente.

12. Eu sou grato pelo reconhecimento de que a causa do meu transtorno, o qual pensei que estivesse no mundo, era na verdade uma crença e decisão na minha mente não questionada; eu decidi de uma nova maneira pela PAZ DA minha MENTE.