



## Néha a legegyszerűbb eszköz a legjobb!

Ha már egy ideje ismered az Accesst, biztosan van néhány kedvenc eszközöd, hogy kihozd magad az aktuális beragadt helyzetből. Az egyik alap eszköz az Access mantrája, ami lehet, eddig kívül került a radarodon.

Egyszerű, hatékony és elegáns, ahogyan kimondod, 10x reggel, 10x este: **MINDEN AZ ÉLETBEN KÖNNYEDÉN, ÖRÖMMEL & RAGYOGVA ÁRAD FELÉM.**

Egy mostani Voice America rádióadásban Gary Douglas, az Access alapítója elmondta, hogy ő az egész életét a könnyedség, öröm és ragyogás nézőpontjából éli. „Ma volt valami gond a gyomrommal” amelyre Gary ezt kérdezte: „Mi lehet ebben a könnyedség, öröm és ragyogás?” És minden, ami ez, felbukkant.

Minden alkalommal, amikor elmondod ezt a mantrát, Dain Heer azt mondja, hogy túllépsz ezen a realitáson.

„Mindenki másnak sokkal fontosabbak a trauma drámái, semmint az öröm, könnyedség és a ragyogó lehetőségek.”

Ha meg akarod változtatni az életed, válaszd a könnyedséget. A könnyedség a tér érzékelése és mindenki más problémáinak, fájdalmainak és szenvedésének az elutasítása. Az öröm egy élő energia: a béke érzetén keresztül dicsőséghez vezet, amely a bőség örömteli kifejeződése.

A mantra abban különbözik attól, hogy megállapításokat teszel, hogy nem próbálsz meg leküzdeni a negatív nézőpontokat. Ehelyett észreveszed, hogy az élet lehet néha jó rossz és csúf is.

Ahogy Dain magyarázta, „Többet nem különülsz el a rossztól, nem különülsz el a csúftól. Hanem hajlandó leszel a jó, a rossz és a csúf befogadására is, bármire, amit az élet hoz neked – könnyedséggel, örömmel és ragyogva.

„Már annyiszor láttuk, hogy tudjuk, ezen az úton lehetséges ezt elérni” tette hozzá Dain. "Azt is tudjuk, hogy az is egy választás, hogy választjuk-e vagy sem. Mennyire csömörlöttünk meg ettől a valóságtól, ami már nem tartogat lehetőségeket számunkra."

Használd ezt az eszközt, hogy megváltoztasd az életed, ami először szinte észrevehetetlenül fog megtörténni. És vedd észre, hogy néha neked kell megtenned érte lépéseket.

Ez egy „csináld-csináld világ” mondja Gary.

Tenedd kell valamit ahhoz, hogy megengedd, hogy bejőjön a könnyedség, az öröm, és a dicsőség a világodba. Élned kell az életed.

Have you considered **becoming a member of Pearls of Possibilities**? Your ease, joy and glory quotient just might increase!



Szabadon fordította: Hartyáni Réka

Forrás: <http://access-consciousness-blog.com/2016/08/sometimes-simplest-tool-best/>