



Η ΖΩΗ ΔΕΝ ΕΙΝΑΙ ΘΕΜΑ ΤΥΧΗΣ

ΤΙΠΟΤΑ ΔΕΝ ΕΙΝΑΙ ΤΥΧΑΙΟ



Πιστεύω ότι πριν γεννηθούμε επιλέγουμε αυτό που θέλουμε να μάθουμε σε κάθε ζωή μας, καθώς και την αποστολή που θέλουμε να φέρουμε σε πέρας. Οι ψυχές μας επιλέγουν τους γονείς μας και σχεδιάζουν συναντήσεις με τους ανθρώπους που θα μας βοηθήσουν να πετύχουμε τον σκοπό μας.

Και με βάση αυτά που θέλουμε να μάθουμε, ο Θεός μάς στέλνει στο ένα ή στο άλλο μέρος.

Κανονικά, υπάρχουν δύο διαφορετικές φάσεις στη ζωή κάθε ανθρώπου. Στην πρώτη φάση ζούμε αυτοματοποιημένα, χωρίς να θυμόμαστε από πού ερχόμαστε ή τις δυνατότητές μας, τα ταλέντα μας ή τις έμφυτες δυνάμεις μας. Το πρώτο στάδιο έχει να κάνει με την αφύπνιση, με το να θυμηθούμε ποιοι είμαστε, για ποια πράγ-

ματα είμαστε ικανοί και για ποιον λόγο βρισκόμαστε εδώ, μέχρι **να αφυπνιστεί η συνείδησή μας**.

Στη δεύτερη φάση, μετά την αφύπνιση, αλλάζει ο τρόπος που βλέπουμε τη ζωή μας και αρχίζουμε να «θυμόμαστε» ή να ανακαλύπτουμε τον λόγο για τον οποίο είμαστε εδώ. Σε αυτή τη φάση, αρχίζουμε να αναγνωρίζουμε τη δύναμη που μας έχει δοθεί και μαθαίνουμε να τη χρησιμοποιούμε.

Στο πρώτο μου βιβλίο, το **Πίστευε σ' εσένα**, εξηγώ γιατί το μυαλό που βρίσκεται εν υπνώσει αξίζει να αφυπνίσει την εσωτερική του δύναμη. Και επίσης, απευθύνομαι σε όσους ήδη αφυπνίζονται, αλλά ακόμα δεν έχουν πιστέψει στον εαυτό τους ή δεν τον αγαπούν αρκετά. Γι' αυτό τον λόγο, παρότι γνωρίζουν τις αρχές ή τους νόμους του σύμπαντος, ακόμα δεν έχουν καταφέρει να πετύχουν τα όνειρά τους.

Αυτό το βιβλίο είναι η συνέχεια του **Πίστευε σ' εσένα**. Γι' αυτό, ανεξάρτητα από τη φάση στην οποία βρίσκεσαι, σου ζητώ να το διαβάσεις για να ενισχύσεις το σύστημα των πεποιθήσεών σου, ώστε να μπορέσεις να πραγματοποιήσεις πιο αποτελεσματικές αλλαγές.

Αφού έχουμε περάσει τόσα χρόνια σε ύπνωση, επαναλαμβάνοντας αρχέγονα περιοριστικά μοτίβα, είναι απαραίτητο να επαναλάβουμε πολλές φορές τις νέες πεποιθήσεις και σκέψεις που μας μιλούν για την πραγματική δύναμη και ικανότητά μας, μέχρι όλα τα κύτταρα της ύπαρξής μας να διαποτιστούν από τη θεϊκή σοφία που μεταδίδει το **Πίστευε σ' εσένα**.

Η ψυχή σου το ξέρει ήδη – πάντα το ήξερε. Όμως, το μυαλό σου σού μιλάει τόσο δυνατά, που στην αρχή είναι δύσκολο να ακούσεις τη φωνή της ψυχής σου.

Ό,τι μας συμβαίνει συμβαίνει για να μάθουμε να αγαπάμε, τους εαυτούς μας και τους άλλους.

Η ζωή διέπεται από νόμους που λειτουργούν αδιάκοπα, κάθε

στιγμή. Η ζωή είναι ένα τέλειο σύστημα που αναζητά πάντα την ισορροπία και την αρμονία. Γιατί η νοημοσύνη που το έφτιαξε διαθέτει αρμονία και τελειότητα. Αν και, πολλές φορές, λόγω των περιοριστικών πεποιθήσεών μας, δεν είμαστε σε θέση να το αντιληφθούμε.

Προσελκούμε εμπειρίες σύμφωνα με τις δονήσεις μας, τη δόνηση που εκπέμπουν οι σκέψεις και τα συναισθήματά μας. Αυτός είναι ο τρόπος με τον οποίο μας διδάσκει η ζωή πώς να φερόμαστε στον εαυτό μας και στους άλλους.

Γι' αυτό, είναι πολύ σημαντικό να έχουμε επίγνωση των σκέψεών μας και της συναισθηματικής διαχείρισης όλων όσα αισθανόμαστε.

Οι μεγάλοι σου δάσκαλοι είναι οι γονείς σου, τα παιδιά σου, ο σύντροφός σου, οι καλύτεροί σου φίλοι και, γενικά, οι πιο κοντινοί σου άνθρωποι. Πέρα από όλους αυτούς, εγώ έμαθα πολλά από τους πελάτες μου, τους ακολούθους και τους αναγνώστες μου. Όταν με αγαπώ, δέχομαι πολλά μηνύματα γεμάτα αγάπη που με ευχαριστούν για τη δουλειά μου.

Όταν με επικρίνω, προσελκύω την κριτική.

Όταν είμαι άδικη με τον εαυτό μου, προσελκύω την αδικία.

Όταν δίνω περισσότερα στους άλλους σε σχέση με τον εαυτό μου, οι άλλοι αρχίζουν να μου ζητούν όλο και περισσότερα.

*Εγώ καθορίζω τι χρειάζομαι.
Το προσελκύω με τρόπο έμφυτο.*

Ό,τι χρειάζεται (να μάθεις) έρχεται προς εσένα κάθε στιγμή. Κάποιες εμπειρίες θα θεωρηθούν επώδυνες και άλλες πολύτιμες, αλλά όλες έχουν την ίδια λειτουργία: **σε διδάσκουν.**

Αν δεν δίνεις στον εαυτό σου ό,τι χρειάζεται, οι εμπειρίες θα σου φέρνουν όλα όσα πρέπει να μάθεις.

Αν δεν αφήσεις, όμως, χώρο για εσένα, για να δεχτείς, για αυτό που εσύ θέλεις, αυτά που ποθείς δεν θα βρουν χώρο για να γεμίσουν τη ζωή σου. Και αν δεν αφήσεις χώρο για εσένα, με τον καιρό θα προσελκύσεις συγκεκριμένες εμπειρίες που θα σε κάνουν να αρχίσεις να το συνειδητοποιείς.

ΜΑΡΤΥΡΙΑ

Το **Πίστεψε σ' εσένα**, το υπέροχο βιβλίο της Ρουι Νιέβες, είναι μια πηγή παγκόσμιας γνώσης, ενδυνάμωσης και αυτογνωσίας. Πίσω από τις σελίδες του, που είναι γραμμένες σε απλή γλώσσα που συχνά σε εμπνέει, βρίσκεται ένα πολύ ξεχωριστό πρόσωπο, το οποίο είχε την ευλογία να μας μεταδώσει τόσο σπουδαίες πληροφορίες.

Έχω διαβάσει πολλά βιβλία προσωπικής ανάπτυξης τα τελευταία χρόνια, και σίγουρα αυτό είναι ένα βιβλίο που πρέπει να διαβάσεις, να ξαναδιαβάσεις, να το μελετήσεις και να το έχεις στο κομοδίνο σου τη νύχτα όπως κάνω εγώ, γιατί είναι **ένα σπουδαίο βιβλίο-πηγή έμπνευσης**.

Το γεγονός ότι έχω διαβάσει το βιβλίο σου, ότι σε έχω γνωρίσει προσωπικά και έχω δουλέψει μαζί σου ήταν από τα καλύτερα δώρα που μου έχει στείλει το σύμπαν.

Ελπίζω να μας φωτίζει για πολύ καιρό ακόμη το φως σου, ώστε να μπορέσουμε να συνεχίσουμε να σε βλέπουμε να λάμπεις όπως έλαμπες και να αποτερείς παράδειγμα για πολλούς ανθρώπους. Το ξέρω ότι θα γίνει έτσι λόγω της επιτυχίας σου, και αυτό με χαροποιεί πραγματικά.

Ευχαριστώ, ευχαριστώ, ευχαριστώ που συμβάλλεις στη δημιουργία ενός καλύτερου κόσμου, ο δικός μου ήδη βελτιώθηκε χάρη σ' εσένα.

ΧΟΣΕ ΜΑΡΙΑ ΧΟΥΡΑΔΟ

Συγγραφέας του βιβλίου *Más allá de tus miedos*
www.josemariajurado.es







ΤΙΠΟΤΑ ΚΑΙΝΟΥΡΓΙΟ ΚΑΤΩ ΑΠΟ ΤΑ ΑΣΤΕΡΙΑ

Η ΑΛΗΘΕΙΑ ΒΡΙΣΚΕΤΑΙ ΑΝΑΜΕΣΑ ΜΑΣ ΕΔΩ ΚΑΙ ΧΙΛΙΑΔΕΣ ΧΡΟΝΙΑ



Όλα όσα εξηγώ σε αυτό το βιβλίο μεταδίδονται ήδη από τις αρχές του κόσμου. Οι αρχαιότεροι πολιτισμοί και κουλτούρες ήδη γνώριζαν τις αρχές της μεταφυσικής που παρουσιάζονται σε αυτό το βιβλίο.

Οι φυσικοί νόμοι, οι νόμοι του σύμπαντος ή της δημιουργίας είναι γνωστοί εδώ και χιλιάδες χρόνια, από την αυγή του πολιτισμού. Ωστόσο, ακόμα υπάρχουν εκατομμύρια άνθρωποι που δεν τους γνωρίζουν ή δεν μπορούν να τους κατανοήσουν, και γι' αυτό δεν τους πιστεύουν ή δεν ξέρουν πώς να τους εφαρμόσουν στην καθημερινότητά τους για να βελτιώσουν τη ζωή τους. Γιατί, για να μπορέσεις να **πιστέψεις**, πρώτα είναι απαραίτητο να **καταλάβεις**.

Και γι' αυτό υποφέρουν από προβλήματα οικονομικά, ερωτικά, αυτοεκτίμησης ή υγείας.

Γι' αυτό έγραψα αυτό το βιβλίο, για να βοηθήσω στη διάδοση και στην κατανόηση της αλήθειας και για να δώσω τη δυνατότητα σε όλο και περισσότερους ανθρώπους κάθε μέρα να αρχίσουν να κατανοούν αυτό που πραγματικά είναι, να πάψουν να υποφέρουν λόγω της έλλειψης αυτογνωσίας και να αρχίσουν να απολαμβάνουν όλη τη δύναμη που τους έχει δοθεί.

*Βλέπουμε μόνο αυτό που θεωρούμε πιθανό:
ό,τι μας φαίνεται αδύνατο, δεν το βλέπουμε.*

Λένε πως οι αυτόχθονες της Αμερικής στην αρχή δεν έβλεπαν τα πλοία που πλησίαζαν τις ακτές τους. Δεν είχαν δει ποτέ κάτι ανάλογο, κι έτσι δεν το αντιλαμβάνονταν. Οι σαμάνοι διαισθάνονταν ότι κάτι συνέβαινε, αλλά δεν το κατανοούσαν, μέχρι που, έπειτα από πολλές ημέρες, κατάφεραν να τα δουν. Το μυαλό τους είχε ανοίξει και αναγνώριζε κάτι καινούργιο.

3

Η ΖΩΗ ΣΟΥ ΑΛΛΑΖΕΙ
ΜΕ ΤΗΝ ΤΑΧΥΤΗΤΑ ΠΟΥ ΤΗΣ
ΕΠΙΤΡΕΠΕΙ Η ΣΥΝΕΙΔΗΣΗ ΣΟΥ

**Η ΣΥΝΕΙΔΗΣΗ ΣΟΥ ΔΕΧΕΤΑΙ ΜΟΝΟ
Ο,ΤΙ ΕΧΕΙ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΤΕΙ ΝΑ ΑΝΤΕΞΕΙ**



Όταν αρχίσεις να έχεις επίγνωση της δημιουργικής σου δύναμης, είναι πιθανό να νιώσεις τον ίλιγγο του κενού. Η δημιουργία αρχίζει σε πνευματικό επίπεδο και, όταν ξεκινάς να βλέπεις ότι οι σκέψεις σου γίνονται δημιουργήματα, η συνείδησή σου επηρεάζεται. Δεν έχουμε συνηθίσει να βλέπουμε τις επιθυμίες μας να υλοποιούνται με την ταχύτητα του φωτός.

Γι' αυτό, μερικές φορές, οι αλλαγές έρχονται πιο αργά από όσο θα μας άρεσε. Αυτό συμβαίνει απλώς γιατί το μυαλό μας και η συνείδησή μας απαιτούν χρόνο για να αποδεχτούν αυτό το θαύμα, αυτή την αλλαγή.

Όταν εγώ άρχισα να βλέπω τα όνειρά μου να γίνονται πραγματικότητα, ένιωσα ότι περπατούσα στο κενό, ότι δεν είχα τίποτα γύρω μου και ότι τα όνειρά μου, που γίνονταν πραγματικότητα, προέκυπταν από το πουθενά. Αυτό μου προκαλούσε ίλιγγο, ειδικά στην αρχή.

Η επίγνωση της δημιουργικής διαδικασίας μπορεί να μας τρομάξει, γιατί βλέπουμε να πραγματοποιούνται όχι μόνο τα καλά, αλλά και αυτά που φοβόμαστε. Γιατί κάθε επιθυμία ή φόβος, που τρέφουμε πολύ καιρό, μπορεί εντέλει να πραγματοποιηθεί.

Όπως ήδη εξήγησα στο **Πίστεψε σ' εσένα**, για να μπορέσεις να αναγνωρίσεις τις δυνάμεις σου, είναι απαραίτητο πρώτα να αναγνωρίσεις την ευθύνη σου. Δηλαδή, να αναγνωρίσεις ότι εσύ είσαι υπεύθυνος για αυτό που σου συμβαίνει. Το πιο δύσκολο είναι ότι, όταν φτάνουν σε αυτό το σημείο, τα περισσότερα άτομα νιώθουν ενοχές για όλα όσα έχουν συμβεί στη ζωή τους.

Είναι πολύ σημαντικό να απαλλαγείς από την ενοχή και να κατανοήσεις ότι δεν είσαι υπεύθυνος για ό,τι δεν μπορείς να ελέγξεις. **Δεν είσαι ένοχος για τίποτα.** Είναι πολύ σημαντικό να καταλάβεις τη διαφορά ανάμεσα στην **ενοχή** και στην **ευθύνη**.

Για να απαλλαγείς από την ενοχή πρέπει **να μάθεις να αγαπάς** τον εαυτό σου. Το μυαλό μας πάντα τείνει να αναζητά ενόχους και, όταν του λέμε ότι οι άλλοι δεν φταίνε, αυτόματα θα προσπαθήσει να ενοχοποιήσει εμάς τους ίδιους. Και εδώ πρέπει να μείνεις σταθερός, ώστε να το εκπαιδεύσεις και να του διδάξεις πως **δεν είσαι υπεύθυνος για τίποτα, ότι είσαι αθώος**, γιατί τώρα μαθαίνεις και ότι η πλειονότητα των σκέψεών σου δεν γίνεται συνειδητά. Αυτό το μάθημα μπορεί να προκύψει μόνο μέσα από την αγάπη, μαθαίνοντας **να αγαπάς τον εαυτό σου**.

Εξάλλου, γνωρίζουμε τόσο λίγα πράγματα για την αγάπη, την έχουμε βιώσει σε τόσο μικρές δόσεις, που το μυαλό μας τρομάζει γιατί του είναι κάτι άγνωστο. Έχουμε ζήσει τόσο καιρό υποφέρο-

ντας από τη σκληρότητα της ζωής, που φτάσαμε στο σημείο να φυλαγόμαστε από την ευτυχία και την αγάπη.

Γι' αυτό υπάρχουν τόσοι άνθρωποι που ακόμα δεν είναι έτοιμοι να δεχτούν κάτι τόσο μεγάλο και τόσο σπουδαίο όσο το να είναι ευτυχισμένοι κάθε μέρα της ζωής τους. Η επίγνωση απαιτεί χρόνο.

Αυτό μου θυμίζει κάποιες περιπτώσεις στις οποίες σχεδόν έχασα τις αισθήσεις μου όταν με φίλησε ένα αγόρι με το οποίο ήμουν ερωτευμένη. Προσπαθούσα να τον ξεχάσω, γιατί αυτή η ερωτική ιστορία δεν μπορούσε να συνεχιστεί. Είχαμε περάσει κάποιο διάστημα χωρίς να βλέπομαστε, αλλά μια μέρα συναντηθήκαμε. Και εκείνος με φίλησε με τόσο πάθος, που παραλίγο να χάσω τις αισθήσεις μου, κυριολεκτικά άρχισα να ζαλίζομαι. Ήταν λες και η συνείδησή μου δεν μπορούσε να αντέξει κάτι τόσο όμορφο.

Και όπως ήδη ξέρεις, το μάθημα που δεν μαθαίνεις επαναλαμβάνεται. Περίπου δύο χρόνια μετά, στο ίδιο σημείο, στην ίδια πόλη, ακόμα ένα αγόρι που αγαπούσα πολύ, άλλη μια ανεκπλήρωτη ιστορία αγάπης, με φίλησε και εγώ ένιωσα το ίδιο αίσθημα. Αυτή τη φορά, είχα επίγνωση και σταμάτησα. Και είπα μέσα μου: «Ρουτ, μπορείς να το αντέξεις, ηρέμησε, πάρε ανάσα». Και έτσι αυτή τη φορά δεν ζαλίστηκα.

Άκουσα τον Ενρίκ Κορμπέρα να εξηγεί πως, όταν το μυαλό μας βιώνει μια πολύ έντονη εμπειρία ή ανακαλύπτει κάτι πολύ εντυπωσιακό, μερικές φορές νιώθουμε ζάλη, γιατί προκύπτουν ιδέες και σκέψεις που διεγείρουν πολλούς νευρώνες και αλλάζουν πολλά νευρωνικά δίκτυα, που είναι λες και ο εγκέφαλός μας θα χρειαστεί προσωρινά περισσότερο οξυγόνο για να κατανοήσει αυτή την καινούργια εμπειρία, για να φέρει σε πέρας αυτή τη νευρωνική αλλαγή και να δημιουργήσει αυτή την καινούργια διαδρομή στο μυαλό μας.

Προσωπικά φαντάζομαι τον **ανθρώπινο εγκέφαλο** σαν μια μεγάλη πόλη σε ύψωμα, γεμάτη δρόμους, λεωφόρους και αυτοκινητόδρομους που διασταυρώνονται και συνδέονται σε διάφο-

ρα επίπεδα. Σαν ένα μεγάλο οδικό δίκτυο. Κάθε δρόμος είναι μια πεποίθηση. Οι καινούργιες ιδέες είναι λιγότερο ασφαλείς, άλλες βρίσκονται υπό κατασκευή. Και πάνω απ' όλα, έχουμε μεγάλους αυτοκινητόδρομους, υπόγεια τούνελ προστατευμένα από τις πιο βασικές πεποιθήσεις, αυτές της παιδικής μου ηλικίας.

Κάθε φορά που αλλάζουμε μια πεποίθηση είναι σαν να καταργείται ένας δρόμος και να κατασκευάζεται ένας άλλος στη θέση του, ο οποίος οδηγεί σε άλλο σημείο. Ο νέος δρόμος αντικαθιστά τον παλιό, αφήνοντας την παλιά πεποίθηση αναξιοποίητη.

Το μυαλό σου είναι προετοιμασμένο για οποιαδήποτε αλλαγή, αλλά η συνείδησή σου όχι. Η συνείδησή σου χρειάζεται χρόνο, γι' αυτό κάποιοι άνθρωποι αφυπνίζονται αργότερα σε σχέση με κάποιους άλλους. Είναι κάτι που δεν μπορεί να γίνει με το ζόρι.

Στα χρόνια που έζησα στο σκοτάδι, αναζήτησα την **πίστη**. Και, λέγοντας «σκοτάδι», εννοώ εκείνο το στάδιο στο οποίο δεν είχα επίγνωση όλης της δύναμης που μας έχει δοθεί. Δεν καταλάβαινα τίποτα ή σχεδόν τίποτα. Επί πολλά χρόνια, δεχόμουν τη δύναμη και, όταν η συνείδησή μου ήταν πια έτοιμη, μου δόθηκαν όλες οι απαντήσεις που έψαχνα τόσο καιρό. Και αυτή τη **γνώση** μού την έδωσε η **πίστη**.