InPresence 0003: Η Δύναμη της υποβολής με τον Τζέφρι Μίσλοφ

Οπτικοακουστικό κείμενο - New Thinking Allowed με τον Τζέφρι Μίσλοφ
www.newthinkingallowed.org

Καταγράφηκε την 1, Μαρτίου, 2018
Δημοσιεύθηκε στο YouTube στις 4 Μαρτίου, 2018

Copyright © 2020, New Thinking Allowed Foundation

(00:33) Γειάσας. Είμαι ο Τζέφρι Μίσλοφ. Αυτή η έκδοση "In Presence," θα επικεντρωθεί στη δύναμη της υποβολής. Αν παρακολουθείτε για πρώτη φορά" In Presence" του καναλιού New Thinking Allowed, θα ήθελα να σας ενθαρρύνω να παρακολουθήσετε αυτές τις εκπομπές σε ορθή σειρά. Αυτό είναι το τρίτο τμήμα. Θα επιβραβευθείτε πολύ αν το παρακολουθήσετε, πιστεύω αν αρχίσετε από το πρώτο και δεύτερο τμήμα. Θα δείτε πάνω δεξιά στη γωνία της οθόνης σας ένα σύνδεσμο a link που θα σας οδηγήσει κατευθείαν εκεί. [www.youtube.com/watch?v=tzt_VubhK6A]

(01:09) Η υποβολή είναι από τις πιο μεγάλες δυνάμεις στην ανθρώπινη ψυχολογία. Υπάρχει τεράστιο υλικό σε τέτοια ζητήματα όπως η αυθυποβολή, αυτοσεβασμός, και κυρίως η αυτο-ύπνωση. Ο τρόπος που μιλούμε στον εαυτό μας, και ο τρόπος που μας μιλούν άλλοι άνθρωποι δημιουργείτεράστιο αντίκτυπο στον τρόπο που δημιουργείται η ψυχή.

(01:37) Ήμουν πολύ τυχερός στα εφηβικά μου χρόνια. Είχα ένα ξάδελφο τον Στιούαρντ, την εποχή που μεγάλωνα στο Φοντ Ντου Λακ, του Γουισκόνσιν Wisconsin, ήταν ερασιτέχνης μάγος και είχε κάνει πρακτική και μελέτησε τον υπνωτισμό. Όταν ήμουν έφηβος με δίδαξε πως να κάνω αυτο-ύπνωση. Είναι πολύ εύκολο. Πρώτα με υπνώτισε και μετά ήμουν έτοιμος να αυτο-υπνωτίζομαι μόνος μου.

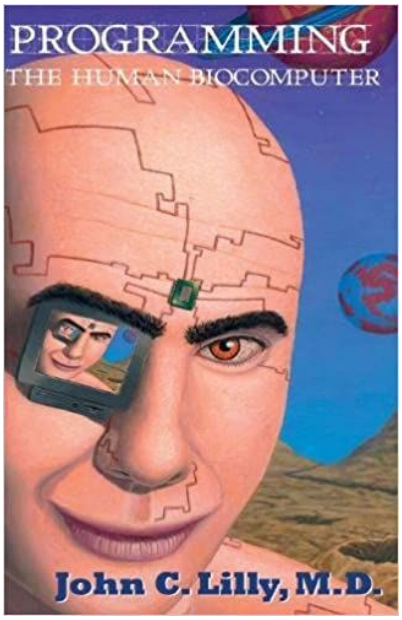
(02:05) Το έκανα σε με μεγάλο βαθμό, γιατί στα εφηβικά μου χρόνια, δεν ξέρω αν εξακολουθεί η ίδια πρακτική, αλλά τότε τη δεκαετία του 60, κάναμε ένα τέστ, που ονομαζόταν PSAT, τις Προκριματικές Σχολικές Εξετάσεις Ικανοτήτων, που ήταν ένας τρόπος να προβλεφθούν οι βαθμοί που θα έπαιρνες τον επόμενο χρόνο όταν κάνεις τις Σχολικές Εξετάσεις Ικανοτήτων. Είχα καλούς βαθμούς, αλλά δεν ήταν και οι καλύτεροι δυνατοί.Έκανα αυτο-ύπνωση στο τελευταίο μου έτος για να προετοιμάσω το μυαλό μου, να έχει διαύγεια και να είναι σταθερό, να έχω καλή μνήμη και να αποφασίσω τις ορθές απαντήσεις για τις Σχολικές Εξετάσεις Ικανοτήτων του τελευταίου μου έτους.Οι βαθμοί μου είχαν ανέβει εξαιρετικά, γύρω στους τρεις τυπικές αποκλείσεις, που για όσους αντιλαμβάνονται κάτι από στατιστική καταναοούν ότι είναι σχεδόν μη αναμενόμενο. Το υλάχιστον για τις τότε μέρες, θεωρήτω ότι οι βαθμοί στις εξετάσεις των SAT προβλέπονται απ' τους βαθμούς που παίρνει κάποιος στις εξετάσεις PSAT.

(03:13) Έτσι, απο τότε, είχα την ευκαιρία να χρησιμοποιώ την αυτο-ύπνωση, την αυθυποβολή, για ένα σωρό λόγους. Είναι τόσο δυνατή τεχνική που υπάρχουν πολλές καλεσέρευνες όπου μπορείς να δημιουργήσεις φουσκάλλες στο δέρμα σου μόνο απ τη δύναμη της υποβολής. Υπάρχουν πολλές υποθέσεις με ξαφνικές υποτροπές σε ασθένειες.Υπάρχουν μελέτες που έχουν να κάνουν με την βελτιωμένη μνήμη,ή την βελτιωμένη εξυπνάδα,ή την απαλλαγή απο κακές συνήθειες,όπως το κάπνισμα, που είναι ένα σοβαρό πρόβλημα εθισμού.

(03:54) Συγκεκριμένα,με την υποβολή σε σχέση με την προσωπική σου αυτοεκτίμηση.Μιλήσαμε στο δεύτερο επεισόδιο αυτών των σειρών για την σημασία της άνευ όρων αγάπης για τον εαυτό. Ένας τρόπος είναι η χρήση της υποβολής, και είναι πολύ απλό να πεις στον εαυτό σου "αγαπώ τον εαυτόμου άνευ όρων, ανεξάρτητα από το τι κάνω. απο το τι σκέφτομαι, από τι λέω και πως αισθάνομαι."Αγαπώ τον εαυτόμου άνευ όρων. Επιπλέον, αγαπώ και άλλους ανθρώπους. Εχω ένα ξεστό, θετικό

τρόπο σε σχέση με άλλους ανθρώπους όλες τις στιγμές." Αυτές είναι απλές υποβολές. απλοί τρόποι να μιλάς στον εαυτόσου. Αλλά κάνουν θαύματα. Μπορώ να το πω απο δικήμου εμπειρία.

(04:54) Και φυσικά, για όλη τη διάρκεια της μέρας θα υπάρχουν αρνητικές σκέψεις που έρχονται στην επιφάνεια. Σκέψεις του τύπου, εκείνο το ενοχλητικό άτομο..., εκείνο το άτομο. τι έχουν κάνει, είναι κακοί. Ή ακόμη χειρότερα, να λες κάτι τέτοιο για τον εαυτό σου. Αυτές οι συνήθειες μπορούν να διακοπούν, και η δύναμη της υποβολής μπορεί να βοηθήσει. Μπορεί να χρησιμοποιηθεί για να ελέγξετε το βάρος σας, μπορεί να χρησιμοποιηθεί για αθλητικές επιδόσεις, μπορεί να χρησιμοποιηθεί για σχολικές επιδόσεις, μπορεί να χρησιμοποιηθεί για καλλιτεχνική επίδοση. Εχώδει ανθρώπους να πηγαίνουν για ύπνωση και να συνθέτουν σονάτες στην ίδια μορφή με τους καλλιτέχνες του παρελθόντος, όπως ο Μότζαρτ και ο Μέντελσσοχν.



(05:41) Δεν υπάρχει κατ'ακρίβεια περιορισμός. Και κατ'ακρίβεια, μόλις θυμήθηκα μια φράση που έγινε δημοφιλής απο τον Δρ. Τζον Λίλλη, το άτομο που εφηύρε τη δεξαμενή απομόνωσης, δεξαμενή αισθητηριακής απομόνωσης. Έγραψε ένα σημαντικό βιβλίο με τίτλο Προγραμματισμός του Ανθρώπινου Βιουπολογιστή. Είπε ότι δεν υπάρχουν περιορισμοί στο ανθρώπινο μυαλό εκτός απο τις σκέψεις που δημιουργούμε. Και αυτοί οι περιορισμοί μπορούν να ξεπεραστούν.

(06:15) Αλήθεια, ένα απο τα πιο δυναμικά εργαλεία που έχετε στη διάθεσή σας είναι η υποβολή και η ύπνωση. Τώρα κάποιοι μπορεί να σκέφτεστε στην παρούσα στιγμή το πως θα το αρχίσετε.

(06:31) Έχω προετοιμάσει, σε ηχογράφηση αυτόπου ονομάζουμε καθοδηγούμενο διαλογισμό, που είναι μια άλλη μορφή ύπνωσης, κατ'ακρίβεια. Εννοώ ότι είναι για γκάμα εμπειριών μεταξύ αυθυποβολής, και αυτούπνωσης όλα πέφτουν στην ίδια κατηγορία. Αυτή η ηχογράφηση έγινε πριν 30 χρόνια. Πρόσφατα την ανανέωσα. Χρειάζονται περίπου 40 λεπτά για να γίνει αυτή η διαδικασία. Μπορείτε να ξαπλώσετε, να κλείσετε τα μάτια και απλώς να ακούτε. Ήαν προτιμάτε καθίστε, και ακούστε με τα μάτια σας κλειστά. Ήαν θέλετε κρατείστε τα μάτια σας ανοιχτά. Έχω προσθέσει κάποια γραφικά. Είναι μια όμορφη εμπειρία. Άνθρωποι που το δοκίμασαν αναφέρουν ότι μπαίνουν σε ένα ευχάριστο επίπεδο συνειδητότητας, όμοιο, ίσως όχι το ίδιο αλλά όμοιο με. την παγκόσμια συνειδητότητα.

(07:30) Αυτό είναι στη διαθεσή σας, ακόμη μια φορά, αν κοιτάξετε πάνω στη δεξιά γωνία της οθόνης σας, αυτή τη στιγμή που σας μιλώ, θα δείτε τον σύνδεσμο, a link που θα σας πάει εκεί, και μπορείτε να παρακολουθήσετε τον καθοδηγούμενο διαλογισμό [www.youtube.com/watch?v=-O2EmFYL8ks]. Ονομάζεται "Θεραπεύουμε τον Πλανήτη Εμείς". Θα σας βοηθήσει να δημιουργήσετε μια αντίληψη όχι μόνο με την ικανότητα άσας να οδηγάτε τις σκέψεις σας και το δικόσας διαλογισμό, αλλά θα σας ανοίξει και πολλά κέντρα ενεργειακής επίγνωσης, κέντρα που ονομάζονται τσάκρα, που επιτρέπει στο μυαλόσας να ταξιδεύει το σύμπαν. Αλλά πιο σημαντικό, να έρθετε σε επαφή με την δικήσας προοπτική να είστε θεραπευτές. Με αυτό κλείνω και αυτήν την έκδοση, της εκπομπής "In Presence." Ευχαριστώ που ήσαστε μαζί μου. (08:18)

(Translated by: Eve Menelaou)
(Μετάφραση Ήβη Μενελάου)

New Thinking Allowed Foundation



Supporting Conversations on the Leading Edge of Knowledge and Discovery with Psychologist Jeffrey Mishlove

Visit our YouTube Channel for More Videos