

# Feeling is the secret - på svenska C

En något förenklad version. Bön har ändrats till djup avslappning eftersom det är så vi beskriver samma sak.

Neville Goddard

## Lagen om medvetande

Människans programmering i uppväxten skapar den värld vi lever i. Medvetande är substansen som skapar den värld vi lever i. Så det är till medvetandet vi måste vända oss om vi ska upptäcka skapelsens hemlighet. Kunskap om medvetandets lag kommer göra det möjligt för dig att åstadkomma allt du önskar i livet. När du förstår denna lag kan du bygga och upprätthålla en idealisk värld i 5D.

Medvetandet är den enda verkligheten som finns, inte bara bildlig utan faktiskt. Denna verklighet kan för tydlighetens skull liknas vid en ström som är uppdelad i två delar, det medvetna och det undermedvetna. För att intelligent driva lagen om medvetande, är det nödvändigt att förstå förhållandet mellan det medvetna och det undermedvetna. Det medvetna är personligt och selektivt och det undermedvetna är opersonligt och icke-selektivt. Det medvetna är effektens rike och det undermedvetna är orsakens rike.

Dessa två aspekter är de manliga och kvinnliga indelningarna av medvetande. Det medvetna är manligt och det undermedvetna är kvinnligt. Det medvetna genererar idéer och påverkar det undermedvetna med dessa idéer och det undermedvetna tar emot idéer och ger dem form och uttryck.

Genom denna lag skapas först en idé i det medvetna som påverkar det undermedvetna. Allt utvecklas i medvetandet och utan denna sekvens blir inget gjort. Det medvetna påverkar det undermedvetna och det undermedvetna uttrycker allt det blivit påverkat av. Det undermedvetna skapar inte idéer, utan accepterar alla idéer som den sedan ger ett uttryck för.

Genom förmågan att välja idé och att känna det vi kan föreställa oss (fantisera) kan människan ha kontroll över skapelsen. Kontroll av det undermedvetna uppnås genom medvetna val av idéer och känslor. Mekanismen för skapandet är gömd i djupet av det undermedvetna.

Det undermedvetna överskrider förnuftet och är oberoende av logiken. Den tar en känsla som ett sant faktum och ger uttryck för den. Den kreativa processen börjar med en idé som leder till en känsla och slutar i en vilja att agera. Idéer påverkar det undermedvetna genom känslans medium. En idé utan känsla kan inte påverka det undermedvetna så välj en idé som ger en stark och bra känsla. För oavsett känsla så kommer den att uttryckas.

Känslan är det enda medium genom vilket idéer förmedlas till det undermedvetna. Därför kan den som inte kontrollerar sin känsla lätt påverka sitt undermedvetna med oönskade känslor som leder till oönskade resultat. Med kontroll av känslan menas inte återhållsamhet eller att undertrycka känslan, utan snarare en disciplinering av jaget så att man kan föreställa sig och underhålla en känsla som bidrar till lycka.

Att ha kontroll över känslan är mycket viktig för ett bra och lyckligt liv. Tillåt därför aldrig en oönskad känsla. Att påverkas av andras ofullkomlighet leder till påverkan av det egna undermedvetna.

Tillåt inte att andras åsikter om dig påverka dina känslor. Det är vägen till ett fullkomligt och lyckligt liv. Varje känsla gör ett undermedvetet intryck och om inte en negativ känsla motverkas av en kraftfullare positiv känsla, kommer den negativa känsla att uttryckas. Den dominerande känslan är den som uttrycks. Jag är frisk är en starkare känsla än att jag kommer att vara frisk. Att känna att jag kommer att vara är att erkänna att jag inte är det.

**Det du känner dominerar alltid över den du skulle vilja vara, därför behöver den önskade känslan som du inte är, bli tillståndet som upplevs att du är för att förverkligas.**

Den nuvarande känslan föregår önskad manifestation och är grunden på vilken all manifestation vilar. Var därför aktsam med ditt humör och dina känslor, för det finns en obruten koppling mellan dina känslor och din synliga värld. Din kropp är ett känslomässigt filter som hela tiden uttrycker dina vanliga känslor. Det är speciellt känslomässiga störningar och undertryckta känslor som är orsakerna till all sjukdom.

Att känna intensivt att något är fel utan att ge uttryck för den känslan är början på sjukdom i både kropp och sinne. Undvik att underhålla en känsla av ånger, misslyckande eller frustration eftersom det kan leda till sjukdom. Alla förändringar som uttrycks kommer genom en förändring av känslan. En förändring av känslan är en förändring av framtiden. Allt skapande sker i det undermedvetnas domän.

Du behöver utveckla en reflekterande kontroll över det som pågår i ditt undermedvetna, det vill säga kontroll över dina idéer och känslor. Slump eller olycka är inte ansvarigt för de saker som händer dig, och är det inte heller ett förutbestämt öde till din förmögenhet eller olycka. Ditt undermedvetna avgör förutsättningarna för din värld. Det undermedvetna är inte selektivt, det är opersonligt och har ingen respekt för människor.

Det undermedvetna är inte bekymrad över sanningen eller falskheten i din känsla. Det accepterar alltid det som du känner är sant som sant. Känslan beskriver om det som förklaras ska upplevas som sant. På grund av denna kvalitet i det undermedvetna finns det inget som är omöjligt för människan. Vad än människans sinne kan föreställa sig och känna som sant, måste det undermedvetna ge uttryck för.

Dina känslor skapar mönstret från vilket din värld är formad och en förändring av känslan är ett byte av mönster. Det undermedvetna misslyckas aldrig med att uttrycka det som den blivit påverkad av. I samma ögonblick som den får ett intryck börjar den utarbeta metoder för sitt uttryck. Det undermedvetna accepterar alltid känslan som den blivit påverkad av och börjar omedelbart att producera den yttre objektiva världen till den exakta likheten av den känslan. Det undermedvetna ändrar aldrig människans accepterade övertygelser. Resultatet utbildar sedan människan om övertygelsen är fördelaktig eller inte.

För att påverka det undermedvetna med det önskvärda tillståndet behöver du anta känslan som om du redan hade förverkligat din önskan. När du definierar ditt mål, se inga hinder eller svårigheter utan bara se målet. Du behöver ha kontroll på känslan så att du inte påverkar det undermedvetna med problem eller hinder vilket kommer att fördröja eller stoppa den önskade manifesteringen.

Det undermedvetna är skapelsens sköte. Den tar emot idén genom människans känslor. Det förändrar aldrig den mottagna idén, utan ger den alltid form. Att känna ett tillstånd som hopplöst eller omöjligt är att påverka det undermedvetna med idén av misslyckande. Det undermedvetna tjänar troget människan och ger form åt hennes känslor. Däremot har det undermedvetna en distinkt avsmak för tvång och svarar bättre på övertalning(repetition) än på kommando.

Det undermedvetna accepterar inte dina önskningar förrän du antar känslan av deras verklighet, för endast genom känsla accepteras en idé undermedvetet och endast genom denna undermedvetna acceptans kan önskan manifesteras.

Det är lättare att tillskriva din känsla till händelser i världen än att erkänna att världens förhållanden återspeglar din känsla. Det är dock evigt sant att utsidan speglar insidan.

Det är helt omöjligt för dig att se annat än innehållet i ditt medvetande. Din värld i varje detalj är ditt medvetande objektifierat. En förändring av intrycket resulterar i en förändring av uttryck. Det undermedvetna accepterar som sant allt det som du känner som sant och skapelsen är resultatet av allt det som det undermedvetna blivit påverkat av.

Du är redan det du vill vara, och din vägran att tro på detta är den enda anledningen till att du inte ser det. Att söka på utsidan efter det som du inte känner är att söka förgäves, för du hittar aldrig det du vill ha på utsidan utan du hittar bara den du är.

Att förneka sinnenas bevis och tillägna sig känslan av önskan uppfyllt är vägen till förverkligandet av din önskan. **Att behärska självkontroll av dina tankar och känslor är din högsta prestation.** Men tills perfekt självbehärskning uppnås, så att du känner allt du vill känna, använd sömn och djup avslappning för att hjälpa dig att förverkliga ditt önskade tillstånd. Sömn och djup avslappning är två portar till det undermedvetna.

## Sömn

Sömn är den del av livet som upptar en tredjedel av vår vistelse på jorden och det är den naturliga dörren in till det undermedvetna.

Vi är vaken två tredjedelar av våra liv på jorden vilket är orsaken till den lilla uppmärksamhet vi ger till sömn. Den djupare förståelsen för vad sömnen innebär kan hjälpa oss till en mycket effektivare manifestering av det vi önskar.

Det är i sömnen och i djup avslappning, ett tillstånd som liknar sömnen, som människan går in i det undermedvetna och gör sina intryck och tar emot instruktioner. Det är i dessa tillstånd som det medvetna och det undermedvetna förenas kreativt. Sömn är den tid då det medvetna sinnet vänder sig från förnuftets värld för att söka sig till det undermedvetna jaget.

Vad du än har i medvetandet när du går och lägger dig så är det måttet på ditt skapande i de vakna två tredjedelarna av ditt liv på jorden. Inget hindrar dig från att förverkliga ditt mål förutom att du inte känner att du är framme i det som du vill vara, eller att du redan är i besittning av saken du eftersträvar. Ditt undermedvetna ger form åt dina önskningar endast när du känner att din önskan är uppfyllt.

Sömnens medvetlöshet är det normala tillståndet i det undermedvetna. Eftersom alla saker kommer inifrån dig själv och din uppfattning om dig själv är avgörande. Känn därför alltid din önskan som uppfylld innan du somnar.

Du drar aldrig ut det du vill ur djupet av dig själv, du skapar alltid utifrån den du är, och du är det som du känner att du är likväl som det du kan känna dig som sann inför andra. För att förverkligas måste alltså din önskan komma till känslan av att vara eller ha eller bevittna det eftersökta mentala tillståndet.

Detta uppnås genom att anta känslan av att din önskan är uppfylld. Känslan kommer som svar på frågan "Hur skulle jag känna mig när min önskan är förverkligad?". Du behöver i tanken vara framme i din önskan innan du somnar. När du väl sover har du ingen valfrihet. Hela sömnen domineras av det sista vakna självbegreppet.

Ditt humör före sömn definierar ditt medvetandetilstånd som du tar med in i det undermedvetna. Det undermedvetna ser dig precis som du känner att du är. När du förbereder dig för sömn, då antar och bibehåller du medvetandet om framgång genom att känna "jag är framgångsrik", då måste du bli framgångsrik. Ligg platt på rygg med huvudet i nivå med kroppen. Känn som om du nu är i besittning av din önskan och du ska nu lugnt koppla av in i medvetlöshet.

Det undermedvetna sover aldrig. Sömnen är dörren genom vilken det medvetna övergår till att kreativt förenas med det undermedvetna. Sömnen döljer den kreativa handlingen, medan den objektiva världen avslöjar den. I sömnen påverkar människan det undermedvetna med sin uppfattning om sig själv.

När du förbereder dig för att sova känner du tillståndet av din önskan och slappnar av för att komma in i medvetlöshet. Detta är sättet att föra dina önskemål in i det undermedvetna. Känn att du har förverkligat din önskan och somna lugnt. Natt efter natt ska du anta känslan av att vara framme i din önskan.

Somna aldrig med en känsla av skräck eller missnöjdhet. Sov aldrig med en känsla av misslyckande. Ditt undermedvetna, vars naturliga tillstånd är sömn, ser dig som du tror dig själv vara och oavsett om det är bra, dåligt eller likgiltigt, kommer det undermedvetna troget att förverkliga din tro.

Att anta känslan av tillfredsställelse är att åkalla förhållanden som kommer att spegla tillfredsställelse. Du är en evig drömmare som drömmer icke-eviga drömmar. Dina drömmar tar den form som du känner när du somnar. Begränsa dig inte till det förflutna.

Vet att ingenting är omöjligt för medvetandet, börja föreställa dig ett tillstånd bortom tidigare erfarenheter. Vad människans sinne än kan föreställa sig så kan människan skapa. Alla objektiva (synliga) tillstånd var först subjektiva (osynliga) tillstånd, och du gjorde dem till synliga genom att anta känslan av att dom var verkliga.

Den kreativa processen är först att föreställa sig och sedan tro (veta) på den föreställda bilden och förvänta dig alltid det bästa. Världen kan inte förändras förrän du ändrar din uppfattning om den.

Nationer, såväl som människor, är bara vad du tror att de är. Problemet är att oavsett vad det är, oavsett vem det gäller, så har du ingen annan att förändra än dig själv, och du har varken motståndare eller hjälpare för att åstadkomma förändringar inom dig själv. Du har inget annat att göra än att övertyga dig själv om sanningen, det som du önskar att se manifesteras.

Så snart du lyckas övertyga dig själv om verkligheten i den sökta målbilden så kommer händelser att bekräfta din fasta övertygelse. Förverkligandet av din önskan uppnås genom att anta känslan av att önskan uppfylls. En ny övertygelse bekräftas genom ett ändrat uttryck.

Varje natt när du somnar, ska du känna dig tacksam och nöjd över att du är du. De vakna två tredjedelarna av ditt liv på jorden bekräftar eller vittnar om ditt undermedvetna intryck. Dagens handlingar och händelser är effekter, de är inte orsaker. Du har frihet att välja vilket humör du antar, men uttrycket för stämningen är hemligheten bakom det undermedvetna.

Det undermedvetna tar emot intryck endast genom människans känslor och ger dessa intryck form och uttryck. Människans handlingar bestäms av undermedvetna intryck. Människans illusion av fri vilja och tro på handlingsfrihet är bara okunnighet om orsakerna som får oss att agera. Han tror sig vara fri eftersom han har glömt kopplingen mellan sig själv och händelsen. Under den vakna tiden är människan under tvång att uttrycka sina undermedvetna intryck. Slösa inte tid på att ångra, eftersom att tänka på det förflutnas misstag är att återinfektera dig själv. "Låt döda begrava de döda". Vänd dig från det som händer utanför och anta känslan som skulle vara din när du redan är den du vill vara.

Den roll du spelar på världens scen bestäms av din uppfattning om dig själv. Genom att känna din önskan uppfylld och lugnt koppla av i sömnen kastar du dig själv in i en stjärnroll som du ska spela på jorden och medan du sover, repeterar och instrueras du i den rollen.

Om du, när du förbereder dig för sömn, inte känner dig själv medvetet in i tillståndet till din önskan, då tar du med dig någon annans önskan in i sömnen. Medan du sover kommer du få instruktioner om hur de kommer att uttryckas i morgon. Du kommer tro att du är en fri människa, utan att inse **att varje handling och händelse för dagen är förutbestämd av din självuppfattning när du somnade.**

Din enda frihet är alltså din reaktionsfrihet. Du är fri att välja om du ska reagera eller svara på dagens drama, men dramat, handlingar, händelser och dagens omständigheter har redan fastställts.

Om du inte medvetet och avsiktligt definierar din sinnesinställning när du ska somna så tar du med dig dagens känslor och reaktioner in i sömnen. Varje reaktion gör ett undermedvetet intryck och om det inte motverkas av en motsatt och mer dominerande känsla, blir resultatet till framtida händelser. Idéer omslutna av känsla är kreativa handlingar. Använd din skaparkraft klokt. Genom din förmåga att tänka och känna så har du herravälde över hela skapelsen.

Medan du är vaken, är du en trädgårdsmästare som väljer ut frön till din trädgård, men utan frön faller jorden och dör. Din uppfattning om dig själv när du somnar är fröet. Du somnar och känner dig nöjd och glad, du tvingar fram förhållanden och händelser i din värld som bekräftar dessa sinnesattityder. Sömnens dörr är dörren till himlen. Det du tar in som en känsla tar du fram som ett tillstånd, handling eller föremål. Så sov i känslan av att önskan är uppfylld.

## Djup avslappning

Djup avslappning är som sömn en ingång till det undermedvetna. Det är en illusion av sömn som minskar intrycket av den yttre världen och gör sinnet mer mottagligt för förslag inifrån. Sinnet i den djupa avslappningen är i ett tillstånd av mottaglighet som liknar den känsla man uppnår precis innan man somnade.

Det enda villkoret som krävs är att du tror/vet att dina önskningar redan är förverkligade. Din önskan måste besvaras om du antar känslan som om du redan var i besittning av ditt mål. Det ögonblick du accepterar önskan som ett fullbordat faktum kommer det undermedvetna finna medel för dess förverkligande. Att önska framgångsrikt innebär att du måste känna att din önskan är uppfylld.

**Den perfekt disciplinerade mannen är alltid i samklang med önskan som ett fullbordat faktum.** Han vet att medvetandet är den enda verkligheten, han vet att idéer och känslor är fakta som är lika verkliga som föremål i rymden, därför hyser han aldrig en känsla som inte bidrar till hans lycka eftersom känslor är orsaken till alla handlingar och omständigheter i hans liv.

Å andra sidan har den odisciplinerade mannen svårt att tro på det som förnekas av sinnen. På grund av denna tendens att förlita sig på bevisen från sinnen är det nödvändigt att stänga ute dem innan de börjar skapa känslor som han inte vill ha. Närhelst du är i sinness tillståndet "Jag skulle vilja, men jag kan inte", desto svårare kan du ge efter för önskan. Du lockar aldrig fram det du vill, men du attraherar alltid det du är medveten om att vara.

Konsten är att anta känslan i djup avslappning av att vara och ha det du vill ha. När sinnen bekräftar frånvaron av din önskan, så är alla medvetna försök att motverka detta förslag meningslöst och tenderar att intensifiera förslaget. Närhelst din känsla är i konflikt med din önskan, kommer känslan att vinna.

Den dominerande känslan uttrycker sig alltid. Din önskan behöver vara helt utan ansträngning. I ett försök att fixa en attityd i sinnet som förnekas av de fem sinnen är dödsdömt. För att framgångsrikt ge efter för önskan som ett fullbordat faktum måste du skapa ett passivt tillstånd, ett slags drömmande eller meditativt tillstånd liknande den känsla som föregår sömn, djup avslappning.

I ett så avslappnat tillstånd vänds sinnet från den objektiva världen och kan lätt känna av verkligheten i ett subjektivt tillstånd. Det är ett tillstånd där du är medveten och du kan röra dig och du kan öppna ögonen men du vill inte göra det. Ett enkelt sätt att skapa detta passiva tillstånd är att koppla av i en bekväm stol eller på en säng. Lyssna gärna på något som guidar ner dig i djup avslappning.

När detta djupa avslappnade tillstånd nås, föreställ dig att du har din önskan men inte hur den förverkligas, utan helt enkelt att önskan är uppfylld. Föreställ dig i bildform vad du vill uppnå i livet, känn sedan att du redan har uppnått det. Tankar producerar små små talrörelser som kan höras i det avslappnade tillståndet som uttalanden utifrån. Allt som behövs är att skapa ett avslappnat passivt tillstånd och känna att önskan är uppfylld. Allt du kan tänka är redan ditt. Du behöver ingen hjälpare som ger något till dig. Kalla fram dina önskningar genom att föreställa dig och känna att din önskan är uppfylld.

När slutet accepteras blir du totalt likgiltig när det gäller eventuellt misslyckande eftersom accepterandet av att du är framme i din önskan är medlet för detta ändamål. När du kommer ur ögonblicket av djup avslappning, blir upplevelsen som slutet av en lycklig pjäs även om du inte fick se hur målet uppnåddes. Men efter att ha bevittnat slutet förblir du lugn och säker i vetskap om att slutet är perfekt definierat.

## Känsla

Kom in i det önskade tillståndet genom att anta den känsla som skulle vara din om du redan är där du vill vara. När du fångar den känslan är du befriad från alla ansträngningar att göra något, för det är redan så. Det finns en bestämd känsla förknippad med varje idé i människans sinne. Fånga den känsla som förknippas med din önskan när den är förverkligad genom att anta känslan som skulle vara din om du redan hade den i besittning av det du önskar, och din önskan kommer att objektivisera sig själv.

Du attraherar aldrig det du vill, utan alltid det du är. Det du känner dig själv att vara är det du skapar. Så anta känslan som den skulle vara om du redan hade din önskan, och din önskan måste förverkligas. "Så skapade Gud människan till sin avbild, till Guds avbild skapade han henne".

Du är det som du tror dig själv vara. Istället för att tro på Gud eller Jesus, tro att du är Gud eller Jesus. "Han tror på mig, de gärningar som jag gör ska han också göra" "Den som tror som jag tror på de gärningar som jag gör ska han också göra". Jesus fann det inte konstigt att göra Guds gärningar, eftersom han trodde att han var Gud. "Jag och min far är en".

Det är naturligt att göra verk av den man tror sig vara. Så lev i känslan av att vara den du vill vara och att du ska vara den du vill vara. När en man tror på värdet av de råd som ges till honom och han tillämpar dem, slår han fast inom sig själv framgångens verklighet.