

Doreen Virtue



Ziemskie Anioły

Poradnik asertywności
dla wrażliwych osób



Doreen Virtue

Ziemskie Anioły



Poradnik asertywności
dla wrażliwych osób



Tytuł oryginału:
Assertiveness for Earth Angels

Tłumaczenie: Joanna Śliwińska-Michalak
Redaktor prowadzący: Agnieszka Pikel
Redakcja: Agnieszka Rytel
Korekta: Ewa Karczewska
Projekt okładki: Łukasz Werpachowski
Skład: skladigrafika@gmail.com

ASSERTIVENESS FOR EARTH ANGELS
Copyright © 2013 by Doreen Virtue
Originally published in 2013 by Hay House Inc. USA
Słuchaj radia Hay House na www.hayhouseradio.com

Copyright © for Polish edition by ILLUMINATIO Łukasz Kierus 2015

Wszelkie prawa do polskiego przekładu i publikacji zastrzeżone. Powielanie i rozpowszechnianie z wykorzystaniem jakiejkolwiek techniki całości bądź fragmentów niniejszego dzieła bez uprzedniego uzyskania pisemnej zgody posiadacza tych praw jest zabronione.

Wydanie 1
Białystok 2015
ISBN: 978-83-63965-61-7



Bądź na bieżąco i śledź nasze wydawnictwo na Facebooku:
www.facebook.com/illuminatiopl



www.illuminatio.pl

Wydawnictwo ILLUMINATIO Łukasz Kierus
E-mail: wydawnictwo@illuminatio.pl
Dział handlowy: zamowienia@illuminatio.pl

Pełna oferta wydawnictwa jest dostępna na stronie www.illuminatio.pl

Spis treści

PRZEDMOWA	Ziemskie Anioły a fobia na tle konfliktów	9
WSTĘP	Co oznacza bycie asertywnym?	21

CZĘŚĆ I

PODSTAWY ASERTYWNOŚCI

ROZDZIAŁ 1.	Wszystko zaczęło się od pierwotnej traumy	31
ROZDZIAŁ 2.	Jak być asertywnym.	39
ROZDZIAŁ 3.	Koniec z ratowaniem: granice bez poczucia winy lub lęku	53
ROZDZIAŁ 4.	Jak być miłym i kochającym, a nie naiwnym	61
ROZDZIAŁ 5.	Zdolności komunikacyjne Ziemiaków.	67
ROZDZIAŁ 6.	Pozbądź się poczucia winy i zmartwień	73
ROZDZIAŁ 7.	Bądź autorytetem dla samego siebie	83

CZĘŚĆ II

ROZWIJANIE ASERTYWNOŚCI W ZWIĄZKACH

ROZDZIAŁ 8.	Ziemskie Anioły a związki	95
ROZDZIAŁ 9.	Toksyczne związki: jak je rozpoznawać i jak sobie z nimi radzić	103
ROZDZIAŁ 10.	Ludzi nie da się wyremontować	131
ROZDZIAŁ 11.	Ciesz się życiem, zamiast zadowalać innych	137
ROZDZIAŁ 12.	Karmiczne związki	147
ROZDZIAŁ 13.	Asertywność rodzicielska w stosunku do zdecydowanego dziecka	151
ROZDZIAŁ 14.	Asertywność a autorytety	157

CZĘŚĆ III

JAK BYĆ ASERTYWNYM W ZEWNĘTRZNYM ŚWIECIE

ROZDZIAŁ 15.	Dopasowanie i poczucie wartości	163
ROZDZIAŁ 16.	Spokojne podekscytowanie zamiast dramatu	167
ROZDZIAŁ 17.	Moc jest dla ciebie czymś bezpiecznym!	177

CZĘŚĆ IV

NARZĘDZIA I WSKAZÓWKI DLA ZIEMSKICH ANIOŁÓW

ROZDZIAŁ 18.	Energia działa na rzecz empatycznych osób	195
ROZDZIAŁ 19.	Jak mieć więcej czasu i energii	201
ROZDZIAŁ 20.	Anielscy aktywiści	209
Posłowie		217
O autorce		223

ZIEMSKIE ANIOŁY A FOBIA NA TLE KONFLIKTÓW

Pewnego wieczoru jadłam kolację z kilkoma znanymi pisarkami z ezoterycznych kręgów. Naprzeciw mnie siedziała znana z telewizji kobieta medium, a obok niej słynna Esther Hicks (patrz teoria Abrahama Hicksa). Czułam się niekomfortowo, ponieważ owa kobieta medium w przeszłości skrytykowała publicznie moje dokonania. Pomimo tego siedziałam z nią przy jednym stole, udając, że wszystko jest w najlepszym porządku, i starając się z nią miło rozmawiać. Za to ona nie była miła i nieustannie mnie poniżała. W końcu popatrzyła na mnie znacząco i oznajmiła głośno wszystkim zebranim: „Po prostu nienawidzę osób, które kochają się w jednorożcach i tęczach!”.

Zapadła krępująca cisza. Straciłam całą energię. Twarz mi poczerwieniała.

A zaraz potem całą sytuację uratowała Esther Hicks. Popatrzyła prosto na medium i powiedziała z całą mocą: „No tak, może

dlatego, że jak dotąd nie miała pani żadnych doświadczeń z jednorózcami i tęczami!”.

W głosie i energii Esther nie było ani grama sarkazmu czy próby uspokojenia sytuacji. Przemawiała przez nią odwaga i wewnętrzna moc.

Wszyscy przy stole milczeli. Chciałam uciec albo zanurkować pod stół.

A potem medium pochyliło się nad stołem, westchnęło i odparło: „Hmm, pewnie ma pani rację”.

Spojrzałam na Esther z wdzięcznością, że udzieliła mi tego wieczoru jednej z najważniejszych lekcji w moim życiu. Pokazała mi, jak zachować godność i spokój wewnętrzny w obliczu nieprzyjemnej energii. Od tego czasu poświęciłam się studiowaniu i praktykowaniu tej sztuki duchowej. W niniejszej książce podzielę się z wami tym wszystkim, czego sama dotąd się nauczyłam.

Odkryłam, że istnieje olbrzymia różnica pomiędzy byciem „miłym” a „pełnym miłości”. W życiu zawsze byłam „miłą dziewczyną”, ukrywającą własne uczucia, aby chronić innych, i lukrującą każde słowo, by uniknąć konfliktu. „Jeśli nie możesz akurat powiedzieć nic miłego, lepiej wcale się nie odzywać”. To była moja filozofia. Nie podważałam słów autorytetów, tylko głębiej spychałam własne uczucia. Wreszcie stawały się one nie do zniesienia i albo stawałam w konfrontacji z daną osobą, która je powodowała, albo odchodziłam.

Myślałam, że jestem miła.

Ale nie byłam.

Byłam pełna lęku, który jest przeciwieństwem miłości.

Kiedy modliłam się o pomoc dla swoich związków, zaczęłam otrzymywać ważne lekcje życiowe. Dostrzegałam je jako intuicyjne „doładowania”. Nagle pojawiało się pewne oświecenie. Cza-

mi lekcjom towarzyszyły dodatkowe przekazy: miałam wizje albo też w prawym uchu słyszałam głos. W taki właśnie sposób komunikowały się ze mną anioły, począwszy od czasów, kiedy byłam dzieckiem.

Pierwszą lekcją, jakiej się nauczyłam, było to, że wrażliwi ludzie – tacy jak ty i ja – zostali „zesłani” jako Ziemskie Anioły z ważną misją: aby rozładowywać i redukować konflikty na naszej planecie. Nasza misja nie polega na ignorowaniu konfliktów. Chodzi w niej o ich rozwiązywanie. My, Ziemskie Anioły, jesteśmy jak kochający, ale stanowczy rodzice, wysłani, by przekazać życzliwą moc Boga, by pomóc innym. Oto przykład na zasadzie analogii: jeśli dziecko chce jeść wyłącznie słodczyce i mówi, że dzięki temu jest szczęśliwe, czy dobry rodzic na to pozwoli?

Oczywiście, że nie. Nawet jeśli dziecko płacze albo się złości, dobry rodzic musi odmówić takiej prośbie. Rodzic może złagodzić swoją decyzję, pozwalając na okazyjne jedzenie słodczych lub też zastępując je zdrowszą przekąską. Jakkolwiek poradzi sobie z tą sytuacją, musi być na tyle silny, aby odmówić.

Owa metafora odnosi się do naszej życiowej misji. Kiedy na planecie pojawia się jakiś konflikt – obojętnie, czy jest to sprzeczka pomiędzy partnerami, czy też międzynarodowy zatarg – przypomina histerię małego dziecka, które nie dostaje tego, czego chce. My, jako Ziemskie Anioły, musimy przyjąć rolę rodziców, znajdując spokojne rozwiązanie.

Zapobieganie konfliktom może być trudne, ponieważ Ziemskie Anioły są dostrojone do tej energii. Czujemy, kiedy inni są zestresowani, źli, smutni lub czują się nieswojo. Ich emocjonalna energia ma na nas bezpośredni wpływ. Na szczęście możemy wykorzystać naszą świadomość, by skierować ów dyskomfort w zdrowszy i spokojniejszy kierunek.

Pamiętajcie o metaforze dbającego rodzica, który angażuje się w konflikt dziecka, ponieważ je kocha. Z kochającym sercem wkraczamy i mówimy prawdę – niezależnie, czy jest to dziecko, przyjaciel, małżonek, czy też współpracownik. Odkrywamy nasze prawdziwe odczucia, ponieważ wiemy, że to jedyna droga to długotrwałego i zdrowego związku.

Skrywanie własnych uczuć to jak nadmuchiwanie balonu. Zmniejszy on jedynie określoną ilość powietrza, zanim pęknie!

POGODZENIE SIĘ Z KONFLIKTEM

Przeciwności losu umacniają nas, a ja sporo w tym względzie doświadczyłam! Oszukano mnie, manipulowano mną, pozywano do sądu, plotkowano na mój temat, zdradzano mnie, okłamywano, porzucano, śledzono, wykorzystywano, molestowano i poddawano każdej możliwej bolesnej sytuacji, jaką można sobie wyobrazić. Jednak, zamiast zgorzknieć, z każdym takim doświadczeniem stawałam się silniejsza i mocniejsza.

Tak naprawdę nauczyłam się, że kiedy stawiają nas pod ścianą, odnajdujemy wewnętrzną siłę. Kilka lat po tym, jak Esther Hicks wzięła mnie w obronę, przechodziłam przez sprawę rozwodową, w której adwokat mojego byłego męża zawzięcie próbował wydrzeć mi każdy grosz, jaki zarobiłam... i kiedykolwiek bym zarobiła. Chciał mojego domu, wszelkich oszczędności emerytalnych i połowę moich przyszłych zarobków.

Moje przesycone konfliktofobią „ja” zazwyczaj pozwalało złym osobom zabrać mi wszystko, co tylko chciały, w zamian za spokój. Ale tym razem nie miałam wyboru. Musiałam stanąć we własnej obronie. Musiałam stanąć twarzą w twarz z konfliktem. Nieustan-

nie modliłam się o pomoc i wyraźnie usłyszałam Archanioła Michała mówiącego mi, że ma nade mną pieczę. Ta sytuacja wzbu-
dzała we mnie lęk i doprowadzała do wściekłości. Przechodziłam
przez postępowania przedsądowe, pisemne zeznania świadków
i sale sądowe. Czułam emocje, których nigdy wcześniej nie do-
świadczyłam. Przypominałam sobie minione czasy prześladowań.

Na początku byłam zła na mojego byłego męża za to, co mi robi.
Czułam się jak totalna ofiara.

W końcu uwolniłam się ze swojej „bańki” Ziemskiego Anioła
i zdałam sobie sprawę, że te wszystkie negatywne rzeczy dzieją
się w moim życiu, ponieważ nie wsłuchiwałam się w to, co mó-
wią niebiosy. Uświadomiłam sobie, że Bóg i anioły próbowali
mnie wcześniej ostrzec przed każdą z osób związaną z bolesny-
mi doświadczeniami. Jeśli zauważyłabym wtedy owe ostrzeże-
nia, mogłabym uniknąć wiele cierpienia. Musiałam więc przejść
przez proces wybaczenia sobie, by pogodzić się z całkowitą zdra-
dą samej siebie.

Kiedy to nastąpiło, odnalazłam swoją wewnętrzną moc i siłę.
Broniłam się i odzyskałam panowanie nad sytuacją! Nie chodzi-
ło o wynik sprawy rozwodowej. Chodziło o mnie i o to, że nauczy-
łam się z godnością, spokojem i opanowaniem stawiać czoła prze-
ciwnościom losu.

Teraz chcę przekazać te ekscytujące informacje wam! Wy rów-
nież możecie się dowiedzieć, jak w spokoju i miłości zadbać o sie-
bie w trudnych chwilach.

Każde bolesne zdarzenie wiele mnie nauczyło, a ta książka to
sposobność, by podzielić się tą wiedzą z wami. Są w niej doświad-
czenia zarówno z pierwszej ręki, jak również osób z całego świa-
ta, z którymi miałam okazję współpracować.

Rozmawiałam, szkoliłam i nauczałam tysiące Ziemskich Aniołów na całym globie. Dowiedziałam się o lękach, które prowadzą nas do działania na własną szkodę. Ale najważniejsze, że nauczyłam się, jak owe lęki pokonać i oduczyć się pewnych zachowań!

Podczas zajęć z psychologii na studiach licencjackich dowiedziałam się, jak być asertywnym w sposób intelektualny. Wiedziałam, że asertywność to sposób komunikowania własnych uczuć i potrzeb przy jednoczesnym poszanowaniu praw innych. Wiele lat zabrało mi nauczenie się tego, jak szanować własne prawa.

CZY JESTEŚ ZIEMSKIM ANIOŁEM?

Ziemski Anioł to termin używany przeze mnie do opisu osób, które:

- ✧ są bardzo wrażliwe;
- ✧ w swoim spojrzeniu na miłość i życie mają pewną niewinność, co inni uznają za naiwność;
- ✧ wierzą w miłosierdzie Boga (ale niekoniecznie są religijne);
- ✧ są łagodne i czułe;
- ✧ widzą w innych to, co najlepsze, także ukryty potencjał;
- ✧ są ufne i optymistyczne;
- ✧ są wykorzystywane przez tych, którzy używają ich dobroci dla własnych celów;
- ✧ doświadczyły bolesnych związków, ale nadal wierzą w prawdziwą miłość i przyjaźń;
- ✧ cenią magiczną część duchowości, czyli znaki obecności duchów, jednoroźców, wrózek, syren itp.;
- ✧ czują się powołane na misję, z poczucia obowiązku i służenia innym, również osobom obcym;
- ✧ pragną, by wszyscy byli szczęśliwi;

- ✧ są nieszczęśliwe, kiedy inni są zdenerwowani;
- ✧ wierzą w sprawiedliwość.

Czy to przypomina cię lub też kogoś, kogo kochasz?



Wszyscy zostaliśmy stworzeni przez Boga i każdy z nas ma własny cel w życiu. Ziemskie Anioły to osoby, które czują, że zostały „zesłane” na Ziemię, by zaprowadzić pokój i długotrwałe pozytywne zmiany. Aby pomóc innym, wykorzystują modlitwę, dobroć i miłość. Nie są ważne: płeć, orientacja seksualna, rasa czy też wyznawana religia. Łączy ich wspólny mianownik – wręcz przymus pomagania innym i czynienia ich szczęśliwymi. Tak naprawdę dopiero wtedy Ziemskie Anioły same czują się szczęśliwe.

Czasami określa się ich jako „pracowników światła”, czyli niezmiernie wrażliwe osoby, będące na misji duchowej, mającej na celu zaprowadzenie pokoju na świecie. Dla mnie Ziemskie Anioły to pewna podkategoria „pracowników światła”. To po prostu przemiłe, troskliwe i hojne osoby.

W moich książkach: *Ziemskie Anioły i Królestwa Ziemskich Aniołów*, opisuję różnorakie pochodzenie sfer „pracowników światła”, również taką, jak wcielony anioł. W tej książce termin „Ziemski Anioł” obejmuje wszystkie te sfery. Dotyczy również dzieci i dorosłych, tęczy, kryształów i indygo.

W podstawowym sensie Ziemskie Anioły mają do wykonania wspólną misję, uśmiechając się i podnosząc na duchu każdego, kogo napotkają. Są jak uzdrowiciele, których sama obecność uleczcza ludzi, rośliny i zwierzęta. Ziemskie Anioły są mocno powiąza-

ne z boskością i mają naturalną intuicję. W rzeczywistości jest to tak silna więź, że często żyją jakby w innym świecie.

Jeśli jesteś Ziemskim Aniołem, masz obsesję na punkcie szczęścia innych. Stresujesz się, jeśli osoba, którą kochasz, jest nieszczęśliwa. Możesz obwiniać się o to nieszczęście, a to stwarza cykl współzależności, w którym twoje szczęście jest uzależnione od szczęścia innych. A ponieważ nie jesteś w stanie kontrolować szczęścia innych osób, czujesz, że nie możesz przewidzieć czy kontrolować swojego szczęścia. Ziemskie Anioły mają zazwyczaj „konfliktofobie”, czyli obawiają się konfrontacji i sprzeczek. Przeciwnieństwem szczęśliwych ludzi są dla nich ludzie źli. Jeśli więc stają twarzą w twarz z takim osobnikiem, zazwyczaj zamykają się w sobie i godzą z potrzebami innych, czując się winnymi, jeśli ktoś jest nieszczęśliwy lub zły. Są przekonani, że zawiedli podczas swojej misji niesienia szczęścia. W rezultacie Ziemskie Anioły robią praktycznie wszystko, byle tylko zachować pokój!

„Konfliktofobia” Ziemskich Aniołów sprawia, że są łatwym celem dla manipulatorów, którzy wykorzystują ich dobroć. Zanim nauczą się pilnować, by inni nie przekraczali ich granic, zazwyczaj dostają się w szpony osobników o osobowości narcystycznej, dbających tylko o własne potrzeby. (Ten temat przedyskutujemy dogłębniej w dalszej części książki).

Ziemskie Anioły znajdują się w trudnym położeniu, ponieważ ich celem życiowym jest sprowadzenie pokoju na Ziemię. Są jak światło zesłane z Nieba, by świecić pokojem i szczęściem oraz podnosić świadomość i pozytywną energię – są więc zazwyczaj najlepszymi, najmiłszymi i najdelikatniejszymi z ludzi! Tak naprawdę szczycą się byciem dobrymi w najtrudniejszych sytuacjach (choć Ziemskie Anioły potrafią stracić cierpliwość, kiedy wystawi się ich na bardzo ciężką próbę).

Ziemskie Anioły uważają się za osoby twarde, choć są bardzo wrażliwe. Biorą na swoje barki ciężar problemów innych i rzadko proszą o pomoc. Odmawiają, jeśli ktoś ją im oferuje. Boją się kłopotać innych. Ziemiński Anioł myśli: „Jeśli pozwolę tej osobie, żeby mi pomogła, sprawię, że będzie musiała zadać sobie wiele fadygi, co spowoduje, że będzie czuła się zmęczona albo smutna. Nie chcę sprowadzać tego wszystkiego na inną osobę, a więc zrobię wszystko samemu”.

Ponieważ Ziemskie Anioły dostrzegają ukryty potencjał innych i ich wewnętrzne światło, zazwyczaj mogą przeoczyć krzywdzące zachowania – szczególnie te skierowane w ich stronę. Ziemiński Anioł będzie usprawiedliwiał tego, kto go źle traktuje, mówiąc: „O, ona tego nie chciała... to nic złego”, albo: „Miał tylko ciężki dzień”. Osoba zachowująca się w sposób krzywdzący nie musi ponosić żadnego wysiłku, by usprawiedliwić swoje zachowanie, ponieważ robi to za nią Ziemiński Anioł!

W jaki sposób tacy ludzie mają dostrzec efekty swojego zachowania, jeśli Ziemiński Anioł nieustannie ich usprawiedliwia? Jak inni mają wziąć odpowiedzialność za swoje życie, jeśli chce to za nich robić Ziemiński Anioł?

Będąc Ziemińskim Aniołem, jesteś tu po to, by wnieść do świata więcej światła, a nie po to, by umożliwić egocentryczne zachowania innym ludziom! Przez nieustanne dawanie we wszystkich swoich związkach możesz cierpieć na brak równowagi. Do symptomów tego należą:

- ❖ **Rozżalenie.** Uczucie bycia wykorzystanym za swoją nadmierną dobroć bez odwzajemnienia owej dobroci może stać się przyczyną coraz większego rozżalenia i przekształcić się w zalewającą cię toksyczną energię. Może to prowadzić do kłopotów ze zdrowiem.

- ❖ **Zmęczenie.** Nieustanne dawanie wysysa czas, energię, pieniądze i inne środki. Zapewne późno kładziesz się spać, a wstajesz wcześniej, by mieć wystarczająco dużo czasu na dawanie siebie innym.
- ❖ **Kłopoty finansowe.** Czy płacisz za wszystko? To niezdrowy brak równowagi w twoim związku.
- ❖ **Kłopoty ze zdrowiem.** Brak równowagi energetycznej może prowadzić do poważnych kłopotów zdrowotnych. Mogą to być problemy ze skórą (skrywana złość), tycie (ochrona siebie poprzez tłuszcz), problemy z gardłem (lęk przed głośnym mówieniem) czy z biustem (opiekowanie się wszystkimi aż do pełnego wycieńczenia).

Jeśli wysoko się cenisz, wybierzesz związki z miłymi ludźmi, którzy nie będą chcieli cię wykorzystać. Jednak to właśnie nieszczęśliwi, potrzebujący „naprawy” ludzie przyciągają większość Ziemskich Aniołów. Daje im to poczucie celu.

Możesz spotkać prawdziwie dobrych ludzi, ale nie zauważać ich lub też nie pragnąć ich towarzystwa, ponieważ zostali już uleczeni. Twoje serce zaczyna bić szybciej, kiedy napotykasz nieszczęśliwą lub złą osobę, ponieważ to ona stanowi wyzwanie. Nieświadomie decydujesz, że uczynisz ją szczęśliwą.

Inni ludzie mogą wyczuwać, że bardzo pragniesz ich szczęścia. Wtedy zaczynają cię wykorzystywać i zależeć od ciebie, oczekując rozrywki, wsparcia i dobrego samopoczucia w sferze emocji. A jeśli są nieszczęśliwi (czyli przez większość czasu, ponieważ takie osoby mogą uszczęśliwić jedynie siebie... a **każdy** z nas jest nieszczęśliwy, kiedy wykorzystuje innych czy też szuka szczęścia

gdzieś indziej)), obwiniają ciebie! Ty winisz potem siebie samego, a twoje światło przygasa.

Częścią twojego celu życiowego jest nauczenie się, jak zachować właściwe granice. Chodzi tu o zdrową miłość do innych zamiast zgodę na wykorzystywanie siebie.



CO OZNACZA BYCIE ASERTYWNYM?

Wokół słowa „asertywny” istnieje dużo nieporozumień i zamieszania. Niektórzy mylą asertywność z agresją. Nic dziwnego, że boją się być asertywnymi!

Dlatego też ważne jest, abyśmy zdefiniowali te pojęcia w celu wspólnego zrozumienia tego, o czym tu mówimy.

DEFINICJA ASERTYWNOŚCI

Asertywność oznacza, że jesteśmy świadomi swoich uczuć i opinii, a następnie przekazujemy je sobie i innym z poszanowaniem praw innych. Osoba asertywna jest dobra, spokojna i łagodna, choć nigdy nie przeprosza za swoje odczucia, ponieważ powinny być one respektowane i honorowane. Asertywność duchowo pochodzi od Boga, ponieważ jest to sposób interakcji, który uznaje, że każdy jest jedyny w swoim rodzaju i równy innym. Dlatego też masz takie samo prawo jak inni do bycia szczęśliwym.

- ❖ **Asertywność w związkach osobistych:** jeśli jesteś asertywny, wiesz, że związek buduje się na odkrywaniu swojego prawdziwego „ja”. W przeciwnym razie nigdy nie poczujesz się kochanym, ponieważ ta druga osoba nawet nie pozna twojej prawdziwej natury! Jedynym sposobem na szczera miłość jest zaryzykowanie i ukazanie siebie takim, jakim się jest naprawdę. Wtedy okaże się, czy jest się akceptowanym i kochanym za to, kim się jest.
- ❖ **Asertywność w biznesie:** w biznesie chodzi przede wszystkim o szacunek. Jeśli jesteś asertywny w pracy, mówisz, jak jest. Nie podnosisz głosu, nikogo personalnie nie poniżasz i nie atakujesz zdania innych. Nie trzeba być twardym czy tradycyjnie „męskim”, by być asertywnym. Tak naprawdę asertywność może być niesamowicie łagodna. Asertywny biznesmen mówi spokojnie, ale z pasją.
- ❖ **Asertywność w życiu codziennym:** jako Ziemski Anioł masz do spełnienia ważną misję życiową. Jesteś tu, by mówić w imieniu tych, którzy sami nie mogą tego zrobić (dzieci, zwierząt, osób uciśnionych, Matki Natury i środowiska). Jesteś tu, by pomóc innym usłyszeć boski przekaz i mu zaufać. Oznacza to więc, że musisz zostać nauczycielem, który będzie przekazywał ważne informacje – czy to w otoczeniu bardziej formalnym, jakim jest np. klasa, czy też podczas poznawania różnych osób w trakcie swojego życia.

Od ciebie jako Ziemskiego Anioła oczekuje się aktywności i działania na rzecz innych. W związku z tym musisz być świadomy tego, co dzieje się na świecie, i pomagać innym dojść do głosu. W praktyce oznacza to, że będziesz podpisywać petycje, przemawiać, uświadamiać, chodzić na spotkania, kontaktować się z lokal-

nyimi władzami, udzielać się jako wolontariusz, modlić się i chodzić na wiece pokojowe.

CZYM ASERTYWNOŚĆ NIE JEST

A teraz porównajmy ze sobą energię asertywną z agresją i innymi podobnymi cechami.

Agresja oznacza, że dbamy jedynie o swoje własne uczucia i prawa, a nie o prawa innych. Agresja jest głośna, zła i odpychająca. Agresywna jednostka chce zniweczyć postanowienia innych przez narzucanie, groźby i bycie nieprzyjemnym, dopóki jej żądania nie zostaną spełnione. Oczywiście wszyscy tracimy czasami cierpliwość. I – miejmy nadzieję – wyciągamy wnioski z takich sytuacji. Można nauczyć się, jak sobie radzić ze złością w taki sposób, by nie kumulować jej do momentu, aż wybuchnie.

Agresja różni się od zwykłej utraty cierpliwości. Agresja oznacza, że egoistycznie narzucamy swoją wolę innym. Oznacza, że zdecydowaliśmy już, że własne prawa są ważniejsze od praw innych. Ziemskie Anioły są zbyt wrażliwe, by angażować się dłużej w taki typ zachowania. Ziemski Anioł wie, że wszyscy jesteśmy tacy sami i mamy te same prawa.

Agresja pasywna

Agresja pasywna jest często mylona z asertywnością. Odpowiedź pasywno-agresywna oznacza, że boimy się otwartego konfliktu. Pokazujemy więc złość w sposób, który krzywdzi innych, jednak nasze zachowanie jest na tyle dopuszczalne, że nie można nas za nic winić.

- ❖ **W biznesie:** osoby pasywno-agresywne sabotują swoje zawodowe obowiązki, których nie chcą wykonać. Na przy-

kład: pewna kobieta dostała do wykonania zniechędzone siebie zadanie. Bała się jednak odmówić swojemu szefowi, ale podczas pracy popełniła wiele błędów, aby już nikt nigdy jej o to nie poprosił.

- ❖ **W związkach osobistych:** przykłady agresji pasywnej to powstrzymanie się od zbliżenia seksualnego, dopóki nie użyła się tego, czego się pragnie, czy też powiedzenie partnerowi publicznie czegoś przykrego, a czego nie miało się odwagi powiedzieć mu na osobności.

Pasywność

I jest jeszcze stara dobra pasywność. Oznacza ona, że nie przyznajesz się do swoich uczuć przed samym sobą i przed innymi. Bycie pasywnym oznacza, że zdusiłeś swoje uczucia do takiego stopnia, że nie dbasz już o siebie, innych i sprawy tego świata. Osoby pasywne uciekają od odpowiedzialności i własnych emocji w świat narkotyków i innych uzależnień, depresję, izolację czy też porzucenie pracy lub związku dla czegoś nowego.

- ❖ **W biznesie:** osoby pasywne zgadzają się z kaprysami i życzeniami szefów bez mrugnięcia okiem. Ogólnie w życiu są jak korek dryfujący po morzu, bez kontroli czy własnego zdania. Mają marzenia, ale nie oczekują, że te się spełnią. Marzenia są dla szczęściarzy, bogaczy albo sławnych. Osoba pasywna uważa, że szczęściarze takimi się już urodzili, i nie zdaje sobie sprawy, że te same możliwości są dostępne dla każdego dzięki determinacji i ciężkiej pracy.
- ❖ **W związkach osobistych:** bycie pasywnym oznacza, że pozwalamy innym kontrolować to, co robimy. Stajemy się „popychadłem”. Osoby pasywne często wpadają w depre-

sję i znajdują się w stanie określanym przez psychologów jako „wyuczona bezsilność”. To tak, jakby ich duch został przepędzony. Na szczęście dusza nadal ma się dobrze i czeka, by ją wskrzesić.

Niektóre osoby są pasywne, ponieważ obawiają się ukazania swojego prawdziwego „ja”. Zazwyczaj wywodzi się to z dzieciństwa, kiedy dokuczano im lub karano ich za to, co mówili lub robili; lub też z przeszłych wcieleń, gdzie ich zabijano, torturowano lub byli świadkami innych bolesnych wydarzeń. Choć osoby pasywne bardzo chcą działać, boją się zaryzykować. W moich naukach i pracy terapeutycznej pomagam więc takim osobom zrozumieć, że nie żyją już dzieciństwem lub też bolesnym życiem dawnych czasów, jakie pamiętają, i że w życiu chodzi o ryzyko!

PRACA DOMOWA Z NIEBA

Od czasu do czasu spotykam ludzi, którzy spierają się o swoją pasywność. Mówią mi, że są pasywni w związkach i życiu, ponieważ korzystają z Prawa Przyciągania. Argumentują, że ponieważ wydarza się to, o czym się pomyśli, ich zdaniem o dobroci, pokoju i szczęściu wystarczy jedynie myśleć.

Oczywiście to cudownie w pełni skoncentrować się na rzeczach pozytywnych! Jednak to za mało. Przykrywanie negatywnych uczuć pozytywnymi afirmacjami jest jak kładzenie nowego dywanu na brudną podłogę. Brud nadal tam jest!

Jeśli modlitwy i pozytywne myślenie byłyby wystarczające, i ja, i ty moglibyśmy zostać w Niebie i wysyłać pozytywną energię ludziom na Ziemi. Kiedy szczerze się modlimy (a nie tylko wyma-

wiamy słowa), zawsze otrzymujemy „pracę domową z Nieba”. To kroki do działania, którymi prowadzi nas Bóg.

Takie kroki to na przykład przeczytanie książki, zatelefonowanie czy jazda przez miasto, nauczanie innych, rozpoczęcie nowego projektu i tak dalej.

Powodem, dla którego znajdujemy się w naszych ciałach, jest to, że ktoś potrzebuje naszego głosu, naszych ludzkich wysiłków i naszego działania.

Pomyśl o archaniołach jak o niebiańskich odpowiednikach tych czynów.

- ✧ **Archanioł Michał** nieustannie wdraża swój cel usuwania lęku przez odpowiednie działanie. Korzysta ze swojego miecza i energii pokojowego wojownika, by usunąć niższe energie.
- ✧ **Archanioł Ariel** działa bardzo aktywnie, pomagając w ochronie i uzdrawianiu środowiska.
- ✧ Jest jeszcze **Archanioł Gabriel**, którego czyny mają związek z przekazywaniem wiadomości i zachęcaniem do działania wysłanników ludzkości, takich jak pisarze, nauczyciele i artyści.

Owe anioły są dla Ziemskich Aniołów idealnym przykładem sposobu działania. Czasami musimy o coś powalczyć – jak Archanioł Michał. Czasem musimy stanąć w obronie środowiska – jak Archanioł Ariel. A innym razem musimy przemówić za innych – jak Archanioł Gabriel. Wszystko są to obdarzone wielką mocą czyny!

Wysyłanie światła i miłości nie oznacza wymamrotania szybkiej modlitwy. Chodzi tu o zagłębienie się w siebie i przywołanie mocy

Boga i Wszechświata, aby nas nią nappełnił, a potem – rozesłanie tej mocy. To nie musi zabrać nam dużo czasu, powinniśmy odizolować się jedynie od zewnętrznych bodźców. A więc zamknij oczy, głęboko oddychaj i poproś o światło i miłość Wszechświata, by zbudowały się w tobie i wzmocniły cię w twoich postanowieniach.





SPODOBAŁ CI SIĘ FRAGMENT
KTÓRY PRZECZYTAŁEŚ?

Zamów książkę

Ziemskie anioły

w [księgarni Illuminatio](#)



SPRAWDŹ PEŁNĄ OFERTĘ WYDAWNICTWA NA

www.illuminatio.pl



Bądź na bieżąco i śledź nasze
wydawnictwo na **Facebooku**:

www.facebook.com/illuminatiopl

Książki wydawnictwa Illuminatio
znajdziesz również w **Magicznej Galerii**

www.CzaryMary.pl