

Wszechstronne badanie działania afirmacji.

Celem programu było wypracowanie możliwie najefektywniejszej techniki oddziaływania na umysł człowieka za pomocą sugestii słownych (afirmacji). Bezpośrednią inspiracją stały się tu doświadczenia z uczestnictwa w procesie rebirthingu w latach 1985 - 1986. W rebirthingu afirmacje odgrywają ważną rolę jako narzędzie programowania podświadomości.

Eksperyment przebiegał w kilku fazach: najpierw uczestnicy treningu rebirthingu odbytego zimą 1985 roku otrzymali od trenerów gotowe afirmacje, które, zgodnie z zaleceniami, pisali. Nie stwierdzono spektakularnych efektów. Kolejnym etapem były próby z afirmacją słuchaną. W tym celu zbudowano magnetofon z taśmą sklejoną w pętlę, na której nagrywano afirmacje. Urządzenie pracowało 24 h na dobę przez kilka dni. Pracowano z afirmacjami prostymi, o łatwym do stwierdzenia działaniu: zarobienie pewnej sumy pieniędzy. Efekt był wyraźnie lepszy, gdy afirmacji słuchało się nocą, zwłaszcza w fazie snu płytkiego. Rzeczywiście, gdy uruchomiło się afirmację na noc pojawiło się wtedy trochę niespodziewanych okazji do zarobienia. Afirmacje słuchane za dnia, podczas wykonywania codziennych czynności, nie działały tak spektakularnie.

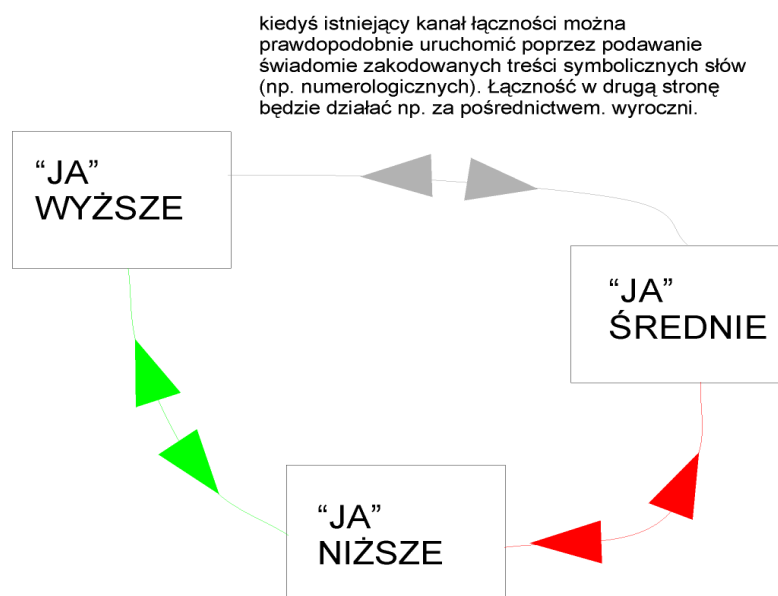
Regularność maszynowego podawania afirmacji podsunęła kolejne spostrzeżenie: afirmacja podawana głosem osoby afirmującej w regularnym rytmie jest skuteczniejsza od mówionej bez rytmizacji. Jako jednostkę rytmizacji przyjęto frazę mowy (zestrój akcentowy). Z tej metody korzystało w latach 1989-1990 czworo ochotników, którzy przychodzili na sesję z afirmacją raz w tygodniu. Z tych czterech osób jedna uzyskała rezultat bardzo spektakularny - pracując nad poprawą życia osobistego zakończyła stary, martwy już od dawna związek i niemal jednocześnie znalazła nowego partnera, z którym pożycie ułożyło się niemal wzorowo. Zarówno sposób zakończenia starego związku, jak i cechy nowego partnera, były "projektowane" afirmacjami.

Na czas sesji osoba afirmująca była wprowadzana w stan relaksu przy pomocy odpowiednio dobranej muzyki; na jej tle podawana była nagrana wcześniej afirmacja. Wniosek stąd, że afirmacja działa lepiej, jeśli podawana jest w nieco zmienionym stanie świadomości i nie za często. W zamian za to sesje z afirmacją powinny być regularne.

Jedno z ważniejszych odkryć w czasie badań podsunęła osoba uczestnicząca jako ochotnik w sesjach w roku 1989. Czuliła ona potrzebę stosowania afirmacji poza cotygodniowymi spotkaniami. Nie mając w tym czasie dostępu do aparatury nagrywającej i rytmizującej afirmacje, wpadła na

pomysł, by w roli rytmu afirmacji wykorzystać rytm własnego oddechu, zaś frazy afirmacji powtarzać w myśli. Technika ta okazała się na tyle efektywna, że włączono ją w praktykę.

Kolejny etap programu nadszedł w roku 1994, wraz z głębszymi studiami eksperymentatorów nad numerologią. Wiedza ta nakazuje wszelkie zjawiska świata sprowadzać do 9 archetypów (wibracji) symbolizowanych liczbami od 1 do 9. Podaje też klucz przeliczania liter, słów i zdań na liczby. Potraktowane tą metodą afirmacje okazały się zdecydowanie skuteczniejsze od formułowanych bez uwzględnienia własności numerologicznych słów i fraz. Nasunęło to hipotezę o roli przeliczania numerologicznego jako uzupełnienia podawanego przez badaczy Huny schematu trzech "ja" człowieka i komunikacji między nimi. (rys 1)



rys 1.

Jednocześnie numerologia wyjaśniła też inny paradoks: autorzy amerykańscy chwalili się ogromnymi sukcesami swoich podopiecznych, korzystających z afirmacji. Na gruncie polskim nic takiego nie stwierdzono, mimo istnego zalewu literatury poświęconej afirmacjom, wielkiej ilości gotowych kaset z afirmacjami na wszystkie problemy życiowe, niezliczonych kursów, nieraz prowadzonych przez autentycznych profesjonalistów, etc. Otóż w języku angielskim, w którym formułowali afirmacje pionierzy tej metody zgodność między treściami semantycznymi i numerologicznymi słów i zdań jest o wiele lepsza, niż we współczesnej polszczyźnie; tłumacze książek o afirmacjach mechanizmu tego zupełnie nie byli świadomi. Wibracje numerologiczne słów potrafią znacząco modyfikować te znaczenia, które są ostatecznie rozumiane przez umysł. Afirmacje zaś kierowane są do podświadomości, która prawdopodobnie nie rozumie treści semantycznych słów, lecz właśnie owe nieokreślone energie towarzyszące wypowiedzi.

Zastosowanie numerologii pozwala te energie określić i świadomie zastosować.

Studia nad dywinacją (przede wszystkim astrologią i numerologią) zastosowaną do programowania umysłu uświadomiły jeszcze jeden aspekt zagadnienia: otóż nie zawsze afirmacja, nawet poprawnie sformułowana, będzie działać. Dywinacja uczy o istnieniu warstwy losowej życia, nie podlegającej wolnej woli, ani wyborom z niej wynikającym. Nie u wszystkich ludzi warstwa ta jest aktywna, nie u wszystkich też w jednakowym stopniu. Jedno wydaje się pewne: na doświadczenia przeznaczone komuś przez los żadne techniki manipulowania rzeczywistością przez umysł działać nie będą - to trzeba po prostu przeżyć, choć w lwiej części przypadków ma się spory wpływ na jakość i poziom tego przeżywania. Afirmacje, którymi usiłowałibyśmy zmienić przeznaczenie, będą najprawdopodobniej nieskuteczne. Stąd wniosek, że analiza warstwy przeznaczeniowej życia, np. przy pomocy horoskopu, bardzo ułatwia pracę związaną z programowaniem umysłu.

Dodatkową zaletą znajomości jakiejś dywinacyjnej diagnozy człowieka jest uzyskana dzięki temu wiedza o indywidualnej konstrukcji psychoenergetycznej każdego człowieka, a przez to możliwość ogromnego zindywidualizowania afirmacji i ściśle jej dopasowania do charakteru i potrzeb konkretnej osoby. Ostatecznie w wyniku trwających niemal 8 lat prac i eksperymentów, w afirmacji wyróżniono jej trzy warstwy:

- racjonalną, czyli treść semantyczną,
- emocjonalną, czyli ton, jakim człowiek sam się do siebie zwraca,
- energetyczną, związaną z numerologicznymi treściami wypowiedzi.

Każda z tych warstw pochodzi z innego subświata: semantyczna z mentalnego, emocjonalna z eterycznego, energetyczna z astralnego, zaś działanie afirmacji powinno wyładować się na planie fizycznym. Rytmizacja służy zsynchronizowaniu wszystkich tych planów i umożliwia współdziałanie wszystkich warstw afirmacji. Im lepsza zgodność wszystkich elementów afirmacji, tym lepsze będzie jej działanie, oczywiście w granicach wolności wyboru danej człowiekowi przez przeznaczenie.

Z badań powyżej zrelacjonowanych powyżej zrodziła się używana na co dzień w ramach usług świadczonych przez Laboratorium technika terapii afirmacjami. Stworzono też narzędzie ułatwiające pracę nad sformułowaniem i stosowaniem afirmacji - program komputerowy AFIRMATOR, który dostępny jest w dziale "produkty".