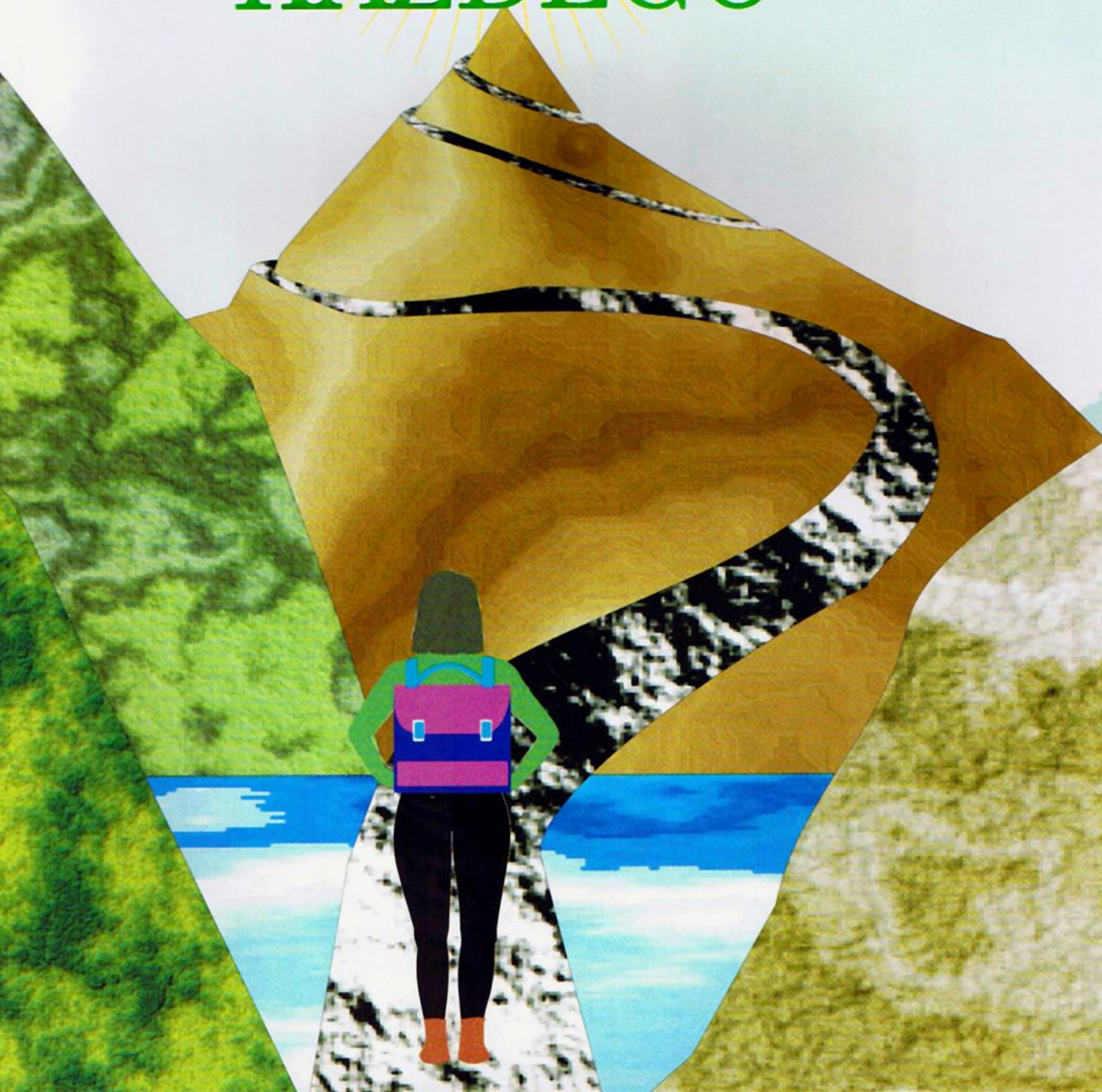


Bożena Szymborska

PSYCHOTERAPIA  
dla  
KAŻDEGO



**Bożena Szymborska**



# **Psychoterapia dla każdego**

*Wydanie II poprawione*

**© Copyright by Bożena Szymborska**

**Wszelkie prawa zastrzeżone**

Żadna część tej publikacji nie może być powielana ani rozpowszechniana bez pisemnej zgody właściciela praw.

**ISBN 83-910674-3-2**

Sprzedaż wysyłkowa; Bożena Szymborska  
05-220 Zielonka tel.(+ 48) 22 771-97-92  
<http://bozenaszymborska33.pl>  
e-mail: [bozenasz@bozenaszymborska33.pl](mailto:bozenasz@bozenaszymborska33.pl)

Projekt okładki Bożena Szymborska  
Skład, łamanie: Key Studio DTP

---

---

**SPIS TREŚCI**

<b>Rozdział I</b>	
1. Instynkt samozachowawczy	11
<b>Rozdział II</b>	
1. Co to jest raj?	25
2. Jak się dostać, zadowolić i zapewnić sobie bezpieczeństwo?	33
<b>Rozdział III</b>	
1. Orbity	39
2. Guślarstwo	41
3. Ciemności zewnętrzne	42
4. Każdemu według jego wiary	47
5. Karma	51
<b>Rozdział IV</b>	
1. Uwolnienie	53
2. „Oda do mądrości”	55
<b>Rozdział V</b>	
1. Sny	61
2. Jak z nich korzystać i programować je	64
<b>Rozdział VI</b>	
1. Pytania prowokujące podświadomość	69
2. Fałszywe świadectwo	70
<b>Rozdział VII</b>	
1. Czego szukacie to znajdujecie	75
2. Dlaczego i w kim zakochujemy się?	76
3. Jak realizują się nasze dawne pomysły na życie?	78
4. Czy możemy zmienić jakość swego życia i czy wolno nam to robić?	82
5. Jak świadomie zakochać się w odpowiednim mężczyźnie?	86
<b>Rozdział VIII</b>	
1. Programy zabezpieczające przed złem	93
<b>Rozdział IX</b>	
1. Metoda Mini-max - minimum wysiłku, maksimum korzyści	99
2. Opis zasady jej działania	102
3. Korzyści wynikające z jej wprowadzenia	107
<b>Rozdział X</b>	
1. Modlitwa podstawowa pokolenia XXI wieku	113
2. Dzieci powstające przeciwko rodzicom	115
<b>Rozdział XI</b>	
1. Pola strachu i spokoju	123
2. Równoległe połączenie	125
<b>Rozdział XII</b>	
1. Jeśli przyjdzie do ciebie Jezus	129
2. Nowoczesny Naród Wybrany	131

---

*A kto od ognia, a kto od wody,  
kto w promieniach słońca,  
kto w czas nocny,  
kto przez Boży sąd,  
kto ze zwykłego wyroku,  
kto w radosnym ciepłym maju,  
kto przez powolny rozkład,  
i kto, jeśli ktoś mnie przyzywa?,  
kto w desperackim skoku,  
kto od prochów,  
kto w Królestwie miłości,  
a kto rzeczą tępą,  
kto w lawinie, kto od kuli,  
kto z chciwości, a kto z głodu,  
i kto, jeśli ktoś mnie przyzywa?  
a kto po odważnej decyzji, a kto w wypadku,  
kto w samotności, kto w zwierciadle,  
kto z wyroku swej kobiety,  
a kto z własnej ręki,  
kto w śmiertelnych okowach,  
kto u szczytu władzy,  
i kto, jeśli ktoś mnie przyzywa?*

Leonard Cohen

## Rozdział I

### 1. Instynkt samozachowawczy.

Dlaczegoż to instynkt samozachowawczy wywodzi jednych w miejsca i o tej właśnie porze, wiodąc przeważnie tam, gdzie czekają już na nich przykre niespodzianki, a innych zawsze i tylko tam, gdzie jest miło, przytulnie i bezpiecznie?

Czy występują tu jakieś prawidłowości, czy też jest to zawsze fatalny zbieg okoliczności, na który nie mamy wpływu? Czy są to tylko zdarzenia i przypadki, czyhające na nas nie wiadomo gdzie, po to tylko abyśmy wykazali, jak się z nimi uporamy, aby dopiero w tym momencie wykazać się i udowodnić, jacy jesteśmy? Sprawdziany naszego zachowania? Pułapki, sprawdziany wytrwania w wierze obojętnie jakiej, sprawdziany tego, jak długo jeszcze będziemy obstawać przy naszej głupocie? Czy zaczniemy już zlorzeczyć Bogu, czy jeszcze się z tym wstrzymamy? Próby naszego charakteru? Doświadczenia dla wyciągania wniosków? Żeby potem mieć pretensje i wysuwać oskarżenia o to do innych? Mieć pretensje do policji. Urągać Bogu wygadując brednie w rodzaju: Taka była wola Boga. Bóg tak chciał. Widzisz, Bóg cię skarał. Żeby mieć podstawy do urządzania marszy protestacyjnych, z których i tak nic nie wynika? To on winien, bo mnie uderzył, postrzelił, a ja mu nic złego przecież nie zrobiłem.

Jemu nic nie zrobiłeś, ale cofnij się trochę pamięcią w przeszłość i zechciej przypomnieć sobie ile razy „zamawiałeś sobie” to co ci się właśnie przytrafiło. Zrób sobie rachunek sumienia i przypomnij sobie ile razy, dopóki tego sobie nie wykrakałeś, dopóki ci się nie ziszcilo, mówiłeś w pierwszej osobie:

Ale ze mnie ofiara losu, szlag mnie trafia, krew mnie zalewa, cholera mnie bierze, pędzę jak na złamanie karku, ale jestem głupi, jak ciebie słucham to mi się flaki wywracają, umieram z głodu, ja to zawsze mam pecha, ja oszaleję, do grobu się wpędzam, głowa mi pęka, ja się wykańczam, oni mnie wykańczają, ja się zabiję własną ręką, no nie, ja wykorkuję, żyły sobie wypruwam, wszystko jest na mojej głowie, mój ojciec wykończył się na zawał w wieku 40 lat, ciekawe czy i mnie też to spotka? Ciekawe co ojciec i matka by zrobili jak ja bym dajmy na to zwariował albo umarł? Zawsze o czymś zapomnę, skonom ze śmiechu, wszystko mi z rąk leci, ciągle jestem zmęczony i nigdy nie mogę się wyspać, nigdy nie mogę zdążyć na czas, zawsze się właduję w jakieś nieszczęście, zawsze trafię na jakiegoś skąpca albo kutwę, zawsze trafię na łobuza, zawsze trafię na pijaka, zawsze trafię na takiego sukinsyna, który mnie oszuka i okradnie, ledwie wystawię nogę za próg, zaraz mi coś na łeb spadnie, idę w cholere, ledwie wyjdę z domu, zaraz mnie ktoś napadnie i poturbuje, najchętniej to bym umarł w kwiecie wieku, żeby dla nikogo nie być ciężarem, bo ja już mam takie szczęście, ktoś mnie przeklął czy co, klątwa jakaś nade mną wisi czy co?

Otóż nie. Instynkt samozachowawczy, jak każdy zmysł, wolno człowiekowi wykorzystywać zarówno do dobrego, jak i złego celu. Czyli można go używać zarówno do samozniszczenia, jak i do samoochrony. Jest doskonały w obu przypadkach. A Bóg jest w to wszystko zamieszany o tyle, że skonstruował go

tak doskonale. Nie zakładał, że będzie się go wykorzystywało do aż takich głupot, które mu nawet na myśl nie przyszły.

A ty niedoskonały i niedoinformowany do tej pory człowieku, ile zła zdążyłeś już sobie załatwić, posługując się instynktem samozachowawczym niezgodnie z jego przeznaczeniem? Ile nieszczęścia, w twoim mniemaniu, zły los ci przeznaczył?

To nie żadne przeznaczenie, tylko twoje niezrozumienie tego, kim jesteś. Nie rozumiesz, że to, co sam sobie wyznaczysz, staje się automatycznie twoim przeznaczeniem i nie umkniesz od tego, bo podpisałeś wyrok sam na siebie.

Jesteśmy tylko urządzeniami elektromagnetycznymi zdalnie sterowanymi przez bliźnich, chociaż zdaje nam się, że każdy jest „*sam sobie sterem, żeglarzem i okrętem*”. A to, że nam się to wcześniej wyśniło, nie czyni z nas proroków. Przyśniła się nam tylko forma, w jakiej wyrok zostanie wykonany, jeżeli nie zdążymy tego odwołać i odwrócić. Wyrok wydajemy sami.

Jeśli ktoś z nas przeznaczył się na śmierć, na śmierć pójdzie. Nie ma znaczenia to, że żartował, że tylko tak się wygłupiał. Kogo to obchodzi? Tych, którzy też niczego nie rozumieją i idą to ze strachu oprostować?

Podświadomość nie jest dowcipna, nie rozumie idiomów, abstrakcji i kawałów. Nie potrafi żartować i nie żartuje sobie z nas, żeby wystawić na pośmiewisko.

Dlaczego to tzw. negatywne programowanie tak dobrze działa i na jakiej zasadzie?

Dlatego, że jest ono wykonane prawidłowo z wykorzystaniem wszystkich praw i zasad z tym związanych. Jest wypowiedziane w prawidłowej formie, czasie terażniejszym i powtarzane odpowiednią liczbę razy. Ten zmysł zakłada, że człowiek jest mądry i co mu się zleca do wykonania, jest też mądre. Tak jak każdy inny zmysł został zaprojektowany tylko i wyłącznie do świadczenia najlepszej jakości usług człowiekowi, nie zajmując się ocenianiem, czy to, czego się od niego domagamy, spowoduje nagły szlag, zalenie krwią, czy nagłą cholera. Zakłada, że zarówno szlag, jak i nagła cholera są dobre. Bez dociekania. Powoduje to co zgodnie z twoim wyobrażeniem kryje się w wyżej wymienionych pojęciach.

Na konkretne zamówienie otrzymujesz konkretną chorobę i konkretne nieszczęście. Przekląłeś się, zauroczyłeś się, rzuciłeś na siebie klątwę, zamówiłeś sobie nieszczęście.

Dlaczego dziwisz się i masz pretensje, że zamówienie zostało zrealizowane zgodnie z twoim życzeniem, które twoja własna podświadomość traktuje jako polecenie, rozkaz, któremu następnie sam podlegasz, bo twoje własne nogi zaprowadzą cię do miejsca, w którym to się odbędzie. Tu pomyłki się nie zdarzają. Człowiek może się mylić, ale Energia nie myli się nigdy. Gdyby Energia myliła się, nie można byłoby zbudować prawidłowo działającego radioodbiornika, telefonu czy telewizora.

Reasumując. To co sobie już zamówiłeś przez częste mówienie, musisz odebrać we właściwym, najbardziej do tego odpowiednim czasie. Odpowiednie przypadki przyczynią się do powodzenia, czyli urzeczywistnienia twojego zlecenia. „*Lecz, że odpowiedni czas i odpowiedni przypadek stanowią o powodzeniu ich wszystkich. Przecież człowiek nie zna nawet swojego czasu, podobnie jak ryby, które się łowi zdradliwą siecią, i jak ptaki, które się łapie w sidła: Tak synowie ludzcy zostają uwikłani w złym czasie, który nagle na nich przypada.*” (Kaz. Sal. 9, 11-12)

Wytlumaczę teraz, jak odbywa się zamawianie sobie np. pozornie przypadkowej śmierci na ulicy w wyniku postrzelenia, przejechania lub potrącenia przez samochód, wypadku samochodowego, zatonięcia statku, katastrofy lotniczej. Dlaczego możemy akurat my mieć w tym swój udział a nawet spowodować to zajście, chociaż wszyscy przy tym obecni mogą zgodnie zaświadczyć, że winien jest kto inny?

Na dzień dzisiejszy zaliczam się do osób świadomych wszystkiego co się wokół mnie odbywa. W kwietniu 1997 r spowodowałam wypadek samochodowy. Na mojego Fiata 126p najechał dostawczy załadowany samochód ciężarowy z prawej strony. Mnie nie stało się nic. Mój samochód nadawał się na złom. Zastanawiałam się wtedy nad tym, dlaczego mnie, osobę zabezpieczoną różnymi pozytywnymi programami to spotkało. Po kilku latach jeżdżenia samochodem, nie mogłam początkowo zrozumieć, jak mogłam tak się zachować na skrzyżowaniu. Był to pierwszy wypadek i pierwszy mandat.

Nadrzędnym w moim umyśle jest program: Wszędzie i zawsze jestem bezpieczna. Ale zanim go sobie świadomie wprowadziłam, przy zakupie samochodu znajomy mechanik orzekł, że pojeżdżę nim trzy lata, w co ja skwapliwie uwierzyłam. W ten sposób powstał podprogram, który w mojej podświadomości tkwił sobie na okoliczność tego, ile czasu mam jeździć tym samochodem. Po trzech latach samochód był w dobrym stanie, ale zaczęto zwracać mi uwagę, że on do mnie nie pasuje. Ja, ciągle pamiętając o tych trzech latach, zaczęłam zastanawiać się i zadawać sobie pytanie: Ciekawe w jaki sposób go się pozbędzie? Od dwudziestu lat tkwił w moim umyśle jeszcze jeden nieskasowany program na okoliczność wchodzenia w posiadanie nowych

samochodów i innych rzeczy, pt: *Nie dostanie się nowego samochodu dopóki się nie pozbędzie starego*. Tego dnia, kiedy spowodowałam wypadek, coś mnie gnało, aby koniecznie pojechać do urzędu skarbowego, chociaż nigdy tego z własnej, nieprzymuszonej woli nie robiłam. Na skrzyżowaniu gdy zapaliło się czerwone światło, ruszyłam naprzód. Tego dnia minęły trzy lata od kupna samochodu. Jednocześnie dowiedziałam się, w jaki sposób go się pozbyłam i jak dokładnie podświadomość wywiązała się ze wszystkich moich poleceń, zapewniając mi jednocześnie bezpieczeństwo. Oświadczam, że nie był to żaden przypadek, na który nie miałam wpływu. Wiem, że mogłam temu zapobiec, bo zostałam też ostrzeżona, ale tego nie zrobiłam.

Do kogo więc należy kierowanie krokami człowieka, gdy idzie, jeżeli nie należy ono do niego? „*Wiem Panie, że droga człowieka nie od niego zależy i że nikt, gdy idzie sam, nie kieruje swoim krokiem*” (Jer 10, 23)  
Kierowanie krokami, wybieranie i udawanie się w odpowiednim kierunku należy do instynktu samozachowawczego, który może przeistoczyć się w instynkt samozniszczenia.

---