

Esempi di Affermazioni incentrate sulla Verità da usare con *Il Codice della Guarigione*

Affermazioni incentrate sulla Verità per le dodici categorie del Codice di Guarigione

Troverete qui di seguito una serie di Affermazioni incentrate sulla Verità che potrete utilizzare mentre applicate il Codice di Guarigione, come descritto nel libro Il Codice della Guarigione.

Le Affermazioni sono suddivise in base alle Dodici Categorie presentate nel libro. Abbiamo incluso alcune affermazioni desunte dal Manuale dei Codici di Guarigione (Healing Codes Manual); alcune si ispirano alla Bibbia.*

Meditare su queste affermazioni mentre si applica il Codice riferito a problematiche connesse con ciascuna delle Dodici Categorie si è dimostrato molto efficace per molte persone. Ci auguriamo che anche voi possiate ottenere profondi benefici sostituendo queste verità alle menzogne che vivono nel vostro cuore.

Siete liberi di riformulare queste frasi con parole vostre, affinché si adattino alla vostra situazione personale. Esse rappresentano solo dei suggerimenti utili per darvi un avvio. Servitevi solo delle Affermazioni incentrate sulla Verità che sentite vostre nel profondo dell'animo.

Incapacità di perdonare

Quando io perdono, imparo a vedere gli eventi come li vede Dio, a comprendere perché si sono verificati e a convincermi che l'insieme delle circostanze agirà in funzione del mio massimo bene spirituale.

Mi concedo il permesso di essere amorevole e di perdonare me stesso, Dio e gli altri.

Sono io la persona che sta creando ciò che sono adesso. Io perdonerò e mi libererò del passato.

(Ispirato alla Bibbia)*

La luce di vita del Signore Gesù Cristo squarcia l'oscurità che c'è in me, portando in sé la pienezza del perdono, quando io perdono il prossimo.

Proprio come Dio perdona me, anche io perdono tutti coloro che mi arrecano disturbo o frustrazione, o che mi trattano ingiustamente, e consento a Dio di colmarmi di amore per loro.

Io mi immergo nell'eterno amore divino e ne emergo purificato, perdonato e completamente guarito.

Azioni nocive

Scelgo di rispondere solo a partire dalla verità e dall'amore.

Scelgo di rinunciare a voler controllare tutto ciò che mi circonda e di aprirmi a ricevere liberamente nell'amore e nella gioia.

Niente ha potere su di me, a meno che non sia io a permetterlo. Io scelgo di essere libero.

(Ispirato alla Bibbia)*

La luce di vita del Signore Gesù Cristo squarcia l'oscurità che c'è in me, portando in sé la pienezza della guarigione e la vittoria su [azione nociva].

Io cammino nella libertà per la quale Cristo mi ha reso un essere libero, fiducioso che Dio provvederà a ogni mia necessità.

False credenze

Mentre il mio cuore guarisce, io imparo a credere in queste verità e a sentirle nel cuore:

Io sono degno di amore.

Io sono stato perdonato.

Io valgo.

Il futuro è pieno di speranza.

So mantenermi salvo e al sicuro.

So assaporare ogni momento.

So aver fiducia in me e negli altri

So amare me stesso per quello che sono.

Ho il potere di scegliere e di agire in base alle mie scelte.

Con l'espandersi della mia consapevolezza e della mia comprensione, la verità si rivela. Io scelgo di scorgere la verità e di metterla in pratica.

Scelgo di credere alla verità nel mio cuore.

(Ispirato alla Bibbia)*

La luce di vita del Signore Gesù Cristo risplende su tutte le menzogne che albergano nel mio cuore, scacciando l'oscurità e portandomi guarigione e nuova vita.

Mano a mano che la verità divina si sostituisce alle menzogne nel mio cuore, io faccio esperienza della guarigione e percepisco la pace e la gioia di Dio.

Lo Spirito Santo mi guida verso ogni verità, e la verità mi rende libero.

Amore

Io sto imparando a dare e a ricevere amore incondizionato:

- *attenzione*: una disponibilità a focalizzarmi su qualcun altro;
- *rispetto*: non sentire alcun bisogno di cambiare o forgiare qualcuno, semplicemente accettandolo;
- *riconoscenza*: percepire riconoscenza, gratitudine e ammirazione per le persone, così come sono.

Io mi do il permesso di amarmi e rispettarmi.

L'amore è la luce del mondo, che squarcia l'oscurità rivelando la verità.

(Ispirato alla Bibbia)*

Io merito amore per il solo fatto che Dio mi ha creato. Dio mi ama così come sono, provvede a ogni mia necessità, nutre profondo interesse per ogni dettaglio della mia vita e mi dona tutto ciò di cui ho bisogno per servirlo bene. Dio esulta per chi io sono e si rallegra di me cantando.

Dio mi libera affinché io ami me stesso e gli altri sanamente. Non c'è alcun conflitto fra i miei bisogni e quelli degli altri. Quando agisco a partire dall'amore, Dio fa sì che tutto vada per il meglio, per il bene di tutti.

Gioia

Nel prendermi cura di me stesso e della mia guarigione, imparo a gioire di chi io sono.

Ogni giorno è un dono, e io scelgo di aprire ognuno di quei doni con gioia e gratitudine.

La felicità dipende dalle circostanze. La gioia invece si manifesta a prescindere dalle circostanze. Io scelgo la gioia.

Mi do il permesso di [inserite in questo spazio le cose positive e sane che vi danno gioia e che forse vi state negando, ad es. "rilassarmi senza sensi di colpa, godermi la mia vita, rinunciare a far pressione su me stesso e sugli altri, ascoltare musica, andare all'opera, leggere un buon romanzo, restare senza far nulla" ecc.].

(Ispirato alla Bibbia)*

Dio crea in me i desideri per poter avere la gioia di soddisfarli. Vuole donarmi i desideri del mio cuore. Egli non terrà per sé alcuna cosa buona, poiché io ho fiducia in lui.

Dio si rallegra di me cantando. Egli condivide la sua gioia con me e la gioia del Signore è la mia forza.

Posso riempire la mia vita di ciò che mi dà gioia senza ferire gli altri. Dio è felice quando io mi apro a ogni sua benedizione, dunque ora io mi appresto a ricevere la sua benedizione.

Pace

Io sono nutrito e rallegrato dall'amore del Signore.

Faccio parte della trama invisibile ma perfetta della vita.

Scelgo di godere del momento presente e di aver fiducia che il futuro si manifesterà come deve. Poiché confido in Dio, egli mi mantiene in uno stato di pace perfetta. Egli è perfetto e il suo atteggiamento verso di me è perfetto, radicato nel suo grande amore per me.

Posso essere in pace in ogni momento, sapendo che Dio mi vuole benedire.

Dio è sempre con me e mi protegge. Egli si prenderà cura assiduamente di ogni mia necessità nella perfezione del suo amore e della sua saggezza. Posso lasciarmi andare del tutto al suo amore e alle sue cure, consentendo alla vita di manifestarsi secondo il volere divino.

Pazienza

Scelgo di sentirmi calmo e completo, traendo il massimo da ogni attimo così come si presenta.

Posso amarmi adesso, senza aspettare alcun'altra persona, cosa o circostanza.

Posso abbandonarmi completamente alla consapevolezza che io sono salvo e al sicuro nel momento presente.

(Ispirato alla Bibbia)*

Aspetto pazientemente che Dio, con il suo amore, mi doni ciò di cui ho bisogno, quando ne ho bisogno. Posso abbandonarmi completamente al suo amore e alle sue cure, consapevole che egli mi sta conducendo verso un futuro splendido.

Quando smetto di lottare strenuamente e mi affido a Dio, egli mi fa sentire il suo potente influsso nella mia vita.

Attendo con speranza, confidando nell'amore infallibile di Dio e nella sua traboccante provvista di salvezza.

Gentilezza

Sono gentile e aiuto gli altri a sentirsi amati e apprezzati.

Coloro che mi hanno trattato con asprezza hanno subito essi stessi il medesimo trattamento. Scelgo di perdonarli e di dare inizio a un ciclo di gentilezza e compassione.

Scelgo di fare una differenza nel mondo attraverso dei semplici atti di gentilezza e amabilità.

Scelgo di trattare me stesso e gli altri con gentilezza e amabilità.

(Ispirato alla Bibbia)*

Sapere che Dio mi ama mi fa sentire al sicuro e protetto.

Dare ha il solo risultato di predisporli a ricevere di più. Quando do, mi trasformo in veicolo di benedizione. Anch'io vengo dissetato dall'acqua vitale della gentilezza che scorre in me.

Ricevo innumerevoli doni di bontà divina, che accolgo con gioia e trasmetto agli altri.

Essere buoni

Anche se gli altri non se ne accorgono, io continuerò ugualmente a rispettare me stesso per aver scelto la cosa giusta.

Quando scelgo la cosa giusta, la vita è gradevole e mi sento sicuro.

Inspiro vita ed espiro vergogna.
Inspiro luce ed espiro paura.
Inspiro amore ed espiro senso di colpa.
Inspiro volontà divina ed espiro ego.

(Ispirato alla Bibbia)*

Sono meravigliosamente fatto a immagine di Dio e redento dal sangue di Cristo. In quanto essere nuovo in Cristo, sono amorevole e buono, e i più intimi desideri del mio cuore riflettono la volontà divina.

Posso contare sul fatto che la bontà e la pietà divina si manifestano nella mia vita, e posso trasmetterle ad altri.

È corretto volere cose buone. Dio afferma di volermi donare il meglio di ogni cosa. Poiché confido in lui e percorro la sua via, egli mi colma di cose buone quali la bellezza, l'amore, la salute, la pace e la prosperità.

Io vengo al Buon Pastore confidando nella sua bontà in ogni aspetto della mia vita.

Fede

Credere può trasformare in realtà un mio intimo desiderio. Scelgo di avere quella fede che può far muovere le montagne.

Possiedo la saggezza e la guida interiore necessarie per affrontare qualunque cosa accada.

Posso confidare e credere di essere qui per uno scopo, e che Dio mi proteggerà affinché io possa realizzarlo.

(Ispirato alla Bibbia)*

Confido nell'amore infallibile di Dio e nella sua traboccante distribuzione di grazia per prendersi cura di ogni mia necessità.

Confido nella guida e protezione dello Spirito Santo. In tal modo sono libero di assaporare la vita.

Posso confidare che Dio sarà lieto di soddisfare amorevolmente ogni mia necessità e che con gioia porterà cose buone nella mia vita. Inoltre guarirà tutte le mie ferite. Posso affidare al Signore tutte le mie pene, poiché egli si cura del mio dolore e lo comprende, e si diletta nel rispondere alle preghiere.

Umiltà

Scelgo di amare la vita e me stesso senza paragonarmi agli altri.

Gli altri mi ameranno così come io sono se io li amerò così come essi sono.

Vincere non è tutto. L'amore incondizionato è tutto.

(Ispirato alla Bibbia)*

Accetto le mie limitazioni umane e i miei bisogni. Faccio del mio meglio e confido che Dio si prenderà cura dei doveri, delle persone e degli eventi a cui io non sono in grado di arrivare o di cui non ho il controllo. Smetto di lottare strenuamente e consento a Dio di svolgere il suo ruolo divino.

Affermo e accetto tutti coloro che conosco, anziché criticarli o controllarli.

Ripongo la mia speranza nell'amore infallibile di Dio, non in ciò che la gente pensa di me.

Autocontrollo

Posso godere della vita con vigore ed entusiasmo, riuscendo comunque a compiere le scelte giuste per me e per gli altri.

Sono in grado di fare qualsiasi cosa di cui io abbia bisogno, poiché ho il sostegno di Dio.

Posso dare il mio contributo all'armonia della vita, vivendo una vita equilibrata.

(Ispirato alla Bibbia)*

Mi arrendo a Dio e vivo secondo la legge dell'amore. Quando vivo immerso nella delizia di Dio, egli mi dona i desideri del mio cuore.

Accetto le mie limitazioni umane e i miei bisogni. Faccio solo ciò che cade interamente sotto il mio controllo e confido che Dio si prenderà cura dei doveri, delle persone e degli eventi a cui io non sono in grado di arrivare o di cui non ho il controllo.

Smetto di lottare strenuamente e consento a Dio di svolgere il suo ruolo divino.