

Johannes Faupel



Staying alive
Ellu ärkamine

enesetapu mõtete asemel

Maailma Kiireim

Enesetapu Alternatiivide Raamat

fastestbooks.com



[see on su esimene perspektiivi muutus – neid on rohkem raamatu sees]

Pane Tähele:

See kirjatükk, kõik osad kaasarvatud, on kaitstud rahvusvahelise autoriõigusega.

Sa võid seda PDF-i tasuta jagada.

Sa ei või müüa seda dokumenti või selle osasid, ei või muuta selle dokumendi teksti ja detaile, ei või kasutada lauseid või illustratsioone jälgendustes või presentatsioonides, olgu need prindituna või veebiväljaandena, väljaarvatud siis, kui olete saanud autorilt luba kirjutades emailile: info@johannesfaupel.com

Idee, Text ja Pildid:

Johannes Faupel, Frankfurt am Main.

Pühendatud elu hiilgusele ja enamasti nähtamatule Issandale.

johannesfaupel.com

Eesti keelse tõlke on toetanud Pavel Klimakov, <https://www.linkedin.com/in/pavel-klimakov/>

Igasugune kasutamine väljaspool autoriõiguse seaduse piire ilma autori nõusolekuta on keelatud ja karistatav. See kehtib eelkõige väljatrükkide, reproduktsioonide, tõlgete, mikrofilmide kohta, samuti säilitamise ja töötlemise kohta elektroonilistes süsteemides ja internetis.

ISBN 978-3-944714-54-7

Exponere-Publishing

Hasselhorstweg 6

60599 Frankfurt am Main

Germany | exponere.de

Rohkem kiireid raamatuid leiate www.fastestbooks.com



Täna sind, et austad oma elu lugedes
minu e-raamatut

See raamat ei räägi „enesetapu ennetamisest“. See räägib uutest vaatepunktidest elu jaoks.

Enamus inimesi ei tea: Enesetapu mõtetega inimestel on tegelikult suur huvi hea elu vastu ...

... kuid nad on ajutiselt võimetud kujutama ette, milline hea elu võiks välja näha. Paljud neist on traumeeritud, pettunud, läbipõlenud.

Seetõttu, tänu valu poolt tekitatud poolpimedale vaatepunktile, tundub enesetapu mõte justkui „lahendus“.

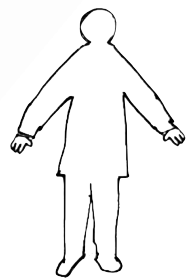
See pisike raamat on pühendatud sulle uue elu vaatepunkti andmisele vaid mõne sekundiga.

Alustame.

Iga tõsise valu ja meeleheite korral helistage sõbrale või kriisitelefonile. On inimesi, kes teid aitavad.

Sina – kes „see“ on?

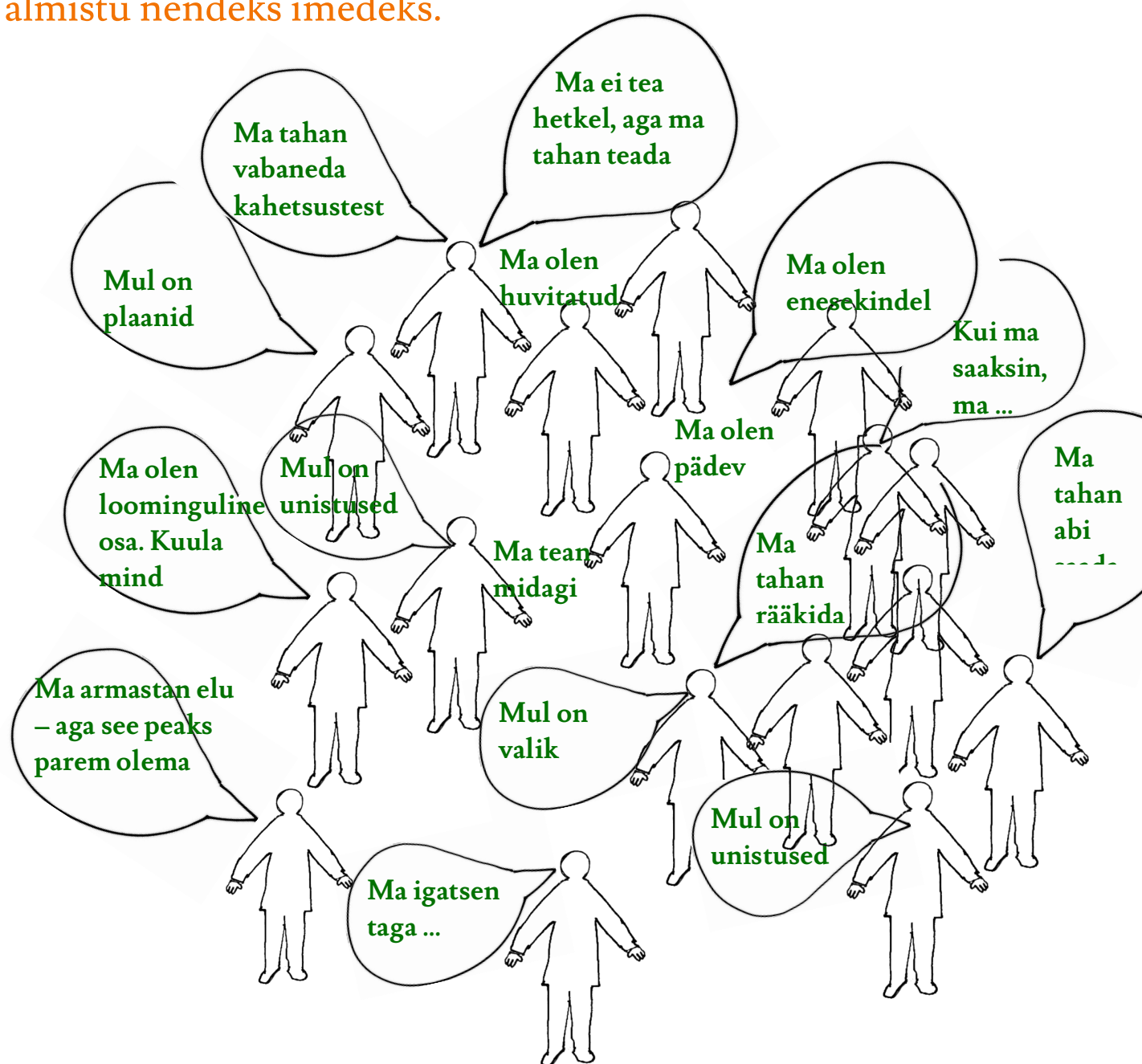
Ma tunnen praegu
meeleheidet.



Sina – kes see veel on?

Igal inimesel on suur arv sisemisi osasid. Neid sisemisi osi nimetatakse mõnikord „ego-olekuteks“. Niikaua, kui need osad üksteist ei tunne, võivad nad aeg ajalt üksteisega tülli minna. Niipea kui nad üksteist tundma õpivad, sünnivad imed.

Valmistu nendeks imedeks.



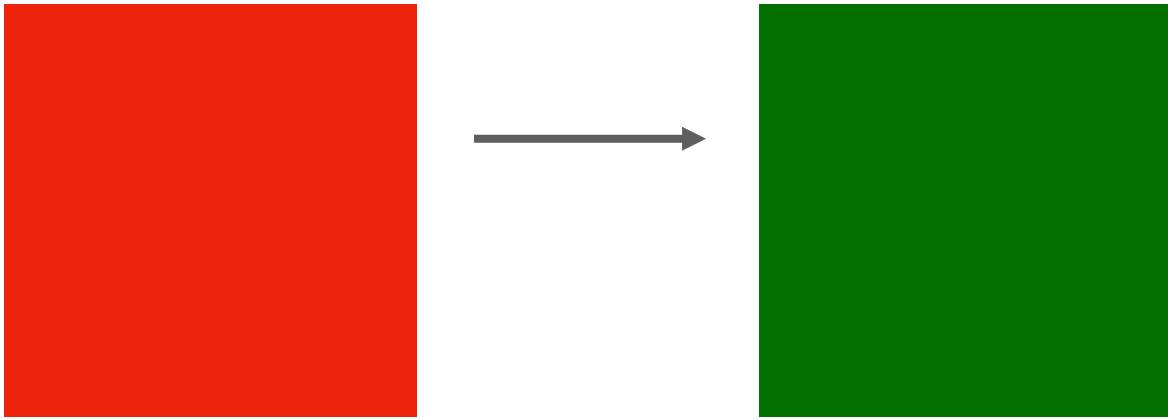
Idee ei ole „ära surra“.

Eneseabi raamatute autorina ja süsteemse nõustajana, olen töötanud väga paljude inimestega, kaasaarvatud enesetapu mõtetega inimestega.

Kuigi nad on üksteisest erinevad – on neil üks asi ühine:

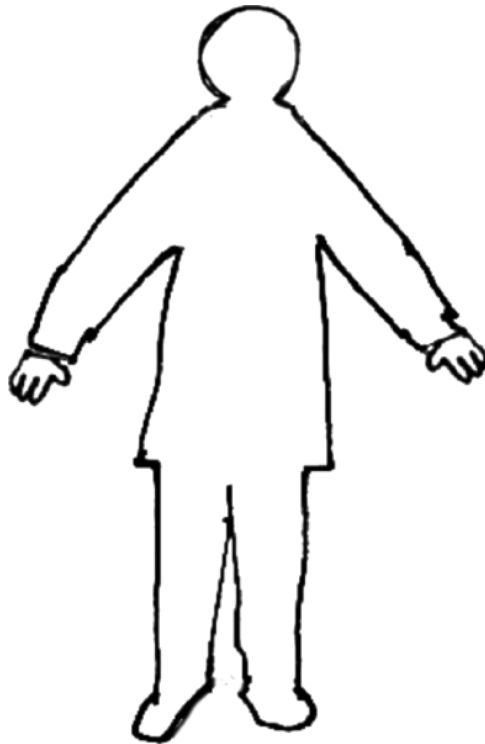
Neil puudub hetkel veel kontseptsioon, kuidas liikuda valust kergenduseni.

Idee on liikuda vabast kergendusest.



Ma armastan elu, aga see peaks parem olema.

Hea teada. On keegi, kellel on teadmine (ning mälestus) paremast elust. **Kuula seda osa endast.**



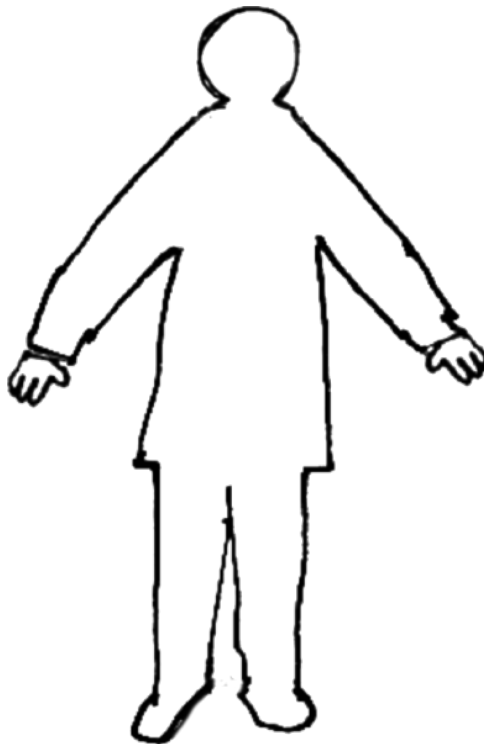
Ma igatsen millegi järele ... ei tea veel mille.

Paljud inimesed on väga aktiivsed teiste jaoks.

Nad tahavad olla

- abivalmid
- armastatud
- nähtud

Samal ajal, nad vaatavad endast üle.

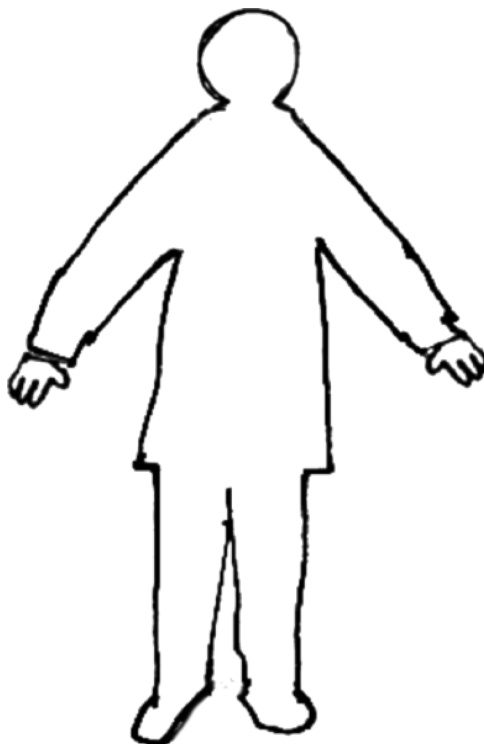


Isegi kui ma kahtlen, olen ma enesekindel.

Võib olla mitu põhjust kahelda, kui oled pettunud ja kannatanud kiusamise all.

Aga hea uudis on see: Üks sinu sisemistest osadest loeb seda e-raamatut – ja tema tundub otsivat midagi, olles enesekindel selle leidmises.

Õpi sellelt sisemiselt osalt. **Kui sa kahtled, ole ka enesekindel.**



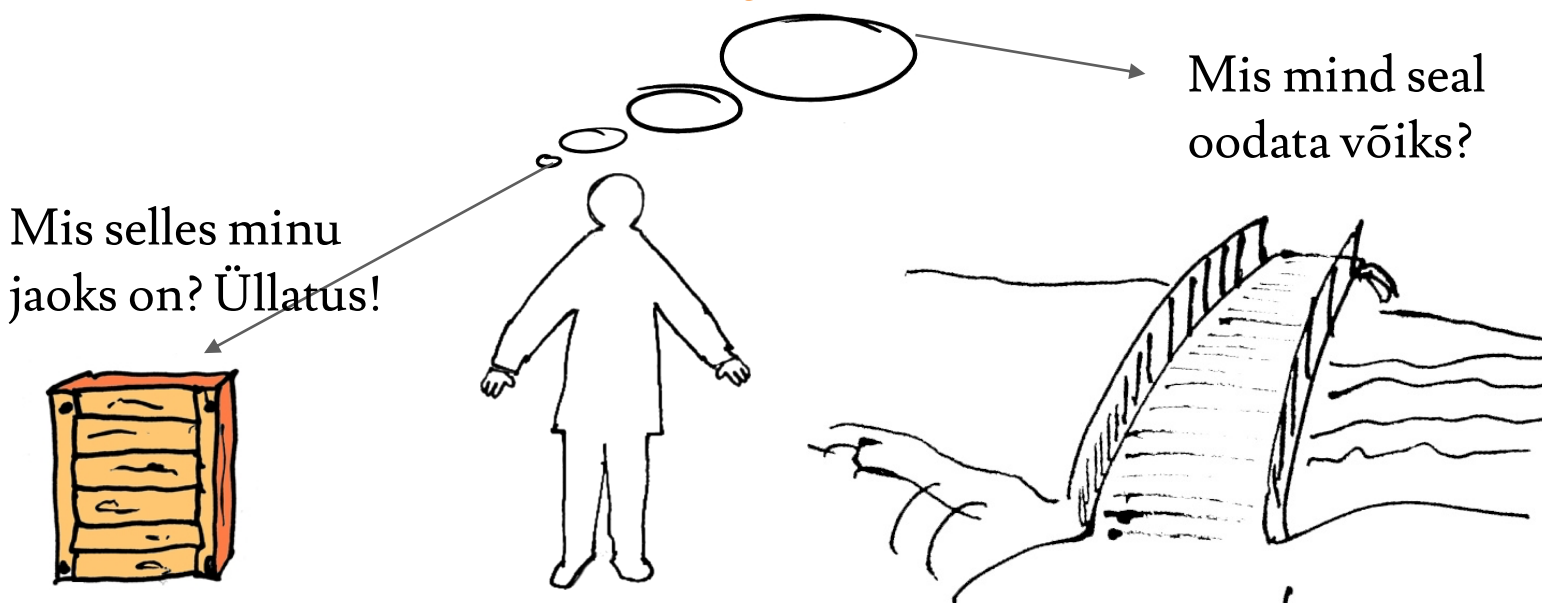
Ma olen loominguline osa. Kuula mind.



Igal ajul on võime panna A, B ja X kokku – maalides, lauldes, reisi plaanides, teistega juttu rääkides, joonistades horisondi kust tõuseb miskit uut.

Sama võime on ka sinu ajul, kallid lugeja, eriti sinu keskajul. Ta armastab pilte. Iga keskaju armastab pilte.

Kui niinimetatud ratsionaalne mõistus ütleb sulle midagi muud, õpeta teda ja näita talle kui loominguline sa oled. **Võta tema (oma mõistus) armastusega kaasa.**



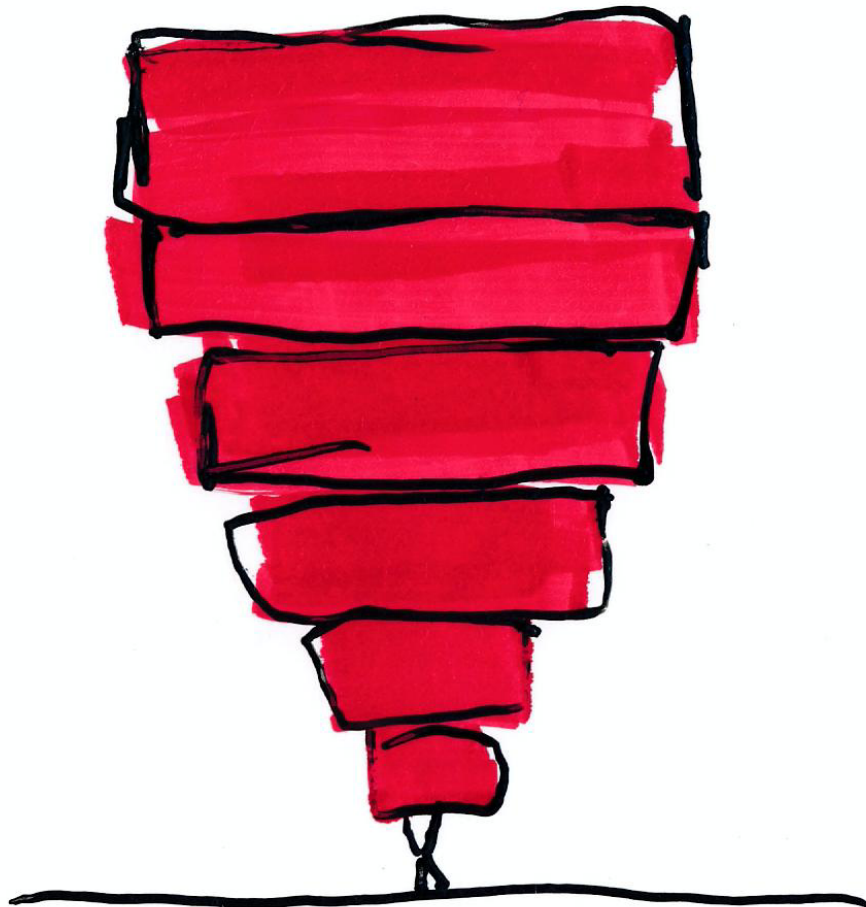
Ma tahan abi saada.

Ma tean, et kõik on liiga palju olnud, viimased paar tundi, päeva, kuud, aasta, võibolla aastakümnet.

Seetõttu tahaksin ma saada kergendust.

Aga ma ei tea veel kuidas seda saada.

Võibolla peaksin küsima oma loomingulist osa (lehekülg 9)
Ja enesekindlat osa(lehekülg 8)

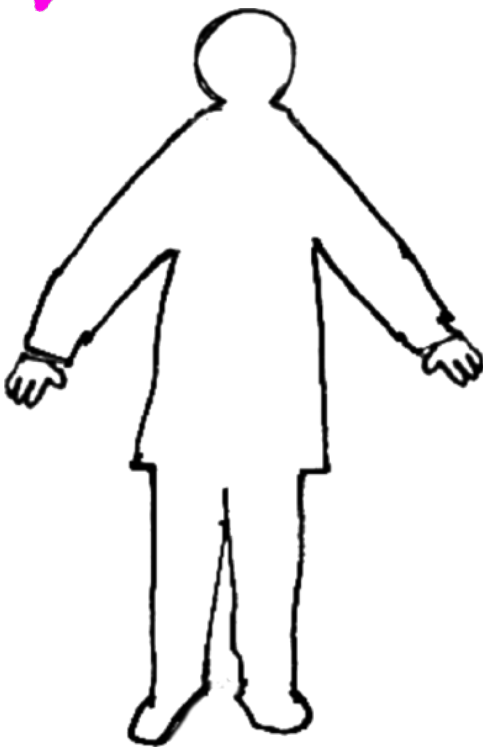


Minul on valik.

Millist enda sisemist osa kuulan ma kõigepealt?

Sul on alati valik.

Ma kirjutasin selle e-raamatu, et sa saaksid oma valikutest aru



Muuda oma plaani.

Mida iganes sa oled plaaninud – nagu sa nüüd näed: On paljud sinu sees kes tahavad, et sa elaksid.

Aeg on teha uus plan. Räägi oma sisemiste osadega. Vii endast prügi välja. Räägi sõpradega. **Helista kellelegi, et öelda aitäh – mis iganes põhjusel.**



**Vaata kõigis suundades.
On nii palju, mida sa ei
ole veel näinud.**



Minu Soovide Nimekiri



Nüüdsest alates, ma:

- Kuulen hoolega, mida mu sisemised osad mulle räägivad.
- Panen oma tundeid tähele.
- Andestan endale kõik milles mul ei ole edu olnud – kõik. Nüüd ja praegu. Ja iga minut.



Ma soovin (kas või natukene):

.....

.....

.....

Ja ma samuti soovin (isegi kui see tundub praegu liiga palju):

•

•

•

•

... ja seda – soovid töötavad nagu naturaalne meditsiin

•

•

•

•

Mida ma nüüd selle nimekirjaga teen? Pane oma kööki (või privaatseks kohta oma kodus) ja jää seda vaatama, lisades sinna kõik, mille eest oled tänulik.

Lae alla oma nimekiri ja prindi siit: <https://www.fastestbooks.com/wishlist.pdf/>

