

1. Pomocou vizualizácie pod' na 7.rovinu bytia

Pošli si bezpodmienečnú lásku a liečenie. Otvorí to tvoje podvedomie, nabudí stav theta a bude sa ti lepšie pracovať, lebo mozog sa uvoľní.

2. Posli si bezpodmienečnú lásku.

Predstavuj si ako k tebe prúdi bezpodmienečná láska cez korunnú čakru do každej jednej bunky tvojho tela a pokračuj, kým sa to deje, kým sa cítiš naplnená a užívaj si chvíľku ten pocit.

3. Pošli si liečenie.

Predstavuj si ako k tebe prúdi tok príjemného svetla cez korunnú čakru a od hlavy po päty lieči všetko, čo potrebuješ. Predstavuj si, ako čokoľvek ťaživé zároveň odchádza do perleťového svetla nadobro preč.

4. Vyber si 1 presvedčenie, ktoré ťa najviac trápi, najviac ťa prekvapilo, ale sa ti do neho najmenej chce.

5. Nechaj ho v sebe pôsobiť, všimaj si emócie, ktoré pri pomyslení na neho cítiš a skús si spomenúť:

- kedy som toto zažila prvýkrát?
- Pri akej situácii som prišla k takémuto presvedčeniu?
- Kde to bolo? Ako sa to stalo? Kto mi ublížil? Čo sa tam dialo? Čo cítim, vnímam, vidím, počujem? Prvé čo ti napadne, nech je to akokoľvek nezmyselné, čokoľvek ti príde, rozvíjaj to v sebe.

6. Nechaj uvoľniť traumu z tejto situácie do svetla a nahraď bezpodmienečnou láskou pre seba a pre všetkých zúčastnených.

7. Nahraj si nahrávku, že vieš, ako sa dostať do seba a počúvať seba a rozpamätať sa.

Predstavuj si, ako sa ti táto veta vpisuje do každej jednej bunky tvojho tela.

8. Čo som následne skrz toto začala robiť alebo nerobiť, ako sa správať, dokazovať, napravovať?

9. Benefity, čo mi to dalo, čo mi to do života prinieslo, prečo som to potrebovala zažiť?

10. Čo si sa mala naučiť, aké cnosti.

11. Čo som sa naučila, aké cnosti?

12. Nahraj si pekné nahrávky, vety, slová, afirmácie ktoré potrebuješ cítiť, poznať, ktoré ti intuitívne prichádzajú.

Môžu to byť pocity, skúsenosti, poznania, niečo pozitívne, čo ti urobí radosť pri pomyslení, že už to poznáš, už si to zažila, už sa to deje, alebo na to dlho čakáš.

13. Môžeš tej osobe, tvojmu učiteľovi odpustiť?

Možno to hneď nepôjde, ale nechaj to na seba pôsobiť a predstav si ako ľahko ti bude, keď toto konečne pustíš preč.

14. Zober si tú osobu a povedz jej všetko čo potrebuješ.

Je tam, zmizla?

15. Odpustiť sebe.

16. Nahraj si odpustenie sebe, tej druhej osobe, že vieš ako odpúšťať a že je to bezpečné.

17. Úlomky duší

18. Môže byť celá táto spomienka skompletizovaná a ukončená a že vieš ako ďalej bez tohto žiť podľa najvyšších princípov s podporou čistej esencie lásky?

- Predstavuj si, ako sa celé učenie uzavrelo, ako napríklad kniha a ide do svetla 7. roviny.

19. Zopakuj si svalový test na presvedčenie.

Poznámky: