

Meditace nad základními otázkami života - návod.

Standardní vstup do meditace - např.:

Já jsem láska, já jsem světlo 7x – světlo – naplnit jedno z jemně-hmotných těl - světelný pytel – prolnout světlo do všech buněk fyzického těla – protáčet v čakrách od 7. po 1. pak k matce Zemi ukotvit univerzální světlo v zemském krystalu - procítit, vzít anděly a nahoru do čakerního kanálu – zatočit prvního Tibeťana a kanál tak roztáhnout na šíři ramen, či roztažených rukou.

Zklidnit se ve 4./srdeční čakře a tam **poprosit duši, aby nám ukázala „dálnici“ všech našich životů** (inkarnací na Zemi), **abychom mohli čistit**

všechny situace

(vždy nutné

především odpouštět sama sobě),

kdy jsme:

1. si bránili přijímat světlo, nebo nám bylo bráněno přijímat světlo
2. nechtěli žít (na Zemi)
3. pocítili s tím spojené negace – pocity strachu, vlastní nejistoty, zbytečnosti, nedostatečnosti, neschopnosti, vyřazenosti, viny, ...
4. pocítili odpor k Zemi jako takové
5. si zabraňovali přijímat hojnost života na Zemi (nezapomeň hmotné: jídlo, statky..., ale samozřejmě zejména lásku, radost, štěstí, ...)
6. kdy jsme nenáviděli sami sebe
7. kdy jsme nenáviděli ty druhé
8. kdy jsme se báli sami sebe
9. kdy jsme se báli druhých (že nám ublíží, že s námi budou manipulovat, nás ovládat, že nás zničí...)
10. kdy jsme se báli sami o sebe
11. kdy jsme se báli o ty druhé
12. kdy jsme se báli projevit své jedinečné Já, styděli jsme se za naše zvláštní pocity, které nebyli v souladu s danou morálkou, ...
13. kdy jsme se báli, že se projeví někdo jiný a ukáže se naše slabost vymknout se starým modelům

Základní otázky života - návod na meditaci

Uveřejnil(a) Sylva

Úterý, 13 Červenec 2004 20:07

Body/otázky je někdy dobré rozdělit do několika meditací – podle potřeby. Rozhodně se v meditaci nevyhýbat dalším problémům, které přijdou a nebát se zařadit si je do programu. Jsou vždy na místě a chodí v pravou chvíli! Je dle uvážení také možné si je zapsat pro pozdější čištění.

K čištění můžeme pozvat kohokoli z duchovních bytostí – mistry, paprsky, anděly, archanděly, skřítky, všichni rádi přijdou zvláště s těmito těžkými věcmi pomoci. V závěru nezapomenout všem poděkovat - i své duši a matce Zemi a poprosit, jestli vaše zkušenosti z této meditace mohou být otisknuty v energetickém poli lidstva (lidé tak budou moci pocítit, že tyto věci mohou sami zvládnout - úspěšně vyčistit, skoncovat s nimi.)

Léto 2004 -re-