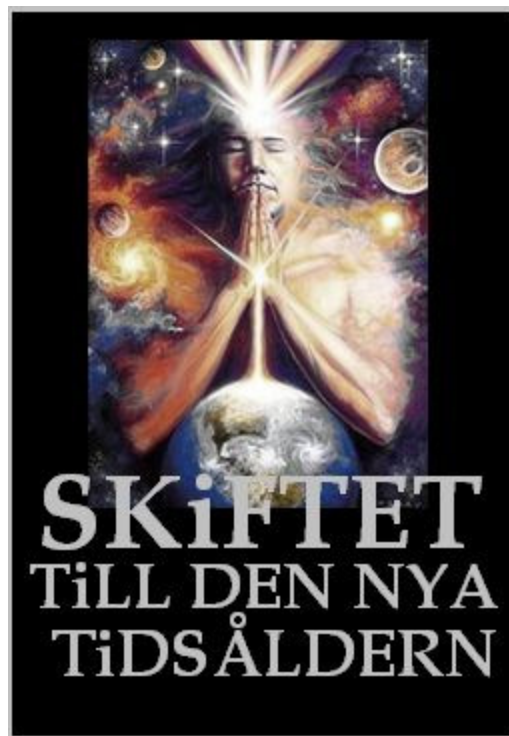


ANDLIG UTVECKLING

- Att vara sitt Högre Jag



Innehåll

3.

Förord

4.

Mänskligheten är i en dramatisk och spännande tid
- Människan bygger kroppar av ljus

5.

Många är mycket känsliga för energi

7.

I Den Nya Tiden

9.

Att sträcka sig uppåt – att vara sitt Högre Jag

10.

Ditt Högre Jag älskar Dig villkorslöst
- Upplysning; hålla och stråla ut ljus

11.

Andlig utveckling är vägen till sitt Högre Jag

13.

Övning/Meditation – Att vara sitt Högre Jag

15.

Du behöver inte förändra Dig; Du behöver bara älska Dig själv

17.

Affirmationer - positiva uttalanden och visioner varje dag

Förord

Andlig utveckling lär Dig hur Du kan vara Ditt Högre Jag i Ditt dagliga liv, skapa en vision av Ditt högre syfte och manifestera det Du vill ha snabbt och lätt. Du kommer att lära Dig att arbeta med ljus för helande och växande, att upprätta kontakt med det Universella Sinnet och förhöjd kreativitet, och att länka upp dig till den Högre Viljan för att utföra Ditt högre syfte.

Andlig utveckling ger Dig verktyg Du behöver för att lyfta illusionens slöjor, se sanningen, expandera och dra samman tiden, förhöja Din vibration, uppnå högre tillstånd av medvetande, öppna Ditt hjärta och lära känna Dig själv på ett nytt, mer kärleksfullt sätt.

Andlig utveckling lär Dig hur Du kan skapa mer tillfredställande relationer med andra genom att använda Dig av färdigheter som att inte fastna i andra, använda Din vilja på rätt sätt, att vara transparent för andras energier och att kommunicera som Ditt Högre Jag. Du kommer att lära Dig att vara en källa till ljus och att växa genom att tjäna världen.

Detta kompendium erbjuder nästa steg i den andliga utvecklingen för Dig som vill veta mer om vem Du är, varför Du är här, och vad Du kommit hit för att göra. Du kan förena Dig med de högre energier som nu kommer in över jordeplanet och använda dem för att skapa det bästa liv åt Dig själv som Du någonsin kan föreställa Dig.

MÄNSKLIGHETEN ÄR I EN DRAMATISK OCH SPÄNNANDE TID

En energivåg passerar genom Vår galax, som förändrar inriktningen på allt liv den berör. Denna våg påverkar själva sammansättningen av energi och materia, och för all materia upp till en högre vibration. Du känner säkert redan effekterna av denna högre vibrationen av ljus.

Du tar kanske emot fler insikter, har fler mediala och telepatiska upplevelser och känner ett djupare behov av att veta vad som är syftet med Ditt liv, och börja sätta det i verket. Du upplever kanske att Du har mindre tid och mer att göra, för denna energivåg förändrar sammansättningen.

*Den som arbetar och koordinerar sig med detta ljus
har en enorm potential för utveckling och växande.*

Våra profeter i det avlägsna förflutna har förutspått denna väg, och tanken på en avgörande transformation under Vår nuvarande tid planterades för att förbereda Oss på det. Vissa har förutsett det som en tid av kataklymer och svårigheter på Jorden. Dessa kataklymer kommer inte nödvändigtvis att ske; de är symboler för det inre förändringar som kan uppstå när tankar, känslor och attityder av en lägre natur lämnar Oss och ersätts av sådana av en högre natur.

Du kan rida denna våg av ljus och uppleva mer glädje, frid och kärlek än Du någonsin tidigare har upplevt. Börja göra det genom att acceptera Din andliga utveckling, länka upp Dig till Ditt Högre Jag, och arbeta med ljus. Tag små steg, allt eftersom de blir uppenbara för Dig, väx i harmonin med naturen och jorden, så kommer Du att vara i harmoni med högre vibrationer som denna våg för med sig.

Människan bygger kroppar av ljus

Människan utvecklas snabbt till en ny ras. På grund av det nya, massiva inflödet av ljus, så håller en kropp av ljus på att utvecklas i dess aura. De första delarna av denna ljuskropp skapas runt hjärtat, och strax ovanför hjärtat i den övre delen av bröstkorgen. En del blir förkylda, får stockningar i bröstet eller hjärtflimmer när er ljuskropp börjar skapas i detta område. Den nya vågen av ljus utmanar Dig att öppna Ditt hjärta och att föra upp både Ditt "energihjärta" och Ditt fysiska hjärta till en högre vibration.

Din ljuskropp gör det möjligt för Dig att bli en strålende källa till ljus. Ungefär på samma sätt som jorden genererar sitt eget magnetfält medvetet, så kommer Du genom det faktum att Din ljuskropp håller på att skapas att generera och utstråla ljus och andlig kraft, som kommer att hjälpa Dig och andra att nå högre.

Allt eftersom Du strålar ut mer ljus så kan det hända att Du blir mer känslig för vad Du äter. Du känner kanske redan en önskan att förändra Din mathållning, eller att bli mer vältränad.

v.1 2010/11 - **Andlig utveckling** – att vara sitt Högre Jag

Din kropp leder Dig till de förändringar som kommer att göra det möjligt för Dig att hålla och stråla ut mer ljus.

Allt eftersom Du bygger Din ljuskropp så kommer Ditt intellekt att fortsätta vara starkt, men det kommer att blandas mer med Ditt intuitiva sinne.

Du kommer att lägga märke till att Du dras till det som är kreativt och som utmanar Dig att sträcka Dig in i djupare delar av Ditt väsen. Du kommer att känna allt starkare band och samhörighet med alla livsformer. Du kan redan se detta i mänsklighetens uppvaknande medvetenhet om djurens rättigheter och vikten av att bevara djurliv och skogar.

Människan förbereder sig på att bli en telepatisk ras, och en del av Hennes förberedelse är att bli medveten om många andra delar av verkligheten.

Du upplever ett oavbrutet flöde av ny information och stimulans från många olika källor. Detta hjälper Dig att utveckla Din förmåga till urskiljning, när Du avgör vad Du ska acceptera som sant för Dig. När Du är helt och hållet öppen telepatiskt, så kommer Du att vilja ha förmågan att välja vad som kommer in i Ditt medvetandefält, förbli i Ditt eget centrum samt förstå och kunna frigöra Dig från åsikter och föreställningar som inte är i harmoni med Dina egna.

Du kom hit för att bygga upp Din kropp av ljus och transformera materien till en högre vibration. Till vardags kallar Vi den här transformationen för ”andlig utveckling”. Allt eftersom Du växer blir Du ditt Högre Jag, en varelse av ljus. Allt eftersom Du växer, för Du in ditt Högre Jags höga, fina energi i materien och transformerar medvetandets potential i denna dimension.

Många är mycket känsliga för energi

Din känslighet tillåter Dig känna, rikta och arbeta med de högre, finare energier som är på väg. Du erbjöd Dig att gå först och befinna Dig i den främsta delen av EnergiVågen, allt eftersom den rör sig igenom jordeplanet. Du erbjöd Dig att finna vägar att växa, och hela Dig själv, för att sedan assistera andra, allt eftersom de börjar känna av inflytandet av vågen.

Du har kanske lagt märke till att Du har under den senaste tiden varit tvungen att växa snabbt, transformeras och lära Dig många nya saker. Allt eftersom denna nya våg växer sig allt starkare, så kommer fler och fler människor att vakna upp till det som Du redan upplever. När de gör det, så kommer Du att få allt fler möjligheter att fungera som en lärare och källa till ljus.

Våg efter våg av högre medvetande är på väg. Varje våg kommer att skapa en enorm öppning i massmedvetandet, följd av en tid av integration när vågen drar sig tillbaka.

Varje våg av högre vibration kommer att vara större än den som kom innan. Effekterna av den kommer att bli allt tydligare, eftersom antalet människor som kan känna av dem kommer att öka. Bland annat kommer dessa vågor att stärka Din önskan att fokusera på andlig utveckling och att finna Ditt högre syfte. Dessa vågor kommer att hjälpa Dig att upptäcka de högre dimensionerna av Dig själv och att uppnå högre medvetandetillstånd.

När de nya vågorna först kommer in så kan det hända att Du upplever dem som turbulens; de skakar kanske om saker och ting i Ditt liv så att Du kan göra de förändringar som tillåter Dig gå ännu högre.

Efter varje skifte kommer det bli allt lättare att gå högre och att vara Ditt Högre Jag. När Du förenar Dig med Ditt Högre Jag, så kommer Du inte längre att känna någon turbulens när dessa vågor kommer, utan i stället använda deras kraft till att lyfta allt högre, och snabbare föra Dig till Dina mål.

Många människor kommer kanske komma att förneka dessa skiften till en början; att ta emot dem kan innebära en total förändring av deras sätt att uppfatta och leva sina liv. En del kommer kanske att känna att de inte kan hantera den högre energin och försöka dämpa dess effekt med alkohol och droger. En del försöker kanske hänga kvar vid det gamla och upptäcker att detta kräver allt större kraft. Andra försöker kanske stå emot genom att kritisera det nya eller reagera med skepticism och tvivel.

Vissa måste först uppleva en hög grad av kamp och smärta innan de kan bli uppmärksamma på, och följa de inre budskap som de tar emot. Vid varje given tidpunkt kan de besluta sig för att följa de inre budskap som de tar emot och växa med glädje. Att inte öppna sig för, och följa med denna högre vibration kommer få allt större konsekvenser.

Om det finns något område i Ditt liv där Du känner att Du sitter fast, som får Dig att må dåligt eller som helt enkelt inte fungerar, så kommer det att påverka alla andra områden i Ditt liv. Du kommer inte längre kunna ignorera de områden i Ditt liv som Du inte vill kännas vid. Om Du inte tycker om Ditt arbete, har problem med en relation eller lever i en omgivning som inte stödjer Dig, så kommer det att dämpa Din livskraft på varje annat område.

Denna nya våg av energi kommer att ha stark inflytande på de områden i Ditt liv som har minst klarhet och harmoni. Denna nya våg skapar ljus i Ditt liv, men Du kan bara hålla detta ljus på de platser där det finns klarhet och harmoni. Du kommer att upptäcka att de områden som inte fungerar blir de viktigaste att klara upp och att detta ger upphov till den största utvecklingen.

Din sammansmältning med denna våg av ljus kan hjälpa mänskligheten och jorden att göra en lugn och fridfull övergång.

Det sätt på vilket Du tar emot förändringarna i Ditt liv, tar reda på hur Du kan växa och släpper taget om det som inte längre tjänar Dig, kommer att påverka jordens och mänsklighetens utvecklingsbana. Övergången till den högre, vibrationsmässiga frekvens kan göras genom kärlek och glädje, i stället för genom smärta och kaos.

Ljuset är fortfarande inte jämt fördelat över jordeplaneten; det kommer in starkast över de platser Vi kallar för ”kraftplatser”. Från dessa kraftplatser strålar vågorna ut i allt större cirklar. Kraftplatser finns över hela jorden, i varje stad och samhälle. Du känner igen dem genom att det är lättare för Dig att rikta Din uppmärksamhet uppåt när Du befinner Dig vid dem. Kraftplatserna skapar ett enormt rutnät av energi som växer och påverkar allt mer materia.

Trots att dessa nya energier växer i styrka, så är de fortfarande mycket subtila. För de av er som har finstämt ert medvetande genom kanalisering, meditation och andra tekniker för självmedvetande, så är dessa energier lättare att lägga märke till.

När Du befinner Dig i denna våg av högre energi kommer Du att känna ett behov av att ta hand om Dig själv och att följa en inre böjelse för glädjefyllda aktiviteter, från stund till stund. När Du tar hand om Dig själv, så kommer Din önskan att rikta Dig utåt och assistera andra att öka.

I Den Nya Tiden

I den nya tiden kommer det att läggas starkare tonvikt än tidigare på familjen och kontakten med andra närstående. Kanske upptäcker Du att Du vill skapa nätverk och kontakta likasinnade, för mycket kommer att åstadkommas genom att människor arbetar tillsammans. Mänskligheten blir allt mer inriktad på grupper och samarbete.

Du har redan kunnat bevittna början av människans gemensamma, telepatiska arbete för att skapa en förändring, t ex i form av globala fredsmeditationer. Denna kollektiva ansträngning av miljontals människor har redan haft en djupgående inverkan på många människors andliga uppvaknande och har accelererat mänsklighetens andliga transformation.

Den högre vibration som nu kommer in över planeten kommer att vara mer kompatibel med de av er som är inne på en väg av andlig utveckling, än någonting Ni någonsin tidigare upplevt.

När Du gör de förändringar som Ditt inre budskap visar Dig så kommer Dina barriärer att lyfta, Dina planer att lyckas, och Du kommer att få allt Du önskar som är för Ditt högre goda.

Det kommer inte längre handla om vad Du vill ha, utan att vara säker på att Du verkligen vill ha det Du ber om – för Du kommer att få det.

Det Du ber om kommer att komma till Dig allt snabbare, för skapelsens lagar kommer att bli allt mer lika de som existerar på de högre planen. I de högre dimensionerna så upplever Du omedelbart det Du vill ha.

Aldrig tidigare har det funnits så många vägar, så många alternativ och så stor frihet att välja vilken verklighet Du vill uppleva. Den viktigaste aspekten av dessa nya energier och den möjlighet som de erbjuder till glädje, utveckling och livskraft. De kommer att assistera Dig i Ditt uppvaknande till den multidimensionella varelse Du är, ge Dig tillgång till den större planen för mänsklighetens utveckling och upptäcka vilken roll Du har kommit hit för att spela i dessa underbara, spännande tider av transformation.

ATT STRÄCKA SIG UPPÅT

Att vara sitt Högre Jag

När Du växer andligen, så är det en underbar upptäcktsresa av Dig själv. Du kommer att ha allt lättare att förstå universums mysterier och ta till Dig verktyg för personlig transformation. Allt eftersom Du når högre och högre, så kan Ditt liv bli fritt från ansträngning. Allt Du behöver kommer att komma till Dig, allt eftersom Du behöver det, och Dina kreativa satsningar kommer att skapa resultat bortom allt Du har kunnat föreställa Dig.

Andlig utveckling innebär en resa som är lika vidsträckt som medvetandet. Andlig utveckling, så som det beskrivs här, innebär att växa genom att skapa kontakt med sitt Högre Jag och en högre makt –guden/gudinnan inombords, Kristus, Allah, Buddha eller Allt-som-är. Denna kontakt kommer att ge Dig livskraft, en frisk kropp, kärleksfulla vänner, en stödjande omgivning och möjligheten att ge bidrag till världen.

Den andliga vägen innebär oändlig lek och en djup, inre glädje

Andlig utveckling ger Dig verktyg för att få Ditt vardagsliv att fungera och att uppnå allt högre nivåer av ordning, harmoni, klarhet och kärlek inom varje område i Ditt liv. Andlig utveckling är det mest betydelsefulla Du kan fokusera på om Du vill ha ett glädjerikt, fridfullt och kärleksfullt liv.

När Du växer andligen, så kommer Du att kunna se de större sambanden i Ditt liv. När Du förenar Din vilja med den Högre Viljan, så kommer Du att uppleva en större medvetenhet om mänsklighetens utvecklingsbana och Din egen roll i denna. Du kommer att upptäcka Ditt livsarbete och få verktygen att utföra det. Ditt livsarbete kommer att innebära ett meningsfullt bidrag till Dina medmänniskor, växt- och djurrikerna, eller jorden själv. Det kommer att vara något som Du älskar att göra. Du kan göra det Du älskar hela tiden; Ditt arbete kan vara Din lek.

När Du öppnar Dig för de högre dimensionerna av Dig själv, så kommer Du att kunna lyfta illusionens dimmor och se världen genom Ditt Högre Jags ögon. Du kommer att kunna förena Din uttrycksförmåga med Ditt Högre Jag och uttrycka sanning och kärlek i allt det Du säger.

Ditt sinne kommer att lysas upp, och Dina känslor kommer att vara harmoniska eftersom de blandats med ljuset från Ditt Högre Jag.

Andlig utveckling hjälper Dig att skapa kärleksfulla relationer. När Du växer andligen, så kommer Du att kunna skapa kontakt med andra på högre sätt. Din utveckling kommer att göra det möjligt för Dig att lättare känna förtroende för andra, hålla Ditt hjärta öppet och uppnå nya höjder av gemenskap och närhet. Du kommer att ha djupare, mer meningsfulla relationer med dem Du älskar.

Det som många söker efter hos andra – medkänsla, förståelse och kärlek – kommer Du först att finna i Din kontakt med Ditt Högre Jag. Denna kontakt kommer att göra det möjligt för Dig att älska och ta hand om Dig själv bättre och relatera till andra på ett högre och mer kärleksfullt sätt.

Ditt Högre Jag älskar Dig villkorslöst

I Ditt växande, så kommer Du att lära Dig att sända ljus för att stärka och ge kraft till Dig själv och Dina vänner. Du kommer att lita på Din förmåga att avläsa energi så mycket, att Du kommer att känna Dig trygg var Du än är. Du kommer att höra Din inre vägledning tydligt och handla i enlighet med den. Du kommer lätt att kunna harmonisera med energin från alla sorters människor. Du kommer att lära Dig hur Du ska bli transparent för, eller till och med att omvandla ”negativ” energi. Du kommer att möta vänliga leenden, kärlek och frid, vart Du än går.

På högre nivåer av medvetande kommer Du att bli mer medveten om subtila energier. Du kommer att få förmågan att känna, uppfatta och till och med se de subtila vibrationerna från andra dimensioner, livsformer och den aura som omger människors kroppar. Dina högre förmågor av clairvoyans, telepati och andra mediala förmågor kommer att förfinas, men de kommer bara att vara verktyg för att stimulera Din utveckling och är inte viktiga i sig. Du kommer att kunna skapa snabba, positiva förändringar i Din fysiska kropp och bli allt bättre på att hela Dig själv.

Dina rädslor kommer kanske inte att försvinna helt, men när en rädsla dyker upp så kommer Du inte att reagera med ännu en rädsla. I stället kommer Du att tala med rädslan, sända den kärlek och be om att få dela de budskap som den bär med sig. Du kommer omedelbart att lägga märke till när Du inte är i ett högt och balanserat tillstånd, och Du kommer snabbt att kunna ta Dig tillbaka till ett balanserat, centrerat och lugnt tillstånd.

Andlig utveckling liknar personlig utveckling, men det finns en avgörande skillnad: när Du utvecklas andligen så skapar Du en kontakt med en högre makt och använder denna kontakt för att förstärka Din utveckling. Denna högre makt – Ditt Högre Jag och Gud/Allt-som-är – arbetar med Din personlighet, och hjälper Dig att utveckla självförtroende, självkärlek, klarhet och andra viktiga egenskaper. När Du arbetar med Din personliga utveckling och lägger till kontakten med en högre kraft, så blir Din resa ännu mer glädjeric, snabb och transformerande.

Det finns ingen gräns för den utveckling och transformation som är möjlig för Dig.

Upplysning är när man är mycket skicklig i att hålla och stråla ut ljus

Upplysning är inte en destination som Du uppnår när Du slutar växa och har blivit perfekt. Det spelar ingen roll hur högt Du når, det finns alltid nya, högre höjder Du kan uppnå. Att vara upplyst innebär att Du har verktyg och resurser för att hantera alla energier omkring Dig på ett sådant sätt att Du stärker den klarhet, harmoni och det ljus som Du har i Din närhet. Energi förändras hela tiden, så det finns inga gränser för den utveckling som är möjlig.

När Du uppnår en viss nivå av lyskraft och ljus, så väljer Du kanske inte att återfödas mer på jorden, utan istället att leva i andra dimensioner som erbjuder Dig andra möjligheter att bli en ljusstrålande varelse. Eller så väljer Du att komma tillbaka, för allt eftersom Du växer, så får Du möjlighet att bidra allt mer, och bli allt mer ljusstrålande genom Dina insatser för andra.

Det finns många vägar som leder till upplysning. Välj den väg som är mest glädjeric för Dig och i harmoni med Dina värderingar. Du väljer kanske en väg vid en tidpunkt och en annan väg vid ett senare tillfälle, eller så utforskar Du fler vägar samtidigt.

Välj de läror som Du känner Dig dragen till; känn inte att Du måste följa något som inte tilltalar Dig, bara för att andra säger att det är ”rätt” sätt att växa. Alla människor är unika. Lita på att Ditt Högre Jag leder Dig till de processer som är de rätta för Dig.

En av de första saker Du kan göra för att utvecklas andligen, är att släppa taget om alla förutfattade idéer om vad andlig utveckling är och vilken nivå Du själv befinner Dig på. Kanske har Du hört att Du skulle ha minnen av tidigare liv om Du var högt andligt utvecklad, att Du skulle kunna meditera i timmar, leva i ett tillstånd av oavbruten sällhet, och besitta supermäktiga förmågor, som exempelvis att kunna lämna kroppen eller leva i hundratals år. Trots att det är sant att en del av dessa saker kan komma naturligt under vissa stadier av Din utveckling, så är det inte nödvändigt att kunna göra dessa saker för att vara högt andligt utvecklad.

Många högt utvecklade själar har inga minnen från tidigare liv, uppvisar inga supermänskliga förmågor och tillbringar inte sina dagar i meditation. Du kommer att finna högt utvecklade själar inom varje tänkbart område, sysselsatta med att förbättra livsvillkoren för mänskligheten, förhöja medvetandenivån och föra in mer ljus i de områden de valt för sitt tjänande. De gör många praktiska saker i sina liv och ger upphov till många positiva effekter. Deras arbete är deras meditation och det som ger dem möjlighet till andlig utveckling. De har lärt sig att fokusera uppåt samtidigt som de är fokuserade utåt i sitt tjänande. De behöver inte supermäktiga förmågor för att uppfylla sitt högre syfte.

Andlig utveckling är vägen till att bli sitt Högre Jag

Ditt Högre Jag är ett dynamiskt, växande medvetande av livskraft. Det existerar i en värld där alla varelser är förenade i en multidimensionellt medvetande. Ditt vardagsmedvetande är en aspekt av Ditt Högre Jag, som lever i den fysiska verkligheten. Ditt Högre Jag sänder Dig impulser att vara kärleksfull och i harmoni med andra. Ditt Högre Jag lever i harmoni, ordning och ljus; när Du skapar detta i Ditt liv så fungerar Du som Ditt Högre Jag.

Ditt Högre Jag vet varför Du har de utmaningar Du har. Ditt Högre Jag är själva essensen av den Du är och besitter den sammanlagda kunskapen från Dina liv. Det är den vise läraren som finns inom Dig.

Ditt Högre Jag känner inga gränser och är inte förknippad med någon av de roller Du spelar. Det kan hela och utveckla Dig när det för in sin höga, fina vibration i Din kropp och i alla Dina energisystem.

Ditt Högre Jag talar vanligtvis till Dig genom Din intuition och Dina känslor. Det kan också kommunicera genom att sända Dig ovanliga händelser och sammanträffanden – i form av människor, tidningar, böcker, filmer och allt möjligt som ger Dig det budskap Du behöver höra. När Du stärker Din kontakt med Ditt Högre Jag, så kommer Du att erfara starkare insikter, uppenbarelser och en utvidgad medvetenhet.

Du kan ta ett enormt språng framåt i Din andliga utveckling genom att upprätta kontakt med Ditt Högre Jag. En del påbörjar kontakten genom att föreställa sig tala med en vis lärare eller rådgivare, och ber om råd.

Du kan vara Ditt Högre Jag i varje stund. Ditt Högre Jag är Ditt större, kärleksfulla, visa och medkännande Jag. Du är redan Ditt Högre Jag i de stunder då Du fokuserar på det Du gör, utgår från Ditt hjärta eller tar emot kreativa impulser.

Du är Ditt Högre Jag när Du arbetar med ljus, skiftar andras medvetande eller fokuserar på hur andra kan skapa en skillnad i världen.

Andlig utveckling sker genom en allt starkare kontakt med Ditt Högre Jag och genom att Du tillåter detta bli den styrande influensen inom varje område i Ditt liv. När Du väl har påbörjat en väg av andlig utveckling – att söka efter, lära om och utforska den större varelse Du är, och avtäcka universums mysterium – så kommer Du aldrig mer att vara densamma.

Du kommer kanske att stanna upp ett tag, eller besluta Dig för att slå ner på takten, men när Du har upplevt växandets glädje, så kommer Du inte att vilja stanna kvar på samma plats någon längre tid. Som många av Oss redan är medvetna om, så kanske Du aldrig kommer att vilja sluta när Du väl har givit Dig in i detta äventyr av utveckling!

Övning – Att vara sitt Högre Jag

Meditation

Syftet med denna meditation är att Du ska kontakta den del av Dig själv som är Ditt Högre Jag, och uppleva Ditt Högre Jag som Dig själv.

När det gäller alla meditationer ska Du sätta Dig ned i stillhet, fokusera Ditt sinne, låta kroppen slappna av och börja genom att ta ett djupt andetag. Om Du vill, kan Du sätta på musik som lugnar Dig och lyfter Dig högre. Du kan göra meditationerna genom att läsa dem för Dig själv, låta en vän läsa dem för Dig eller genom att spela in dem på Mp3/CD och spela upp dem. Det är en bra idé att ha papper och penna redo för att skriva ned Dina svar. Du kan också använda någon form av digital inspelare.

Steg:

- 1. Sitt med ögonen öppna eller slutna. Justera Din hållning så att Du sitter bekvämt. Kanske vill Du låta händerna vila vid sidorna eller i knät. Börja med att ta några djupa andetag.**
- Föreställ Dig att hela Din kropp slappnar av, börja med att fokusera på tårna. Skapa en känsla av avslappning i Dina fötter, vader och lår, sedan i buken och nedre ryggpaket, bröstet, övre ryggpaket och axlarna. Låt armarna slappna av, sedan händerna, nacken, huvudet och ansiktet. Låt musklerna runt Dina käkar och ögon slappna av. Gör det tills Du känner Dig fridfull, fokuserad och fysiskt avspänd.
- 3. Justera Din hållning så att energin lättare kan flöda både upp och ned längs ryggraden. Tag ett djupt andetag i den övre delen av bröstkorgen. Låt diafragman och buken röra sig så lite som möjligt. Andas in övre delen av bröstet flera gånger; lägg märke till hur det känns. Andas nu in några gånger i både den övre delen av bröstkorgen och buken samtidigt.**
- Räta på Dig och lyft upp övre delen av bröstkorgen med ett djupt andetag, så att Din ryggrad blir rakare. Lägg märke till att Du kan justera baksidan av huvudet och nacken så att de hamnar i den mest bekväma och upprätta positionen. Detta hjälper Dig att skapa ett flöde i den emotionella kroppen, öppna Ditt hjärtcenter och gör det lättare för Dig att tänka i högre banor.
- 5. Du är nu redo att möta Ditt Högre Jag. Föreställ Dig att många högre väsen förenar sig med Dig, sittande i en cirkel omkring Dig. Känn friden, glädjen och kärleken omkring Dig. Dessa varelser är här för att assistera Dig i Ditt möte med Ditt Högre Jag.**

6. Föreställ Ditt Högre Jag i fjärran, hur det börjar röra sig i Din riktning. Du kan föreställa Dig det som ett vackert, skimrande och strålände ljus. Hälsa och välkomna Ditt Högre Jag och erbjud det att komma närmare. Be mentalt Ditt Högre Jag att hjälpa Dig att upprätta en starkare kontakt mellan er. Känn hur strålgansen av dess kärlek omger Dig och omsluter Dig. Känn strålar av kärlek som kommer till Dig från Ditt Högre Jag. Känn hur Din vibration ökar när dessa strålar når Dig. Ditt Högre Jag förenar sig nu och blir ett med Dig. Känn hur Dina molekyler och atomer förenar sig med det Högre Jaget, som om Du återhämtade en del av Din energi. Låt Ditt Högre Jag smälta samman med Dig ännu mer, tills alla Dina energimönster antar Ditt Högre Jags strålgans. Du och Ditt Högre Jag är nu ett.
7. **Som Ditt Högre Jag, öppna upp Din andning för att skapa ett större energiflöde i kroppen. Justera Din hållning så att Du sitter som Ditt Högre Jag. Som Ditt Högre Jag, justera axlarna och bröstkorgen så att de återspeglar Din självsäkerhet och visdom. Vilket ansiktsuttryck har Du som Ditt Högre Jag?**
8. Tänk på en situation där Du vill ha vägledning. Du kommer att ge Dig själv råd om den här situationen som Ditt Högre Jag. Föreställ Dig att Du är en vis lärare och rådgivare. Vilket råd skulle Du ge till Dig själv i den här situationen? Kanske vill Du uttala Dina svar högt, eller skriva ned dem.
9. **Som Ditt Högre Jag, har Du några andra budskap till dig själv, kanske om Din andliga utveckling, Ditt högre syfte, eller något annat?**
10. Sitt så länge Du önskar som Ditt Högre Jag och tacka sedan Ditt Högre Jag för att det förenade sig med Dig.

Ju mer Du tränar på att uppnå detta tillstånd, desto mer kommer Du att föredra att tänka på Din framtid och viktiga beslut när Du är Ditt Högre Jag. I takt med att Du allt oftare går i i det tillstånd där Du är Ditt Högre Jag, så vinner Du den skicklighet och förmåga som är nödvändig för att kunna leva som Ditt Högre Jag.

Du behöver inte förändra Dig; Du behöver bara älska Dig själv.

Älska varje del av Din andliga utvecklingsprocess. Vissa dagar kommer Du att välkomna alla Dina nya idéer om hur Du skulle kunna leva Ditt liv, och andra dagar kan det hända att Du inte vill tänka på dem. Ibland kommer Du att göra mycket inre arbete, och vid andra tillfällen så kommer Du att genomföra många förändringar i Ditt yttre liv.

Allting går i cykler, inklusive Din andliga utveckling. Vissa cykler är årliga, andra veckovisa. Det finns också längre växtcykler, som till exempel sjuårs-cykler, där en viss aktivitet eller en viss hastighet och rytm är den mest framträdande under den tiden.

En viss cykel kan innebära ett tillbakadragande från världen, medan en annan kan vara en stark rörelse utåt. Du kan ha månadsvisa eller årliga cykler av intensiva, andliga insikter, följda av perioder av tyst aktivitet, integrering och känslomässig utveckling. Intensiteten av Ditt fokus på andlig utveckling är ibland starkare, ibland svagare, allt eftersom Du öppnar Dig för nya insikter och sedan integrerar dem med resten av Ditt liv.

Ditt Högre Jag leder Dig till alla de saker som Du behöver göra för att utvecklas andligen. Det finns alltid där för att vägleda Dig och ge Dig kärlek. Du har alla svaren inom Dig. Andlig utveckling är en individuell väg. Det är viktigt att Du följer Din inre visdom om vad Du ska göra och när Du ska göra det.

Inse att vad Du än gör, så är det perfekt för Dig. Upphör med att FÖRSÖKA vara perfekt. Allt Du gör är REDAN perfekt. Släpp taget om eventuella bedömningar om hur pass andligt utvecklad Du är, eller vad Du borde göra för att utvecklas mer. Börja med att älska den plats som Du just nu befinner Dig på i Din utveckling.

När Du utvecklas andligen, så rör Du Dig upp till allt högre nivåer av medvetande. Hur är livet på dessa högre nivåer? Du har släppt gamla programmeringar och föreställningar som inte längre tjänar Dig. Du har dragit in stödjande, positiva människor i Ditt liv. Du ger kraft till Dig själv och andra genom allt det Du gör och säger.

Du vet vem Du är, varför Du är här och vilket Ditt Högre syfte är. Din livsstil och omgivning stödjer Ditt livssyfte och mer omfattande arbete i världen. Du utforskar nya möjligheter och val, och expanderar kontinuerligt Din vision av vad som är möjligt.

Du har verktyg för att dra till Dig de möjligheter, människor och händelser som Du behöver för att skapa Ditt livsarbete. Du bemöter tillvaron utifrån Ditt hjärta, litat på Dina inre budskap och agerar i enlighet med dem.

Du är medveten om energin omkring Dig, och beslutar Dig för när Du ska vara transparent inför den, harmonisera med den eller omvandla den till en högre ordning.

Du är medveten om Din energi och de effekter den skapar hos andra. Du är närvarande i nuet – alert, medveten, och befinner Dig på en hög observationsnivå hela tiden. Din allt starkare livfullhet, entusiasm och höga grad av utveckling tänder en gnista av utveckling i alla de Du har omkring Dig.

Som Ditt Högre Jag skapar Du med energi innan Du agerar på det fysiska planet. Du vet att Du kan skapa det Du vill genom att samarbeta med högre krafter och rikta Dina tankar, känslor och Din avsikt mot Dina mål. Du kan skapa förändring genom att arbeta på den högsta, andliga nivån snarare än på personlighetsnivån.

Du stannar upp innan Du agerar, vänder Dig inåt och tar emot vägledning från ditt Högre Jag om vad Du ska välja att göra. Du växer och utvecklas, och vet att allt är möjligt. Du vet att Du genom Din förståelse av hur energi fungerar, medvetet kan skapa det som tidigare verkade vara mirakel, när Du visste mindre om hur energi fungerar.

Du har förmågan att skapa det Du vill i en hastighet som verkade osannolik på tidigare nivåer av utveckling. Du kan hantera saker och ting som brukade vara en utmaning för Dig med glädje och lätthet. Dina lärdomar kommer kanske snabbare, men Du kommer också att ha de verktyg Du behöver för att kunna röra Dig igenom dem snabbare och lättare.

De belöningar som kommer ur andlig utveckling är många – en klarare känsla av riktning, en starkare känsla av att vara i kontroll, en djupare förståelse inför varför saker och ting sker. Det finns ett allt starkare, inre lugn som kommer i takt med att Du börjar njuta av och förstå Ditt liv. Du kan leva ett liv som är sant glädjerikt och glädjefullt gentemot Dig själv.

Slappna av ett ögonblick och tag ett djupt andetag. Kalla till Dig ljus och omge Dig själv med det. Lägg ena handen över hjärtat och tala om för Dig själv att du älskar och accepterar Dig själv, precis så som Du är. Ägna ett ögonblick åt att befästa Ditt åtagande gentemot Ditt Högre Syfte och världstjänande. Känn hur den högre gemenskap av varelser som Du är en del av sänder Dig kärlek och stöd. Smält samman helt och hållet med Ditt Högre Jag; Du och Ditt Högre Jag är nu ett.

Tillåt Ditt Högre Jags kärlek att penetrera varje cell i Din kropp och visa Dig Din gudomlighet.

Tag ett ögonblick innan Du slutar läsa det här kompendiet och fråga Dig själv vilket steg Du skulle ta just nu, som skulle bidra mest till Din andliga utveckling. Tag det nu.

Om inte nu, när då?

Om inte Du, vem då?

A F F i R M A T i O N E R
- Utveckla positiva uttalanden och visioner varje dag

Jag lever i ett sant och kärleksfullt, generöst, flödande och omhändertagande Universum – jAG blir alltid given det som tjänar Mig på allra bästa sätt.

Orin via Sanaya Roman

Affirmationer är positiva uttryck som hjälper Dig att fokusera Din uppmärksamhet på Din kraft och förmåga att skapa och få det Du vill ha. När Du säger Dem högt till Dig själv kommer Du att skapa positiva omständigheter, som börjar förverkligas i Ditt liv.

DE flesta affirmationer börjar med ordet ”Jag”. Ordet ”Jag” används för att referera till allt det Du ÄR: Ditt större Jag (också kallat Ditt högre Jag, Din själ, den del av Dig som har kontakt med den djupaste delen av Ditt väsen), liksom egot och Din personlighet.

**Utveckla positiva tankar och ord, affirmationer,
för varje område i Ditt liv.**

Ett sätt är att använda affirmationerna som formulerats av andra, som det av Orin ovan. Ett annat sätt är att hämta Dem ur böcker eller, vilket är ännu bättre, skapa egna.

Ta först itu med De områden av Ditt liv som är mest brådskande och börja med att bestämma det positiva resultat Du vill uppleva.

Fastställ livet så som Du vill att det ska vara och anser att det bör vara. (Och kom ihåg: affirmationen ska alltid vara i nutid!) Det gör ingenting om Dina affirmationer ännu inte stämmer med verkligheten (ännu inte har manifesterat sig i den yttre världen).

Genom att affirmera positiva resultat skapar Du Dem, först i Ditt undermedvetna och i det universella medvetandet, sedan i den yttre världen. Dina ord och Din tro på Dina affirmationer får Dem att ta gestalt på det fysiska planet.

Det finns många sätt att använda affirmationer på. Ett sätt är att Du sätter Dig ner en stund och upprepar Dem för Dig själv, om och om igen. Upprepning är mycket kraftfullt.

Vi föreslår att Du uttalar Dina affirmationer morgon och kväll, mellan 5-15 minuter åt gången. Om Du har tid mitt på dagen gör Du samma sak då.

När Du befinner Dig i situationer där Du inte kan säga Dina affirmationer högt (på kontoret eller tåget, till exempel) kan Du skriva ner Dem i en anteckningsbok.

Du bör inte bara ändra Dina affirmationer så att De motsvarar Dina behov allteftersom Du utvecklas. Dessutom ska Du inte tveka att vara exakt i Dina affirmationer.

Det går bra att använda allmänna affirmationer för dagligt bruk, men för speciella behov och situationer ska Du vara djärv och affirmera De resultat Du vill se.

Allteftersom Du fortsätter med Dina affirmationer kommer Du att se hur resultaten av Ditt inre arbete börjar gestalta sig i den yttre världen. Du kommer att få se häpnadsväckande bevis, oväntade förändringar, nya exempel på livets Goda och ökad känsla av att ha kontroll över Ditt öde.

Fortsätt att leka med Dina affirmationer! Sjung Dem, skandera Dem, dansa till dem, skriv ner Dem, sätt upp Dem på väggarna, klistra Dem på kylskåpet och telefonen, häng dem i badrummet och upprepa Dem tyst eller högt för Dig själv dagarna i ända.

Du kommer snart att inse vilken oerhörd makt Dina ord har att skapa det livets Goda som Du med rätta åstundar och så väl förtjänar!

Exempel på affirmationer:

Medveten skaparkraft:

Jag är inbjudaren, skaparen och attraheraren av allt det Jag upplever.

Hela Universum är ett skeende som pågår inom Mig.

Jag är källan till Mitt eget överflöd.

Jag når vart Jag vill, varifrån som helst, oavsett var Jag än befinner Mig, och i vilket tillstånd Jag än är i.

Jag är en magnet som attraherar allt det välstånd, all den Goda hälsa och alla relationer Jag själv väljer.

Ekonomi:

Jag älskar pengar!

Universums obegränsade tillgångar flödar nu till mig via ett obegränsat antal kanaler.

Det finns en rik tillgång på resurser som aldrig sinar i denna värld och pengar så det räcker åt alla.

Andlig utveckling:

Jag ser Mig själv ha ett utbyte med andra människor och prata, skratta och uppskatta det som är perfekt hos Dem, medan De njuter av det som är perfekt hos Mig.

Jag är i Mitt eget centrum samt förstår och frigör Mig från åsikter och föreställningar som inte är i harmoni med Mina egna.

Min personliga utveckling bidrar starkt till Mitt mästerskap som människa, och gör det möjligt för Mig att leva med starkare glädje, livskraft och kärlek.

Jag är Mina val och beslut. jag söker sanningen som hjälper Mig att stå upp för det Jag tror på.

Jag är öppen för nya situationer och litar helt och fullt på och har förtroende för Mig själv och andra.

Mitt hjärta är centrum för tillit, förtröstan och övertygelse.

Jag är gränslös, som lever i en gränslös värld. Jag expanderar bortom det Jag känner till.

Jag tror helt och fullt på Mig själv och handlar efter bästa förmåga.

Jag är spontan och öppnar mig för den vägledning och magi som äger rum.

Jag är öppen för känslornas djupa dimensioner och till fullo njuter Jag av framgångens lycka

Självförtroende:

Jag är vacker som Jag är.

Jag är oändligt, oändligt älskad.

Jag uppskattar mig själv och hur jag förändras. Varje dag känns lätt och enkelt.

Maskulin:

Jag är stark, beslutsam, modig, artikulerad och kraftfull. Jag är stabil som ett berg.

Feminin:

Jag är vacker, sexuell, intuitiv, närande och tillgiven. Jag är flexibel som vinden.

Att börja dagen med:

Oavsett vad som sker under den här dagen beslutar Jag Mig för att utstråla frid, helande och kärlek. Min omgivning är ingenting annat än en illusion, som skapats av De energier Jag själv sänder ut.

Jag förblir i Mitt hjärta resten av den här dagen och upplever Min inre kärlek.

Jag ber till Mitt Högre Jag, Min andliga vägledare att få vara i Min kraft, i Min kanal under resten av den här dagen.

Tacksamhet:

Jag tackar för allt det goda Jag nu har i Mitt liv, och tackar Mitt inre Jag och Universum.

Tack Min skapare för att Du lät Mig födas som människa i denna magiska värld så full av under.

Tack för varje ny dag med nya möjligheter.

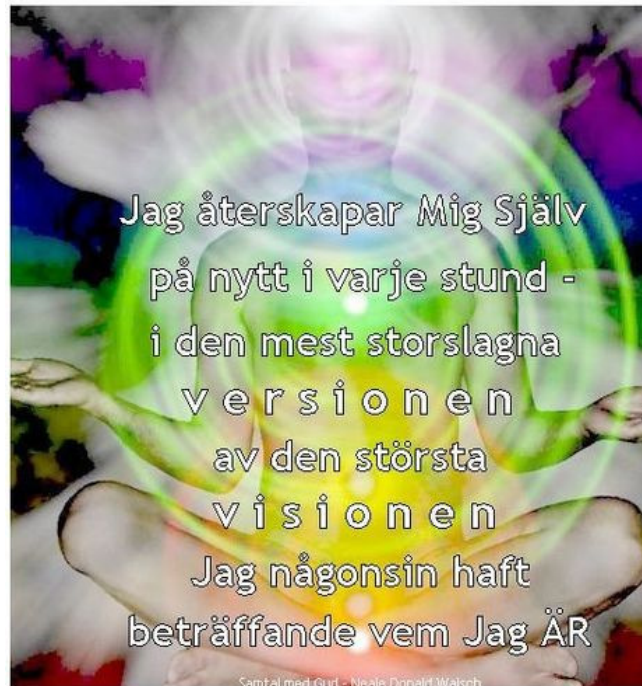
Tack för alla upplevelser och rörligheter, för möten med andra människor.

Tack för ensamhet och för vila. Tack för gryning och skymning, för öppna horisonter.

Här är Jag med händerna fulla av Dina gåvor – hjälp Mig att dela med Mig åt andra.

Att avsluta dagen med:

Skriv Ditt personliga tacksamhetsbrev till Universum/Källan/Kraften, vilket Du än väljer att kalla Den för. Tacka för De saker, omständigheter, människor och upplevelser som har kommit till Dig under dagen.



kompendium i Andlig Utvecklings-serien som finns tillgängliga under 2010:

(kostnadsfritt om de skickas via Internet som pdf-fil. Önskar Du få kompendiet hemskickat tillkommer porto + kostnad för tryck av materialet.)

- **Andlig Utveckling v.2**
 - Att skapa med ljus
 - Att kontakta det Universella Sinnet
 - Förening Dig med den Högre Viljan

- **Andlig Utveckling v.3**
 - Att se den större helheten: Att ta emot uppenbarelser
 - Bli medveten om de inre planen
 - Att röra sig mot ett högre medvetande

- **Andlig Utveckling v.4**
 - Att förhöja sin vibration
 - Att stilla sina känslor
 - Att tillåta sitt Högre Goda

- **Andlig Utveckling v.5**
 - Att accelerera sin utveckling
 - Välj Din verklighet; Att skapa sannolika framtider
 - Att gå igenom tomrummet

- **Andlig Utveckling v.6**
 - Att expandera och dra samman tiden
 - Expandera utåt; Bli en källa till ljus
 - Upplysning genom tjänande

- **Andlig Utveckling v.7**
 - Att lyfta illusionens slöjor
 - Kommunicera som Ditt Högre Jag
 - Rätt användande av viljan

- **Andlig Utveckling v.8**
 - Att släppa taget
 - Att bli transparent

Ytterligare kompendium inom Andlig Utveckling som finns tillgängliga under 2010:

(kostnadsfritt om de skickas via Internet som pdf-fil. Önskar Du få kompendiet hemskickat tillkommer porto + kostnad för tryck av materialet.)

- **Den Nya Tidsåldern – en övergång till en ny värld** B.Holm/K.Forsberg/C.J Calleman/B.Hand Clow

Målet och syftet med det här kompendiet är att bringa ytterligare klarhet och förståelse inför Den Nya Tidsålder som nu gör sig gällande. Många människor upplever än mer idag att tiden formligen rusar iväg samt att livet i mångt och mycket upplevs som en serie prövningar. Och det Vi kan göra är att omvandla Våra prövningar till utmaningar istället och förstå att det som sker i Våra liv gör det av en anledning. Frågan är inte *varför* det händer saker och ting med Oss och omkring Oss, utan frågan är hur Vi väljer att *agera* utifrån dem? Det är en väsentlig skillnad mellan dessa två val och därmed är det också helt avgörande för hur Din verklighetsupplevelse blir. Visdomarna i Mayakalendern ger Oss de redskap Vi behöver för att lättare kunna följa med i den utvecklingsprocess Vi är en del av. Den ger Oss dessutom en insikt i vad som sker med Oss själva och världen när Vi nu går mot fullbordning av utvecklingsspiralen.

Tips! Mayakalendern-grupp finns på Facebook – nu över 1200 medlemmar! www.facebook.se

- **Mosekoden – det mäktigaste manifesteringsredskapet i världen** James F. Twyman

När Du når Mosekodens innersta kärna får Du veta hur attraktionens lag fungerar och hur den tillämpas. Du har kanske hört någon säga att attraktionslagen handlar om att man kan ”få” allt man vill ha – saker och ting som man tror ska göra livet mer tillfredställande. Men tänk om det där bara är första steget ... Tänk om Mosekoden hemliga budskap i grund och botten inte handlar om att ”få” utan om att ”ge”! Det skulle innebära att Du redan nu kan manifesteras allt Du någonsin drömt om! Det skulle också betyda att Du dessutom ansvarar för att använda den gudomliga attraktionskraften till viktigare saker än pengar, fina bilar eller en perfekt relation.

- **Skapa Ditt liv avsiktligt i glädje och kärlek – med attraktionslagen** B.Holm/L.Svensson

Du är en unik, magnifik, kraftfull människa och Du kan lära Dig att arbeta med Din egen energi för att koppla upp Dig till Universums obegränsade överflöd. Vi hjälper Dig att få kontakt med det obegränsade överflöd som finns överallt omkring Dig. Här lär Du Dig att dra till Dig föremål och företeelser genom att först uppnå ett avslappnat, fokuserat sinnestillstånd och sedan arbeta med affirmationer, med energi, magnetism och attraktion. Dessa tekniker är kraftfulla och De är fullt fungerande.

- **Livets 7 framgångsrika lagar – en praktisk vägledning om att uppfylla sina drömmar** Deepak Chopra

Framgång i Livet kan definieras som den fortsatta expansionen av lycka och det gradvisa uppfyllandet av värdiga mål. Framgång är förmågan att uppfylla Dina önskningar lätt och utan ansträngning. Ändå har framgång, inklusive att skapa välstånd, alltid betraktats som något som kräver hårt arbete, och ofta på bekostnad av andra. Vi behöver en mer andlig infallsvinkel till framgång och välstånd, som är ett ymnigt flöde av alla Goda saker till Oss. Med kunskap om, och tillämpandet av andliga lagar, sätter Vi Oss själva i harmoni med naturen och kan skapa bekymmersfritt, med glädje och kärlek.

Var med Du också!

Global healingsession till Moder Jord varje fullmåne

Kort bakgrund till Moder Jord-healingen

Den kvinnliga energin som kommer från jordens inre, och den manliga energin som kommer ovanifrån, möts på jorden yta. *Dessa två energier i perfekt balans skapar den högsta gudomliga kärlekskraften.*

Idag är det ett enormt överskott av manlig energi på jordens yta. Detta beror på människans obalanserade livsstil och vår destruktiva teknologi, kombinerat med de stora mängder kosmiskt ljus som strömmar in över jorden för att förbereda henne för sin transformation och uppstigning till den 5:e dimensionen. Denna energiobalans har skapat en mycket kritisk situation för Moder Jord, och hon går igenom utsägligt lidande varje dag.

Mänskligheten fick för länge sedan i uppgift att balansera Moder Jords energisystem. Hon är beroende av oss, precis som vi är beroende av henne. Våra energisystem och jordens energisystem är tätt sammankopplade med varandra. *Vi är ETT med Moder Jord.* Denna uråldriga och tidlösa visdom har nästan glömts bort idag, men har bevarats av ursprungsbefolkningar över hela världen, till exempel Nordamerikas indianer.

Moder Jord-nätverket har skapats för att hjälpa vår älskade Moder Jord att återbalansera sina energier genom att fungera som kanaler för den kvinnliga energin från jordens inre. Vi samarbetar telepatiskt med naturväsen, uppstigna mästare och andra civilisationer - och alla av dem deltar vid varje av våra healingsessioner. Nätverket sänder healing till jorden varje fullmåne klockan 20.00-20.30 svensk tid.

Dessa healingsessioner har en enormt stor inverkan på helandet av Moder Jord, bortom vad vi kan föreställa oss! Effekten av healingen ökar exponentiellt med varje ny människa som deltar! Nätverket är skapat i Sverige men har nu även börjat nå ut till människor och nätverk över hela jorden.

När vi deltar i healingsessionerna får vi också själva de energier vi kanaliserar, vilket stimulerar vår andliga transformation på ett mycket kraftfullt sätt. Mera om detta, och hur du mer aktivt ger dig själv dessa energier, kommer i senare nyhetsbrev.

Instruktioner för att sända healing till Moder Jord

Stäng av mobiltelefoner, TV-apparater, datorer och annan teknisk utrustning. Sitt gärna utomhus om ni har möjlighet. Se till att ni sitter bekvämt och har full kontakt med golvet eller marken. Håll era kupade handflator mot varandra som i bön och låt dem vila i era knän. Ta ett par djupa andetag, slappna av i hela kroppen, och rensa era sinnen från distraherande tankar. Gör er redo mentalt för att arbeta som kanal för Moder Jord-healingen och fokusera er intention på att hämta upp energin ur jorden.

Läs bönen för Moder Jord. Visualisera i ert inre hur en kanal öppnas upp från jordens mitt och hur den lysande röda energin börjar strömma upp och flödar in genom era fötter, bakdelar och händer. Låt energin fylla hela er kropp och sedan fortsätta vidare från er till det världsomspännande nätverket av naturväsen som sprider energin till den eller de mest behövande platserna på jorden. Det är viktigt att känna tillit till att healingen går dit på jorden där den behövs som allra bäst just nu. Behåll fokus på hur energierna strömmar genom dig som kanal under hela healing-sessionen.

OBS! Tänk på att ni *inte* ska kanalisera energin direkt från kosmos, dvs. ljus, då det kommer manlig energi som har för hög frekvens. Det Moder Jord behöver för att hela sig själv idag är den kvinnliga energin från jordens inre som det i dagsläget finns ett underskott av.

Bön för att hela Moder Jord

Kära Moder Jord,
Vi ber dig allra ödmjukast, med kärlek och fullständig tillit
att ge oss kraft och vägledning.
Hjälp oss att kanalisera energi ur ditt inre,
för att fullständigt hela dig, till både kropp och själ.
Tack för att vi människor får leva hos dig och ta del av ditt överflöd.
Tack för din mångfald och din skönhet.
Tack för alla mirakel som sker på jorden varje dag.
Vi sveper in oss i det skyddande ljuset, sanningens och kärlekens vita Ljus.
Moder Jord, vi kallar på din kraft!

Avsluta healing-sessionen med att säga *Tack*.

Tack för din medverkan. Tillsammans åstadkommer vi mirakel!

(Om du inte redan är medlem och vill ha nyhetsbrev, skicka ett mail till moderjordnatverket@gmail.com)

Manne Lindberg & Maria Bertram

TFN 0738 – 04 06 24

E-POST dinlivscoach@hotmail.com



Brolan- och Lisa bjuder in Dig till ;

DEN NYA TIDSÅLDERN
-En födelse av en NY värld!

www.dinlivscoach.com