

Ararybá - integrita

Jsem ukotvená a svobodná.

Jsem ukotvený a svobodný.



„Své poslání uskutečňuji a naplňuji úspěchem prostřednictvím mého vnímání božství a síly realizovat.“



Doporučujeme když:

- jste přecitlivělí v důsledku stresu z okolního prostředí
- jste rozhození a bez soustředění
- trápí vás klaustrofobie
- máte potíže s vnímáním celku
- cítíte se odpojení od fyzického těla
- jste podezíraví ve vztahu ke skupině

Co se s ní budete učit:

- jaké je poslání vaší duše a žít ho
- být bdělí a soustředění, věnovat pozornost podstatným aktivitám
- vnést řád vašemu myšlení a být schopni globálního pohledu
- přenášet inspiraci na fyzickou úroveň a uskutečňovat projekty
- otevírat váš vnitřní prostor
- zvyšovat schopnost mimosmyslového vnímání.
- ladit se na setkání s božstvím
- chránit se

Elementy, které v esenci působí:

země, oheň, vzduch

Čakry, se kterými esence pracuje:

1., 3., 5., 6., 7

Zaměřte pozornost na tyto otázky:

1. Máte rádi činnosti, které děláte?
2. Které to jsou?
3. Máte pocit, že jsou vaším životním posláním a osudem?
4. U kterých aktivit cítíte, že se musí změnit?
5. Kdybyste měli svobodnou vůli, jakou činnost byste dělali rádi?
6. Je činnost, kterou jste si zvolili u otázky č. 5, vašim životním posláním, nebo se na ni dá pohlížet jako na motivaci pro vaše poslání?

Cvičení:

Cvik Ararybá

Vnímejte proud světla od nebe k zemi a od země k nebi. Postavte se rovně, nohy mírně od sebe a paže podél těla, dlaně rovnoběžně se zemí. S nádechem pomalu zvedejte paže a vytvořte z nich nad hlavou klenbu. Vypadá to, jako byste byli pohárem. Zadržte dech a čekejte tak dlouho, jak je to pro vás pohodlné. Pak pomalu vydechněte a vraťte ruce do původní polohy. Zvolna opakuje po dobu 8 minut.

Mé plány

Udělejte si seznam současných plánů a plánů do budoucnosti.

Vizualizace

Vyberte si téma, na němž budete pracovat každý večer před spaním. Než usnete, představujte si, jak se vaše téma realizuje. Otevřete se a vnímejte obrazy, které přicházejí v tomto stavu uvolnění.

Mé postřehy a zkušenosti:

This image shows a full page of primary-ruled notebook paper. It features ten sets of horizontal lines. Each set consists of a solid top blue line, a dashed middle blue line, and a solid bottom blue line, providing a guide for letter height and placement. The paper is otherwise blank, with no margins or additional markings.