betterWorld

Οι παροχές υπηρεσίας μας **μοναδικό εφόδιο** για τον **επιχειρηματία** και τον

Εταιρικό ή **Προσωπικό** Προφίλ

Προφίλ στα **social media**

Ηλεκτρονική **Βάση** τήρησης **πελατολογίου**

Επικοινωνιακή Πολιτική με τους πελάτες σας

PHOTOGALLERY

Θεραπευτικός Διαλογισμός για τα ενεργειακά κέντρα του σώματος (Τσάκρα)

Γνωρίζοντας ότι οι σωματικές αισθήσεις, και ότι συνέχεια χρησιμοποιούμε την φαντασία σας, την ικανότητα να δημιουργείτε εικόνες, να δημιουργείτε την εμπειρία των χρωμάτων. Δεν υπάρχει διαφορά μεταξύ φαντασίας και οραματισμού, εκτός από το γεγονός ότι οι περισσότεροι άνθρωποι πιστεύουν περισσότερο στην ικανότητα να φαντάζονται παρά στην ικανότητα να οραματίζονται. Γνωρίζουν ότι ακόμα και τα παιδιά μπορούν να φαντάζονται πράγματα, αλλά ο οραματισμός... αυτό είναι άλλο πράγμα.

Καθώς θα σας ζητείται να φανταστείτε συγκεκριμένα χρώματα σε συγκεκριμένα σημεία, μπορεί να έχετε την εντύπωση άλλων χρωμάτων. Αν αυτό συμβεί, απλώς παρατηρήστε ποια είναι τα άλλα χρώματα που έχετε την εντύπωση ότι εμφανίζονται και αντικαταστήστε τα με το κατάλληλο χρώμα. Θα μπορείτε να το κάνετε αυτό αν φανταστείτε ότι εκπέμπετε το κατάλληλο χρώμα στο τσάκρα ή βάφοντάς το με το κατάλληλο χρώμα ή αν φανταστείτε κάτι με το κατάλληλο χρώμα εκεί. Τελικά, θα καταφέρετε να δημιουργήσετε την εντύπωση των κατάλληλων χρωμάτων στα κατάλληλα σημεία και να βιώσετε τα αποτελέσματα.

Αν υπήρχαν εντυπώσεις χρωμάτων διαφορετικών από αυτά που σας ζητήθηκαν, αυτό θα σου δείξει κάτι σχετικά με το τι συνέβαινε σε αυτό το τμήμα της συνειδητότητάς σου. Θα μπορέσετε να συμβουλευτείτε το διάγραμμα «Γλώσσα των Χρωμάτων» που παρουσιάζεται αργότερα σε αυτό το βιβλίο και να δείτε τι σημαίνουν τα χρώματα που είδατε σε όρους του μοντέλου της ολότητας και πως η περιγραφή που θα βρείτε σε αυτό το διάγραμμα ταιριάζει με αυτό που γνωρίζετε ότι συνέβαινε στην δική σας συνειδητότητα.

Τώρα, βρείτε μια άνετη θέση και κάντε τον διαλογισμό όπως ακολουθεί:

Πρώτα, κατευθύνετε την προσοχή σας στο περίνεο και στις σωματικές αισθήσεις που βιώνετε εκεί. Νιώστε κάτι. Αποφασίστε ότι αυτό που αισθάνεστε είναι ενέργεια και στη συνέχεια αποφασίστε ότι αυτή η ενέργεια είναι λαμπερή κόκκινη. Αν έχετε την εντύπωση ενός άλλου χρώματος, παρατηρήστε ποιο χρώμα είναι και μετά απελευθερώστε το και κάντε το κόκκινο. Κρατήστε την τελική εντύπωση μιας διαυγούς κόκκινης σφαίρας ενέργειας εκεί που ξέρετε ότι βρίσκεται το Κόκκινο Τσάκρα. Κρατήστε την προσοχή σας εκεί, κάνοντας αυτό για μερικά λεπτά.

Στη συνέχεια, μετακινήστε την προσοχή σας προς τα πάνω για δέκα περίπου εκατοστά, στην μέση της κοιλιάς και στις σωματικές αισθήσεις που βιώνετε εκεί. Νιώστε κάτι και αποφασίστε ότι αυτό που αισθάνεστε είναι ενέργεια.

Στη συνέχεια, αποφασίστε ότι αυτή η ενέργεια είναι λαμπερή πορτοκαλί. Αν έχετε την εντύπωση ενός άλλου χρώματος, παρατηρήστε ποιο χρώμα είναι και μετά απελευθερώστε το και κάντε το κόκκινο. Κρατήστε την τελική εντύπωση μιας διαυγούς πορτοκαλί σφαίρας ενέργειας εκεί που ξέρετε ότι βρίσκεται το Πορτοκαλί Τσάκρα και κρατήστε την προσοχή σας εκεί, κάνοντας αυτό για μερικά λεπτά.

Τώρα, μετακινήστε την προσοχή σας στο ηλιακό πλέγμα. Προσέξτε τις αισθήσεις εκεί. Νιώστε κάτι και αποφασίστε ότι αυτό που αισθάνεστε είναι ενέργεια. Μετά, αποφασίστε ότι αυτή η ενέργεια είναι λαμπερή κίτρινη. Αν έχετε την εντύπωση ενός άλλου χρώματος, παρατηρήστε ποιο χρώμα είναι και μετά αλλάξτε το και κάντε το κίτρινο. Κρατήστε την τελική εντύπωση μιας διαυγούς κίτρινης σφαίρας που λάμπει στο Κίτρινο Τσάκρα και κρατήστε αυτή την εμπειρία για μερικά λεπτά.

Τώρα, μετακινήστε την προσοχή σας στο κέντρο του στήθους, όπου ξέρετε ότι βρίσκεται το Πράσινο Τσάκρα. Προσέξτε τις αισθήσεις εκεί. Νιώστε κάτι και αποφασίστε ότι αυτό που αισθάνεστε είναι ενέργεια και είναι λαμπερή σμαραγδένια πράσινη. Αν έχετε την εντύπωση ενός άλλου χρώματος, παρατηρήστε ποιο χρώμα είναι και μετά απελευθερώστε το και κάντε το σμαραγδένιο πράσινο. Κρατήστε την εντύπωση μιας διαυγούς σμαραγδένιας πράσινης σφαίρας ενέργειας στο Πράσινο Τσάκρα μερικά λεπτά, βιώνοντάς την.

Τώρα, μετακινήστε την προσοχή σας στη βάση του λαιμού. Προσέξτε τις αισθήσεις εκεί. Νιώστε κάτι εκεί που ξέρετε ότι βρίσκεται το Μπλε Τσάκρα και αποφασίστε ότι αυτό που αισθάνεστε είναι ενέργεια και είναι λαμπερή μπλε, μπλε του ουρανού. Αν έχετε την εντύπωση ενός άλλου χρώματος εκεί, απλώς παρατηρήστε ποιο χρώμα είναι και μετά αλλάξτε το. Αποφασίστε ότι τώρα είναι μπλε του ουρανού. Κρατήστε την τελική εντύπωση μιας διαυγούς μπλε σφαίρας ενέργειας στο Μπλε Τσάκρα για μερικά λεπτά.

Τώρα, μετακινήστε την προσοχή σας στο κέντρο του μετώπου σας. Προσέξτε τις αισθήσεις εκεί, νιώστε κάτι εκεί που ξέρετε ότι βρίσκεται το σκούρο μπλε Τσάκρα και αποφασίστε ότι αυτό που αισθάνεστε είναι ενέργεια. Αποφασίστε ότι είναι λαμπερή σκούρα μπλε του μεσονυκτίου. Αν έχετε την εντύπωση ενός άλλου χρώματος εκεί, απλώς παρατηρήστε το και απελευθερώστε το. Αλλάξτε το. Αποφασίστε ότι τώρα είναι μπλε του μεσονυκτίου και κρατήστε για μερικά λεπτά την εντύπωση μιας σκούρας μπλε σφαίρας ενέργειας στο Τσάκρα του μετώπου.

Τώρα, μετακινήστε την προσοχή σας στην κορυφή του κεφαλιού σας. Προσέξτε τις αισθήσεις εκεί που ξέρετε ότι βρίσκεται το Βιολετί Τσάκρα. Νιώστε κάτι και αποφασίστε ότι αυτό που αισθάνεστε είναι ενέργεια. Μετά, αποφασίστε ότι είναι λαμπερή βιολετί, το χρώμα του αμέθυστου. Αν έχετε την εντύπωση ενός άλλου χρώματος εκεί, απλώς παρατηρήστε το και αλλάξτε το. Κάντε το βιολετί και κρατήστε για μερικά λεπτά την τελική εντύπωση μιας βιολετί σφαίρας ενέργειας που λάμπει στο Βιολετί Τσάκρα.

Τελικά, απλώς χαλαρώστε και παρατηρήστε την κατάσταση του είναι που βιώνετε μετά τον διαλογισμό, συγκρίνοντάς την με το πώς αισθανόσασταν πριν από αυτήν την εμπειρία. Χωρίς αμφιβολία, θα παρατηρήσετε ότι αισθάνεστε καλύτερα με κάποιο τρόπο, και επομένως θα κατανοήστε, μέσω της εμπειρίας, τα οφέλη αυτού του διαλογισμού.

Ο διαλογισμός δεν σε βοηθάει μόνο να επανέλθεις στο κέντρο του εαυτού σου όταν το χρειάζεσαι, αλλά σου δίνει επίσης και μια καταγραφή του τι συνέβαινε στην συνειδητότητά σου ακριβώς πριν την εμπειρία, μια εικόνα του που βρίσκεσαι. Μπορείς να περιμένεις ότι μετά την δουλειά που έκανες με τον εαυτό σου με αυτόν τον διαλογισμό, όποιες «εκτός-ισορροπίας» περιστάσεις έχουν διορθωθεί ή βελτιωθεί σε κάποιο βαθμό.

Η ανάλυση του που βρίσκεσαι είναι το αποτέλεσμα των χρωμάτων που είδες στα διάφορα τσάκρα, όπως παρουσιάζονται στο διάγραμμα «Γλώσσα των Χρωμάτων» που αναφέρθηκε προηγουμένως. Αν είδατε μόνο τα κατάλληλα χρώματα στις περιοχές που ξέρετε ότι είναι εκτός ισορροπίας, όπως εκείνες οι περιοχές που σχετίζονται με συγκεκριμένα σωματικά συμπτώματα που έχετε βιώσει, θα ξέρετε ότι η άποψή σας για τον εαυτό σας δεν αντανακλά αυτό που ήταν αληθινό, αλλά μάλλον αυτό που θέλατε να ήταν. Είναι απαραίτητο η άποψη σας για το που βρίσκεστε κάθε στιγμή δεν περιέχει στοιχεία αυτο-εξαπάτησης, αλλιώς δεν θα έχετε διαθέσιμο τον μηχανισμό να βελτιώσετε κάτι που το βαθύτερο τμήμα σας ξέρει ότι βρίσκεται εκτός ισορροπίας.

Γνώρισε τον εαυτό σου και τι είναι αληθινό για σένα. Αποδέξου το. Αυτό είναι ο σημείο εκκίνησης για όλα τα υπόλοιπα.

Θυμήσου ότι όλα μπορούν να θεραπευτούν!

Πηγή: επίσημη ιστοσελίδα του Brofman Foundation for the Advancement of Healing

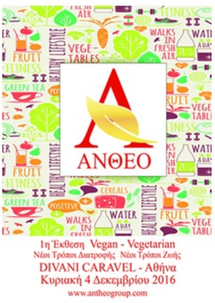
www.healer.ch

Δεν έχετε επιλέξει σεμινάρια

Δείτε τα σεμινάρια

Αναζήτηση...

ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΟ

Οκτωβρίου 2016

M	T	W	T	F	S	S
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
--	--	--	--	--	--	--
31