

Pracovní list pro transformaci energie

Pomáhá udržet se „nad věcí“ i přes to, co se děje v okolí i ve světě.

1. Situace nebo událost, která mě znepokojuje *(popište, oč se konkrétně jedná):*

2. V souvislosti s touto situací nebo událostí mám tyto pocity

(zakřížkujte a poté se na chvíli zastavte a procitíte tyto pocity v celém svém těle):

- | | | | |
|---------------------------------|--|-----------------------------------|---------------------------------|
| <input type="checkbox"/> strach | <input type="checkbox"/> apatie | <input type="checkbox"/> bezmoc | <input type="checkbox"/> zrada |
| <input type="checkbox"/> vztek | <input type="checkbox"/> obava | <input type="checkbox"/> beznaděj | <input type="checkbox"/> smutek |
| <input type="checkbox"/> podvod | <input type="checkbox"/> jiné pocity <i>(popište):</i> | | |

3. V první chvíli se mi na tuto situaci nebo událost chce spontánně reagovat takto:

- | | | |
|--|---|---|
| <input type="checkbox"/> někoho obvinít | <input type="checkbox"/> potrestat toho, kdo za to může | <input type="checkbox"/> hlavně něco udělat |
| <input type="checkbox"/> něco změnit | <input type="checkbox"/> podat stížnost | <input type="checkbox"/> mít pravdu |
| <input type="checkbox"/> začít křičet | <input type="checkbox"/> vzít to do vlastních rukou | <input type="checkbox"/> demonstrovat |
| <input type="checkbox"/> vyhlásit válku | <input type="checkbox"/> pomstít se | <input type="checkbox"/> schovat se a nebýt |
| <input type="checkbox"/> jiné spontánní reakce <i>(popište):</i> | | |

4. Kdybych měl/a neomezenou moc a měla tak výše uvedenou situaci pod kontrolou, udělal/a bych tohle *(popust'te uzdu své fantazii a nijak se necenzurujte):*

5. Vážím si svých pocitů dle bodu 2 a svých spontánních reakcí dle bodu 3. Nicméně rozpoznávám, že mohu reagovat i jinak a danou situaci tím ovlivnit k lepšímu *(např. darovat peníze, uspořádat sbírku, pomoci na místě, uspořádat petici, rozesílat informace, atd.; poznámka - někdy se nedá dělat nic):*

6. V každém případě ovšem mohu změnit svou energii, která s danou situací souvisí, a přispět tak k tomu, aby se změnila celková energie kolem této situace. S tímto cílem se proto nyní rozhoduji nahlas vyslovit následující provolání a nahlas dokončit ostatní body tohoto pracovního listu.

Provolání

Důvěřujme v to, že věci a události
byly, jsou a vždy budou součástí Vyššího řádu,
a odvíjejí se podle Vyššího plánu.

Připusťme si tuto možnost, ať už ji úplně chápeme nebo ne,
a hledejme v ní oporu.

Dovolme si uvědomit a procítit naše spojení s „Boží jiskrou“ v nás,
se všemi a se vším - abychom mohli od srdce říci a plně procítit:
Jsme Jedno

7. I přesto, že na vědomé úrovni mi to není jasné a všechno se ve mně bouří, jsem ochoten/-na připustit možnost, že výše uvedená situace je v souladu s Vyšším plánem a jako taková je dokonalá, mj. i proto, že je součástí procesu, který transformuje naše vědomí. Vědomí vycházející ze strachu, nedostatku nebo nenasytosti, transformuje ve vědomí lásky a harmonie.

ANO! Jsem
ochoten/-na

Ano, jsem
otevřen/a

Ne, pochybuji
o tom

NE! Nejsem
ochoten/-na

8. Tím, že jsem schopen/-na danou situaci takto vnímat, otevírám pro sebe i pro druhé možnost uvidět pod povrchem věcí pravdu. Přispívám tak ke změně vědomí na Zemi a napomáhám tím k tomu, aby se události podobné té v bodě 1 mohly přestat opakovat.

ANO!
Souhlasím

Ano, jsem
otevřen/a

Ne, pochybuji
o tom

NE!
Nesouhlasím

9. Jsem připraven/a setrvat v těchto zvýšených vibracích a odolat pokušení, reagovat na podobné situace s pocity strachu, bezmoci a beznaděje. Pokud i přesto strach dostanu, několikrát se zhluboka nadechnu a vydechnu, abych se vrátil/a do svého středu a do vysokých vibrací.

ANO!
Souhlasím

Ano, jsem
otevřen/a

Ne, pochybuji
o tom

NE!
Nesouhlasím

10. Jsem si vědom/a toho, že daná situace mi mechanismem projekce zrcadlí něco, co uvnitř ve mně volá po zahojení. Domnívám se, že by se mohlo jednat o toto:

11. Tím, že jsem ochoten/-na vnímat celou situaci z perspektivy dokonalosti, odpouštím automaticky i sám/a sobě. Cítím vděčnost za tuto příležitost k „uzdravení“ a k osobnímu růstu.

ANO!
Souhlasím

Ano, jsem
otevřen/a

Ne, pochybuji
o tom

NE!
Nesouhlasím

12. Nabyl/a jsem zpět svou rovnováhu a opouštím potřebu cítit pocity dle bodu 2 výše, a nyní je s hlubokým nádechem a výdechem propouštím.

ANO!
Souhlasím

Ano, jsem
otevřen/a

Ne, pochybuji
o tom

NE!
Nesouhlasím

Rozhoduj se pro sílu klidu.

Datum:

Podpis: