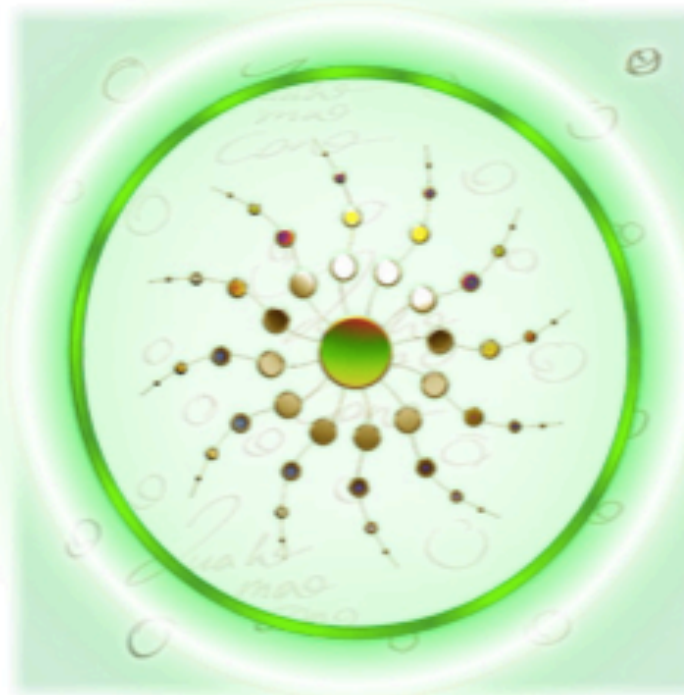


5. Siegel: Befreiung & Loslassen von alten belastenden Mustern



Luah ma Con

5. Siegel - Befreiung von alten und belastenden Mustern

Trenne Dich von Allem das Du nicht mehr brauchst und hinderlich ist um das NEUE zu empfangen.

#cta4 >>> Handlungsaufgaben:

Arbeite mit diesem Siegel vor dem Schlafen gehen.

Stell Dich oder setze Dich auf das Symbol und stell Dir dabei vor, wie Du die alten Energie, die Du nicht mehr brauchst - oder nicht Deine ist, einfach abstreifst. Wie eine Mantel, den Du ausziehst. Sprich dabei das

Mantra: *Luah ma con ~ Luah ma con ~ Luah ma con*

Beobachte im Alltag Deine Gedanken: über Dich, Situationen oder andere Menschen. Lass Dich nicht manipulieren von negativen Gedanken, die Deinem Wachstum hinderlich sind. Wie Neid, Missgunst und andere destruktive Gefühle

Lass Dich auch nicht mit reinziehen in das Getratsche über andere Menschen und Situationen. Halte Dich fern von diesen Energien, denn sie schwächen schlussendlich auch Dich. Steige geistig aus fremden Ereignissen einfach aus, als würdest Du aus einem Bus aussteigen. Lass Dich nicht vom Alltagsmüll der Gedanken beschmutzen.

Solltest Du merken, dass irgendjemand negativ bewertend über Dich gesprochen hat, sende ihm einfach in Gedanken Liebe.

Ein weiterer Erfolgs-Tipp zum Freigeben von alten Mustern:

Mach Morgens eine Segensübung, in der Du gleich nach dem Aufwachen 3 Menschen geistig Liebe schickst, die Dir spontan einfallen.

Es können dies auch Menschen aus Deiner Vergangenheit sein, mit denen Du nicht so positiv verbunden warst oder bist.

Vielleicht musst Du dies öfters wiederholen beim Einen oder Anderen. Du wirst auf jeden Fall merken, wie die Energie dabei sich immer leichter anfühlt für Dich.

So schaffst Du den Raum der inneren Leere.

Diese Leere ermöglicht Dir, mit Dir selbst im Einklang zu sein und schenkt Dir die Freiheit um in Deine volle Grösse zu wachsen, als Seele, die Du bist.

Viel Freude, Spass und Erfolg bei der Umsetzung

Danke für Dein Vertrauen
Ulrike & Raimund

Das Arbeitsbuch zum **12 Siegel Kristallweg**

Teil 5 ~ Luah ma con

Liah
ma
Con