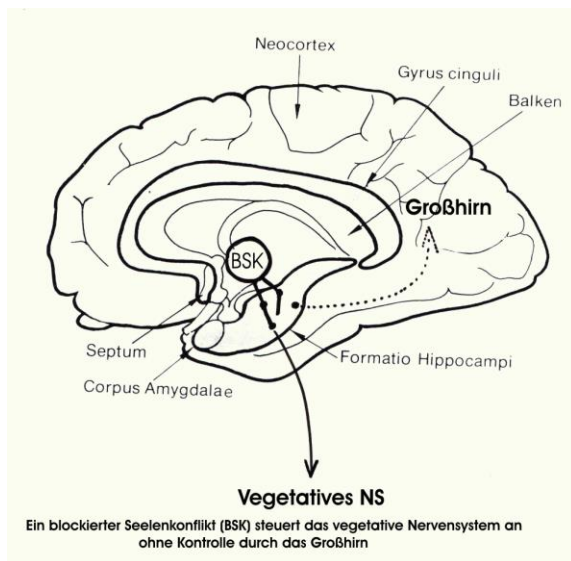


Anleitung „belastende Gefühle transformieren“

Wenn es Dir schlecht geht, erforsche die wahren Gefühle und gehe tiefer in Dich:

In holprigen Zeiten sagen wir häufig zu uns und anderen: „Mir geht es schlecht/ beschissen/nicht gut“. Bleibe jetzt nicht bei dieser Feststellung stehen, sondern erforsche deinen Zustand genauer. Schließe die Augen, atme und nimm zunächst Deine körperlichen Symptome wahr, z.B. die Enge, die Schwere, den Druck u.a. in Deinem Körper und nimm sie fühlend an und sage Dir: „Alle Enge, Schwere... in mir darf jetzt da sein. Ich bin jetzt bereit, zu fühlen und aufzulösen, was nicht zu mir gehört.“ Die Vergangenheit wiederholt sich nicht in meiner Gegenwart und ich erlebe auch nicht eine absehbare Zukunft, sondern gebe dem Unbekannten Raum.



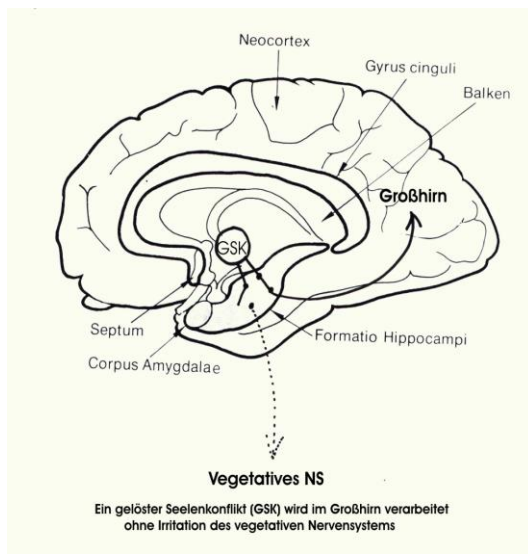
Dann fühle weiter und stell fest, welches Gefühl genau hinter deinem „Dich schlecht fühlen“ steht. Meist sind es zwei oder drei in Kombination. Hierzu gehören oft Trauer, Wut, Ohnmacht, Scham, Schuld und sehr oft Angst.

Bleibe nicht in der Haltung des Opfers deiner Gefühle hängen, sondern ermächtige Dich, sie aus der Haltung deiner Schöpferkraft zu fühlen, anzunehmen und hierdurch zu verwandeln.

Während Du nochmals in den Zustand gehst und fühlst, bewege Deine Augen einige Minuten von rechts nach links und von links nach rechts. Nimm dich und deinen Körper wahr, was verändert sich? Verbinde Dich dann mit Deinem Schöpfungsbewusstsein. Atme dann tief ein und aus und bewege deine Augen wie in Zeitlupe von oben rechts in Sichelbewegung nach oben links.

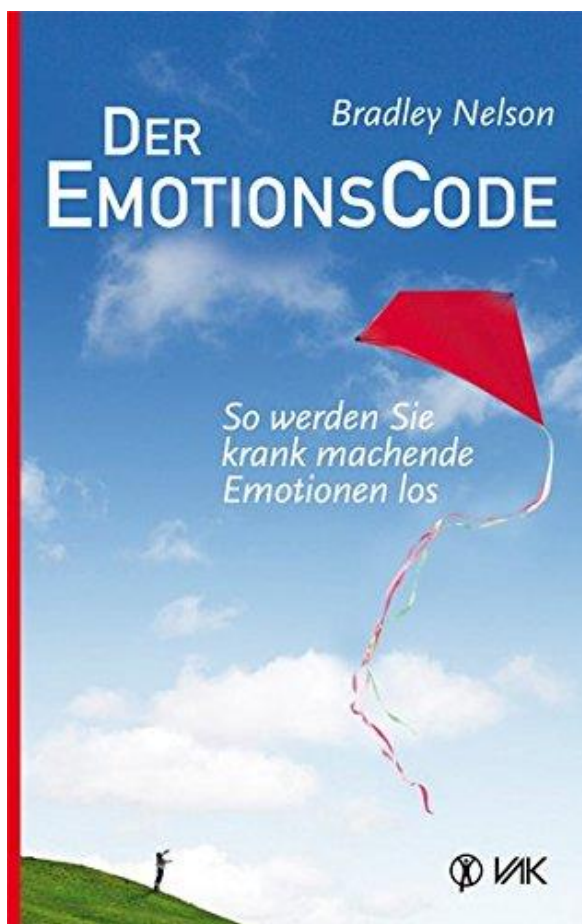
In dieser Zeit der Transformation werden nach und nach alle Gefühle in uns nach oben gespült, die wir jahrzehntlang abgelehnt und in unserem Körper eingeschlossen haben (verkörperte, oder eingefrorene Gefühle). Oft haben wir diese Gefühle unbewusst von Anderen wie Mutter, Vater oder unseren Ahnen, Gesellschaft oder aus dem kollektiven Unbewussten übernommen. Das Unbewusste macht 95% aus und solange wir in Gewohnheiten verstrickt sind und die eingeschlossenen, geerbten Gefühle energetisch blockieren sind wir von unserem großen Potenzial abgetrennt. Gefühle sind elektromagnetische Felder. Der physische Körper, der mit belastenden Gefühlen identifiziert ist meint er ist der Geist. Hilfe deinem Körper (Suchtkörper), dass er sich verändern kann und sich deinem großen Geist, deiner authentischen Schöpferkraft folgt und gehoben wird. Je präziser du fühlen, erkennen und benennen kannst, um welche Qualitäten es geht, desto schneller kannst du die energetischen Ladungen aus deinem Körper befreien. Eine weitere Hilfe können auch Magnete sein, mit denen du deinen Körper befreist. Wir haben gute

Erfahrungen mit dem Creator-Roller von Nikken (**E- Motion Code** nach Bradley Nelson), mit dem die belastenden Energien im Zusammenhang mit Bewusstwerdung wunderbar aus dem physischen Körper gelöscht werden können.



Wer mit Liebe und Geduld durch sie hindurch geht, gelangt nach und nach in einen inneren Zustand von Leere und Ruhe.

Die blockierten seelischen Zustände, die sich auch im Gehirn, im limbischen System und Nervensystem verankert haben, lösen sich auf und eine Anbindung an den Neokortex, das Bewusstsein wird möglich. Das autonome Nervensystem reagiert dann anders. Es ist, wie einen Hebel umlegen und wieder verbunden sein. Neue Synapsen können sich bilden und alle Disharmonien können ausgeglichen werden.



Ob wir wollen oder nicht: Emotionen beeinflussen unser Denken, unser Handeln und unsere Beziehungen. Emotionale Blockaden können auch Schmerzen, Funktionsstörungen und schließlich Krankheiten auslösen. Fast immer aber sorgen sie dafür, dass wir uns „unwohl“ oder unmotiviert fühlen. Die in diesem Buch beschriebene Selbsthilfemethode zeigt Ihnen, wie leicht solche feststehenden Emotionen und blockierten seelischen Themen sich lokalisieren lassen. Anschließend werden sie mithilfe eines simplen Magneten, der dem Körper einen ausgleichenden Regulationsimpuls gibt, ganz einfach aufgelöst. So können Sie zunächst unklare Belastungen und Beeinträchtigungen rasch beseitigen und körperliche Beschwerden beenden. Dieses umfassende Einführungsbuch ihres Begründers beantwortet alle Fragen zu Hintergrund, Wirkung und praktischer Anwendung der Emotionscode-Methode. Sie erweist sich auch als eine wertvolle Zusatzmethode für alle Kinesiologieanwender.