

1.

Pohodlně si sedni nebo lehni, zavři si oči a zaměř se na svůj dech. Přivolej si zpátky svoji energii ze všech situací a od všech lidí, ze všech koutů celého světa, celého vesmíru. Udělej to teď.

Nádech, výdech. Dýchej tak, jak ti je to přirozené a jenom svůj dech pozoruj. Zvědom si své tělo a posílej svůj dech do každé buňky. Nádech, výdech.

Zvědom si také svou páteř a posílej svůj dech po páteři od shora dolů a odspoda nahoru. Nádech výdech. Tvůj dech volně proudí. Skrz tvé temeno hlavy, skrz tvé čelo, tvůj krk, tvé srdce, břicho, skrz tvé pohlavní orgány, dolů do matky země. Tvůj dech volně proudí. Dech volně proudí odspodu skrz tvé pohlaví, břicho, srdce, krk, čelo a temeno hlavy, dál do vesmíru, kde se napojuje na tvé vyšší já. Tvůj dech volně proudí. Nádech a výdech.

2.

Nyní se svým vnitřním zrakem zaměř na své srdce, je v něm spirálovité schodiště. Sejdí po něm dolů a na konci uvidíš krásné zlaté dveře. Za těmi dveřmi tě čeká celá tvoje rodina, celý tvůj rod. Otevři dveře a vstup do chrámu zapomnění.

Rozhlídni se pořádně. Dívej se, jak to tam vypadá. Pozoruj. Právě teď se setkáváš se svými předky, je tam celá tvoje rodová linie. Hezky si je prohlídni. Pokud chceš někoho obejmout, udělej to. Pokud cítíš, že se chceš jen dívat, tak je to také v pořádku.

3.

A nyní jim řekni, že přicházíš odevzdat veškerou rodovou zátěž.

Popros svou matku a svého otce, ať tě chytanou za ruce. Dýchej. Nádech, výdech. Za pravou ruku tě drží tvůj otec, on drží dalšího člena rodu, ten dalšího a dalšího a dalšího a dalšího a dalšího a dalšího a takhle to jde dál celou rodovou linií tvého otce.

Za tvou levou ruku tě drží tvoje matka a tu dál drží další a další členové rodu...Nyní se vytvořily dva energetické proudy tvých rodových liniích.

4.

A nyní nastal čas svým rodičům vyjádřit veškerou svou lásku za život, který ti dali a za to, že ti skrz svá těla umožnili vstoupit na tuto krásnou planetu, kde se může tvá duše rozvíjet a růst. Poděkuj. Udělej to právě teď. Poděkuj jim za všechny lekce a požehnání, které ti dali. Nádech, výdech.

A nyní udělej rozhodnutí, že už nechceš dál setrvávat v nefunkčních vzorcích a programech své rodové linie, které ti neslouží.

Vlož do svého srdce tento záměr:

S láskou odevzdávám vše, co není moje. Odevzdávám veškerou rodovou zátěž a osvobozuji se od ní. Nádech výdech.

Nyní s nádechem zažehni energetický oheň ve svém srdci. Tento oheň je láskyplná energie, která transformuje vše nefunkční na čistou lásku. Nádech, výdech.

Ze svého srdce pošli proud této energie společně se svým záměrem „Propuštění všeho nefunkčního“.

A skrz své ruce ho pošli dál a popros svůj rod, ať ten samý záměr vyšlou také dál.

S láskou odevzdávám vše nefunkční a vše co není moje a co už mi neslouží.

Sleduj ten kouzelný paprsek, který uzdravuje skrze ruce a skrze srdce celý tvůj rod a až se dostane k posledním bytostem v řadě, které ten záměr odevzdávají vesmíru, kde se rozplyne a přemění se na láskyplnou energii. Pozoruj to a dýchej.

Až bude dokonáno. Poděkuj všem za spolupráci, rozluč se s nimi a projdi bránou, kterou vytvořili ze svých propojených zdvihnutých rukou.

5.

Máš před sebou dveře se zlatou klikou. Otevři je. Vstupuješ do krásné zahrady, podívej se před sebe do dále a uvidíš na zemi truhlu. Běž ji otevřít, najdeš v ní dárky. Pořádně si je prohlídni. Je tam láska, štěstí, pohoda, radost, lehkost, najdeš tam i svou sebehodnotu, sebevědomí a sebelásku, najdeš tam i sebeúctu, vášeň, nadšení, vděčnost, svobodu, blaženost a spoustu dalších. Najdeš tam úplně vše, co si přeješ, jen si to stačí vzít.

Vem si tolik dárků, kolik jich potřebuješ a ukotvi je ve svém srdci a nech je, aby se dostaly do každé tvé buňky a staly se tvou součástí. **Protože tohle všechno jsi TY!**

Nyní poděkuj a vyjádři vděčnost za všechno, čeho se ti dostává. Poděkuj za všechny dary a řekni jim, že je s láskou přijímáš. Přijímám se, přijímám vás. Usměj se, vrať se pomalu další bránou zpátky a běž žít krásný život a nech tu energii proudit skrz sebe na ostatní ve svém okolí.

Dej a bude ti dáno. Děkuj.

(Text je psán neformálně, jak přišel, tak předávám)

S láskou

Monika Švejsová