

Stappen om je verleden op te schonen van contacten die je niet meer dienen.

Elke keer als je door iets wordt getriggerd, en geraakt, sta je stil bij wat er gebeurt, waardoor het gebeurt, en waar de trigger naartoe leidt in je oude ervaringen.

1: Je visualiseert de betreffende persoon, (soms werkt dat beter dan het live of face-to-face te doen) en dit kun je ook heel goed doen met mensen die al overleden zijn. Je doet dit met de ziel van de persoon.

2: je vertelt hem of haar wat zijn/haar gedrag toen met jou heeft gedaan. De pijn het verdriet de boosheid, alles mag even benoemd worden.

3: Daarna bedank je die persoon voor de les. (besef dat je elke situatie zelf hebt gecreëerd om de les te leren die erin zit. Dat lijkt soms wat vreemd, maar voor je aan dit leven begon nam je je voor bepaalde dingen te leren, en die zijn vaak veel moeilijker in de 'stof' dan wanneer je alleen (ziel) energie bent. Je hebt met al deze mensen een contract afgesloten waarin je afsprak welke rol zij zouden spelen in jouw lessen en welke rol jij zou spelen in hun lessen, en toen gingen we door de sluier van vergetelheid en vergaten we deze afspraken)

4: Daarna vergeef je de ander voor alles wat hij je aandeed en daarna vergeef je jezelf, (je hebt deze situatie en de betreffende persoon zelf aangetrokken in je leven, om die les te leren die erin zit)

5: Dan knip je met een grote gevisualiseerde schaar alle energetische banden door (de banden van liefde kun je niet doorknippen die blijven altijd bestaan, die zijn eeuwig)

6: Daarna zet je die persoon op een denkbeeldig wolkje en blaast of duwt hem of haar weg met de wens dat ze een gelukkige toekomst tegemoet zullen gaan, met veel lessen en wijsheid.

7: Dan sluit je het af, je bedankt iedereen, inclusief jezelf voor de ervaring, de lessen, de inzichten en de wijsheid.

Soms moet je deze 'oefening' een aantal malen herhalen, omdat de verbindingen in al je lichamen zitten, zowel in je fysiek als je ether lichaam, je astrale lichaam, je Ka-lichaam (dat is je etherisch dubbel) meestal gaat het losmaken laag voor laag.

Maar je voelt zelf wel wanneer een persoon of oude situatie zich weer aandient, dan wordt de situatie opnieuw getriggerd, en dan moet je niet

denken, o jee ik heb het toen niet goed gedaan, of het werkt niet. Het is dan gewoon op een nog diepere laag dat het ook losgemaakt mag worden.

Als je deze dingen allemaal hebt gedaan, ontstaat er op energetisch niveau terug balans, dan is het aan de anderen om hun eigen deel te doen, jij hebt dan gedaan, wat je kon doen. Jouw opdracht is dan klaar; jij hebt je deel gedaan.

Het universum steunt je daarna in je besluiten die je neemt door synchroniciteit te laten optreden, dat is een bewijs van heel zijn, van terug op jouw zielspad te zijn.

Meestal zullen er dan geen beperkingen meer zijn, althans niet in jou.