

Συγχώρεση & Κυτταρική Θεραπεία

πηγή: GEOM!* Γιώργος Μυλωνάς – το μικρό βιβλίο του διαλογισμού σελ. 207-213 – σύνθεση Μαριάννα Μάρκου

Συγχώρεση και βαθιά κυτταρική Θεραπεία!

1. Κάνε τον οραματισμό τουλάχιστον 3-7 φορές την εβδομάδα, για καλύτερα αποτελέσματα.
2. Επιπλέον, διάλεξε μία από τις παρακάτω ασκήσεις:

ΑΣΚΗΣΗ 1

Επανάλαβε μία ή περισσότερες από τις παρακάτω δηλώσεις, 4 φορές δυνατά, κάθε μέρα.

- Συγχωρώ μέσα από τα βάθη της καρδιάς μου, μέσα από την ψυχή μου και με όλη τη δύναμη του πνεύματός μου... **τον εαυτό μου**. Απόλυτα και τέλεια. Πλήρως. Συγχωρώ τον εαυτό μου, συγχωρώ το παρελθόν. Προχωρώ, απελευθερώνω και ελευθερώνω. Προχωρώ στην ελευθερία. Ήρεμα, γαλήνια, χαρούμενα, συνειδητά. Με γνώση και επίγνωση. Συνειδητά. Προς το ανώτερο καλό. Προς την ευτυχία. Προς τη φώτιση
- Συγχωρώ μέσα από τα βάθη της καρδιάς μου, μέσα από την ψυχή μου και με όλη τη δύναμη του πνεύματός μου... **τους ανθρώπους** που με έβλαψαν ή με πλήγωσαν με οποιοδήποτε τρόπο. Όλους τους ανθρώπους, ανεξαιρέτως. Συγχωρώ απόλυτα και τέλεια. Πλήρως. Προχωρώ, απελευθερώνω και ελευθερώνω. Προχωρώ στην ελευθερία. Ήρεμα, γαλήνια, χαρούμενα, συνειδητά. Με γνώση και επίγνωση. Συνειδητά. Προς το ανώτερο καλό. Προς την ευτυχία. Προς τη φώτιση
- Συγχωρώ μέσα από τα βάθη της καρδιάς μου, μέσα από την ψυχή μου και με όλη τη δύναμη του πνεύματός μου... **τον ή την** και δηλώνουμε το όνομα του ατόμου που θέλουμε να συγχωρέσουμε, καθώς τον φέρνουμε στο νου μας. Συγχωρώ τον ή την... απόλυτα και τέλεια. Πλήρως. Προχωρώ, απελευθερώνω και ελευθερώνω. Προχωρώ στην ελευθερία. Ήρεμα, γαλήνια, χαρούμενα, συνειδητά. Με γνώση και επίγνωση. Συνειδητά. Προς το ανώτερο καλό. Προς την ευτυχία. Προς τη φώτιση

ΑΣΚΗΣΗ 2

Προσευχήσου στον Ανώτερο Εαυτό σου:

«Χρυσό φως της ζωής και του ύψιστου πνεύματος, περίβαλε τώρα και γέμισε τα κύτταρα του σώματός μου. Όλα τα κύτταρα ας είναι καθαρά, υγιή, εξαγνισμένα, δυνατά, σοφά, αγαπημένα, ειρηνικά, γαλήνια, χαρούμενα, ευτυχισμένα, φωτεινά και φωτισμένα»!

Και οραματίσου χρυσό φως να γεμίζει όλα τα κύτταρά σου.



Mob: +30 6944317796

Email: info@MariannaMarkou.gr

Web: <https://MariannaMarkou.gr>

Eshop: <https://mariannamarkou.gr/eshop>

