



*Texter
från
Anubis*

XXXI

Kärleksenergi

Kärleksenergin

Dagen, låt dagen gry!

Låt din kärlek eka och ge avkall på allt du inte längre behöver.

Kärlek, den finns i mängder. Du ska bara veta hur du når den. Låt kärleken leva.

Låt kärleken vara, den bara är, låt den flyta och se den vandra över hav och över land. Hela jorden fylls av kärleken.

Du kommer inte undan det vackra, du är mitt i det. Mitt i den vackra kärlekens energi. Den är smittsam, den kommer lätt, det räcker med ett leende och du är fast.

Välj att ta emot kärleken, välj att nå dit till ditt hjärta.

Våga se och våga leva. Hjärtat är fantastiskt. I ditt hjärta har du allt.

Din kärlek finns, räck ut din hand och blunda, känn efter. Känn kärleken.

Andas, ta några andetag, gärna djupa. Tänk dig att du andas in den fantastiska härliga, mjuka kärleken.

Tänk dig att den finns rakt framför dig.

Bestäm dig för att kärleken finns där. Den här gyllene, den vackra kärleken.



Den går nästan att ta på.

Kan du känna den?

Kan du se den?

Kan du förnimma kärleken med alla dina sinnen?

Prova!

Gör så här!

Blunda!

Dra ett par djupa andetag

Andas ut allt du inte behöver

Andas in igen

Och andas ut.

Känn lugnet

Bestäm dig för att du ser kärleken framför dig, alltså kärleksenergin, den gyllene.



Tänk dig att du ser den gyllene energin framför dig.

I ett andetag, andas in den gyllene energin.

I utandningen, stäng din mun och andas ut den gyllene kärleken i din kropp.

Andas in igen. Andas ut den i din kropp.

Känner du den milda, varma kärleksenergin sprida sig i din kropp?

Kan du märka den?

Prova igen. Se kärleksenergin, den gyllene.

Andas in den och andas ut den i din kropp med munnen stängd.

Känn efter. Hur känns det i kroppen?

Lugnt, varmt, bubbligt eller avslappnat?

Så här kan du göra när du behöver lite extra kärlek till dig själv.

Kärleken kommer inifrån dig. Förstå att du har mer kärlek inom dig än vad du tror.



Du har mer kärlek inom dig än vad du uppfattar.

Allt finns inom dig. Även kärleken. Vet om att du kan uppleva lika mycket kärlek som du kan ge.

Denna övning kan du alltid göra.

Mår du inte så bra och har svårt att bestämma dig för att du kan se kärleken, använd orden i stället.

Du vet orden som vi pratar om ofta. Du vet de orden som går rakt in och stärker upp dig.

DU vet hur de går;

Jag älskar mig själv.

Jag är värd att må bra.

Jag älskar mig själv.

Jag är värd att må bra.

Jag älskar mig själv.

Jag är värd att må bra.



Ord och handling hör ihop. Tillsammans är de oslagbara.
Tillsammans når vi ett bra resultat.

Ord kan hjälpa till att läka och stärka upp. Handlingen kan också göra så.

Att använda orden och handlingen tillsammans ger kraftfull effekt.

Lägg till din känsla i det, den känslan som säger att du älskar dig själv. Känn kärleken med andra ord så har du en kraftfull kombo.

Ibland kan vi tänka att det är bara ord.

Men även du vet att ord kan såra, eller hur?

Samtidigt är det "bara" ord.

Så ord har en kraft och en styrka. Orden har en intelligens, en vakenhet och en effekt i sig.

Förstå att det även fungerar för att stärka och bygga upp. Det går snabbt att rasera med ord och vi får bygga lång tid för att stärka upp.

Ett samtal behövs, det inre och det yttre. Det gäller att hålla en god samtalston, både i samtal med andra och sig själv.



Den inre kommunikationen är ständigt pågående. Tro inget annat. Så bli medveten om hur du talar till dig själv och till andra. Bli även medveten om hur du talar om dig själv till andra.

All kommunikation har betydelse. Tro inget annat.

Med Kärlek och Respekt

//Anubis



Jag som kanaliserar Anubis

2007 lärde jag mig tekniken Kanalisering. Sedan dess har jag kanaliserat regelbundet. Mina guider och vägledare har varierat genom åren som det gör för alla som kanaliserar.

Guiderna lämnar ofta väldigt privata ord som inte ska förmedlas. Anubis har varit väldigt tydlig med vilka delar av hans kanaliseringar som ska förmedlas vidare.

Texterna kommer jag att förmedla allt eftersom de kommer. Tänk alltid på, när det kommer hälsoråd, använd ditt sunda förnuft.

Jag hoppas du kan hitta de ledtrådar du behöver i Anubis ord.

Varma hälsningar

// Rosan

Rose-Marie Rosdahl

Helhetsterapeut och Lärare



Läs mer om Kanalisering på

www.rosansbalans.se

© copyright 2020 av Rose-Marie Rosdahl – alla rättigheter reserverade

