

“SELLEKS, ET END HÄSTI TUNDA, TULEB ISEENNAST HÄSTI TUNDA”
Johannes Mengel

TUNNE OMA KEHA

FÜÜSILINE KEHA & VALGUSKEHA

Blokeeringutest tingitud nähud:

eraldase tunne, elul puudub mõte, õppimisraskused, madal enesehinnang, ärrituvus, tüdimus, või muu allpool loetletu

tuimus, kaos, kuivus, kujutlusvõime puudumine, fantaasiavaegus

enesekindluse puudumine, jultumus, huvi puudumine, keskendumisraskused, kogemine, ihnus, ahnus, iha, turjapiirkonna probleemid, jonnakus, paindumatus, raskused enese väljendamisel

terviseprobleemid, halb enesetunne, võõristus, negatiivne mõtlemine, solvumise tunne, süüdistamine

suitsetamisest tingitud hingamisprobleemid, unetus, selja- ja õlavöötme probleemid, hullumeelsus, pettumus, usaldamatus, peavalu, nahaprobleemid

kõhuvalu, hingamisega seotud probleemid, viha, kannatamatus, silmadega seotud probleemid, depressioon, keskendumisraskused

psühholoogilised probleemid, seksuaalenergia tasakaalutus, omanikuinstinkt, segadus, ülitundlikkus, sõltuvused, alaväärsus

kurnatus, väsimus, turvatunde puudumine, häired füüsilises kehas, palavik, järglaste saamine on tõkestatud

põlvkondade vahelised probleemid, hinnangulisus, kriitika, hirm eksida, rahulolematuse oma valitud teega

Mida enam on sul elujõudu, seda lihtsam on teha muudatusi oma elus.

*Elujõu-allikad:
söömine, magamine, hingamine,
meditatsioon, jooga, meeldivate
kogemuste ja energiaseansi kogemine.*

Energia voolamisele aitavad kaasa:

palve, meditatsioon, looduses viibimine, energiaseansi kogemine

südame-energia võimendamine, meeldivate asjade kogemine, kujutamisevõime arendamine, energiaseansi kogemine

tõe rääkimine, valik armastada, mantrate laulmine, energiaseansi kogemine

meeldivate tunnete kogemine, positiivne mõtlemine, teadlik hingamine, looduses viibimine, energiaseansi kogemine

massaaž, jaatav eluviis, avatud olek uuele, hingamisharjutused, rahu kogemine, vaikuses olek, tänulikkus kõigi saadud kogemuste eest energiaseansi kogemine

tervislik toit nii kehale kui meelele, positiivne ellusuhtumine, energiaseansi kogemine, tasakaalustatud olemine ja tegemine, lõdvestumine

veeprotseduurid, ujumine, vaheldus, energiaseansi kogemine

maatöö, füüsiline treening, jõudu vajavad tegevused, lõhnateraapia, maandamine taotluse ja tähelepanu suunamise abil ühendusele Maaga, energiaseansi kogemine

andestamine, teadlik isikliku ajaloo muutmine, oma südame teel käimine, energia juhtimine põlvedesse käte ja teadliku taotluse abil, energiaseansi kogemine

ÜHENDUS KÕRGEMATE ENERGIATEGA INSPIRATSIOON

KÄBINÄÄRE KROONKESKUS

AJURIPATS KOLMAS SILM

KILPNÄÄRE KÕRIKESKUS

HARKNÄÄRE KÕRGEM SÜDAMEKESKUS

SÜDA SÜDAMEKESKUS

**KÕHUNÄÄRE
NEERUPEALISED** PÄIKSEPÕIMIK

SUGUNÄÄRMED LOOME-
SEKSUAALKESKUS

LÜLISAMBA ALAOSA JUURKESKUS

PÕLVED KIIRENENUD ARENG

ÜHENDUS MAAGA
MAANDATUS, KOHALOLEK

Ole terve!

avatus, rõõmsameelsus, huvi, lihtne leida tööd ja tegevust, mis meeldib, mängulisus, lõbu, nali, kergus, inspiratsioonivoos elamine

kontroll mõtete ja keha üle, teadlikkus, algpõhjuste nägemise võime

taipamine, eneseväljendusoskus, laulmine, tantsimine, leidlikkus, usaldus, energiakeha tugevdamine, käte tundlikkus, voolavus ja enesekindlus, tõe rääkimine

tugev immuunsüsteem, heaolutunne, ühenduse kogemine

mõistmine, selgus, valgustatus, lahkus, austus, avatus, armastus, lubamine, oskus olla õnnelik, head mõtted, kaastunne

iseenda mõistmine, terviklikkuse tunnetus, neutraalsus, lahkus, suuremeelsus, kannatlikkus, rahulikkus, keskendumisvõime

puhtus ja elavus enese väljendamisel, elujõud, empaatia, loomingulisus

turvatunne, elujõud, maandatus, kodusolemise tunne, kundalini tõusmine füüsilises kehas

oma lapsepõlve ja teiste põlvkondadega rahujalal olemine, austamine

StellaShakti.com

AVANEMINE ARMASTUSELE ON LOOMULIK PROTSESS EHK TERVIKLIKKUSESSE JÕUDMINE

Ole õnnistatud!

Plakat: stella.shakti@gmail.com

*LOETLETUD NÕUEANDED EI ASENA TAVAMEDITSIINI, VAID ON MÕELDUD KASUTAMISEKS SELLELE TOETUSEKS.