

# ELÄMÄNTAVAT JA ELÄMÄNTARKOITUS - TERVEYS

Täydellinen terveys ja itseparantuminen, kirjoittanut Jasmuheen

Seuraava artikkeli on kirjoitettu jakamaan tekniikoita fyysisen kehomme itseparantamiseksi. Koko kehomme tai vain osittain. Joskus työskentelemällä jonkin pienen asian parissa ja onnistumalla saamme itseluottamusta soveltaa samaa menetelmää johonkin suurempaan.

Yksi suurimmista lahjoista, joita voit itsellesi antaa, on täydellinen hallinta molekyyliarakenteestasi ja kaikista energiakentistäsi. Mestaruus tarkoittaa voimaantumista olemassaoloon puhtaassa terveyden tilassa, jatkuvassa uudistumisessa ja sairaudettomuudessa kaikilla olemuksemme tasoilla.

Yksi ensimmäisistä asioista, joita voimme oppia, on virittää itsemme, korjata toimintahäiriöiset energiamallit ja sitten luoda täydellinen terveys fyysiseen kehoon. Tietoisien ohjelmoinnin ja laadukkaan ajattelun, laadukkaan tunteen ja laadukkaan ravinnon (joko praanan avulla tai elävällä ruoalla) nauttimisen lisäksi on olemassa myös erilaisia käytännön harjoituksia, joita voi tehdä päivittäin vahvistaakseen energiakenttiään ja luodakseen säteilevää terveyttä.

Tämä artikkeli käsittelee Ylösnousseiden minulle antamaa harjoitusta, jonka avulla voimme tehdä juuri niin. Kiireisen elämäntyylimme vuoksi saatat haluta sisällyttää tämän harjoituksen suihkuun tai osaksi meditaatiorutiiniasi ja myös venyttely-/liikuntarutiiniksi ystävällisyydenosoituksena keholle.

Käytämme lihaksiamme, mieltämme, aikomuksiamme ja tahtoamme ja työskentelemme mentaalikehon kautta "lataamaan" ohjelmia fyysiseen kehoon. Kun ihminen on synkronisessa sopusoinnussa jumalallisen suunnitelman kanssa eikä hänellä ole käynnissä sisäisiä sabotasiohjelmia, seuraava toimii taatusti. Niille, jotka ovat kiinnostuneita sopusoinnussa sekä suuremman suunnitelman ajoituksen että toteutumisen kanssa ja sisäisen sabotöörin uudelleenjärjestelystä, tutustu artikkeliin "Mielen voima - psykologian tuolla puolen" (saatavilla Self Empowerment Academysta).

Ensinnäkin, ymmärrä, että kaikki on energiaa ja että Maata ympäröivät sähkömagneettiset verkkolinjat – joita kutsutaan myös meridiaaneiksi – liikkuvat kaiken aineen, avaruuden ja ajan läpi; ja että fyysisen kehomme energiameridiaanit heijastavat näitä – niin ylhäällä kuin alhaallakin.

Parantava voima tulee siitä, että tarkoituksella kytkeydymme näihin energiaverkkolinjoihin visualisoimalla ja kuvittelemalla, että kehomme energialinjat voivat yhdistyä korkeampien ulottuvuuksien verkkolinjoihin ja energiatriiseihin. Esimerkiksi suihkussa ollessasi voit kuvitella, että suihkusuuttimesta tulee puhdasta nestemäistä valoa, spagetin kaltaisia energiaverkkolinjoja, jotka virtaavat pääläen (kruunuchakrasi) läpi sisäisten meridiaanilinjojesi imeytyäkseen niihin innokkaasti. Yksinkertaisesti sanottuna fyysinen muoto luodaan jokaisen uuden ruumiillistumisen myötä aneettisen suunnitelman tai kuvion avulla, joka magnetoituu näihin ruudukkolinjoihin tai energiatriiseihin ja muodostuu niiden ympärille.

Toistuvien ruumiillistumisten kautta solut, jotka ovat aineeseen puettuja muistoja, tiivistyvät ja painavat – pohjimmiltaan myrkyllisen ajattelun ja myrkyllisen tunteen kautta – ennen kuin harjoitamme rajatonta olemista. Kun molekyyli- ja atomirakenne magnetoituu eetteriseen suunnitelmaan, meridiaanit, joista tulee sisäisiä energialinjoja, usein surkastuvat painon alla. Siksi lisäämällä solujemme keveyttä ja valomääräämme emme ainoastaan ota jälleen hallintaamme molekyyliarakenteestamme, vaan aktivoimme myös täysin valokehojemme energiatriisiin.

Visuaalinen mielikuva voi siis olla astumassa erityiseen kammioon, jossa Suuren Keskusaurion (tämä on esoteerisesti tämän universumin voimanlähde) kultaiset/valkoiset säteilyt alkavat virrata kruunuchakrasi kautta, kun yhteys on muodostunut. Yhteys syntyy visualisoinnistasi ja aikomuksestasi – niin yksinkertaista se on.

## Joten meditaatio/harjoitus alkaa seuraavasti:

Sulje silmäsi ja hengitä muutaman kerran syvään. Pyydä Jumalitseäsi/MINÄ OLEN -olemustasi imemään itseesi täydellisen sähkömagneettisen/elämänvoimaenergian jännitteen korkeimmasta ja puhtaimmasta lähteestä, joka sopii täydellisesti värähtelyysi NYT. Visualisoi seuraavaksi sisäisten meridiaaniesi yhteensovittaminen eetterisen verkon linjpien kanssa – ne voivat näyttää ohuilta tai paksummilta viivoilta. Komenna, tahdo ja visualisoi, että kun yhteys on muodostettu, puhdasta elämänvoiman parantavaa energiaa alkaa virrata kehoosi, aivan sormenpäihin ja varpaiden kärkiin asti. Visualisoi ja käske, että pumpppaat valonvoimakkuutta – kuin kääntäisit äänenvoimakkuus nappia – kunnes sinulla on puhtaita kultaisen valkoisen valoenergian virtoja, jotka virtaavat kehosi energiamatriisissa.

Voit visualisoida, kuinka nämä valovirrat liikkuvat sormenpäidesi, käsichakrojesi, jalkapohjiesi ja varpaidesi kautta, kytkien sinut maaplaneettaan ja antaen tämän puhtaan energiavoiman käyttää sinua auttajanas, niin että se ei ainoastaan puhdista ja viritä meridiaanejasi, vaan energia voimaannuttavasti liikkuu lävitsesi ja auttaa sitten Maan paranemisessa. Voit visualisoida, että kun tämä energia virtaa kehoosi, se alkaa pyöriä kuin pyörre, laajentaen meridiaaneja ja sitten lähettäen valovirtoja kaikkiin kehosi tukisoluihin, elimiin, verenkiertoon ja luihin.

Kun olet virrassa ja olet tietoisesti laajentanut energian virtausta ja käskennyt puhdasta elämänvoimaenergiaa aloittamaan paranemis-/uudelleensovittumisprosessin, voit aloittaa tietoisien ohjelmoinnin. Parantumisen ensimmäisen aspektin mantra on anteeksianto. Kyse ei ole siitä, että olisimme vähemmän täydellisiä, vaan kannamme mukamme solumuistia muista aikakausista, joissa olemme ehkä uskoneet olevamme.

Joten ensimmäinen mantra, kun katselet näiden energioiden virtaavan lävitsesi, on avata sydämesi ja sanoa maailmankaikkeudelle:

**"Annan anteeksi ja minulle annetaan anteeksi".**

Jatka energian virtaamisen visualisointia lävitsesi, hengitä syvään sisään ja uloshengityksellä toista mantraa

**"Annan anteeksi ja minulle annetaan anteeksi",**

kunnes sisäinen sielu ohjaa sinua lopettamaan. Luota intuitioosi tässä. Seuraava parantava mantra on:

**"Vapautan nyt kaikki ristiriitaiset energiat kaikista energiakentistäni".**

Tämä voidaan lyhentää sanaksi **"vapauta"**.

Visualisoi, että kun valo tulvii kruunuchakrasi läpi meridiaaneja pitkin, se tulee läpi sellaisella voimalla, että se työntää ulos kaikista soluistasi ihohuokosten kautta kaikki ristiriitaiset energiat. Voit halutessasi kuvitella, että valo virtaa kehoosi ja täyttää jokaisen solun, se tulvii ulos päälaestasi, kuin samppanjaa kaadettaisiin ylitse vuotavaan lasiin, ja alkaa luoda sähkömagneettisen valokuplan ympärillesi.

Visualisoi, että se ulottuu ojennettujen käsiesi ulottuville ja ainakin 15 senttimetriä niistä ulospäin. Tämän luomasi sähkömagneettisen kuplan ja voimakentän avulla voit pyrkiä olemaan täysin läpäisemätön kaikille muille energioille paitsi niille, jotka ovat korkeimmaksi parhaaksesi. Jos pidät tämän kuplan pysyvästi ympärilläsi ja täynnä puhdasta Jumalan voimaenergiaa, kaikki planeetan energiat tunnetuista ja tuntemattomista lähteistä joko torjutaan tai imeytyvät ja muuntuvat koskettamatta ydintäsi. Joten kun vapautat itsesi ja visualisoit näitä ristiriitaisia energioita liikkuvan ihohuokosten läpi, kun ne yhdistyvät ympäröivään valoon, tiedä, että nekin muuntuvat ja uudelleenjärjestyvät automaattisesti, eikä niillä siksi ole energeettisesti haitallista vaikutusta ympäristösi.

Seuraava askel sen jälkeen, kun sinua on intuitiivisesti ohjattu lopettamaan "vapauta"-komennon käyttö, on **"paranna"**-komento. Jälleen kerran, tämän voima on aikomuksessasi ja uskossasi, että sinulla on voima parantaa kaikki ristiriitaiset energiat ja sairaudet kentissäsi. Visualisoi, kuinka energian tulviessa kruunuchakrasi läpi ja pumpppaa sisäisen elämänvoimasi määrää ja voimaa, tämä energia tulviessaan jokaiseen soluun alkaa muuttaa solujasi kurttuista rusinoista pyöreiksi, meheviksi, valontäyteisiksi viinirypäleiksi (tai millä tahansa muulla mielikuvalla, joka luo

vaikutelman solujesi paranemisesta, uudistumisesta ja sitten täydelliseen terveyteen uudistumisesta).

Seuraava käsky on **"uudistu"**. Visuaalinen kuvasto on samanlainen kuin yllä. Voit sitten alkaa käyttää mantraa: **"Päästä irti, anna anteeksi, anna anteeksi, päästä irti" parantamaan, uudistamaan, uudistamaan, parantamaan, parantamaan täydellisyyteen, kuten jumalallisesti on tarkoitettu NYT"**.

Kun olet tehnyt tämän, voit visualisoida, että käsichakrasi ovat täysin aktivoituneet parantavaan voimaansa, kytkettyinä suoraan universaalin elämänvoiman puhtaimpaan parantavaan voimaan. Meditaatiossa istuessasi voit halutessasi asettaa ne mihin tahansa kehosi osaan, joka saattaa tarvita parantamista, ja komentaa ja visualisoida, että tämä on tehty. Hyvä tapa testata tätä ja mitata kykyjäsi niiden kasvaessa itseparannuksessa on valita yksi kehosi osa, jonka haluat parantuvan, ja keskittyä siihen päivittäin, kunnes havaitset fyysistä muutosta.

Esimerkiksi suoni jalassasi, luomi kädessäsi tai pieni arpi. Kun istut meditaatiossa kytkeytyneenä verkkon värähtelyihin ja virittäydyt itseesi aiemmin suositellulla tavalla, kätesi ollessa oman kehosi päällä voit käskä uloshengityksellä: **"Paranna keho NYT"** tai "paranna suonet NYT". Visuaalinen mielikuva on, että vedät puoleesi käsichakraasi puhtaita ja voimakkaita parantavan energian voimia, jotka liikkuvat käsichakrasi läpi ja imeytyvät kehon osaan, joka tarvitsee paranemista, ja visualisoit solujen kuin pesusienien imevän valoa, muuntavan myrkyllisiä energioita ja parantavan itsensä täydellisyyteen.

Seuraavaksi, niille, jotka haluavat tehdä fyysisiä harjoituksia tämän avulla, visualisoi itsesi kytkettynä puhtaiden parantavien voimien energiamatriiseihin, että olet pumpannut volyymin ja energia virtaa nyt lävitseesi kuin leveä, nopeasti virtaava joki. Voit alkaa liikkua intuitiivisesti, joko tekemällä pyhää tanssia tai isometrisempia harjoituksia. Voit käyttää tätä tehdäksesi kokonaisen sarjan venyttelyharjoituksia sekä jooga-asanoja ja -harjoituksia. Hyödyt eivät ole vain lisääntynyt notkeus ja tyylikkyys, vaan myös energiakenttiesi paraneminen ja uudelleenjärjestely. Kun tanssit tai venytät, laajenna lihaksiasi niiden maksimikapasiteettiin supistamalla niitä ja sitten vapauttamalla ne sykkivässä rytmissä, venytellen yhä pidemmälle ja pidemmälle edetessäsi.

Koko ajan visualisoit, kuinka käsiesi, jalkojesi ja kruunuchakrasi sekä kaikkien muiden chakrojesi kautta virtaa puhdasta parantavaa voimaenergiaa, jota magnetisoit kehoosi käskylläsi ja tarkoituksellasi. Visuaalinen mielikuva muodostaa sen, että olet yhteydessä koko luomakunnan energiavirtoihin ja kytketty ykseyden jokeen. Voit myös liikkeessäsi keskittää mielesi tiettyyn elimeen tai kehosi alueeseen, jonka intuitiivisesti aavistat tarvitsevan parantamista tai lisähuomiota.

Yllä mainittujen tekniikoiden päivittäinen harjoittelu varmistaa vahvan kulkuneuvon, erityisesti yhdistettynä puhtaaseen ravitsemukseen, puhtaaseen ajatteluun ja puhtaaseen tunteeseen sekä mihin tahansa muuhun harjoitusohjelmaan, johon sinua intuitiivisesti ohjataan.

Ylösnoousseet sanovat, että mitä vahvempi fyysinen kulkuneuvo on, sitä voimakkaampaa valoenergiaa voimme kantaa ja säteillä lävitsemme, muuttaen sähkömagneettisten kenttiemme pulssia ja lähetystä. Kun tietoisesti uudelleenjärjestämme energiakenttämme, vedämme puoleemme todellisuuden tasoja, jotka heijastavat omaa laajenevaa tietoisuuttamme. Yllä mainitut tekniikat varmistavat myös eetteristen energiamatriisiemme, joita kutsutaan valokehoiksi, täyden aktiivoinnin ja valmistavat tietoiseen tulevaan teleportaatioon.