

Můžete si na úplněk udělat svůj »Seznam odpuštění«, nebo si připravit celý »Úplňkový obřad odpuštění«

»Postup obřadu odpuštění«

- 1) Zhluboka se nadechněte a vydechněte tolikrát, kolikrát potřebujete, abyste se očistili. S dýcháním uvolněte všechen stres, obavy a starosti.
- 2) Nyní se zamyslete nad nějakým zlovykem, myšlenkovým vzorcem nebo představou, které chcete uvolnit. Může jich být více než jen jeden. Napište to vše na list papíru.
- 3) Dále se zamyslete nad někým, kdo vás vyvedl z míry. Můžete se klidně vrátit do dětství, k někomu, kdo vám zdánlivě ublížil a komu jste ještě neodpustili. Napište si jeho jméno na stejný list papíru a napište také čím vám ublížil. Těch jmen může být samozřejmě víc.
- 4) Zavřete oči a v duchu si popořadě vybavte každého z těch lidí. Představujte si je uvnitř růžové bubliny ve své mysli (růžová je jednou z barev lásky). Představujte si, jak se na vás usmívají. Vytvořte mezi vámi dobrý pocit. Vyslovte potichu nebo nahlas: „Odpouštím ti.“ A potom je nechte odplout v jejich bublině.

5) Nyní odříkejte následující úplňkovou formulku k
odpuštění a uvolnění karmy:

„Za velkolepého úplňku odpouštím všemu, všem, každému
zážitku, každé vzpomínce z minulosti nebo přítomnosti,
která potřebuje odpuštění. Odpouštím určitě všem.
Odpouštím také sobě své dřívější chyby. Vesmír je láska a je
mi odpuštěno. Řídím se jen láskou. Láska nyní řídí můj
život. S vědomím tohoto zůstávám v klidu.“

Pokračujte:

„Přivádím lásku a uzdravení všem svým myšlenkám,
přesvědčením a vztahům. Poučím se a půjdu dál.
Vyzývám úlomky své duše, aby byly očištěny úplňkem, a
vyzývám je, aby se ke mě vrátily. Posílám lásku sobě a
všem, které znám a všem, kteří znají mě, ve všech časových
liniích. Za tohoto velkolepého úplňku jsem uzdravená/ý. Můj
život je uzdravený. A tak to je. Děkuji.“

6) Postavte se nad dřez nebo kamkoliv jinam, kde nezapálíte
dům a svůj »Seznam odpuštění« spalte. Rituál uvolní
energie do éteru, aby se proměnily v lásku.

Hotovo.♥
Jak se cítíte?