

Занятие Второе

Расхламление

**Все то, что нас окружает и мы сами - это
энергия.**

**Энергия - это волны, для которых нет
преград (частота и вибрации)**

Взаимодействия с внешним миром:

Раздражает

Расслабляет

Пространство **внешнее (проявленное)**

Пространство **внутреннее (непроявленное)**

Закон Баланса (Брать - Давать)

Лучше взять под контроль этот процесс.



Цель расхламления:

**Всколыхнуть энергию в труднодоступных
местах**

**Освободить место для прихода чего-то нового
в вашу жизнь.**

**Расхламление пространства
имеет очень глубокий смысл:**

Стремление держаться за старые вещи верный признак психологии бедности.

Собирая ненужные вещи на всякий случай, мы допускаем, что этот случай

настанет, и придется ходить, например, в потертых штанах. Мы настраиваем себя

на неуспех и неприятности. Таким образом, программируем себя и на такую

жизнь, когда вы не сможете покупать новые вещи, а вы будете вынуждены носить старые, немодные.

Расставайтесь со всем, что тянет вас назад в прошлое.

Критерий в отборе ненужного один. Если вещь не пригодилась в течение года-двух, она не понадобится уже никогда.

В освобождении дома от ненужных вещей заключена огромная целительная сила.

Совершая расчистку на внешнем уровне, мы делаем возможными внутренние перемены, высвобождаем для этого огромное количество энергии.

Делаем расхламление с намерением.

**Говорим вслух, постоянно повторяя и визуализируя то, что
говорим**

**«Я освобождаю своё жизненное пространство
для...**

заработной платы от...

отношений, в которых я буду чувствовать себя...

для здоровья

для машины

для квартиры

для моего нового бизнес-проекта

Очищать пространство желательно не реже, чем раз в полгода.

Хлам – это сломанные, разбитые вещи, те вещи, которыми вы год не пользуетесь, не носите; начатые, но недоделанные вещи(недовязанная кофточка, недошитая юбка).

Определите для себя, что для вас хлам, а что для вас вещи, которые у вас вызывают теплые воспоминания.

Как проводим расхламление?

Вход в ваше жилище - рот вашей энергии. Глазки, замки, чистота двери.

Окна - глаза вашей энергии. Если холодно, то вымыть изнутри.

Кухня - образ материального достатка и здоровья. Обратить внимание на состояние плиты и холодильника. Сломанные электроприборы работают как вампиры, забирая положительную энергию помещения и усиливая негативную.

Как проводим расхламление?

Туалет и ванная комната - место, откуда все уходит.

**Спальня - образ ваших отношений и здоровья. Вещи в шкафах.
Зеркала.**

**Кабинет или рабочее место - образ ваших денег. Убрать со стола то,
что напоминает о незавершённых делах.**

**Компьютеры,
телефоны(контакты), друзья в
социальных сетях,
фотографии**

**Кто хочет пойти дальше в очищении
пространства, может очистить его
энергетически.**

**Важно! Только после расхламления проводить
энергетическую очистку жилища!
Очистить своё тело (по желанию)**

Что ещё забирает нашу энергию?

Перфекционизм

Невыполненные обещания

Какой-то звонок, который вы давно хотели сделать.

Может быть давно хотели извиниться перед кем-то

Недоделанные дела - это те дела, которые вы все время делаете "потом"

Что ещё забирает нашу энергию?

**Напишите список всех недоделанных дел.
Отметьте те, которые вы можете и готовы
сделать в за одну-две недели.**

И сделайте!

**Остальное - простите себе, с любовью и
благодарностью и больше никогда не
возвращайтесь к этому.**

Рекомендации для выполнения медитаций:

- Обеспечить тишину**
- Выпить воды**
- Приготовить салфетки**
- Удалить домашних питомцев с территории, где вы будете медитировать**
- Идти в душ и постоять под проточной водой приятной вашему телу, если вам помешали выполнить медитацию.**

**Медитация
очищения своего
пространства**

**Сделайте эту медитацию
всего три раза (через день или через два
дня)**