

ODPUŠČANJE VAS OSVOBODI

Vaša pot naprej se prične z odpuščanjem. Ali je tam nekdo ali nekaj, čemur moraš odpustiti, da lahko nadaljuješ s svojim življenjem dalje? Lahko je oseba, dogodek, neuspešen posel, izgubljene sanje, zlomljeno razmerje. Kaj pa samo odpuščanje?

Vse v kar ste vlagali svojo energijo uporablja vašo neprecenljivo življenjsko energijo. Sedaj je prišel čas, da odpustite in pričnete spuščati. Zelo dober način za to je, da pričnete pisati sebi ali nekomu drugemu pismo, ki ga nikoli niste »objavili«. Drugim ni potrebno vedeti, da jim odpuščate, da bi to bilo učinkovito. Odpuščanje se zgodi znotraj vas. Najbolj pomembno je, da prenehate zadrževati to bolečino v sebi, v svojem umu, v svojem telesu. Uporabite to vajo, da osvobodite to energijo in si povrnete moči.

Ko pišete, napišite kar koli vam leži na srcu, v vaši duši, v vašem umu, mislih. Tukaj ni pravega načina pisanja. Pomembno je, da napišete tisto kar mislite. Ne zadržujte se. Dajte vse od sebe. Preden pa začnete pa si trikrat ponovite naslednje in prav tako pred pričetkom pisanja to na tudi napišite:

**»ODPUŠČAM VSEM ŽIVIM IN MRTVIM, KI SO ME KADARKOLI NA
KAKRŠEN KOLI NAČIN POŠKODOVALI IN JIH OSVOBAJAM!«**

Ko to izgovarjate (in napišete) to čutite z vsem svojim srcem. Zavedajte se, da edini ki tukaj trpi je oseba, ki še ni odpustila. Oseba ali dogodek, ki vas je na kakršen koli način poškodovala, živi svoje življenje dalje vi pa ste tisti, ki zaradi tega trpite. Ne dovolite si biti ujetnik teh čustev, ki vas držijo nazaj na poti do vašega osebnega ali pa poslovnega uspeha.

Pričnite s to vajo danes. V roke vzemite pisalo in pričnite pisati vse kar vam pride na misel, vse kar vam pride iz srca. Dajte iz sebe na papir. Osvobodite to zatrto energijo in ji dovolite oditi. Začnite z eno osebo, če pa se zraven vmešajo še druge osebe ali dogodki, pa vsekakor tudi to dajte na papir. Saj veste, papir prenese vse.

Ko končate s pisanjem, pa ta list za vedno zažgite nekje na varnem in si ponovno recite:

**»TI JE ODPUŠČENO IN TE OSVOBAJAM. POŠILJAM TI LJUBEZEN IN TE
OSVOBAJAM. OD TUKAJ GREM NAPREJ BOLJŠI/A.«**

Ali pa uporabite kakšne druge besede, ki so vam blizu in bi morda bolje služile namenu. Kakorkoli, uporabite svojo kreativnost pri zadnjih besedah (lahko se

posvetujete tudi z menoj). Morda boste konec koncev razumeli, zakaj je oseba bila takšna in zakaj je tako delovala, kajti tudi drugi delujejo na podlagi prepričanj, ki so jih prevzeli tekom življenja.

Čas je, da se osvobodite preteklosti in nadaljujete svojo pot tako, kot si jo želite!