
Комплект медитаций «Академия»

Краткое описание медитаций

1. Альтернативная музыка для дыхания подходит для эффективного прощения, загрузки позитивных установок, загрузки целей
2. Медитации 02 и 03 – «Картинная Галерея» и «Кинолента» направлены на обесценивание негативного прошлого. Работа с такой медитацией снижает значимость произошедшего в прошлом негативного события, убирает чувство вины и прочие негативные последствия полученного опыта. Перед медитацией следует сформулировать (мысленно), с какой ситуацией вы планировали работать
3. Медитации 04 (Истинность целей) и 05 (Загрузка целей с дыханием) предназначены для работы с целями. Перед выполнением медитаций приготовьте ваши формулы целей, а также лист бумаги/рабочую тетрадь и ручку, чтобы записывать приходящие в голову мысли, формулировки и решения
4. Медитация 06 – Разговор с подсознанием – предназначена для получения ответов на интересующие вас вопросы от вашего подсознания. Перед выполнением медитации продумайте тему, на которую вы собираетесь общаться с подсознанием, и примерный список вопросов, а также лист бумаги/рабочую тетрадь и ручку, чтобы записывать приходящие в голову мысли, формулировки и решения
5. Медитация 07 – Скрытые выгоды – предназначена для получения ответов от подсознания на вопрос, какие скрыты выгоды вы получаете от не достижения своей цели, почему цель до сих пор не достигнута. Перед выполнением медитации заготовьте лист бумаги/рабочую тетрадь и ручку, чтобы записывать приходящие в голову мысли и формулировки
6. Медитация 08 – Самосаботажник – предназначена для работы с субличностью «внутренний ребенок», которая, при нашем излишне строгом к себе отношении, может саботировать выполнение нами намеченных планов и достижение целей
7. Медитации 09 (Укрощение страха) и 10 (Трансформация страха Якорь) предназначены для работы со страхами
8. Медитация 11 – Семь денежных страхов – предназначена для определения сфер для работы по позитивной самотрансформации мыслей, эмоций и поступков в отношении денег
9. Медитации 12 (Родительские установки) и 13 (Родительское благословение) – предназначены для работы с родительскими установками и чувством вины перед родителями, если вы хотите заниматься каким-то не одобряемым ими (или вообще вашим родом) видом деятельности (например, открыть собственный бизнес, если в вашем роду никто никогда этого не делал). Родительское благословение, кроме прочего, активизирует в вас силу вашего рода

10. Медитация 14 – Подарки – предназначена для открытия энергетических каналов на получение подарков и других приятных сюрпризов от Жизни, а также на развитие доверия к Жизни
11. Динамическая медитация на основе техники Ошо «Чакровое дыхание» - это мощная энергетическая практика, предназначенная на поддержание нашей энергетики на высоком уровне. Описание медитации и инструкция по работе с ней прилагаются отдельно

Желаем вам приятной и продуктивной работы!

Автор разработки и озвучка текста – Каринэ Паникян
<http://karine-panikyan.ru>

Композитор – Виктор Колчин