**Energetické čištění- Otevření srdce a rozpuštění ledu**

**Archetyp Ledové královny/ Ledového krále**

**Díky této aktivaci/ tomuto čištění si dovolíme rozpustit led, který jsme kolem srdce vybudovali v důsledku zranění z dětství i napříč životem, kdy jsme uvěřili, že být zranitelní a milovat s otevřeným srdcem pro nás není bezpečné a že nejsme hodni lásky.**

Sejme z nás strach a připoutanost k zažitým vzorcům chování i myšlení, které máme k sobě, k životu, v mileneckých vztazích i vztazích obecně (přátelství, práce, cizí lidé).

Budeme opět schopni důvěřovat s otevřeným srdcem.

***Rozpuštění ledových bariér nám přináší schopnost milovat sami sebe i druhé skrze naše Božství.***

Dáváme důvěru lásce ve všech lidských srdcích, tedy náš vztah k sobě i druhým lidem projde proměnou. Neskrýváme se už za masky a led. Jsme schopni vidět ve všem, co se kolem nás děje i ve všech vztazích požehnání. Vidíme i příčiny chování druhých, tedy jsme schopni na ně i na sebe nahlížet se soucitem a tím dovolujeme, aby napětí ve vztazích povolilo a ty se tak staly harmoničtějšími.

Přináší nám uvědomění, že vše se děje pro nás- nejsme oběť. Jsme schopni nahlížet z jiné perspektivy.

***Protože tam, kde máme otevřené srdce, tam žijeme život, pro který jsme sem přišli.***

***Přínosy:***

**Tato aktivace nám přinese obrovskou úlevu.**

**Otevírá soucit vůči sobě i druhým.**

**Otevírá srdce.**

**Dovolí propustit stará zranění a vyléčit vše, co bolí a brání nám žít v lehkosti.**

**Rozpouští led a bariéry.**

**Dovolí nám být zranitelnými a milovat se za to jací jsme.**

**Dovolí nám prožívat emoce.**

**Dovolí nám cítit srdcem.**

**Budeme si stále více uvědomovat, které myšlenky a reakce přichází z ega a které z Božství.**

**Přináší nám hluboké propojení se sebou.**

***Jak poznám, že mám na nějaké úrovni zavřené/ ledové srdce?***

* **Nepouštím si lidi k tělu**
* **Nedůvěra k druhým**
* **Na určité úrovni uplatňuji pocit nadřazenosti/ podřazenosti, myslím si o sobě nebo druhých, že jsou něčím méně (méně vzdělaní, uvědomělí, tendence lámat nad lidmi hůl, myslím, že je někdo méně duchovně vyspělý apod.)**
* **Nedůvěra ve vztahu muž/žena**
* **Neschopnost žít v radosti- pocit, že vše musí být perfektní, jinak nemůžu být v klidu**
* **Potřeba mít nad vším kontrolu- neschopnost pustit problémy a dát důvěru druhým/ Bohu. (Já udělám vše nejlíp)**
* **Vzorec- „Já už to vím“, „To už já znám a mám to zmáklé“ to mi nemusíš říkat, nepoučuj mě…**
* **Očekávání, že druzí by měli vědět, co chci, jak se cítím, aniž bych jim to řekla… poté uražení, že nesplnili mé představy**
* **Neschopnost přiznat svou chybu, ustoupit**

**Postup**

**Po přípravě na práci a vytvoření světelného štítu pronesu:**

1. ***„Žádám své Božství/ vyšší já o připravení všech informací o programech, ať vědomých, nebo nevědomých, které jsem přijala za své, nebo mi byly předány v souvislosti s uzavřením mého srdce.“***
2. ***Na kolik procent mám otevřené srdce? (pokud méně než 100, jdu čistit na tabulkách)***
3. ***Jsou všechny programy vyčištěné- ANO- pokračuji na krok 4,***

***NE-***  „Žádám o Boha o odstranění všeho, co brání vyčistit tyto programy.“ Po dotočení přejdu na další krok.

1. ***„Prosím své Božství o vyčištění všech programů, bloků a příčin, které jsem na vědomé i nevědomé úrovni přijal/a za své a uzavřel/a jsem své srdce.“***

Po vyčištění, kdy přejde kyvadlo do pozice ANO, ověřím otázkou- ***„ Na kolik procent mám otevřené srdce?*** (chci 100, pokud méně, vrátím se na tabulky a dočistím)

***Nyní nahrajeme do našeho srdce afirmace***

Každou afirmaci zvlášť a po dotočení a přechodu kyvadla do pozice ANO, pokračujeme s další afirmací.

**„ Prosím o nahrání nových láskyplných programů do mého nitra“**

* Je pro mě bezpečné milovat.
* Je pro mě bezpečné být zranitelná/ý.
* Je pro mě bezpečné být milován/a.
* Je pro mě bezpečné otevřít se druhým lidem.
* Je pro mě bezpečné dívat se na sebe i druhé s otevřeným srdcem.
* Je pro mě bezpečné prožívat a vyjadřovat své emoce.

Po ukončení poděkuji.

**Závěrem:**

**PLÁČ JE LÉK**

Bude-li třeba něco při čištění, nebo i několik dní poté něco uvolnit, dovolte si plakat a propustit vše, co již nepotřebujete držet v sobě.

Milujte se za svou jedinečnost. ☺