



Světelná cesta portálem
ZNOVUZROZENÍ

ZAŽEHNI SVĚTLO

Stanislava Sóham, Zimní slunovrat 2024



Milá ženo, milý muži,
*vítám tě v časoprostoru **portálu***
Znovuzrození.

Přeji ti radostný zážeh.
A také následnou expanzi vnitřní síly a lásky
v tvé viditelné realitě.

Tyto pracovní listy ti nabízejí možnost integrovat
prožitky do denního života teď i po nějakém čase.

Listy mohou sloužit jako deník,
svědek tvé postupné proměny i kotva ve slovech.

Přeji ti nádherné propojení
s portálem a sebou sama.

S úctou
Sóham



PŘÍPRAVA

Vytvoř si pro sebe chvíli o samotě.

Vezmi barevnou tužku a obkresli cestu **spirály** do nitra sebe sama.

U každého bodu se na okamžik zastav a **vnímej**:

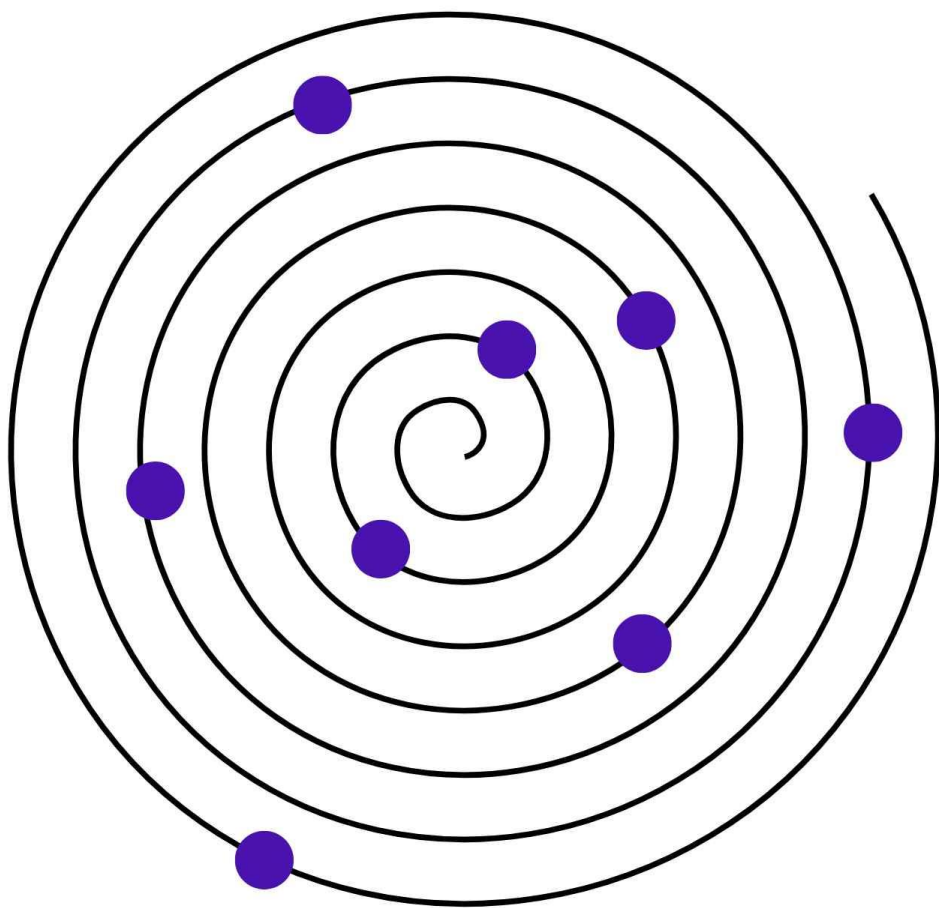
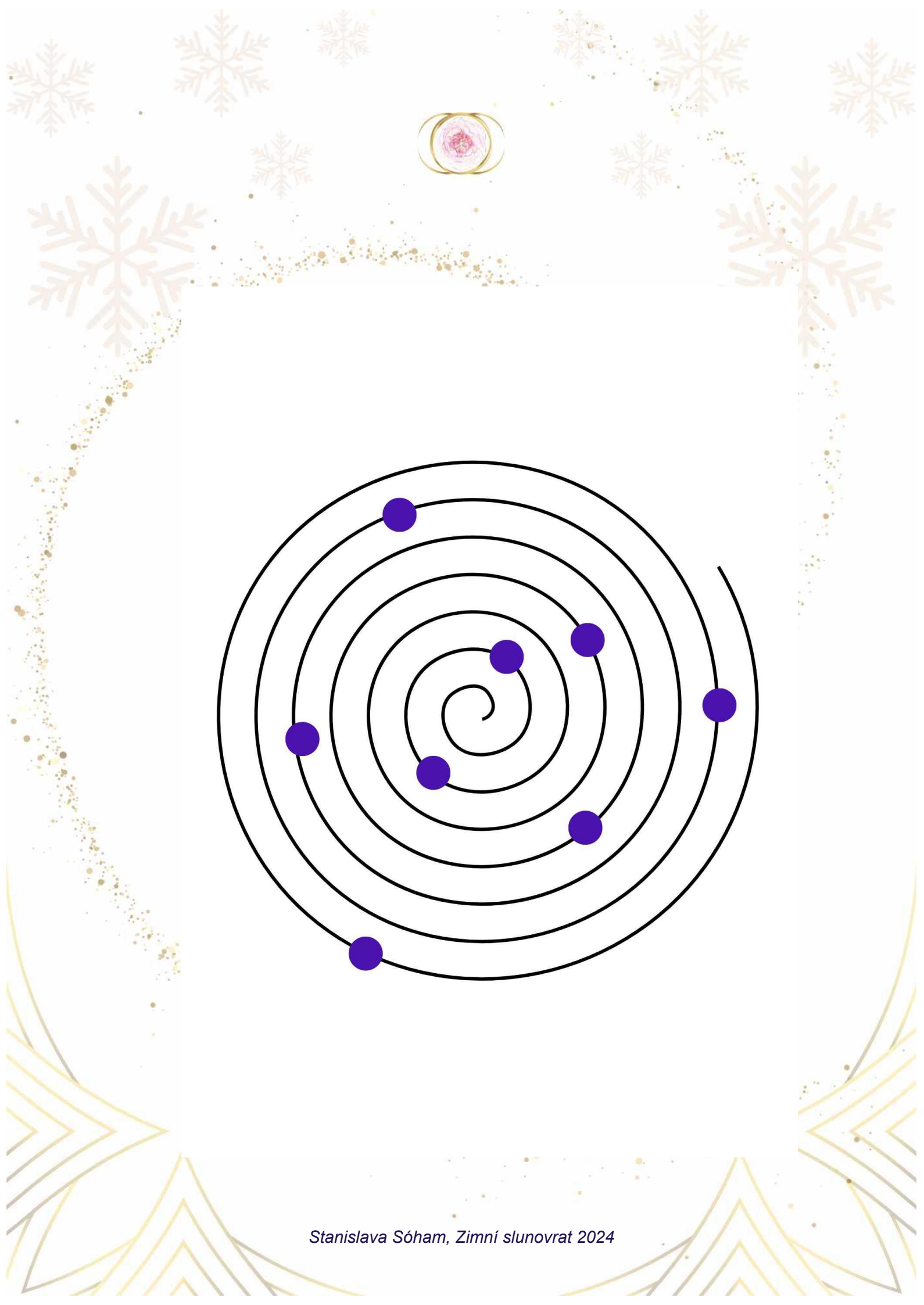
- který postoj, zvyk už je připraven odejít z tvého života?
- co v tobě překáží lehkosti a jasnosti?
- čím si bráníš zářit sebe naplno do světa?

Zvědom, prodýchej a... dovol, ať staré odejde.
A pokračuj do srdce ve středu.

Jak ti tady je? Jak se cítíš?

Zpět se vydej stejnou cestou a tmavé body překresli jinou barvou nebo napiš, čím novým to staré nahradíš.

Poděkuj si, oceň se, pohlad' se.





INTEGRACE

*Poznač si postřehy, vjemy a prožitky ze **světelné cesty portálem**. Každý detail má pro tebe zprávu. A je možné, že během snů v následujících nocích nebo formou znamení během dne obdržíš další souvislosti či informace.*

Pamatuj:
Každá emoce, pocit, obraz, zvuk... které vnímáš,
jsou správně.

Nezapomeň na **UZEMNĚNÍ**.

- Po světelné cestě portálem zadupeer několikrát pevně nohama do země,
- protáhni tělo,
- napij se čisté vody,
- zopakuj kousek básně či písni, aby se mysl vrátila do své obvyklé polohy.

Použij jakoukoli uzemňovací techniku, která ti pomáhá.



PORTÁL ZNOVUZROZENÍ

*Nabízím ti návodné otázky, poznač si všechny detaily,
souvislosti, klíčová slova... je v nich zpráva od tvého Vyššího Já.*

Jak na tebe působí krajina tvého srdce?

Jaký/á se tady cítíš?

Jaké pocity, emoce, vjemy ti přicházejí při setkání
se Strážcem portálu?

Popiš svůj průchod portálem do jiné dimenze.
Jaké obrazy, pocity, zvuky, tělesné prožitky...
vnímáš?



Co jsi prožíval/a ve středu **SPIRÁLY**?

Co se změnilo **ZÁŽEHM**?

Co je JINAK? Poznač i sebemenší detaily:

V čem byl jiný **návrat zpět** do tvé dimenze?

Nová jiskra je křehká, jemná, potřebuje ještě nějaký čas laskavou péči. Jak se o sebe postaráš, aby jiskra **ZÁŘILA**?

Najdi aspoň 1 maličkost, 1 drobný krok:

*Tak se staň.
A pojď to žít.
S úctou Sóham*