

חלק ב', פורמולה 2 | "שחרור התמכרויות והרגלים רעים"

לנוחיותך – להלן תמלול הסרטון

" אנחנו ניכנס למוח וננקה את האזורים 'המכורים' "



אך תחילה נכין את הקרקע לשינוי הזה...

(1) נתחיל בגירוף האדמה לכל הכיוונים- הדגמתי את זה בעוד פורמולות, כי העקבים שלנו זה השורש, הבסיס, האדמה ממנה צמחנו.

העקבים בכף הרגל מייצגים את האמא עליה גדלנו ובכלל מראה מאיזה בית באנו. כשיש חלקים בנפש שהוזנחו ולא טופלו - זה תחילת ההרס העצמי. וההליכה בעולם בלי כיוון. אז באוי וגרפי את האדמה שלך לכל הכיוונים. זה ייתן לך יציבות נפשית והדפוס הממכר והרע ינשור ממך ומשהו חדש ייוולד לך בנפש ובחיים. נגרוף מלמעלה למטה- למטה למעלה ולכל הכיוונים. מימין לשמאל ומשמאל לימין כפי שאני מדגימה על כף הרגל הזאת- מינימום – 8 פעמים על כל כף רגל. לחצי עם מקל רפלקסולוגי- אני קוראת לו: "מג'יק סטיק", ואם אין לך, קחי כפית, עטפי את הצד של הידית במגבת כדי שלא תפצעי ולחצי חזק על שטח העקב. לבסוף, לחצי לחיצה עמוקה על אזור פי הטבעת שנמצא בצד הפנימי של העקב- זה יעזור לך לשחרר את ההצמדות למוכר, לנוח, להרגל הרע.

(2) אחרי שניקנו את הגוף והנפש מרעלים- ממש מהבסיס, מהאדמה, נתחיל לארגן את המערכת הרגשית, תודעתית, וההתנהגות שלנו מהמחשב הראשי- שזה מהמוח. בזה מספר 1 ששם יש גם בלוטות הורמונליות מאוד חשובות שמשפיעות בין השאר גם על האנרגיות שלנו ועל הרגשות שלנו.

• האצטרובל.

• היפותלמוס

• היפופיזה

- זה הטריפל שוקולד.

והדובדבן זה בלוטת התריס שחובקת את בוען מספר 1.

שימי לב:

אני לוחצת ועושה סיבובים על ראש הבורן, מחליקה פנימה על מפרק האגודל שלי ולוחצת על הבלוטה השנייה ומתחתיה על הבלוטה השלישית. והנה אני גם מגרדת את היפותלמוס וההיפופיזה וזה " זה הטריפל שוקולד" - זה הדבר הכי מדהים שאת יכולה כעת לעשות למוח שלך.

התריס זה הדובדבן שלנו - וגם אזור הביטוי. ככל שתהיה לך יותר רשות פנימית לבטא את עצמך, כך לא תסתמי את עצמך עם אוכל, סיגריות, התמכרויות לחובות, למערכות יחסים הרסניות, לרגשות שליליים ועוד. אני חובקת את כל האזור סביב הבורן 360 מעלות ואת אזור התגובה בזחל. לאחר שהתחלתי לשחרר את המוח וגם לשחרר סמים טבעיים, משככי כאבים שגורמים למצב רוח טוב.

(3) נעבור לסחיטת הנחש- שבה נשחרר מהמערכת אחת ולתמיד את ההתמכרות ואת תוכלי בקלות לאמץ דפוס בריא שיגרום לך לעשות בחירות טובות ולפתוח את התודעה לחדש. כעת אדגים לך "סחיטת נחש" וזה ישחרר את כל הבעיות בכל התחומים והקפדתי לתת את הטכניקה הזאת ברוב הפורמולות שבאתר. במילה אחת זה משחרר טראומות ופותח את התודעה לאנרגיה הרמונית וחדשה. פותח את החשיבה ועוזר לשחרר דפוסים ישנים ולהיפתח לחדשים וברמה הפיזיולוגית לא משנה מה הבעיה, את תרגישי צעירה, חיונית, אנרגטית, אופטימית שמחה, מלאת מרץ וחדשה.

ואז נעשה לחיצת עומק על חולייה C1 אני קוראת לזה "מפצח האגוזים" - זה יעזור לך לשחרר עקשנות, קיבעון ותקיעות על אותו לופ- התנהגותי, מחשבתי, ולשחרר ממך את ההתמכרות.

(4) נעבור על 3- מסלולי עמוד השדרה. ב-3 המסלולים על פי לחץ דם. אם יש לך לחץ דם גבוה - אז תעברי מהבורן לצד העקב - מלמעלה למטה. ואם יש לך לחץ דם נמוך אז תעברי מהצד של העקב - למטה, למעלה, עד לבורן. ואם לחץ הדם מאוזן - אז נעשה פעם למעלה ופעם למטה.

הנה 3 מסלולי עמוד השדרה:

- עצבי |
 - גרמי | שימי לב – עם האגודל שלי אני עוברת בתנועת זחל – עמוק, פנימה,
 - ושרירי | ממוקדת – עוברת על כל המסלול.
- ואח"כ אני אראה לך איך "מגהצים" את עמ' השדרה.

את גם תרוויחי ביטחון עצמי מדהים. תלכי זקופת קומה. תרגישי שיש לך גב, תרגישי מבחינה רגשית שיש לך תמיכה ולא "עלה נידף ברוח", זה מאוד מחבר לסנטר! וגם עמוד השדרה שלנו הוא כמו צינור – כשהצינור הזה פתוח זה פותח את כל מרכזי האנרגיה בגוף, השפע נכנס פנימה.

(5) ועכשיו כדי להכניס דם נקי, זורם, מלא בחמצן ולהזרים את החמצן החדש לכל התאים בגוף, נעבוד על פי המסלול העורקי והווריד.

מצורפת לך מפה של זרימת הדם- כדי שתראי את הכיוונים.

כשהדם זורם באופן מאוזן זה מכניס אותך למצב נפשי ותודעתי של זרימה ומשחרר תקיעות. הדם הווריד עני בחמצן הוא מגיע ללב, שם עובר טיהור ויוצא מצד שמאל דרך אבי העורקים לכל הגוף. כשהנפש מאוזנת- הרבה יותר קל לערוך שינויים ולהשתחרר גם מהתמכרויות של המון שנים. כשתעשי את המסלול הזה תחושי שמהו בתוכך נרגע. טיהור הוא תנאי הכרחי לכל ריפוי אז כאן את מטהרת ממש את נפשך.

ברגל ימין אני אוספת את הפסולת לכיוון הלב, וגם מהמוח- וברגל שמאל אני מכניסה דם עשיר בחמצן למוח ולשאר הגוף.

(6) כעת נעבור בניקוז למפתי על "למפת ראש צוואר". תפקיד מערכת הלימפה שמהווה מערכת חיסונית להגן על הגוף ולמנוע חדירה של מזיקים. אנחנו רוצות לעורר את המערכת שתנקה עודפים של חומרים שיש בגוף ושתחזיר חזרה נוזלים לרקמות מהנוזל הבין תאי ושתפנה שומנים לכבד.

שימי לב- אני לוקחת אצבע מול אגודל, נכנסת בתנועת זחל ויוצאת בסחיטה ברווח שבין בוחן 1 ל- 2 אני נכנסת בזחל ויוצרת צביטה עד קו הסרעפת ויוצרת סחיטה כדי לנקות ולפנות.

זזה ברמה האנרגטית- מאפשר לנקות את הראש, את העולם שההתמכרות יצרה בחייך. מפנה אותנו לחשיבה בריאה שתומכת בזרם החיים ולא תוקעת אותה. מפנה הרגלים רגשיים ופיזיולוגים, ואז תחושת ההגנה והניקיון נכנסים פנימה. ואחרי שסידרתי את הראש שלי אני עושה סחיטה בגיד אכילס- עולה בצביטה למעלה 1, 2, 3, ויוצאת בניקוז, בסחיטה ומכוונת- שאת כל התודעה הרעילה, כל מה ששלילי בחיי- אני כעת סוחטת

החוצה ובמקום זה מעלה את הערך העצמי שלי, את הביטחון העצמי ואת זה אני מכוונת בשעה שצובטת 1, 2, 3, כלפי מעלה. ממליצה כל לחיצה בכל אזור לעשות לפחות 8 פעמים.

(7) וכעת אנחנו הולכות לטפל בעולם הרגשי. "לעכל את החיים". להזרים את אנרגיית החיים", לצאת מקיבעונות, וכך תעשי זאת:

- עיסוי סיבובי על כל אלמנט מים- זה מקו רצפת האגן ועד קו הסרעפת.
 - מינימום 8 פעמים כל פעולה.
 - לאחר מכן עיסוי ספיראלי בצורת 8- זה מחבר בין הישן לחדש, בין תת המודע למודע, בין החלק העוצמתי לחלש ואז החלקים העוצמתיים בנפש יכולים לרפא את החלקים החלשים. זה יעזור לבוגרת שבך לטפל בילדה הקטנה.
 - לבסוף, שתי וערב על כל אלמנט מים לכל הכיוונים.
 - זה ייתן לך הזדמנות נוספת לוודא שכל האזור הרגשי שלך עבר מגע, עבודה, הכלה, ריפוי ושחרור.
- (8) ושוב- ננקז את פי הטבעת- זה חשוב מאוד כי כשלוחצים חזק על האיבר הזה משחררים שליטה, אחיזה, הצמדות, - זה יעזור לך לשחרר סופית כל התמכרות. לחצי חזק לפחות 8 פעמים והתמידי בפורמולה הזאת - 40 יום ברציפות.

אז הנה סיכום הנקודות ללחיצות על כף רגלך כפי שהדגמתי ואת יכולה להוריד את קובץ הוורד ולהדפיס.

סיכום הפורמולה:

- (1) גרוף אדמה- ליציבות נפשית כולל מג'יק סטיק וניקוז פי הטבעת.
- (2) "טריפל שוקולד" + דובדבן.
- (3) "סחיטת הנחש" + לחיצה על חוליה C1
- (4) (4) מעבר על עמוד השדרה ב- 3 המסלולים ע"פ לחץ דם.
- (5) איזון זרימת הדם (זרימת החיים).
- (6) "לימפת ראש צוואר" + לימפת גוף תחתון. (גיד אכילס).
- (7) עיסוי סיבובי של אלמנט מים- ספירלה בצורת הספרה 8- + שתי וערב מכל הכיוונים.
- (8) ניקוז פי הטבעת.

הוריד את מפת הפורמולה שבחרת כולל קבצי הוורד ו/או ה-PDF הרלבנטיים והתחילי לעבוד, ליישם, לעשות! 10 דק' במשך 40 יום ותראי תוצאות נפלאות.

בנוסף הקשיבי להדרכה הרגשית שמלווה את הפורמולות על מנת לקבל אפקט חזק ולהשלים את תוכנית הריפוי שלך. בחלק מההדרכות הרגשיות מצורפים גם דפי עבודה. ככל שתשקיעי גם ברובד הפיזי וגם ברובד הרגשי הריפוי שלך יהיה שלם יותר.

בהצלחה!