

Negatif Enerjiden Arınma Meditasyonu

Bir çok zaman insanlar negatif enerjiden etkilendiği için bundan arınmak isterler.

Bu enerjiden arınmak için pek çok yöntem bulunmakta fakat bu pdf de benim kendi yöntemim bulunuyor.

Bu meditasyonu yaptığımda etkilerini bizzat fark ettim.

Meditasyonun Yapılışı

Öncelikle sessiz bir ortam bulun ve rahatsız edilmeyeceğinizden emin olun.

Kendinizi bir sahilde gibi düşünün.

Gün batımında kumun üzerinde oturmuş ve güneşin son ışıkları denize yansıyor martıların ve dalgaların sesi duyuluyor ve hafif rüzgar esiyor kendinizi bu ortamda hayal edin bu anlattıklarımı gözünüzün önüne getirin.

Daha çabuk etkilenmek için internetten dalga sesi açabilirsiniz.

Şimdi mavi denizden size gelen pozitif bir mavi enerji düşünün sizden de bu denize giden bir negatif enerji bu negatif enerji denizde arınıyor ve pozitif enerjinin geldiği kısımdan size pozitif enerji olarak geri dönüyor.

Rahatlıyorsunuz arınıyor ve pozitif enerji kazanıyorsunuz.

Bu meditasyonu 5-10 dakika yapmanız yeterli olur zamanı kendinizde belirleyebilirsiniz.

-Tilki

-Arcadia