

ÖNCEKİ YAŞAMLARIMIZI HATIRLAMAK

Önceki yaşamlarımızı bilmek önemlidir. Eğer varsa bundan önceki yaşamlarımızda hayatımız nasıldı, mesleğimiz neydi, nasıl biriydik gibi şeyleri merak edebiliriz.

Uygulama:

Güzel rahatlatıcı bir tütsü yakın, Trans haline geçin ve uyku ile uyanıklık hali arasında olun yatarak.

Olumlama yaparak kendinize sorular sorun "Eski yaşamımı göreceğim." Sonrasında kendinize sorular sorun eski hayatlarınızla ilgili "Eski hayatımda kimdim?" "Eski hayatımda mesleğim neydi?" "Evli miydim?" gibi sorular sorun ve bunları imajine edin.

Önce derin derin nefes alın ve nefes verin sakinleşin ayrıca müzik de kullanabilirsiniz sakinleşmek ve transa geçmek için. Bir bahçe imajine edin, bahçede çimenlerin arasında yollar olsun bu yollar geçmiş hayatlarınıza gidiyor ve sorularınızı cevaplandırıyor. Bu çalışmada zor olan kısım gördüğünüz şeyler bilincinizin bir oyunu mu yoksa gerçekten o gördüğünüz eski hayatınız mı anlamaktır. Bu zor olacaktır ancak gördüğünüz şeyler size anlamsız, saçma ve şuanki hayatınıza bağlanan bir olay içermiyorsa ve bilinçaltınızın oyunu olamayacak kadar tuhaf ise bu eski hayatlarınızdan biridir.

Gördüğünüz şeylerin çoğu size mutlaka anlamsız gelecek veya yarım bir şekilde göreceksinizdir ancak bu parçaları birleştirmek de size kalır.

Eğer gördüğünüz şeylerde dikkatiniz dağılıyor, odağınız bozuluyor ise ordaki küçük detaylara odaklanın mesela bu orada gördüğünüz bir kişi veya bir nesne veya giydiğiniz kıyafetler olabilir. Eğer o bahçede fazla durursanız ki bu kişiden kişiye veya kişinin gelişmişliğine bağlı olarak da değişebilir zaman geçtikçe bilinçaltı devreye girecektir ve gördüğünüz imgeler artık bilinçaltınızdan gelmeye başlayacaktır. O yüzden olabildiğince odak vermeli ve çalışmalarını bitirdikten sonra not alıp bilinçaltınızın oyunu olduğunu düşündüğünüz kısımları ayırmalısınız.

-Deniz (TEMPLUM AETERNUM)



TEMPLUM

— Aeternum —