

Zdravím vás, milí přátelé,

vážně a opravdově. Když tohle píšu, myslím na vás, říkáme tomu jako bych vás měla „před očima“ a představuji si, jak čtete, zda rozumíte plně, nebo byste potřebovali něco dovysvětlit...

Klidně mi napište nebo zavolejte, zeptejte se, na cokoliv, kdykoliv.

Odkaz na Youtube meditaci:

<https://www.youtube.com/watch?v=KL9409w9Vqs&feature=youtu.be>

ÚPLNĚK 18. května ve 23:11 - ve Štíru

Je to období, kdy člověk oprávněně touží po **bezpečí právě v oblasti citů a vztahů, a to je možné díky meditaci vědomě tvořit.**

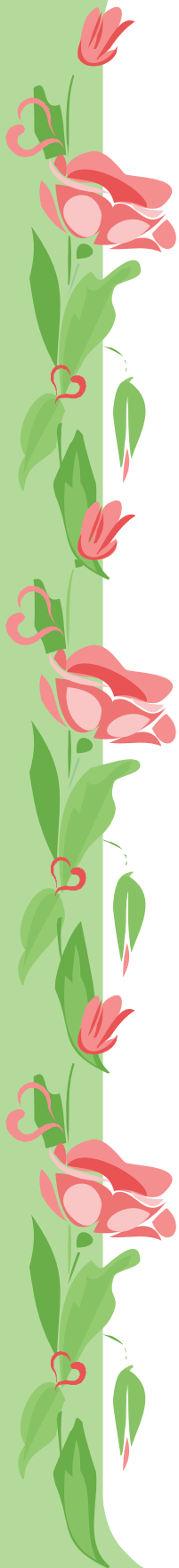
Krásná konstelace, protože Měsíc ve Štíru dovoluje vnímat a cítit intenzivněji, hlouběji i vážněji, než kdykoliv jindy.

Meditace v těchto energiích jsou nakloněny **porozumět krásě lásky a citovosti**, a také si podržet vědomí svých vlastních citových potřeb v plném světle.

Posílám několik psaných terapeutických poznámek, jak s obrazy z meditace pracovat v dalších dnech:

Jednoduše:

- **Před meditací** si vědomě řekněte, že jste připraveni přijímat krásné obrazy svého života a pracovat s nimi dál tak, aby se brzy manifestovaly v realitě...
 - o **pokud usnete**, požádejte v mysli bytosti světla, ať vám pomohou během spánku ukotvit tyto obrazy ve vašem vědomí
- **po skončení meditace** (pokud neusnete) si vše hned poznamenejte
 - o **pokud usnete**, pak jste svému vědomí dali pokyn, že vám vaše krásné obrazy ukotví, takže si je budete moci poznamenat po probuzení
- **1. večer** po meditaci před usnutím – vyberte si spontánně jeden obraz z těch několika, které jste v meditaci vnímali, což bude pravděpodobně skutečnost, kterou



byste rádi v životě prožívali – tedy pravděpodobně něco, co potřebujete

- Představte si znovu ten POCIT, jaké to je, když se tak děje (!!! Sotva zažijete ten pocit, tak věřte, rovnou vězte, že už se tak děje. Děje se tak v astrální rovině a to je velmi blízko ke skutečnému prožívání!!!)
 - S tímto pocitem požádejte jen bytosti světla, aby vám umožnili vidět a vědět, co je potřeba ve fyzické realitě pro to udělat, abyste mohli zažívat tento pocit ve skutečném, fyzickém životě. Mohou vám pomoci během spánku, třeba ve snu, nebo vás něco napadne během dalšího dne.
 - Poznamenejte si vše
- **Druhý den ráno** si svoje poznámky přečtete znovu – nebo než vstanete z postele, si připomeňte ten pocit a rozhodněte se, že si na něj během dne často vzpomenete, že mu prostě důvěřujete
 - **2. večer před usnutím** – zopakujte si meditaci. Platí předchozí podmínky. Pokud neusnete, tak si všimněte, co se změnilo – jednak během meditace (v obrazech a pocitech) a jednak si všimněte, jaký z toho všeho máte pocit po skončení druhé meditace
 - **3. den ráno** – buď si přečte svoje poznámky znovu, nebo si připomeňte obrazy a pocity z meditace.
 - pak si na ně vzpomínejte během dne, průběžně – kdykoliv
 - **V následujících dnech** vše předchozí opakujte – jak budete cítit potřebu. Každopádně se jedná o pravidelnost, která v oblasti vstupování do duchovních světů hraje hodně velkou roli.

Je to prostě „práce“.

Buďte pozorní k detailům – mohou to být pro vás důležité zprávy.

Napište si určitě poznámky z těchto prvních dnů - budou se vám hodit na podzim.



Tato **májová úplňková meditace** a pak všechny **další letní úplňkové** meditace budou mít v základním obsahu **shodný průběh**, abyste se je postupně naučili, abyste je mohli používat více samostatněji, kdykoliv a častěji. Abyste věděli, co můžete očekávat. Lišit se budou pouze souvislostmi s daným obdobím, měsícem, ctnostmi, nebo v jiných maličkostech. Tento princip opakování, coby „matka moudrosti“ a jako princip, který je blízký dětem, je velmi důležitý právě pro hlubší ponoření se do stavu tvořivé imaginace a uzdravující regenerace. Navíc – co se vám nepodaří hned při první meditaci, budete moci opakovat v kterémkoliv následujícím dni až do novoluní.

Při úplňku je nasvícena cesta k vnitřním obrazům – a to je cesta k vědomému životu.

Na Blogu si můžete přečíst nový článek:

Jak lunární meditace v létě souvisí se zdravím na podzim?

<https://www.yvellerova.cz/1/jak-lunarni-meditace-v-lete-souvisi-se-zdravim-na-podzim/>

Bud'te šťastni.

Yvell

V Ostravě 17. 5. 2019