

Кейс «Я кричу»

Кричащий криком говорит, что у него внутри болит...

А как кричишь ты?

Криком души — когда тишина вокруг и грохот внутри?

Или душераздирающим криком — тем, который не имеет права на выход?

Или ты кричишь, чтобы тебя услышали, а весь мир, похоже, затыкает уши?

Или ты кричишь не на человека, а рядом с ним?

Каждый человек кричит. Один громко, а другой в себе.

Но кто кричит внутри тебя?

Почему этот «кто-то» считает, что его не слышат?

На что обиделся тот, кто кричит?

Кому внутри тебя больно или страшно?

Для помощи в ответах на эти вопросы я создал медитативный терапевтический кейс, который станет проводником в глубину твоего крика, в его первопричину.

Важно простить себя за всё, что спровоцировало этот крик, и перестать жить в своей иллюзии правды и доказывать эту правду другим людям.

Просто пришло время жить и быть. Быть любимым и счастливым!

Терапевтический кейс — это всегда начало пути к себе любимому. Он показывает тебе места твоей души, где нужно излечить себя любовью. Проходя его, ты получаешь освобождение себя от жёсткости и крика, особенно по отношению к любимым людям. Ведь больше всего страдают именно они.

Кейс рассчитан на **11 дней** прохождения и включает **19 медитативных практик**

ВНИМАНИЕ! Кейс подходит женщинам и мужчинам. Содержащиеся в кейсе процессы нельзя выполнять беременным, а также в период грудного вскармливания и в течение полугода после операций.



Список медитативных практик в кейсе

- медитация «Дыхание чакрами»
- медитация «Встреча с Триединством Божественного»
- медитация «Подари себе любовь»
- медитация «Я иду в свою жизнь»
- медитация «Наполнение любимых своею любовью»
- медитация «Осознание страха быть одиноким»
- аффирмация «Я люблю тебя»
- медитация «Мамина красавица, папино сокровище»
- медитация «Осознание и прощение гнева в отношениях»
- медитация «Меня ждут богатство и успех»
- медитация «Мой агрессор и трус»
- медитация «Осознание страха»
- медитация «Я и моя бесценность»
- медитация «Где я себе запрещаю?»
- медитация «Посылание любви своему телу»
- медитация «Я докажу назло»
- медитация «Выход из ловушек невезения»
- медитация «Ясность и подлинность желания»
- медитация «Благодарю и отпускаю»