



-ATTRAKTIONSLAGEN-

Slå på din
gudomliga kraftstation
med endast
4 steg





De stora mästarna har lärt oss att källan till alla skapelser finns inom oss själva, oavsett om de kallar den för himmelriket, nirvana, tao eller paradiset. Om vi bara hade insett det skulle vi leva ett helt annat liv. Innebörden i denna enda princip är revolutionerande. Om du vill få in mer i ditt liv måste du låta mer liv komma ut från dig. Om du vill ha mer inspiration måste du uppträda som en inspirerad person för att kunna aktivera mer av den inspirerande energin. Om du vill ha mer kärlek i ditt liv måste du vara mer kärleksfull för att kunna skapa ett större överflöd av kärlek. Allt börjar med dig själv. Låt oss göra det hela mer konkret med hjälp av följande övning så att vi kan få en direkt upplevelse av sanningen att allt finns inom dig och att det bara väntar på att du ska aktivera det.





1



Gör det bekvämt för dig och slut
ögonen. Tänk på en stund eller
händelse då du kände dig kärleksfull
eller älskad. Se föremålet för din
kärlek, känn kärleken.





2.

Ta ett djupt andetag och när du andas ut låter du känslan av kärlek expandera så att den fyller hela ditt bröst och sedan hela din kropp. Försök att verkligen känna känslan. Ge känslan en färg och ta ännu ett andetag. När du andas ut ser och känner du hur färgen expanderar och fyller hela din kropp.





3.

Låt nu den kärleken strömma in i ditt liv och se hur den genomsyrar allt och alla. Se människornas reaktion när de känner hur de innesluts av din kärlek. Se hur kärleken välsignar, läker och inspirerar dem. Känn hur bra det känns. Upplev hur känslan växer när du låter den stråla ut. Försök inte prestera något förutom att skapa den där kärleken.





4.

Vila i känslan en liten stund. När du känner dig klar skriver du ner vad du upplevde i din dagbok. Beskriv upplevelsen – förnimmelserna i kroppen, känslorna, färgen, bilderna och människorna du såg för ditt inre.





Vad var det egentligen som hände alldeles nyss? För en stund sedan kände du förmodligen varken kärlek eller glädje, åtminstone inte på det sätt som du just nu upplevde det. Och ändå var det inget fysiskt som förändrades i ditt liv. Ingen gav dig en present, du vann inte på lotto och du träffade inte din själsfrände. Det var inget yttre föremål som gav dig den kärleken. Så var kom den ifrån? Och vart tar den vägen när du inte känner den? Samma plats där den alltid har varit och alltid kommer att vara:
inom dig själv – i ditt medvetande.



Den här övningen kommer från boken Attraktionslagen på djupet, skriven av Derek Rydall. Du hittar boken på Livsenergi.se