

01 Esszencia



Ez a videó egy kedves **meghívás** arra, hogy visszatérj az életed legkorábbi rétegéhez – az **érkezésed történetéhez**.

Lassan, gyengéd tempóban vezet végig azon, milyen érzelmi közegbe születtél bele: milyen volt a szüleid kapcsolata akkor, amikor rád gondoltak, amikor vártak, és hogyan fogadott téged a családot. Lehet, hogy ismered ezeket a történeteket, de az is lehet, hogy alig maradt belőlük valami – Andrea segít kapcsolódni hozzájuk érzések, benyomások és belső képek formájában.

*“Megérkeztem
ebbe a
világba, és
helyem van
bennem.”*

Elidőzhetsz finoman a nevednél: hogy honnan ered, mit jelent, ki választotta neked, és milyen érzéseket hordoz számodra.

Aztán fokozatosan tágul majd a kör: megkeresheted a családot tagjai között azt a felmenődet, akivel valami kapcsán különleges belső rokonságot érzel – legyen az az erő, a kitartás vagy egy olyan mintázat a viselkedésedben, amelyet talán most fogsz megérteni.

A videó végén rendező mondatok segítenek elcsendesedni, ugyanakkor megérezni, hogy mindez a tudatosítás nem lezár, hanem teret nyit. Teret arra, hogy lassan kialakuljon benned, mi az, amit továbbviszel ebből, és mi az, amit már elengedhetsz. Mert ez lehet az első lépés a visszatalálásban – vissza hozzád, közelebb önmagadhoz.

*“Ami táplál, ami erősít, azt
magammal viszem”.*



Finom fókusz

Timecode-os tartalomjegyzék

00:50

Az önismereti utazásod célja

02:00

A fogantatásod körülményei

03:50

A testvérsor szerepe

05:25

A névadásod története

09:03

Így fogadott a nagy családod

10:53

Kapcsolódás az őseidhez

12:32

*A téged ért külső és belső hatások
szétválasztása*

14:30

Rendező mondatok



Kattints!

megnézem a videót

