

SZÍNEZŐ POZITÍV MEGERŐSÍTŐ ÜZENTEKKEL



@pozitivuzenet

ÍGY HASZNÁLD

Előkészület:

Már az előkészületkor lazíts. Figyeld minden mozdulatodra. Ahogy előveszed a ceruzákat vagy a filctollakat. Ahogy magad elé helyezed a papírt. Ahogy nyugalmat teremtesz magad körül.

Színezés:

Kiváló meditatív állapot, levezeti a stresszt, feltölt, segít a kreatív energiáiddal kapcsolódni. Közben figyelj a belső hangodra. Háttha még válasz is érkezik egy fontos kérdésedre.

Pozitív megerősítő üzenet:

Folyamatosan előtted van, amíg színezel. Töltődj a mondat energiájával. Ha jól esik, mondogasd magadban. Ebben a kombóban nagyon jól beépül. És a végén úgy állhatsz fel, hogy valóban azt érzed: "Béke van bennem".

Ne feledd:

Minden napod üres vászonnal indul. Rajtad múlik, hogy mit festesz rá. Hogy kiszínezed-e. Hogy milyen színeket használasz.

Fess ma olyan napot magadnak, amilyenre legjobban vágysz! ♥

BÓNUSZ ÖTLET

Meditálj a színekkel

Figyeld meg, hogy miközben az egyes színeket használod, melyik milyen érzéseket, gondolatokat kelt benned. Melyik az a szín, ami legjobban megragad az adott pillanatban?

Rövid meditációban is kapcsolódhatsz a színekkel 5 percben, így:

1. Helyezkedj el kényelmesen, lélegezz néhányat mélyen.
2. Képzeld el a választott színt magad elé.
3. Az is rendben van, ha közben bekúszik egy másik szín helyette.
4. Kapcsolódj a színnel. Mit érzel most? Mit mond Neked? Melyik testrészre van a legnagyobb hatással? Milyen energiákat érzel benne? Tényleg feltölt?
5. Ha jól esik, képzeletben burkold be magad ezzel a fénnel. Töltekezz az energiájával.
6. Ha feltöltődtél, köszönd meg a színnek, hogy Veled volt a meditációban.
7. Nyisd ki a szemed. Feltöltődve folytathatod a színezést. 😊

Ezzel a színnel folytatod? Vagy másikat választasz?

**Teljes vagyok,
egész vagyok,
elég vagyok.**



**Pontosan ott vagyok,
ahol lennem kell**



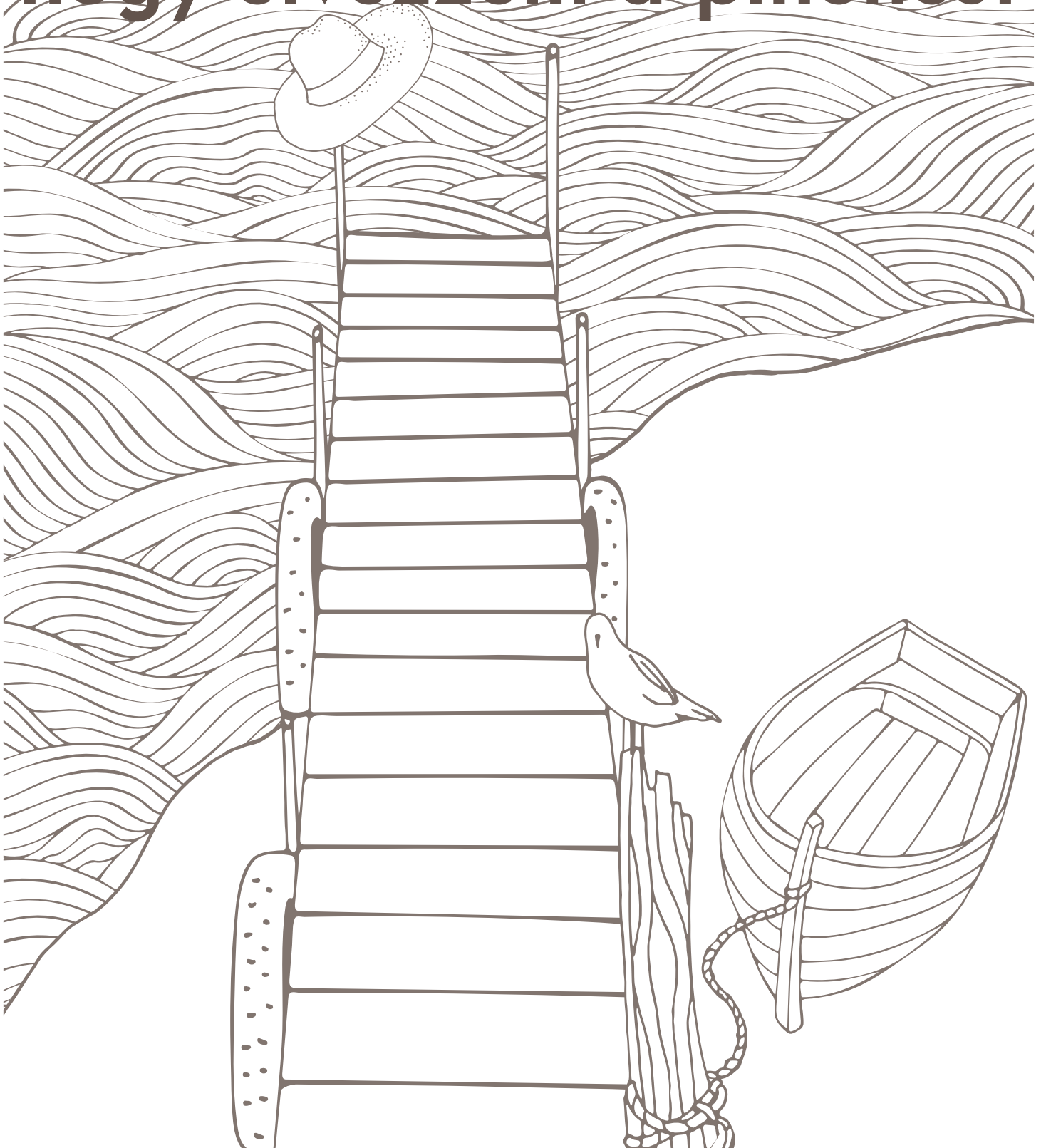
**Minden nap
reménnyel a szívemben
ébredek**



**Félelem
nélkül
engedem
át magam
az összes
érzésemnek**



**Megengedem
magamnak,
hogy élvezzem a pihenést**



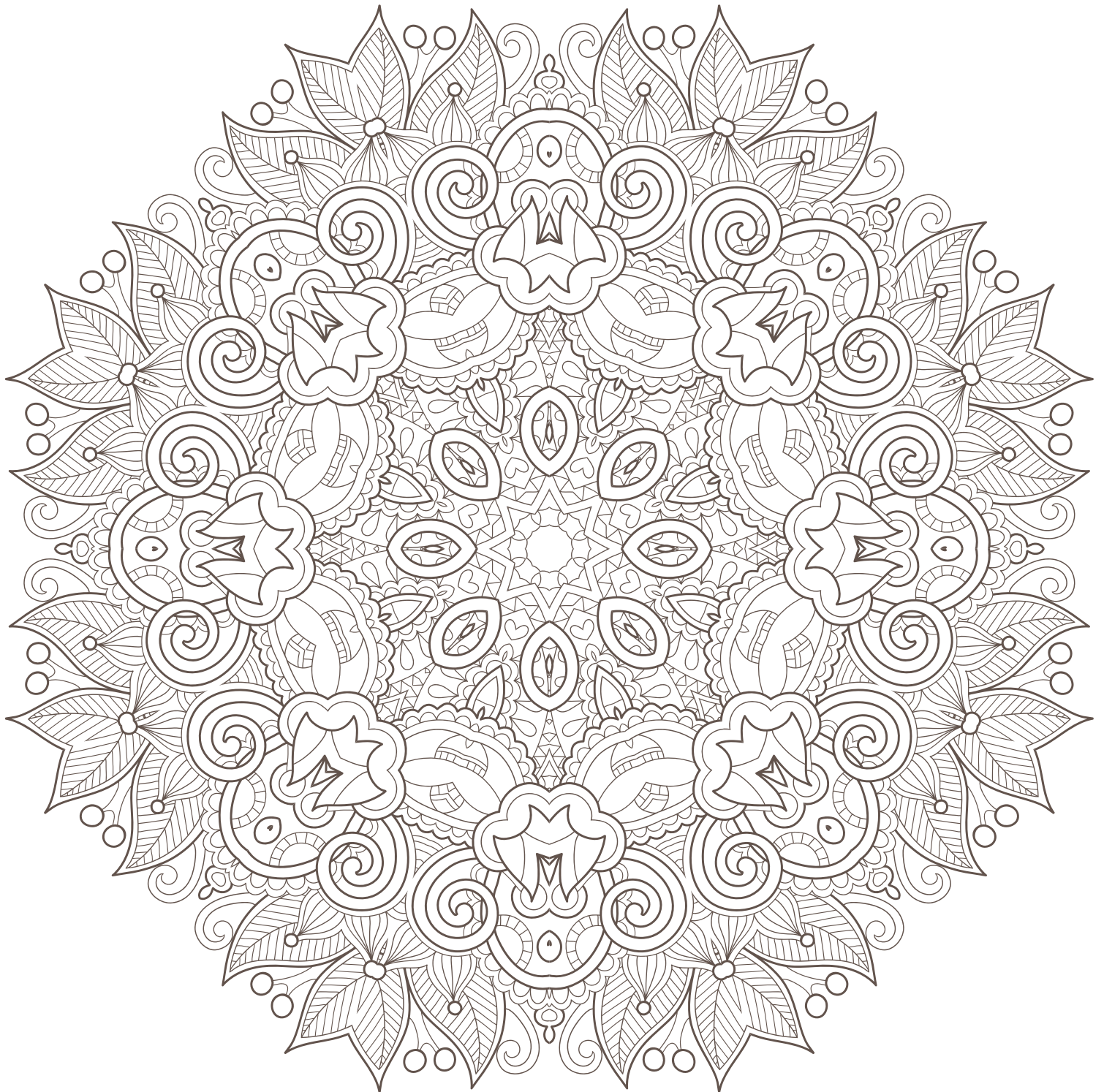
Bízom az intuíciómban és hagyom, hogy vezessen



Képes vagyok befogadni a feltétel nélküli szeretetet



Én döntök arról, hogy hogyan viszonyulok a világhoz



Csodálatos napom van ma



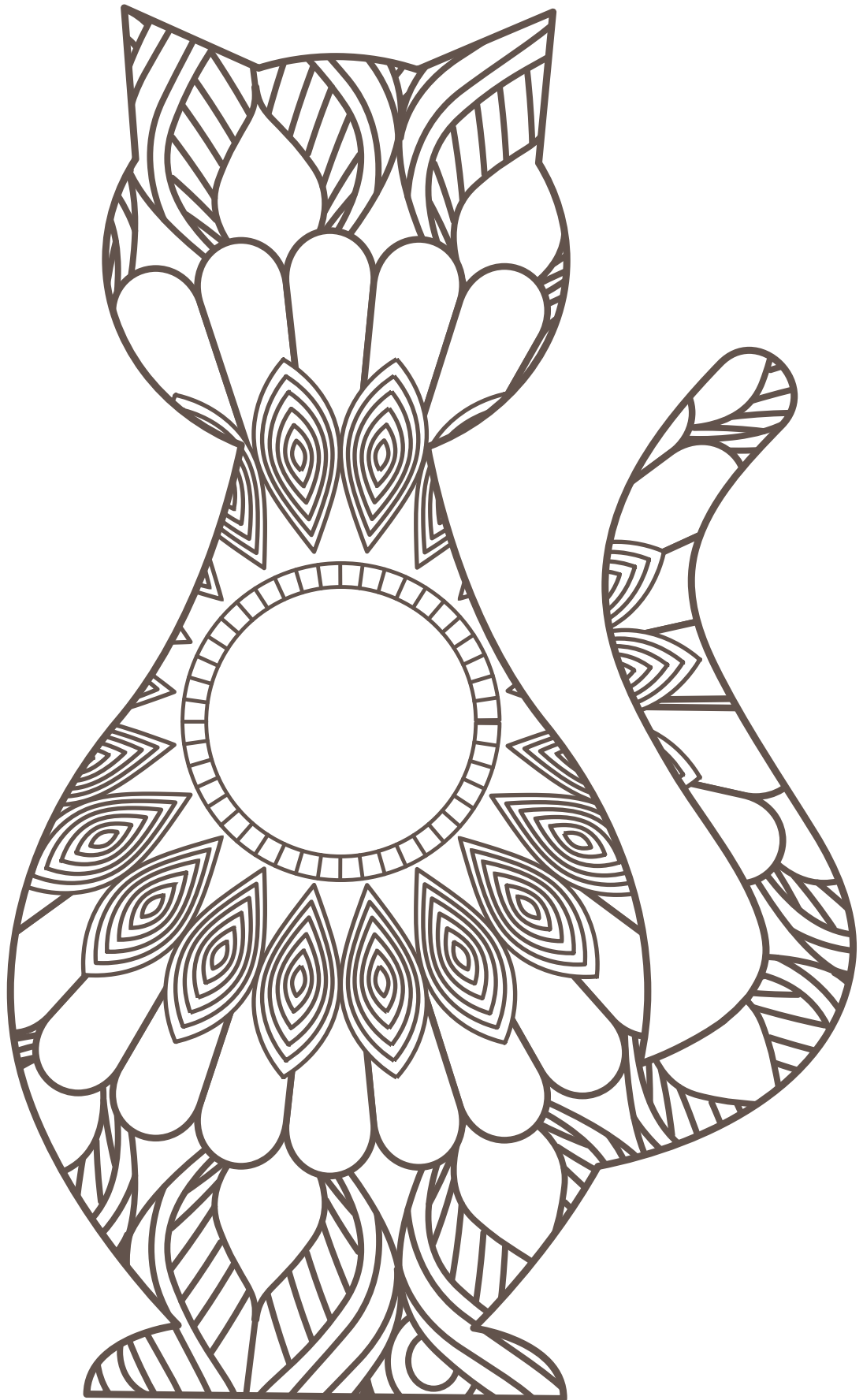
Szívem belső csendjében bármikor menedékre lelek



**Nem vagyok tökéletes,
és ez rendben van**



Béke van bennem



MEGLEPETÉS

AJÁNDÉK

Remélem tetszettek a színezők, és támogatnak az önmagad felé vezető úton!

Amiért letöltötted ezt az ingyenes anyagot, és bizalmat szavaztál nekem, szeretnélek meglepni egy **10%-os kuponnal**, amit bármilyen termékre felhasználhatsz.

Látogass el a www.pozitivuzenet.hu weboldalra, és nézz szét a webshopban.

Használd a **SZINEZO10** kuponkódot a vásárlásodnál a 10%-os kedvezményért.

Szép napot! ☀



Fülöp Júlia

Pozitivuzenet.hu
alapítója



@pozitivuzenet