

# THETA HEALING®

## DU OG SKAPEREN

Utdyp forbindelsen din  
med Skaperkraften

VIANNA STIBAL

GRUNNLEGGGEREN AV THETAHEALING®

Brukes kun i kurs undervist av Anett Powell Wang | [www.thetakoden.no](http://www.thetakoden.no) Dette er en norsk oversettelse laget som et supplement til den originale engelske boken av Vianna Stibal. Det anbefales å kjøpe originalversjonen på engelsk for å sikre korrekt og fullstendig forståelse av materialet. **Kopiering, distribusjon eller videresalg er ikke tillatt.**

MAKKE KOPIERES

Brukes kun i kurs undervist av Anett Powell Wang | [www.thetakoden.no](http://www.thetakoden.no) Dette er en norsk oversettelse laget som et supplement til den originale engelske boken av Vianna Stibal. Det anbefales å kjøpe originalversjonen på engelsk for å sikre korrekt og fullstendig forståelse av materialet. Kopiering, distribusjon eller videresalg er ikke tillatt.

# THETA HEALING®

## DU OG SKAPEREN

Utdyp forbindelsen din med  
Skaperkraften.

VIANNA STIBAL  
GRUNNLEGEREN AV THETAHEALING®

Oversatt av Gisle Selmer  
Thetahealer  
Utgave 2023



**HAY HOUSE, INC.**  
Carlsbad, California • New York City  
London • Sydney • Johannesburg  
Vancouver • New Delhi

**Brukes kun i kurs undervist av Anett Powell Wang | [www.thetakoden.no](http://www.thetakoden.no)** Dette er en norsk oversettelse laget som et supplement til den originale engelske boken av Vianna Stibal. Det anbefales å kjøpe originalversjonen på engelsk for å sikre korrekt og fullstendig forståelse av materialet. **Kopiering, distribusjon eller videresalg er ikke tillatt.**

**Utgitt i England av:**

Hay House UK Ltd, The Sixth Floor, Watson House, 54 Baker Street, London W1U 7BU.  
[www.hayhouse.co.uk](http://www.hayhouse.co.uk)

**Utgitt i USA av:**

Hay House Inc., PO Box 5100, Carlsbad, CA 92018-5100  
[www.hayhouse.com](http://www.hayhouse.com)

**Utgitt i Australia av:**

Hay House Australia Ltd, 18/36 Ralph St, Alexandria NSW 2015  
[www.hayhouse.com.au](http://www.hayhouse.com.au)

**Utgitt i India av:**

Hay House Publishers India, Muskaan Complex, Plot No.3, B-2, Vasant Kunj, New Delhi 110 070  
[www.hayhouse.co.in](http://www.hayhouse.co.in)

Denne boken er samlet og bearbeidet fra forelesninger og kursmanualer utarbeidet av Vianna Stibal, grunnleggeren av ThetaHealing®.

Tekst © Vianna Stibal, 2016.

Utgiverens moralske rettigheter er sikret.

Alle rettigheter er reservert. Ingen del av denne boken kan bli reproduisert ved hjelp av noen mekanisk, fotografisk eller elektronisk prosess, eller noen form for lydinnspilling; kan heller ikke bli lagret på noe gjenfinningssystem, overføringssystem eller på annen måte bli kopiert for offentlig eller privat bruk, annet enn for «rimelig bruk» som korte sitater i artikler og anmeldelser, uten på forhånd innhentet tillatelse fra utgiver.

Dette er en offisiell bok fra ThetaHealing Institute of Knowledge. Denne boken er beskyttet internasjonalt gjennom Bernkonvensjonen for beskyttelse av litterære og kunstneriske arbeider, og Universal Copyright Convention (UCC).

Varemerkene ThetaHealing®, ThetaHealing Institute of Knowledge® og ThetaHealer® eies av Vianna Stibal, grunnleggeren av ThetaHealing, eieren av Vianna's Nature's Path. Enhver ikke-autorisert bruk av varemerket ThetaHealing® er forbudt.

Behandlingene, tilnærmingene og teknikkene beskrevet i boken er ikke ment som tillegg til, eller erstatning for, profesjonell medisinsk pleie eller behandling. Du må ikke behandle en alvorlig medisinsk sykdom uten forutgående konsultasjon hos autorisert medisinsk personell. Hverken forfatter eller utgiver kan bli holdt ansvarlig for tap, krav eller skade som oppstår ved bruk, eller misbruk, av de fremsatte forslag, for ikke å ha lyttet til medisinske råd, eller for noe materiale på tredjeparts hjemmesider.

Bilder: Shutterstock.

## INNHold

<i>Forord</i> .....	6
<i>Introduksjon</i> .....	7
Kapittel 1: Innenfor De Fire Nivåene .....	12
Kapittel 2: Trosaspektene.....	17
Kapittel 3: Arbeide Med Aspektene .....	24
Kapittel 4: Kjenne Forskjellen Mellom Skaperen Og Selv.....	37
Kapittel 5: Forstå Beskjeder Fra Skaperen.....	41
Kapittel 6: Intuitive Beskjeder Fra Skaperen .....	44
Kapittel 7: Finne Ut Av Ting .....	49
Kapittel 8: Prinsipper For Klare Beskjeder .....	66
<i>Avsluttende Beskjeder Fra Vianna</i> .....	80
<i>Ordliste</i> .....	82
<i>Thetahealing® Kurs Og Bøker</i> .....	86
<i>Om Forfatteren</i> .....	87

## FORORD

**T**hetaHealing® er en filosofi og et **komplett healingsystem**, som kan bli brukt til å endre selvbegrensende trossystemer og forsterke positive trossystemer, egenforståelse og åndelig utvikling til menneskehetens beste.

Denne metoden er basert på Theta-hjernebølgene som jeg tror skaper fysisk, psykologisk og åndelig healing. Når sinnet er i en ren og guddommelig **Theta-tilstand**, kan vi forbinde oss med Skaperen gjennom fokusert bønn. Skaperen har gitt oss den fascinerende kunnskapen du er i ferd med å motta; den har endret mitt liv, og mange andres liv også.

Denne boken er skrevet for å være en dyptgående veileder til kommunikasjon med **Skaperen av Alt Som Er**. Den er en videreføring av bøkene *ThetaHealing*, *Advanced ThetaHealing*, *Digging for Beliefs* og *Seven Planes of Existence*.

I den første boken, *Thetahealing*, forklarer jeg trinn for trinn prosessen i ThetaHealing, hvilket er avlesning, healing, **trosarbeid**, følelsesarbeid, **graving** og arbeid på genene, jeg gir en introduksjon til eksistensplanene, og et kapittel om regnbuebarna.

Den neste boken, *Advanced ThetaHealing*, gir en mer i dybden veiledning til trosarbeid og graving, og en dypere innsikt i eksistensplanene og trossystemene jeg mener er viktige for åndelig utvikling.

Oppfølgeren, *Digging for Beliefs* forklarer trosarbeid, og det er nødvendig å få en forståelse av dens innhold for fullt ut kunne ha nytte av øvelsene i denne boken. Motsatt, boken *Seven Planes of Existence* beskriver filosofien i ThetaHealing.

Det er nødvendig å få en forståelse av prosessene som er beskrevet i *ThetaHealing* for å fullt ut kunne bruke øvelsene beskrevet i denne boken. Det er også en ordliste, som kan være nyttig hvis du er ny innen ThetaHealing.

Det er imidlertid ett krav som er absolutt i ThetaHealing og teknikkene beskrevet i denne boken: Du må ha en grunnleggende tro på en energi som gjennomstrømmer alle ting. Noen vil kalle dette «**Skaperen av Alt Som Er**», «Skaper», «Kreativ kraft», eller «den universelle intelligens». Gjennom studier og praksis, kan alle bruke ThetaHealing; alle som tror på Skaperen eller på Alt Som Ers essens som strømmer gjennom alle ting. ThetaHealing har ingen religiøs tilknytning. Prosedyrene i denne er heller ikke spesifikk for noen alder, kjønn, rase, farge, trosbekjennelse, eller religion. Alle som er åpne for en tro på den universelle intelligensen eller kreative kraften, kan få tilgang til, og bruke grenene på ThetaHealing-treet.

Selv om jeg deler denne kunnskapen med deg, påtar jeg meg ikke noe ansvar for endringene som oppstår ved bruk av den. Ansvaret er ditt, et ansvar du påtar deg, når du innser at du har kraften til å endre ditt og andres liv.

\*\*\*

## INTRODUKSJON

ThetaHealing tror vi at vi kan forbinde oss med den skapende livskraften og bruke intuisjonen vår på den høyest utviklede måten når vi er i en **Theta-tilstand**. Når jeg underviser elever om denne ideen, blir jeg stadig spurt: «Hvordan vet jeg at jeg er forbundet med den ekte «Skaperens kraft», denne «Skaperens livskraft», denne «ånden som gjennomstrømmer alle ting», eller om det bare er mine egne tanker? Hvordan vet jeg forskjellen?»

For å svare på dette spørsmålet sier jeg: «Du må kjenne deg selv. Forstå deg selv, for å fullstendig kjenne forskjellen mellom dine tanker og den guddommelige inspirasjonen». Denne evnen kommer generelt sett bare gjennom erfaring, så jeg utviklet et kurs og denne boken for å hjelpe andre til å kjenne seg selv på et dypere nivå.

### VEIKARTET

ThetaHealing har gått gjennom forskjellige utviklingsfaser siden det begynte. Først lærte studentene å gå opp og «koble seg på» Skaperens energi fra det Femte Eksistensplanet, og i tidlige studier fant vi at denne forbindelsen tillot dem å gå inn i en Thetabølge for å oppnå resultater.

Ved å bruke en elektroencefalograf (EEG) til å måle hjerneaktivitet, fant vi at når man forestiller seg å gå opp og fokusere på tankeformen «Skaper» (uansett om personen forsto hva Skaperen var, eller ikke), gikk hjernen inn i en drømmetilstand – en lett **Theta-hjernebølge** – og roet seg ned til fire til syv svingninger per sekund. Dette tyder på at vi, på et eller annet nivå, vet at er det noe vi kan forbinde oss med.

Deretter lærte jeg studentene å gå opp forbi alle eksistensplanene, opp til det **Syvende Eksistensplanet**, og være i den energien for å bli en del av Skaperens rene kjærlighet. Dette ble «veikartet» til Skaperen og var et stort gjennombrudd. Meditasjonen tillot dem å bevege seg forbi de selvbegrensende trossystemene i sinnene deres, til forståelsen av en riktig forbindelse med Alt Som Er – sinn, kropp og sjel.

I senere studier utførte jeg eksperimenter med en mer avansert elektroencefalograf, som produserte databilder av spesifikke hjerneaktiviteter mens studentene mediterte. Alle EEG-bildene viste aktivitet samlet i det øvre området av studentenes hjerner. I et tilsvarende tilfelle, målte jeg hva som skjedde når en healer healet en annen person. Senere målinger viste at når healeren er i en Theta-tilstand, så er den personen som mottar healingen også i en Theta-tilstand. Deretter går både healeren og den som heales inn i en Delta-tilstand, vanligvis to svingninger per sekund, mens healingen skjer.

Da jeg begynte å lære studentene å bruke veikart-meditasjonen, ble min egen forbindelse med Skaperen forsterket. Det neste steget var å få studentene til å konsekvent forbinde seg med det Syvende Eksistensplanet og Skaperen, for å forstå hva som kan blokkere dem fra å oppnå denne forbindelsen.

Frem til nå er det mest stilte spørsmålet fra studentene: «Hvordan vet jeg at jeg er forbundet med det Syvende Eksistensplanet og Skaperen?»

Du er alltid forbundet med Skaperen, men å komme til denne forståelsen krever trening. Jo mer du forestiller deg hvordan det vil føles, desto sterkere vil følelsen bli. Selv om mange mennesker tenker: «Fordi jeg forestiller meg det, så er det ikke virkelig ...» Tenk på det. Alt i livet må man forestille seg før det kan bli en «realitet». Ikke bland sammen forestillingsevne og fantasi.

Jeg sier til studentene: «Forestill deg at du går opp til Skaperen». For å hjelpe de som mener at ordet «forestill» betyr at det ikke er virkelig, bruker jeg ordet «visualiser». Selv om dette ordet også har sine utfordringer, som noen sier: «Jeg ser det ikke, jeg føler det». Det er helt i orden! Jeg vil at alle skal føle energien i det å bli helt og fullt elsket. Så, når du forestiller deg at du går opp til Skaperen, spør deg selv: «Hvordan vil det føles å ha denne opplevelsen? Hvordan vil det føles å ha denne energien strømmende gjennom kroppen min? Hvordan vil det føles å være i skapelsesenergien?»

Her følger den enkle, men likevel sterke, Veikart-meditasjonen, der du visualiserer, forestiller og føler at energien kommer opp fra jorden og strømmer gjennom kroppen din, opp til toppen av hodet, inntil du føler et lett press i kronechakraet ditt. Denne energien stiger opp over hodet ditt og reiser gjennom universet, gjennom lag på lag med lys.

## VEIKART-MEDITASJONEN

Under denne meditasjonen er det viktig å huske at «å gå opp» er en mild og rolig prosess. Hvis du presser energien når du går opp, kan du begynne å holde pusten, og til og med få hodepine, så husk å puste normalt. Du kan oppdage at du holder tungen mot ganen og begynner å puste med magen. Begge deler er naturlig.

1. Pust dypt inn og lukk øynene. Se for deg energi som kommer opp fra dypt nede i jorden, stiger opp gjennom fotsålene dine, beveger seg hele veien opp gjennom kroppen din, beveger seg opp til toppen av hodet ditt, og blir til en vakker ball av lys. Forestill deg at du er inne i denne ballen av lys.
2. Se for deg at du stiger opp forbi universet, gjennom lag på lag av lys, gjennom en tykk geleaktig substans, og inn i et skimrende hvitt lys.
3. Når du når dette punktet, si: «Skaper av Alt Som Er, takk for at jeg lever». Si: «Takk, det er gjort, det er gjort, det er gjort».
4. Føl at dette skimrende hvite lyset går gjennom hver eneste celle i kroppen din. Dette er livskraften som skaper atomer, energien som forbinder oss med alt.
5. Pust dypt inn og åpne øynene dine.

Hver gang du gjennomfører denne meditasjonen, vil du gå dypere inn i en Theta-tilstand. Jo mer du går i Theta, desto tryggere vil du føle deg. Så vil sinnet ditt slippe taket, og du vil kjenne energien.

Når jeg kommer inn i denne meditative tilstanden, kan jeg føle energien beveger seg overalt rundt meg, i andre mennesker, og i naturen. Dette fordi jeg tilbringer enormt mye tid med å arbeide med

andre mennesker og tillater meg selv å kjenne på disse energiene. Hvis du kommer så dypt inn i Theta når du utfører healinger, så er det en fantastisk følelse. Du kan føle en gyngende energi tilsvarende det som skjer i kraniosakral terapi, når hele kroppen din gynger sakte frem og tilbake.

Gi sinnet ditt en sjanse til å lære hvordan det skal gå så dypt inn i meditasjon. Du går naturlig inn i en dyp Theta-tilstand når du sover og er i en drømmetilstand, så du vil vite at du er i denne tilstanden når du føler det som om du er i en drøm.

Jo dypere du er i dette hjernebølge-mønsteret, desto mer virkelig er opplevelsen. Du vil også oppdage at hvert chakra åpner seg når du visualiserer at du går opp til Skaperen. Men, chakraene er ikke atskilte energienheter, de forenes til en kontinuerlig streng av energi.

Hvis du noen gang føler deg ukomfortabel under meditasjonen, så er det alltid en årsak til det. Det kan skyldes forfedrenes trossystemer. Vi arver mange forskjellige trossystemer, men det er bare en ting som gjør oss til det vi er religiøst sett. De fleste av studentene mine kommer fra religiøse bakgrunner, eller besteforeldrene deres var religiøse. Hvis slektslinjen var religiøs, kan det være at de har arvet et genetisk trosprogram om at det er en Skaper.

Men hvis forfedrene i din genetiske linje trodde at alt som skjedde rundt dem var «Skaperens verk» på en negativ måte, kan det gjøre deg litt redd for å knytte deg fullstendig til denne energien. Men hvis forfedrene dine hadde en annen erkjennelse – for eksempel at vi er en del av alt som er; at det er en ånd som gjennomsyrer alle ting, at noe skapte liv – da vil det være mye lettere for deg å meditere fordi du ikke vil bli filtrert gjennom dine forfedres **trossystemer**.

Dette er bare ett eksempel på hvordan Veikart-meditasjonen kan bli påvirket av trossystemene som tilhører fortiden, nåtiden og fremtiden, og som vi har båret med oss gjennom livet vårt så langt. Vi har energier som gjør oss til hvem vi er, og de kalles «trossystemer». Det vi *tror* er det som gjør oss til det vi er, det er selvbildet vårt. Når du forbinder deg med livskraften som er mer enn universet, har du lov til å bruke denne energien, men noen ganger er trosarbeid nødvendig for å bli i stand til å føle den og tro på den.

Jeg hadde en student som kom på 20 kurs, men kunne fremdeles ikke visualisere noe. Hun fortalte meg: «Alle svarene jeg får er mine egne tanker». Så en dag greide hun det. Hun endret et trossystem så hun kunne visualisere.

## NEDLASTINGER

Hvis du forbinder deg med Skaperen og føler at du ikke er så dypt inne i meditasjonen som du burde være, så er det her du starter med å gjøre trosarbeid og bruker **nedlastinger** som vil frigjøre sinnet ditt. Noen ganger er det nødvendig å laste ned hvordan det føles å være på det Syvende Eksistensplanet, hvilket kan gjøre denne meditasjonen til en bedre opplevelse. Å lære deg hvordan det føles, og at det er trygt å forbinde seg med Skaperen, kan gi deg en annerledes opplevelse. Her er noen nedlastinger du kan forsøke:

- «Jeg vet hvordan det føles å være hos Skaperen på det Syvende Eksistensplanet».
- «Jeg vet det er trygt å være forbundet med Skapelsesenergien».
- «Jeg er en del av Skapelsesenergien».
- «Jeg har en fødselsrett til å være forbundet med denne energien».
- «Jeg er alltid fullstendig elsket og vernet om i denne energien».
- «Kreativ energi er den høyeste intelligens».
- «Skaperen elsker meg».

- «Jeg vet hvordan det føles for cellene i kroppen min å ha en bevissthet om Skaperens energi».

Når du har lastet ned disse **programmene**, gjør Veikart-meditasjonen igjen.

### VEIKART-MEDITASJONEN FOR Å OPPNÅ UBETINGET KJÆRLIGHET

Den neste gangen du bruker denne meditasjonen, bør den føles mer naturlig, og du vil oppleve perfekt ubetinget kjærlighet.

1. Pust dypt inn og lukk øynene. Se for deg energi som kommer opp gjennom føttene dine. Den kan starte fra dypt nede i jorden og kommer opp gjennom fotsålene dine, beveger seg hele veien opp gjennom kroppen din, beveger seg opp til toppen av hodet ditt, og blir til en vakker ball av lys. Forestill deg at du er inne i denne ballen av lys.
2. Gå opp utenfor universet, gjennom lag på lag av lys, gjennom et gyllent lys, gjennom en tykk geleaktig substans, og inn i et skimrende hvitt, hvitt, hvitt lys.
3. Si: «Skaper av Alt Som Er, takk for livet mitt».
4. Denne gangen fortsetter du med å si: «Skaper, det er befalt at jeg føler energien til ubetinget kjærlighet i hver eneste celle i kroppen min».
5. Forestill deg og bevitne at denne energien av skimrende hvitt, hvitt, hvitt lys, av perfekt kjærlighet, går gjennom hver eneste celle i kroppen din.
6. Si: «Takk, det er gjort, det er gjort, det er gjort».
7. Åpne øynene dine.

Når du er på det Syvende Eksistensplanet, husk å tillate deg selv å føle energien på dette eksistensplanet. Jeg sier dette fordi jeg ser at noen studenter fortsetter å være inne i «ballen av lys» når de når det Syvende Eksistensplanet. Men ved å frigjøre seg fra ballen og gå inn i det skimrende hvite lyset, vil du bli i stand til å føle energien på det Syvende Eksistensplanet. Andre går opp i sin «ball av lys» med øynene lukket, men du må forestille deg at du åpner øynene så du kan se det Syvende Eksistensplanet.

Etter å ha brukt Veikart-meditasjonen, tror jeg at hjernen skiller ut litt mer serotonin<sup>1</sup>, endorfiner<sup>2</sup> og kanskje veksthormoner, på samme måte som den gjør i søvn og drømmefaser.

Når du først begynner å bruke Veikart-meditasjonen, kan det også være at du higer etter mat som vil tilføre hormonene du trenger for å få en bedre opplevelse av visualiseringen. Sjokolade, popcorn, økologisk melk, kalkun og egg inneholder tryptofan<sup>3</sup> og kan være nyttige. Det kan være at du også higer

<sup>1</sup> Nevrotransmitter. Overfører nervesignal fra en nerveende til den neste.

<sup>2</sup> Kroppens naturlige lystfremkallende og smertestillende hormoner. Også kalt kroppens eget morfin.

<sup>3</sup> Essensiell aminosyre til oppbygging av proteiner.

Brukes kun i kurs undervist av Anett Powell Wang | [www.thetakoden.no](http://www.thetakoden.no) Dette er en norsk oversettelse laget som et supplement til den originale engelske boken av Vianna Stibal. Det anbefales å kjøpe originalversjonen på engelsk for å sikre korrekt og fullstendig forståelse av materialet. Kopiering, distribusjon eller videresalg er ikke tillatt.

etter avokado eller omega 3, 6 og 9. Jeg har funnet at aminosyrer kan være til hjelp. Dette er sinnets svar på at meditasjonen ber om næringsstoffer for å gi en bedre opplevelse.

## MOTTA BESKJEDER

Ettersom du lærer å «gå opp» og holde en Theta-tilstand, vil du få beskjeder. Noen ganger når student-er beskriver beskjedene de får i avlesninger, så er det tydelig at de ikke kommer fra Skaperen. Den høyeste kjærlighetsenergien ville ikke gi beskjeder på den måten noen personer kanalisere dem. Den kreative energien elsker oss og er den høyeste intelligensen.

Dette fordi beskjedene er filtrert gjennom hjernen og derfor ikke alltid klare. Noen ganger arbeider healingene perfekt og noen ganger gjør de det ikke. Årsaken til dette blir tydelig hvis en student føler at han/hun må spørre: «Hvordan vet jeg når jeg snakker med Skaperen?»


Det ble klart at jeg måtte ta ThetaHealing til et dypere nivå. For å utvikle ferdighetene deres, måtte jeg lære studentene å:

- Innse at hver avgjørelse de noen gang har tatt, betyr noe. I virkeligheten skaper vi oss selv og det vi ønsker å være. Hvis vi innså at alt i livene våre gir oss verdifulle erfaringer, ville vi ikke være så harde mot oss selv.
- Stole på at de tar de riktige avgjørelsene og vite hvorfor de tar dem.
- Forstå forskjellen mellom guddommelig inspirasjon og det underbevisste sinnet.
- Forstå deres overlevelse, understrøm, ego og høyere selv.
- Kommunisere klarere med Skaperen.
- Styre livene deres for å bli mer opplyste.

I ThetaHealing betyr «opplysthet» å være fullstendig bevisst på at du er en del av den «ene» energien på alle nivåer av din eksistens. Å være bevisst på andre eksistensplan og energier behøver ikke å bety at du er opplyst. For å være opplyst, må du være bevisst på det på alle nivåer samtidig – fysisk, mentalt og åndelig, ikke bare intellektuelt.

ThetaHealing vekker mestere til å huske at de var mester på dette eksistensplanet og brukte den «ene» energien til å skape. Thetahealing vekker oss opp til det faktum at vi alle er gnister av Skaperen og husker hvordan vi igjen forbinder oss med skapelsesenergien når vi vil.

\*\*\*



**Kapittel 1**  
**INNENFOR DE**  
**FIRE NIVÅENE**

Sjelen holder til i kroppen vår. Komplet med en superdatamaskin-lignende hjerne, er den det mest fantastiske livsstøttende systemet som noen gang har blitt skapt. Denne hjernen lærer hvordan den skal tenke på høyere nivåer, forstår betydningen av følelser og stimuleringer og hvordan den skal kontrollere dem, og har jobben med å få tilgang til, og bearbeide informasjon.

Fra det øyeblikk du er født, til når du forlater dette eksistensplanet, mottar hjernen informasjon og beslutter hvordan den skal reagere. Noe av denne informasjonen blir til trossystemer i sinnet, og noen blir det ikke, avhengig av hvor viktig den er for personen. Datamaskinhjernen vår skifter og endrer stadig trossystemer for at vi skal utvikle oss.

Svært få av oss tar seg tid til å tenke over hvor uvanlig det menneskelige sinnet er. Og fordi det er en superdatamaskin, stopper sinnet aldri med å løse problemer. Sinnet har to hovedkomponenter: **bevisstheten** og det **underbevisste**. For at disse to delene skal fungere sammen, må det bevisste sinnet ha en forståelse av hva underbevisstheten gjør.

## DET BEVISSTE SINNET

Den greske filosofen Platon skrev: «Kanskje ingen side av sinnet er mer velkjent eller mer forvirrende enn bevissthet og vår bevisste opplevelse av selvet og verden», mens bevissthet er beskrevet i Websters Dictionary som: «Graden eller kvaliteten av bevissthet, eller, av å være bevisst på et ytre objekt eller noe inne i seg selv. Det har blitt definert som sanselig bevissthet».

Disse definisjonene er beskrivelsene av den mest kraftfulle kvaliteten av menneskelig erfaring. Alle mennesker og dyrs erfaringer på dette jordiske planet begynner og slutter med bevissthet. Alt det vi har, som vi gjør og føler, stammer fra bevisstheten vår. Den har skapt alt fysisk og er forbundet med det åndelige rike.

Selv om bevisstheten bare bruker omtrent 10 prosent av hjernen vår, tar den inn informasjon fra verden rundt oss og tar beslutninger. Den vet når følelsene våre er såret og registrerer alt i underbevisstheten. Vi trenger de verdifulle ressursene til det bevisste sinnet for å lede og styre våre avgjørelser og vi må alltid huske hvor viktig det er.

Noen lytter kanskje til en forelesning, men på samme tid slår hjertet deres, de puster automatisk, cellene deres deler seg fremdeles, sammen med en mengde andre prosesser – alle styrt av hjernen uten at vi er det bevisst. Bevisstheten er som en sjåfør. Når vi kjører bilen, tenker de fleste av oss ikke på de indre mekanismene som får det til å skje, bare at den tar oss til bestemmelsesstedet. Det bevisste sinnet ditt leder deg gjennom livet ditt for å nå bestemmelsespunkter, men behøver ikke å være fullt klar over hva som foregår på enkelte steder i det ubevisste sinnet.

## DET UBEVISSTE SINNET

Det ubevisste sinnet styrer 90 prosent av livene våre og det er der vi har tilgang til minner og følelser. Underbevisstheten er forbundet med det autonome nervesystemet (ANS) som reagerer og sender signaler til dette. Faktisk så arbeider flesteparten av kroppsfunksjonene dine automatisk uten styrende signaler fra det bevisste sinnet, hvilket er normalt. Men hvordan reagerer det ubevisste på stimulering og stress?

Med denne evnen kan underbevisstheten forårsake mer ugagn enn du kunne tro var mulig, med mindre det bevisste sinnet er klar over hva underbevisstheten gjør. Viktigst, hvis vi forstår i hvor stor grad underbevisstheten forsøker å holde på fortiden, vil vi være bedre i stand til å rette bevisstheten mot fremtiden.

Underbevisstheten prøver imidlertid ikke å sabotere deg. Den forsøker å beskytte deg ved å holde på trossystemer, og skiller ikke mellom positive og negative trossystemer. Underbevisstheten har arkivert all din jordiske erfaring og er et virtuelt lager for trossystemene du har samlet i løpet av levetiden din.

## TROSPROGRAMMENES FIRE NIVÅER

Når et trossystem blir akseptert som «virkelig», blir det et trosprogram og blir lagret i underbevisstheten. Disse trosprogrammene kan være til fordel eller skade – avhengig av hvordan de er og hvordan vi reagerer på dem. I ThetaHealing lærer man at det er **fire trosnivåer** der vi holder trosprogrammer: **Grunnleggende trosnivå, genetisk trosnivå, historisk trosnivå og sjelenivå.** Disse nivåene blir brukt som referanser for trosarbeid og kan bli brukt som en veiledning for å fjerne og erstatte trosprogrammer under trosarbeid. Nedenfor er det en rask gjennomgang av disse fire trosnivåene. For en mer dyptgående forklaring, kan du lese i bøkene *ThetaHealing* og *Digging for Beliefs*.

### Grunnleggende trosnivå

Det **Grunnleggende nivået** er som et arkiv over alt som har skjedd i dette livet, hvorav det meste har blitt lært fra barnsben av og blitt en del av oss – erfaringer vi har lært noe av. Disse «trossystemene» blir holdt som energi i hjernens frontallapper.

### Genetisk trosnivå

På dette nivået ligger trosprogrammer som er overført fra forfedrene, eller tilført genene i dette livet. Disse trossystemene er energier som er lagret i DNA og som kan gå syv generasjoner tilbake. Det genetiske nivået har viktig informasjon som er nedarvet fra forfedrene våre, som kunnskap om dyder<sup>4</sup>, overlevelse, og til og med fra hendelser og opplevelser i deres fortid, der de fremdeles prøver å reparere problemer de hadde i det livet.

---

<sup>4</sup> Dyd er å tenke og gjøre det som er riktig, og unngå det som er galt.

## Historisk trosnivå

På dette nivået ligger dype genetiske minner fra mer enn syv generasjoner tilbake, minner fra tidligere liv, erfaringer fra den kollektive bevisstheten som vi tar med oss inn i nåtiden, eller informasjon fra de Akasiske arkiver. Disse energiene blir holdt i personens aurafelt fra hvert bevisste liv som noen gang har eksistert.

## Sjelenivå

Dette er vår høyere aspekt<sup>5</sup> som alltid lærer. Sjelen lærer fortsatt, så trosprogrammer kan bli endret på et sjelenivå. Disse trosprogrammene er vanligvis grunnleggende eller nøkkel-trosprogrammer. Hver person utstråler en fantastisk intelligent sjele-essens. Hver del av sjelen vår er forbundet med oss, men vår sjel er mer enn tredimensjonal fordi den er en guddommelig gnist fra Skaperen.

\*\*\*

Det kan være nyttig å se for seg trossystemet som et tårn av klosser. Bunnklossen er nøkkelen, eller det grunnleggende trosprogrammet som bærer resten av trosprogrammene, roten til alle de andre trosprogrammene over dette. Disse fire nivåene er en veileder for å fjerne og erstatte trosprogrammer. De er ikke atskilt fra hverandre og er ment å arbeide i harmoni. Et steg dypere inn i disse nivåene er å bli kjent med deg selv. For å kjenne deg selv, må du oppdage hva du tenker på et underbevisst nivå. Hvis du vet hva du tenker, vil du kjenne motivasjonen til det underbevisste sinnet ditt og hvor mye det påvirker atferden din.

## KJENNE DEG SELV

Før jeg startet med ThetaHealing, mottok jeg all slags telepatisk informasjon. Men når jeg gjorde avlesninger profesjonelt, trengte jeg å være fokusert, korrekt og nøyaktig. De fleste beskjedene jeg fikk om klientene mine var gjennomgående riktige, innimellom var de det ikke. Jeg ville ha gått i min grav hvis jeg hadde tatt feil, inntil jeg spurte meg selv «Hvilken stemme skulle jeg lytte til? Hvordan vet jeg hvilken stemme som er den riktige? Hva er forskjellen mellom de indre beskjedene fra sinnet mitt og de som er ekte?»

De fleste menneskene som er intuitive stiller seg selv etter hvert de samme spørsmålene, og det derfor det er så viktig å kjenne deg selv. Å kjenne deg selv hjelper deg til å kjenne Skaperen. Å kjenne Skaperen gjør deg *grenseløs*.

Trosprogrammene våre er en integrert del av oss, så når vi endrer trosprogrammer fra fortiden, gjør vi oppdagelser om oss selv og hvordan en tankeform startet. En av de største tingene jeg har oppdaget under utforskningen av ThetaHealing er å gjenkjenne mønstrene i det underbevisste sinnet mitt og hva de holder på med.

Denne selvforståelsen har igjen hjulpet meg med å gjøre avlesninger for andre. Når jeg gjør avlesninger, iakttar jeg klientenes tankemønstre. Selv om de ligner hverandre fra person til person, har hver klient forskjellige mønstre. Jo mer jeg lytter til personen som snakker, og jo mer jeg går inn i deres rom,

---

<sup>5</sup> Aspekt = betraktningmåte.

**Brukes kun i kurs undervist av Anett Powell Wang | [www.thetakoden.no](http://www.thetakoden.no)** Dette er en norsk oversettelse laget som et supplement til den originale engelske boken av Vianna Stibal. Det anbefales å kjøpe originalversjonen på engelsk for å sikre korrekt og fullstendig forståelse av materialet. **Kopiering, distribusjon eller videresalg er ikke tillatt.**

desto mer oppdager jeg av de underbevisste mønstrene deres. Disse mønstrene forteller meg hva klienten trenger å arbeide med. Denne evnen har jeg fordi jeg kjenner meg selv gjennom en bevissthet om mine indre syn på de fire trosnivåene. Disse skal vi utforske i det neste kapittelet.

\*\*\*

MÅ IKKE KOPIERES



Kapittel 2  
**TROSASPEKTENE**

Ok, her er hvordan det fungerer.

Å kjenne deg selv er bevisstheten om at innenfor det underbevisste, er det **fire aspekter** forbundet med hver av de fire trosnivåene. Disse aspektene har en sterk innflytelse på det å skape atferdsmønstre, og å kjenne motivasjonen deres er svært viktig for personlig vekst.

Aspektene til trossystemet kan bety at visse trosprogrammer blokkerer oss fra å kommunisere med Skaperen. En av dem er at når vi får beskjeder, må de gå gjennom alle de fire aspektene innenfor hver av de fire trosnivåene i hjernen vår, hvilke jeg beskriver mer detaljert på de følgende sidene. Så, vi trener oss selv til å gjenkjenne disse aspektene hos andre og, enda viktigere, hos oss selv.

Som jeg beskrev tidligere i boken, på hvert eneste kurs er det noen som spør: «Hvordan vet jeg at jeg hører det riktige svaret? Hvordan vet jeg forskjellen mellom mitt eget sinn og Skaperen?» Hvis noen spør meg om dette, så er det sannsynlig at deler av beskjedene kommer fra aspektene i hjernen deres.

Når du lærer å gjenkjenne de fire trosnivåene i ThetaHealing, Begynner du å innse at det er andre *aspekter* innenfor disse nivåene. Aspektene innenfor trosnivåene har hver for seg et formål, og det er viktig å vite om og hvordan de påvirker handlingene dine. Med bare litt innsats, kan du forstå deg selv på en mye dypere måte. Dette endrer ikke hvordan trosarbeid blir utført. Du gjør fortsatt trosarbeid på alle fire trosnivåer, men med kunnskap om de fire aspektene.

## DE FIRE ASPEKTENE

Det er fire aspekter innenfor hver av de fire trosnivåene.

De grunnleggende, genetiske og historiske trosnivåene deler de samme aspektene og er oppdelt på den samme måten:

1. Overlevelse-selvets aspekt.
2. Understrøm-selvets aspekt.
3. Ego-selvets aspekt.
4. Det høyere selvets aspekt.

Disse tre første trosnivåene har aspekter som har forskjellige variasjoner av overlevelse, understrøm og ego innenfor seg. Samtidig er det høyere selvet en gjennomgripende energi som påvirker trosnivåene. Det fjerde, eller sjelenivået, har også aspekter, men de har en annen energi.

## DE FIRE ASPEKTENE PÅ DET GRUNNLEGGENDE NIVÅET

Disse fire aspektene tilsvarer datamaskinens internminne – hukommelsen der prosessoren lett kan få tilgang til applikasjoner eller programmer. Generelt sett tilsvarer dette den måten overlevelses-selvet opererer i underbevisstheten; det gir lett tilgang til programmer vi trenger på et øyeblikks varsel.

### 1. Grunnleggende overlevelse-selv

Det grunnleggende overlevelse-selvet er forbundet med minner og følelser i denne levetiden. Jobben til overlevelse-selvet er å holde oss trygge og unngå unødvendig smerte. Dets motivasjon er å holde oss i live og derfor registrerer smerte, stress og farer for fremtidige referanser.

### 2. Grunnleggende understrøm-selv

Det grunnleggende understrøm-selvet prøver alltid å finne ut og fastslå om noe er et problem, uansett hva det er. Det er noen ganger referert til som «skygge-selvet» for de som oppfatter det som en ond eller mørk ting. Men det kan være en kraft på godt og ondt og skiller ikke mellom de to. Dets jobb er problemløsning. Dette selvet arbeider hele tiden med å løse problemer, til og med de som er uløste fra barndom og fortid. Det er som understrømmer i havet. De kan dytte deg opp eller dra deg under. Hvis vi er oppmerksomme på hva understrøm-selvet gjør, kan det hjelpe oss å utvikle oss gjennom selvforståelse.

### 3. Grunnleggende ego-selv

Det grunnleggende ego-selvet er hvordan vi definerer, uttrykker og oppfatter oss selv i verden. Alle har et ego. Ego-selvet (som hverken er godt eller ondt) kan imidlertid være farlig når det blir til egoisme. I noen yrker kan folk komme unna med egoisme, men ikke i healing. De fleste healere arbeider sammen med andre healere som sannsynligvis ikke vil tolerere noen som er opptatt av sin egen viktighet. Samtidig tror noen healere feilaktig at de må utslette sitt eget ego for å kunne være en healer. Dette er å gå for langt, fordi egoet definerer hvem vi er og påvirker beslutningene vi tar, og våre beslutninger påvirker hvordan vi oppfatter andre.

### 4. Høyere selv

Det høyere selvet står over alle de andre aspektene og er viet til oppgaven med å utvikle sjelen. Det høyere selvet forsøker å lære så mange dyder som mulig ved å skape erfaringer som utvikler dydene og er svært fokusert på å fullføre sin **guddommelige tid**. Det høyere selvet er en guddommelig del av deg også. Jo flere trosprogrammer du skifter ut og endrer og jo dydigere liv du lever, desto tydeligere blir du i beslutningene dine, og desto mer utvikler de forskjellige delene av hjernen din seg. Det høyere aspektet av selvet vårt holder oss forbundet med sjelen vår. Det høyere selvet er fullstendig forbundet med sjelen, vårt Femte Eksistensplans selv, hvert trosnivå og alle deres aspekter. Dette aspektet er også forbundet med de andre dimensjonene, som vi skal utforske senere i denne boken.

**Brukes kun i kurs undervist av Anett Powell Wang | [www.thetakoden.no](http://www.thetakoden.no)** Dette er en norsk oversettelse laget som et supplement til den originale engelske boken av Vianna Stibal. Det anbefales å kjøpe originalversjonen på engelsk for å sikre korrekt og fullstendig forståelse av materialet. **Kopiering, distribusjon eller videresalg er ikke tillatt.**

Når du «går opp» for å kommunisere med Skaperen, kan det være at du forveksler det høyere selvet med Skaperen. Det er viktig å vite forskjellen. Jo mer trosarbeid du gjør, desto mer bevisst på det høyere selvet ditt vil du bli. Det høyere selvet er din snilleste, mest kjærlige del, så gjør det til et mål i livet å bringe mer av det inn i det daglige livet ditt.

Uten å være klart bevisst over det, har alle en kontinuerlig samtale i hodene sine med selvets aspekter. Det kan være at det høyere selvet er det mest fornuftige, og jeg mener ikke at du ikke skal lytte til det, bare at du skal være klar over dets innflytelse.

## DE FIRE ASPEKTENE PÅ DET GENETISKE NIVÅET

Disse fire aspektene tilsvarer programmer eller et sett med instruksjoner som styrer livet ditt. Akkurat som system-programvaren styrer aktivitetene og funksjonene til datamaskinen, styrer disse aspektene instinktive programmer og behandler forfedrenes problemer.

### 1. Genetisk overlevelse-selv

Dette aspektet er den instinktive DNA-programvaren i underbevisstheten. Det er en kombinasjon av overlevelses-programmer fra minnene og følelsene til forfedrene våre.

### 2. Genetisk understrøm-selv

Dette er den delen av hjernen som løser problemer med forfedrenes familielinje. Disse kan skyldes gammelt stress eller ha depresjonslignende påvirkning fra forfedre som var fattige eller desperate. Denne prosessen er et forsøk på å løse det forfedrene dine etterlot seg uten å ha fullført det. Husk, mange av energiene som ble sendt ned fra forfedrene våre er positive.

### 3. Genetisk ego-selv

Dette aspektet har programmer som kan være gode eller ikke fullt så gode. Forfedrene dine kan ha overført programmet om å være stolt av etnisk tilhørighet eller rase. Men ditt genetiske ego kan ha trosprogrammet om at din etniske bakgrunn er det «utvalgte folket» eller «overlegne mennesker», hvilket kan forårsake unødvendige fordommer.

### 4. Genetisk høyere selv

Dette aspektet er det samme høyere selvet som gjennomstrømmer alle aspektene på det genetiske nivået.

\*\*\*

På kursene i ThetaHealing lærer alle å gå opp til energien til Skaperen av Alt Som Er. Men noen mennesker har skjulte genetiske programmer som bare blir synlige etter at de lærer om energien til Alt Som Er.

Brukes kun i kurs undervist av Anett Powell Wang | [www.thetakoden.no](http://www.thetakoden.no) Dette er en norsk oversettelse laget som et supplement til den originale engelske boken av Vianna Stibal. Det anbefales å kjøpe originalversjonen på engelsk for å sikre korrekt og fullstendig forståelse av materialet. Kopiering, distribusjon eller videresalg er ikke tillatt.

Jeg husker for eksempel at jeg fikk et brev fra en av elevene som sa: «Takk, Vianna, for alt du har lært meg, men jeg har funnet noe som er bedre. Jeg har funnet at jeg kan forbinde meg til energien til Alt Som Er».

Jeg forsto at av en eller annen merkelig grunn hadde hun ikke oppdaget hvordan hun skulle forbinde seg med energien til Alt Som Er mens hun var på kurs hos meg. Tydeligvis hadde hun bare «gått opp» til et eller annet nivå på det Femte Eksistensplanet. Det var antakelig uker eller måneder etter kurset at hun lærte om essensen til Alt Som Er, så på en eller annen måte hadde hun ikke hørt på hva jeg lærte henne på kurset og tenkt at hun fant på dette på egenhånd. Dette ser ut til å være vanlig for mennesker som har genetiske problemer med ett av de tre aspektene i overlevelse, understrøm, eller ego.

## DE FIRE ASPEKTENE PÅ DET HISTORISKE NIVÅET

Disse aspektene er som et datanettverk, et internt «intranett» som behandler informasjon fra gruppebevisstheten og tidligere livs minner.

### 1. Historisk overlevelse-selv

Dette aspektet er gruppebevisstheten, tidligere livs minner og følelser som har med overlevelse å gjøre.

### 2. Historisk understrøm-selv

Dette aspektet forsøker alltid å reparere problemer som er knyttet til noe på det historiske nivået. Det kan være noe fra et annet liv, ikke avsluttede ting fra forfedrene, eller fra gruppebevisstheten som understrømmen arbeider med å endre i denne virkeligheten. Husk at opplevelser i tidligere liv ikke nødvendigvis betyr at de er dine alle sammen.

### 3. Historisk ego-selv

Dette aspektet er egoet til alle tidligere livs minner, enten de er dine eller fra en forfader. Det er mulig å koble seg til andres ego-minner og misoppfatte dem som dine egne. Noen ganger oppdager personer at de har gjort fantastiske ting og vært mektige personer i tidligere liv. Så oppfører de seg som om de fremdeles er høvdingen, dronningen av Saba, Kleopatra, mestere, eller guder og gudinner av et eller annet slag. Når dette skjer, kan egoet til disse tidligere livene stoppe dem fra åndelig utvikling. Husk at alt som noen ganger har levd har etterlatt inntrykk og minner i hvert eneste sandkorn og hver dråpe vann.

### 4. Historisk høyere selv

Dette aspektet er summen av alle tidligere livs minner og andre menneskers bevissthet. Det er det samme høyere selvet som er delt med andre aspekter på det historiske nivået.

## SJELENIVÅET

Sjelenivået er datamaskin-prosessoren, harddisken og energikilden til livet, som mottar og behandler de sammensatte dataene for å skape resultater. Det er summen av alle nivåene og aspektene. Sjelen styrer det store bildet og lærer av det høyere selv et aspekt.

Hjernen din holder rede på hvert sekund, hvert minutt av dagen med den indre bevisstheten om at livserfaringen din har en hensikt. Det som leder denne tidsrekken, er det høyere selv et ditt. Det lærer alt det trenger for at sjelen skal utvikle seg.

Når jeg utfører trosarbeid, spør jeg: «Hvilken dyd lærte du av dette?» Dette spørsmålet er rettet til det høyere selv et aspekt knyttet til sjelen. Sjelen utvikler seg bare når dyder blir mestret, og laster er erkjent, konfrontert og ikke lenger nødvendige for vår utvikling i denne tvetydige verden.

Sjelen er evig, og vokser gjennom alle erfaringene våre, men er likevel fremdeles sårbar nok til å bli påvirket av belastningen ved være i en menneskelig kropp. Sjel og ånd er to deler av samme ting. Mens sjelen er multidimensjonal av natur, er ånden kroppens ATP-energi. ATP, eller Adenosin Tri Fosfat, blir skapt i stavformede organeller<sup>6</sup> i cellene som fungerer som energi-generatorer, kalt mitokondrier. Mitokondrier omdanner oksygen og næringsstoffer til ren energi i form av ATP, som cellene bruker for å fungere. De elektriske impulsene til ATP<sup>7</sup> er åndens hjem.

### Sjelens første aspekt

Dette aspektet er summen av strukturen til alle de andre nivåene i den tredje dimensjonen, som inkluderer Jorden, og kroppen som er sjelens bolig.

### Sjelens andre aspekt

Dette aspektet er summen av alle erfaringene til sjelen i alle dimensjoner. Det er hundrevis av dimensjoner, og vi oppfatter bare tre av dem<sup>8</sup>. Vi er så mye mer kompliserte enn vi tror.

### Sjelens tredje aspekt

Dette aspektet er det høyeste av sjelens aspekter i alle dimensjonene. Dets natur avhenger av sjelens alder, hvorvidt den er en ung ånd eller en eldre mester, og hvor gammel den er målt i livstider. Hvis noen er en ung sjel, kan det være at de har et underutviklet ego og holder på tidligere sinne. Men vi kan bare forlate det Fjerde Eksistensplanet når vi innser at vi må elske andre. En gammel sjel som er ferdig utdannet på det Tredje Eksistensplanet, vil ikke ha et spesielt ego. Hvis noen er en gammel sjel som kommer fra de høyere nivåene av det Femte Eksistensplanet, så er deres sjels ego en fantastisk, vakker ting.

---

<sup>6</sup> Organeller: Klart avgrensede deler/organer inne i cellene.

<sup>7</sup> ATP genererer ikke elektriske impulser. ATP inngår i det som heter elektron-transport-kjeden. I elektron-transport-kjeden flyttes elektroner mellom molekyler så næringsstoffer brytes ned og omdannes til små molekyler som cellene kan bruke til oppbygging og vedlikehold.

<sup>8</sup> Lengde, bredde og høyde. Den fjerde dimensjonen, tid, er ikke konkret og kan derfor ikke oppfattes fysisk.

**Brukes kun i kurs undervist av Anett Powell Wang | [www.thetakoden.no](http://www.thetakoden.no)** Dette er en norsk oversettelse laget som et supplement til den originale engelske boken av Vianna Stibal. Det anbefales å kjøpe originalversjonen på engelsk for å sikre korrekt og fullstendig forståelse av materialet. **Kopiering, distribusjon eller videresalg er ikke tillatt.**

Sjelenivået opplever sjelden egoisme. Egoisme kommer fra de lavere nivåene av det Femte Eksistensplanet, der nyfødte ånder forsøker å finne sin plass i universet. En ekte oppsteget mester blir aldri egoistisk på sjelenivået fordi vedkommende har mestret alle dydene og er fullstendig forbundet til oppfyllelsen av andre.

### **Sjelens fjerde aspekt**

Dette aspektet er den fullstendig oppstegne del av selvet – hvor langt du har utviklet deg på alle Eksistensplanene. Når vi har lært alt vi kan fra dette livet, har vi fått et oppsteget selv som er fantastisk.

\*\*\*

Når de første tre trosnivåene – grunnleggende, genetisk og historisk (og aspektene innenfor dem) – er mestret i alle livstider, får sjelen lov til å fortsette og utvikle seg gjennom nivåene på det Femte Eksistensplanet

Det bevisste sinnet er den delen av hjernen som ordner opp i alt, Så det er viktig å være fullt klar over hver av energiene innenfor overlevelse-selvet, understrøm-selvet, ego-selvet og det høyere selvet. Dette er spesielt viktig for å unngå forvirring når man går opp til Skaperen. Vi bruker det bevisste sinnet for å endre disse aspektene og skape den virkeligheten vi ønsker i en livsstil som er komfortabel, men som fortsatt oppfyller vår sjels hensikt.

Riktig styrt, er det underbevisste og høyere selvet konstruert for å skape erfaringer som muligheter til å lære dyder. Når dyder er oppnådd, utvikles nye muligheter og tankene våre blir lyse, og vil dermed gjøre det mulig å tøye de universelle lovene. Hver erfaring har noe godt som kommer ut av den. På et sjelenivå lærer vi alltid dyder.

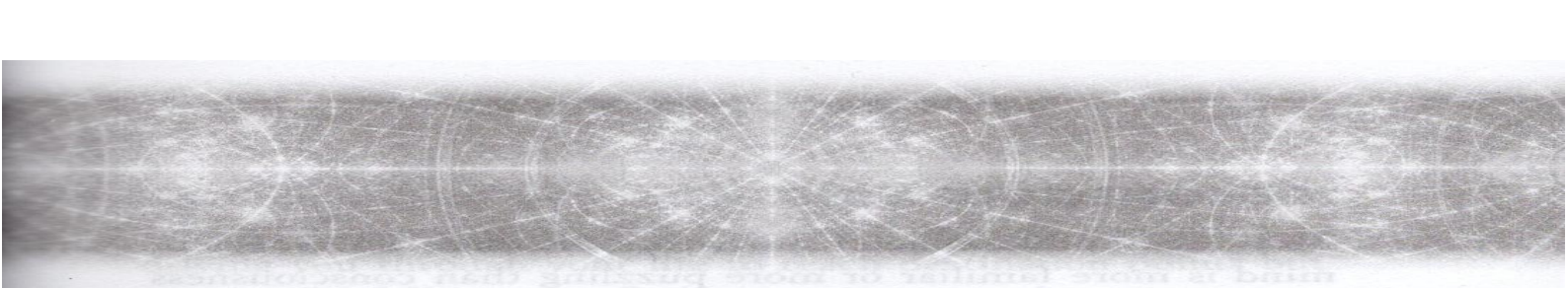
Spør deg selv: «Hvilke dyder har jeg lært?»

\*\*\*



Kapittel 3

# ARBEIDE MED ASPEKTENE



dette kapittelet skal vi utforske aspektene mer i dybden og hvordan vi kan arbeide med dem som healere når vi utfører trosarbeid.

## 1. OVERLEVELSE-SELVET

Overlevelse-selvets jobb er å overleve uansett hva, og er et viktig aspekt av hvem vi er. Overlevelse-selvet har mange positive egenskaper. For eksempel holder det på noen trossystemer så vi ikke manifesterer for raskt, fordi når det først er manifestert, må vi leve med det vi har skapt. Overlevelse-selvet ønsker å beskytte oss mot stress. Hvis overlevelse-selvet er stresset, prøver understrømmen å ordne opp i situasjonen, og omvendt.

Overlevelse-selvet er et av de mer åpenbare aspektene i trosarbeid på det grunnleggende trosnivået. Mesteparten av tiden, når vi utfører trosarbeid, påvirker vi overlevelse-selvet. For eksempel kan trosprogrammet «Kjærlighet gjør vondt» ha oppstått i barndommen hvis moren din slo deg og sa «Jeg gjør dette fordi jeg elsker deg.» Overlevelse-selvets reaksjon (som omhandler alt om å beskytte oss fra fremtidig skade) er å sende til underbevisstheten «Åja! Kjærlighet gjør vondt!» Dette kan så utvikle seg til et trosprogram om å unngå situasjoner forbundet med «kjærlighets»-forhold. Så, når du vokser opp og blir involvert i et romantisk forhold, kan du skyve den spesielle personen fra deg når de sier «Jeg elsker deg», på grunn av trosprogrammet. Når du først har oppdaget at overlevelse-selvet har trosprogrammet, og når det begynte, kan det bli endret med trosarbeid.

Jeg kjenner ikke omstendighetene rundt din fødsel og tidlige utvikling, men hvis du ble traumatisert, er det en god sjanse for at du vil leve livet ditt i bekymring og stress. Du vil ikke leve på samme måten som noen som ble elsket og pleiet. Du vil være i overlevelsesmodus. Men mange mennesker er i overlevelsesmodus og er likevel motivert av det høyere selvet. De kan være skrekkslagne over å bevege seg fremover i livet, men det høyere selvet dytter dem fremover uansett.

Fordi de er skrekkslagne, vil overlevelse-selvet deres forsøke å blokkere dem fra å gjøre noe som helst for å bevege seg fremover, selv om de vet at det er veien deres. Så de kan ende opp med å bli syke like før de gjør det. Men fordi det høyere selvet deres presser dem til å gjøre det uansett, vil det bli en konflikt. Jeg vet ikke hvor mange mennesker som har denne typen konflikt pågående, men jeg mistenker at det er mange. Jeg har også erfart denne konflikten fra tid til annen, fordi deler av livet mitt blir drevet frem av det høyere selvet, og min utvikling fremover er ustoppelig, men overlevelse-selvet mitt klager over situasjonen. Så jeg gjør mitt beste for å motivere meg selv med forskjellige trosprogrammer. Ett av disse trosprogrammene er: «Jeg arbeider for det beste for familien.» Dette får meg til å fortsette.

Hvis vi kan endre og erstatte trosprogrammer, vil overlevelse-selvet føle seg trygt. Hvis overlevelse-selvet føler seg trygt, kan vi overføre mer av innflytelsen til det høyere selvet for lettere å skape dyder.

For eksempel, hvis dyden «tålmodighet» trengs, vil det høyere selvet skaffe vanskelige mennesker som vil lære deg tålmodighet. Men hvis ethvert aspekt er forbundet med det høyere selvet så er veien til dyder mye lettere.

## 2. UNDERSTRØM-SELVET

Understrømmen er hjernens problemløser og til tider også problemløser for den åndelige sjelen. Vi trenger understrøm-delen av oss til å drive oss fremover. Den skaper situasjoner for å fylle behov og løse problemer. For eksempel, hvis en lege forteller noen at de har to måneder igjen å leve, er det understrømmen som sier: «Å ja? Skal vi vedde?» Hvis noen sier: «Du vil aldri lykkes», er det understrøm-delen av hjernen som blir aktivert og sier: «Å ja? Skal vi vedde?» Og personen begynner å lykkes i livet.

Hvis noen ønsker å gjøre opp, ta hevn, eller straffe, så er det understrømmen som forsøker å løse problemer fra fortiden. Understrømmen vet ikke at det er ute etter hevn. For understrømmen er handlingene ganske enkelt en måte å løse et problem på. En måte å finne ut om understrømmen påvirker en sak, er å spørre: «Hva får jeg ut av dette problemet, og hva er motivasjonen for det?»

Avhengig av situasjonen, kan understrømmen arbeide for eller mot deg. Du kan ha en farlig kombinasjon hvis den negative understrømmen begynner å styre det bevisste sinnet. Et eksempel på dette er når noen blir så besatt av hevn, at understrømmen begynner å planlegge den og handle ut fra det. Men hvis det bevisste sinnet har nok kontroll og er bevisst oppmerksom på det underbevisste, så er personens liv i balanse. Det betyr at det underbevisste ikke vil ha muligheten til å legge til unødvendig drama.

Understrømmen kan bli styrt av det balanserte bevisste sinnet, og ved å innse at alt er en manifestasjon, kan problemet løses på en annen måte.

Healere kan hjelpe andre til å bli friske ved å vise dem hva de ubevisst gjør, og ved å vise dem at det er mulig å gjøre noe annet. Når du lytter til klienten, kan du fortelle vedkommende: «Vi kan endre det.» Dette gjør deg til en bedre healer fordi det trener dømmekraften.

## ARBEIDE MED EGNE TROSSYSTEMER

Den beste måten å finne ut av forskjellen mellom de forskjellige aspektene ved trosnivåene er gjennom arbeid med egentro. Det vil vise deg hva du gjør ubevisst. Hvis du kan finne ut hva understrømmen holder på med, kan du lære å kjenne forskjellen mellom ditt høyere selv og Skaperen.

Understrømmen prøver å arbeide for deg, selv når det ser ut som om den arbeider mot deg. Det kan ta mange år for understrømmen å skape scenarier og situasjoner. Vi innser kanskje ikke at handlingene våre kan være påvirket av et problem i fortiden, som understrømmen anser å være en «ikke avsluttet sak.»

For eksempel, så hadde jeg en stor butikk med et stort skilt med «Vianna's Nature's Path.» Jeg kalte den det på grunn av problemer med det opprinnelige navnet som jeg hadde kalte «Nature's Path.»

Jeg flyttet butikken nærmere det nye instituttet, så elevene hadde lettere tilgang til butikken, og laget også en kaffebar. Den nye butikken var mindre enn den gamle, så jeg satt igjen med det kjempestore skiltet jeg ikke trengte lenger. Generelt kan du selge et gammelt skilt til skiltmakerne, så de kan bruke det om igjen, men jeg nektet å la det gå, så jeg satte det bak den nye butikken. Til slutt ba barna mine

meg om å gjøre trosarbeid i forbindelse med det gamle skiltet. Så, da jeg fikk sjansen, satte jeg meg ned for meg selv for å gjøre egen-trosarbeid om hvorfor jeg var så knyttet til skiltet.

Jeg har funnet at det beste måten å gjøre egen-trosarbeid på, er ikke å stille meg selv en haug med spørsmål, men å gå opp til Skaperen, så jeg spurte:

- «Når begynte dette?» (overlevelse-selv).
- «Hva får jeg ut av dette?» (understrøm-selv).
- «Hva binder meg til dette skiltet?»
- «Hvorfor kjemper jeg så hardt for å beholde det?»

Da jeg stilte disse spørsmålene, viste Skaperen meg grunnen med en gang, og jeg oppdaget at bindingen til skiltet begynte for lang tid siden, da jeg var gift med min tredje ektemann og forholdet vårt var vanskelig.

Da jeg foreslo skilsmisse, kom han med en trussel mot familien min og meg: «Hvis du forlater meg, vil jeg ødelegge virksomheten din, jeg vil ødelegge barna dine, og så, hvis du fremdeles er i live, vil jeg drepe deg.» Tydeligvis trodde jeg ham og avlyste det hele i noen få måneder, og fylte ut skilsmissepapirene først da jeg følte meg modigere.

Da jeg fant ut at det var der det hele begynte, tenkte jeg at det var interessant og spurte: «Skaper, hva fikk jeg ut av å ha skiltet?»

Det kom klart til meg med en gang; hver dag kjørte eks-mannen min forbi skiltet. Han kunne ikke unngå å se det fordi det var like ved ham på en av de travleste gatene i byen. Han elsket alternative butikker og kunne likevel aldri komme inn, men hver dag var det umulig for ham å overse den. Det var en beskjed til ham som sa: «Jeg er her fortsatt.» Men det jeg i virkeligheten sa, var; «Jeg står fortsatt oppreist.»

Jeg ventet ti år før jeg tok ned skiltet for å være sikker på at han forsto at han ikke hadde «ødelagt» meg, og at jeg kunne klare meg på egenhånd. Det sies at den beste hevnen er suksess, og understrømmet mitt arbeid med dette problemet i mange år og besluttet seg for å løse det. På noen områder prøvde jeg å føle meg trygg fordi jeg følte meg så hjelpeløs og redd på den tiden. Men understrømmen min var ikke redd; den ventet bare på få å sette i gang.

Først tenkte jeg: «*Vel, det var ganske smart. Jeg driver ham til vanvidd*». Var det virkelig motivasjonen min. Trengte jeg fortsatt å gjøre det? Skaperen fortalte meg at det var bortkastet tid.

Vær snill å forstå, jeg er ikke sint på understrømmen min. Jeg vil at du skal vite, at jeg på sett og vis var glad for å forstå at understrømmen min gikk gjennom så mye arbeid med å sette opp et stort skilt, fordi jeg innså noe svært viktig: Jeg kunne bruke den samme besluttsomheten til å arbeide for meg selv videre i livet. Da jeg lærte dette om meg selv, visste jeg at jeg ikke behøvde å bli motivert på denne måten mer.

Jeg forsto at understrømmen min endret på problemer som følge av dette. De skjulte motivasjonene til andre ting jeg hadde, begynte å bli klare, og det åpnet opp for trosarbeid på et dypere nivå.

For å vise deg hvor sterk understrømmen er, vil jeg dele noe annet jeg har opplevd. Før jeg flyttet fra Idaho hadde jeg satt opp en enorm reklameplakat på flyplassen i Idaho Falls, som sa: «Her ble ThetaHealing grunnlagt», med mitt bilde på. Etter at vi hadde flyttet til Montana spurte min datter Bobbi om jeg ville ta ned plakaten. Men jeg sa til henne: «Nei. Jeg vil at klientene og vennene mine i Idaho skal vite at jeg fremdeles er oppegående, og for å takke dem for at de var der i oppstarten av ThetaHealing.»

## DEN NEGATIVE UNDERSTRØMMEN

Et godt eksempel på hvordan understrømmen arbeider negativt, er illustrert gjennom erfaringen til en av klientene mine, en kvinne som utviklet en alvorlig sykdom. Jeg utførte trosarbeid på henne og hun ble bedre. Men sykdommen kom tilbake to år senere, og hun kontaktet meg igjen.

Under avlesningen kunne jeg se at sykdommen var i ferd med å bli mye verre, så jeg spurte henne: «Ok, hvis jeg utfører en healing på deg, hva vil du gjøre hvis du blir helt frisk? (Dette er alltid et alvorlig spørsmål å stille så lenge noens understrøm arbeider).

Hun fortalte meg: «Å, jeg vil ikke bli helt frisk. Mannen min var utro med min beste venninne og forlot meg. Etter det, ble jeg syk, og han kom tilbake for å ta vare på meg. Om det så er det siste jeg gjør, så skal han betale for det han gjorde, ved å ta vare på meg resten av livet mitt.»

Hva er understrømmens grunn for at hun skulle holde på sykdommen? Hun ville ikke bli helt frisk fordi understrømmen hennes motarbeidet henne. Den brakte mannen hennes tilbake til henne, men fortsatt ønsket hun å hevne seg på ham, fordi han hadde vært utro mot henne, ved at han var bundet til å ta vare på henne mens hun var syk. Hun torturerte ham i 15 år.

### Pusterom

Noen ganger hjelper understrømmen oss med å få noen pusterom i livet vårt inntil vi er klare for å fortsette videre. For eksempel, så utførte jeg en avlesning med en klient som ønsket at skilsmissen hennes var fullført.

Vianna: «Hvor lenge har skilsmisseprosessen pågått?»

Kvinne: «Lenger enn den burde ha vart. Jeg vet ikke hvorfor.»

Vianna: «Når bestemte du deg for å få skilsmisse?»

Kvinne: «Det begynte da han var brutal og ondskapsfull, og jeg innså at jeg måtte komme meg vekk.»

Dette svaret kom fra overlevelses-selvet.

Vianna: «Hva får du ut av å ikke avslutte skilsmissen?»

Kvinne: «Hvis den tar lang tid, behøver jeg ikke å møte noen ny mann.»

Hun var tydeligvis redd for å møte en ny mann.

Vianna: «Hvorfor er du redd for å møte en ny mann?»

Kvinne: «Alle vennene mine mener at jeg trenger en ektemann. Jeg ønsker ikke å møte noen ny mann, jeg er bare ikke klar for det. Jeg trenger å finne ut hvem jeg er først. Jo lengere det tar, desto mer tid har jeg for meg selv.»

I dette tilfellet presset klientens understrøm henne ubevisst til å bruke lang tid på skilsmissen, så hun ikke behøvde å møte en ny mann.

### Kontroll

I et annet tilfelle prøvde understrømmen å ordne min klients problemer med at han hadde søsken som trengte hjelp, men det betydde å underkaste seg hans kontrollerende mor, hvilket gjorde ham ulykkelig.

Vianna: «Hva vil du arbeide med?»

Mann: «Moren min bor sammen med meg, og hun gjør meg gal.»

Vianna: «Hva får du tilbake ved å ha moren din boende hos deg?»

Mann: «Jeg får ikke noe igjen for det. Hun driver meg til vanvidd.»

Vianna: «Tenk på det i et par minutter. Hva godt får du ut av å ha henne boende hos deg?»

Han tenkte over det en liten stund før han sa noe.

Mann: «Moren min var den mest kontrollerende personen jeg noen gang har kjent. Hun kontrollerte meg hele livet mitt, og nå som hun er eldre, bor hun hos meg, og jeg kontrollerer hennes liv. Brødrene og søsteren min unngår å komme på besøk til meg og låne penger fordi de hater henne.»

Dette fortalte meg at understrømmen hans både hjalp og hindret ham, så jeg ga ham de følgende nedlastingene:

- «Ville du like å forstå moren din?»
- «Ville du like å vite at denne delen av livet ditt er fullført?»
- «Ville du like å vite at du kan si nei til brødrene og søstrene dine?»

Disse nedlastingene var ment for å rense ut fortiden og å hjelpe ham å forstå moren; ellers ville ikke situasjonen endre seg sunt og positivt for de begge.

Nå var det bevisste sinnet hans i stand til å forstå behovet for endring, og det hele startet med ett spørsmål: «Hva fikk du ut av det?»

## Misbruk

Da jeg var en ung mor, så jeg på *The Oprah Winfrey Show* mens hun intervjuet en kvinne som hadde blitt misbrukt som barn. Mens jeg lyttet til at denne kvinnen fortalte historien sin, tenkte jeg: «Det er ingenting. Hvis det er misbruk, så var det som hadde hendt meg mye verre.»

Det var da jeg innså at det som hadde hendt med meg var misbruk og ikke «normalt.» Da jeg var yngre, var det normalt for meg, men vær sikker på at understrømmen min visste at det ikke var det. Da jeg var 29 år, deltok jeg på et kurs for å bli sikkerhetsvakt på et atomkraftverk, bestemt på at jeg aldri skulle bli såret igjen. Etter det, kunne jeg forsvare meg selv. Denne beslutningen, som mor til tre barn, måtte ha kommet fra understrømmen min.

Hvorfor gjorde jeg det?

Jeg drev med bryting med menn som var nesten dobbelt så store som meg selv, skyting med pistol og M16 automatgevær. Mot slutten endret jeg kurs fullstendig, men jeg fullførte likevel kurset så jeg aldri behøvde å være et offer igjen. Understrømmen vår puffer oss fremover for å løse det den anser for å være problemer, selv om det tar 30 år eller mer.

## DEN GENETISKE UNDERSTRØMMEN

Den følgende behandlingen med trosarbeid er et godt eksempel på hvordan genetiske programmer påvirker forskjellige aspekter.

Vianna: «Hva vil du arbeide med?»

*Kvinne: «Jeg hater ektemannen min.»*

Vianna: «Hvorfor hater du mannen din?»

*Kvinne: «Han er sint på meg fordi jeg jobber hele tiden.»*

Vianna: «Arbeider du hele tiden?»

*Kvinne: «Ja, men det er karrieren min. Jeg må arbeide.»*

Vianna: «Hele tiden?»

*Kvinne: «Ja, hvis jeg skal lykkes.»*

Vianna: «Så det er ikke noe tid for ektemannen din.»

*Kvinne: «Vårt største problem er at arbeidet mitt er det viktigste.»*

Vianna: «Når begynte dette?»

*Kvinne: «Jeg vet ikke, det har alltid vært der.»*

Vianna: «Lukk øynene og gå opp til det Syvende Eksistensplanet og spør Skaperen når det begynte.»

*Kvinne: «Jeg spurte, og det har vært der i hundrevis av år. Du må lykkes, du må arbeide, du må være vellykket som familie, det har alltid vært på denne måten.»*

Vianna: «Ok. Spør Skaperen om hvordan dette motiverer deg? Hva fikk familien din ut av dette?»

*Kvinne: «De var garantert å overleve, og de hadde ikke tid til å være sammen som ektepar. Dette betydde at de alltid ville være et ektepar.»*

Vianna: «Kan du ha tid til mannen din og likevel arbeide og ha suksess?»

*Kvinne: «Jeg tror det.»*

Vianna: «La oss endre dette til: «Dette programmet er fullført. Jeg kan ha suksess, og jeg kan jobbe og likevel ta imot kjærlighet.» Har jeg din tillatelse til å laste ned «Hvordan kjærlighet føles og at du kan ta imot kjærlighet»? Så kan du la ektemannen din elske deg, kjenne deg, og likevel være vellykket.»

*Kvinne: «Ja.»*

Vianna: «Er du vellykket?»

*Kvinne: «Ja, jeg er svært vellykket. Jeg kan lett forsørge familien min.»*

Vianna: «Elsket foreldrene dine hverandre?»

*Kvinne: «Nei, men de respekterer hverandre. Moren min er lege og faren min er ingeniør.»*

Vianna: «La oss sjekke om du kan ha både kjærlighet og suksess.»

Hun energitester: «nei.»

*Kvinne:* «Det er galt for meg å ha dette fordi foreldrene mine vil være sjalu og sinte. De vil tro at jeg drømmer meg vekk fra karrieren min.»

Vianna: «La oss vise deg at dette er mulig.»

*Kvinne:* «Ok. Men hvor starter jeg?»

Vianna: «La oss spørre Skaperen. Ok, dette er det jeg ble fortalt. Har jeg tillatelse til å laste ned til deg: «Det er trygt å ha suksess og likevel ta imot kjærlighet og at det gamle programmet har endret seg og du kan ha både kjærlighet og suksess i livet?»»

*Kvinne:* «Ja.»

Hennes aspekter påvirket situasjonen på følgende måte:

- **Overlevelse-selvet hennes** var påvirket av det genetiske programmet «Jeg må ha suksess for å overleve.»
- **Understrøm-selvet hennes** var påvirket av det genetiske programmet «Ekteskapet mitt holder hvis jeg er opptatt.»
- **Ego-selvet hennes** var påvirket av programmet «Livet er målt gjennom penger.»
- **Det høyere selvet hennes** lengtet etter kjærlighet og anerkjennelse, og hun lengtet etter det neste steget.
- **Skaperen sier:** «Du kan ha både kjærlighet og suksess i livet og være den beste.»

## Epigenese<sup>9</sup>

Den følgende behandlingen med trosarbeid er et eksempel på hvordan psykisk stress kan gi endringer i det fysiske DNA-et som har blitt overført til neste generasjon; dette skaper et trossystem på det genetiske nivået som påvirker alle livets aspekter.

En kvinne deltok på et av kursene mine, og jeg la merke til at hun var aggressiv overfor de andre studentene. Men intuitivt visste jeg at under alt sammen var hun en snill person, så da jeg fikk en mulighet, satte jeg meg ned med henne for å finne ut av problemet.

Vianna: «Hva får deg til å tro at du alltid må overkorrigere og kjempe hele tiden?»

*Kvinne:* «Jeg vet ikke. Jeg ser meg selv gjøre det, men jeg forstår ikke hvorfor.»

Vianna: «Men hvis du forsto det, når startet det?»

*Kvinne:* «Så lenge jeg kan huske, så har det vært sånn.»

Vianna: «Ok, la oss snakke om foreldrene dine.»

*Kvinne:* «Foreldrene mine har alltid vært svært underdanige.»

Vianna: «Ok, har du noen ide om hvorfor de er på denne måten?»

*Kvinne:* «Vel, bestemoren min overlevde Holocaust.»

Vianna: «Hvordan påvirker det deg?»

*Kvinne:* «Jeg hørte alltid historier om hvordan familier ble ledet til sin død.»

---

<sup>9</sup> Genetisk nydannelse

Vianna: «Ok, hvordan tjener følelsene fra disse historiene deg? Hva får du ut av det? Berør armen din og lukk øynene dine. Spør Skaperen: «Hva får jeg ut av det? Hva ville forfedrene mine få ut av dette trossystemet?»»

Hun så på meg med øynene fulle av tårer.

*Kvinne: «Fordi de ble ledet til sin død av bare noen få soldater. Ingen kjempet imot, de kunne bare ikke tro at det hendte med dem. Bestemoren min mistet mange familie-medlemmer den dagen, og ingen gjorde motstand, så jeg vil kjempe. Jeg vil aldri la det hende med menneskene mine igjen.»*

Vianna: «Ville du like å vite at du kan stå opp for deg selv og at du vet når og hvordan? At du vet når du skal si «nei» og at det er trygt? Og at du vet når det er riktig tidspunkt for å si nei, det riktige tidspunktet for å være sterk ifølge Skaperen? Og at du ikke overkorrigerer så mye mer?»

*Kvinne: «Ja, det vil jeg!»*

Så Skaperen lærte henne å vite hvordan det var å være trygg, men jeg foreslo at hun brukte øvelsen Hjerterets Sang, som jeg beskriver i boken *Advanced ThetaHealing*, for å rense ut noe av sorgen fra forfedrene.

**Hvordan påvirket overlevelses-selvets situasjonen hennes?** Med trosprogrammet: «Jeg må kjempe.»

**Hvordan påvirket understrømmen hennes situasjonen?** Understrømmen arbeidet med problemet med programmene: «Jeg må rette opp det som skjedde med familien min» og «Det skal aldri skje med oss igjen.»

Overkorrigeringen hennes var basert på et genetisk trossystem, og hennes høyere selv var motivert til å forsikre seg om at hun fikk sjansen til å fullføre livsoppgaven sin.

## ET HISTORISK TROSSYSTEM

Hvis du arbeider med en klient og vedkommende begynner å snakke om en annen tid og sted, kan denne ha et historisk trossystem som er forbundet med situasjonen. Klienten kan si ting som: «Jeg er redd for at noen vil drepe meg, slik man har gjort tidligere.» Dette er en overlevelse-selv-energi som påvirkes av overlevelsesdelen av det historiske nivået. Det historiske nivået er imidlertid også forbundet med gruppebevisstheten. Så trossystemet «sykdommer er uhelbredelige» kan være et gruppebevissthetens trossystem. Her er et eksempel på dette:

Vianna: «Hva vil du arbeide med?»

*Klient: «Jeg er diabetiker, men jeg bruker aldri insulin og endrer heller ikke kostholdet mitt eller livsstilen min, så jeg vet ikke hva som er galt med meg.»*

Vianna: Vel, hva får du ut av å ikke ta diabetesmedisinen din?»

*Klient: «Hvis jeg ikke tar den, tenker jeg at jeg vil bli bedre, fordi diabetes er uhelbredelig, så jeg kan aldri bli bedre.»*

Vianna: «Hva annet får du ut av å ikke ta medisinen?»

*Klient: «Jeg prøver å få kroppen til å helbrede seg selv.»*

Vianna: Ok, hvordan tjener det deg?»

*Klient:* «Så lenge jeg har diabetes, må jeg ta vare på meg selv, så jeg har en kamp som pågår inne i meg.»

*Vianna:* «Hva vil du gjøre med den kampen?»

*Klient:* «Jeg antar at jeg må ta vare på meg selv på en eller annen måte.»

## Hvordan påvirker aspektene situasjonen?

**Overlevelse-selvet sier:** «Diabetes er uheldelig», og «Jeg vil ikke ha det.»

**Understrøm-selvet sier:** «Jeg skal ta vare på meg selv.» Understrømmens belønning er at så lenge klienten har diabetes, må han eller hun ta vare på seg selv.

I denne situasjonen bør klienten få nedlastinger som lærer dem hvordan de kan ta vare på seg selv, som: «Jeg vet hvordan jeg skal leve uten å føle meg helt hjelpeløs.»

For flere forklaringer om trosarbeid, se i boken *Digging for Beliefs*.

## Ego-selvet

Vi trenger egodelen av oss selv for å opprettholde identiteten vår. Vi må ikke be egoet vårt om å forsvinne, fordi det er selvbildet vårt, men vi kan avholde det fra å tenke at det er bedre enn alle andre. Akkurat som med understrømmen, er egoet hverken godt eller ondt. Når du forstår understrømmen din, vil det være mye lettere å innse at påvirkningene fra ego-selvet kan være både positive og negative.

Jeg kaller et negativt ego for *egoisme*. Hvis egoismen uttrykker seg fra det underbevisste, tilbyr den alltid berømmelse og penger på bekostning av noen andre. Noen som er egoistiske vil si og tenke ting som: «Du må elske meg» istedenfor «Elsker du meg?»

Egoet må bli snudd til å utvikle dyder. Dyder gir egoet høy selvtilitt. Dyder hjelper til med å beholde egoet ditt som en venn, istedenfor å snu det til egoisme. Når egoet er snudd mot positive handlinger, har du kontroll. Det blir egoisme når du er *kontrollert av egoet*.

Når du for eksempel begynner en avlesning, er du kanskje usikker og nervøs til å begynne med og undrer på om du har «gjort det riktig.» Under den første avlesningen sier utøveren til klienten: «Jeg ser at det er noe galt med skulderen din.» Klienten bekrefter at avleseren har rett, og dette begynner å jobbe med avleserens sinn. Fordi denne opplysningen er riktig, utfører utøveren flere avlesninger og fortsetter å «treffe blink» gang på gang. Overveldet av suksess, gjør avleseren den feilen å falle i egoismens felle. De glemmer alt om Skaperen og begynner å komme med uttalelser som: «Jeg mener du bør gjøre dette med livet ditt.» Avleseren kan begynne å tenke at det bare «dreier seg om meg» og glemmer at avlesninger er en samskapende prosess. Så lenge du ganske enkelt stoler på meldingene fra Skaperen, er alt i bra.

For mange år siden kom en kvinne inn i butikken min og påsto at hun hadde et en beskjed fra **De Tolvs Råd**. Jeg sa: «Ok, hva er beskjeden?»

Hun sa: «De Tolvs Råd sier at du har gjort en god jobb, men nå er det tid for at jeg skal overta for deg.»

Ville De tolvs råd fortelle henne at det var hennes jobb å ta over? Usannsynlig. Det er et De Tolvs Råd for hver sjelefamilie, så hvilken var det hun snakket om? Tydeligvis ønsket hun seg mine klienter, min butikk og mitt foretak. Uten nøling fortalte jeg henne: «Beklager, men Skaperen fortalte meg ikke noe om det.»

Dette er et godt eksempel på at noens ego selv har blitt til egoisme. Hun kanaliserte ikke noe, selv om jeg er sikker på at hun trodde på det hun sa, og at hennes egoistiske tanker var at hun kunne overbevise meg.

På avansertkurset mitt bruker jeg en øvelse for å oppleve en annen persons høyere selv. En student er klienten, og den andre er utøveren. Klienten gir utøveren en serie med spørsmål rettet til sitt høyere selv. Ved hjelp av Skaperens Veikart-meditasjon (se *Introduksjon, side 11*), forbinder utøveren seg med det høyere selvet og fungerer som kanal for spørsmål og svar.

Mens to av studentene mine gjorde denne øvelsen, spurte en kvinne i rollen som klient det høyere selvet sitt hvorfor hun ikke kunne finne sjelevennen sin og hva hun trengte å gjøre for å finne vedkommende raskere. Utøveren svarte, fordi vedkommende antok at han/hun snakket med klientens høyere selv: «Ditt høyere selv sier at du må farge håret ditt blondt!»

Svaret opprørte damen som var klient, og hun kom gråtende bort til meg og spurte: «Vil virkelig det høyere selvet mitt at jeg skal farge håret mitt blondt?»

Jeg sa til henne: «Selvsagt ikke. Ikke bekymre deg om det.»

Tror du virkelig at denne kvinnens høyere selv-aspekt ville fortelle henne det? Kommer sjelevennen hennes fortære inn i livet hennes fordi hun var blitt blond? Jeg tror ikke det. Jeg spurte likevel det høyere selvet hennes, bare for å være sikker, og det hadde ikke sagt noe som helst om håret henne.

Kan du gjette hvilken hårfarge utøveren hadde? Helt riktig, blondt! Utøveren snakket ut fra sin egoisme og sin egen erfaring. Hun kan genuint ha prøvd å hjelpe den andre kvinnen med mørkt hår, men var tydeligvis påvirket av sitt eget ego. Spørsmålet som skulle ha blitt stilt til kvinnens høyere selv var: «Er hun klar for sjelevennen sin?» Det var uansett ansvaret til kvinnen som fikk avlesningen, å gå opp og finne ut om avleseren hadde rett.

## Det høyere selvet

Det høyere selvet holder alt i perspektiv. Så lenge du omfavner ditt høyere aspekt, vil du få bedre svar fra universet. Mesteparten av tiden handler vi gjennom ett eller flere av aspektene til overlevelse-, understrøm-, eller ego-selv, istedenfor gjennom det høyere selvet.

Dine underbevisste aspekter er forbundet med ditt høyere selv og ditt høyere selv er forbundet med sjelen din, men det høyere selvet må fortsatt gå opp til Skaperen for å få den høyeste sannheten og balansere alle aspektene. Vi trenger det høyere selvet vårt for at sjelen vår skal utvikle seg.

Målet er å la det høyere selvet ditt styre mer av livet ditt. Jo mer du tillater ditt høyere aspekt å komme inn i rommet ditt, desto flere dyder vil du få, og desto mer kan du gå gjennom ditt høyere selv opp til Skaperen. I motsetning til aspektene på de tre første nivåene, så *vet* det høyere selvet at det er en del av Skaperen.

Det høyere selvets trossystemer er:

- «Jeg kan vokse.»
- «Jeg kan lære.»
- «Vi er en del av Skaperen.»
- «Skaperen er en del av oss.»

Noen beskjeder fra Skaperen kan være:

- «Vi er alle en del av Skaperen.»
- «Vi er alle atomer.»
- «Vi er alle en del av livskraften.»
- «Vi er alle elsket.»
- «Vi er alle tillatt å forbinde oss med livskraften.»

Det høyere selvet sier: «Jeg kan lære», men Skaperen vil trekke deg ut av meg, meg, meg, og sier «Vi kan *alle* lære.»

## Sjelen

Vi lever i kroppens livsstøttende system som arbeider tredimensjonalt. Det høyere selvet arbeider fra det Tredje Eksistensplanets bevissthet, forbundet med sjelens høyere aspekt. Men sjelen arbeider multidimensjonalt og er ikke bare begrenset til kroppen, fordi det er en sammensmeltning av alle de forskjellige nivåene og aspektene. Skjebnen er legemliggjøringen av sjelens ønske om å utvikle seg. Sjelen tror at når noe er endret er effekten øyeblikkelig.

## ASPEKTER VED GRAVEARBEID

Det er viktig å forstå at når vi utfører trosarbeid, så arbeider vi på alle aspektene av nivåene. Det er imidlertid viktig å gjenkjenne hvilket aspekt som arbeider på hvilket nivå og hvor mye de påvirker livet ditt fra et underbevisst nivå.

Bevisstheten om at ditt indre aspekt kan *påvirke* en behandling med trosarbeid, endrer ikke hvordan vi *braker* trosarbeid. Utøveren arbeider på de fire trosnivåene – grunnleggende, historisk, genetisk, og sjelenivå. Be om og befal fortsatt gravearbeid på samme måten – og spør de samme grunnleggende spørsmålene i trosarbeidet. Du går fremdeles opp til Skaperen før du utfører trosarbeid for å be om svar og de korrekte nedlastingene. Det vi introduserer her er mer kunnskap om oss selv og hvordan vi skal vite forskjellen mellom Skaperen og andre påvirkninger. Denne innsikten kan hjelpe deg å helbrede.

Hvis du for eksempel går opp til Skaperen og hører et klart svar som: «Du er en del av Alt Som Er,» kan overlevelsesdelen av hjernen din hviske: «Nei, jeg er ikke verdig til å være en del av Alt Som Er.» Åpenbart, og fordi du har sunn fornuft, så vet du at denne stemmen ikke kommer fra det høyeste stedet. Du vet likevel at du trenger å arbeide på dette trossystemet.

Understrømmen din vil oppfatte dette svaret fra Skaperen på en helt annen måte, akkurat som egoet ditt. Hvis disse aspektene er i balanse, vil de akseptere svaret på den høyeste måten. Hvis aspektene er i ubalanse, vil tolkningen heller ikke være i balanse.

## ASPEKT-GRAVING

Når du bruker forbindelsen din til Skaperen i en behandling med trosarbeid, halverer du behandlingstiden fordi Skaperen ganske enkelt viser deg svarene. I denne øvelsen later avleseren som om han/hun er både utøver og klient med fokus på å kjenne igjen overlevelse-selvet, understrøm-selvet, ego-selvet og det høyere selvet.

1. For å begynne øvelsen, tenk på problemene du har i livet ditt.
2. Når du har identifisert hva du ønsker å arbeide med, gå opp til det Syvende Eksistensplanet ved hjelp av Veikart-meditasjonen (se *Introduksjon, side 11*).
3. Nå som du er på det Syvende Eksistensplanet, spør Skaperen: «På hvilken måte begynte dette? Når startet denne følelsen?» (Disse spørsmålene er rettet til Skaperen for å avdekke overlevelse-selvet.) Gjennom svarene vil avleseren gjenkjenne overlevelse-selvet og hva det gjør.
4. Deretter, gå tilbake til det Syvende Eksistensplanet ved å bruke Veikart-meditasjonen igjen. Nå som du er på det Syvende Eksistensplanet, spør Skaperen: «Hva får jeg ut av dette? Hvordan motiverer det meg? Vis meg.»
5. Bruk så Veikart-meditasjonen for å returnere til det Syvende Eksistensplanet. Nå som du er på det Syvende Eksistensplanet, spør Skaperen: «Hva skaper egoet mitt? Hva oppnår jeg med det? Vis meg.» Gjennom dette svaret forstår avleseren ego-selvet og hvordan det påvirker.

**Merk:** Hvis du spør: «Hvordan påvirker dette meg?» så er det ego-selvet som snakker.

6. Gå igjen opp til det Syvende Eksistensplanet mens du bruker Veikart-meditasjonen. Nå som du er på det Syvende Eksistensplanet, spør Skaperen: «Hva lærer det høyere selvet mitt av dette? Vis meg.» Gjennom dette svaret forstår avleseren det høyere selvet og hva det lærer.

**Merk:** Avleseren bør fortsette å utføre trosarbeidet inntil motivasjonen til hvert aspekt blir tydelig, men gå alltid opp til Skaperen for å få det høyeste svaret.

7. Gå opp til det Syvende Eksistensplanet ved hjelp av meditasjonen. Nå som du er på det Syvende Eksistensplanet, spør Skaperen: «Hva vil du at jeg skal lære? Vis meg Skaperens perspektiv.» Gjennom dette svaret gjenkjenner klienten Skaperen. Dette vil være en ren, kanalisert beskjed. Nå bør avleseren spørre Skaperen om det er noe mer å lære fra erfaringen, hvilke nedlastinger det er behov for, og hva som trenger å bli skiftet ut og endret.

**Merk:** Hvis du spør: «Skaper, hva skal jeg gjøre?» er du forbundet med guddommelig energi.

8. Stoler du på at Skaperen hjelper deg med disse problemene? Gå opp og spør Skaperen hvis du stoler på Skaperen.
9. Spør Skaperen: «Er dette fullført?»

Etter å ha praktisert denne øvelsen den første gangen, vil du begynne å gjenkjenne aspektenes innflytelse på ditt daglige liv. En **søvnssyklus** vil gi bevisstheten din en bedre ide om hva som skjer med det underbevisste, og det vil bli lettere å gjenkjenne hva som foregår med de fire aspektene til overlevelse, understrøm, ego og det høyere selv.



Kapittel 4

**KJENNE FORSKJELLEN  
MELLOM SKAPEREN OG SELV**

Når du vet hvordan du skal kjenne igjen alle aspektene i sinnet ditt, er det lettere å forstå intuisjonen din og hva slags beskjeder du mottar.

Husk at det alltid foregår to samtaler samtidig i hodet ditt. Dette er normalt, så ikke tro at dette er en mental sykdom av et eller annet slag. Når du snakker med aspektene til overlevelse-, understrøm- og ego-selvne, kan du finne ut at du har alle slags påvirkninger i hodet ditt.

Det er viktig å spørre:

- «Hvilken del av meg er dette?»
- «Hvordan føles det å besøke Skaperen? Er det intelligensens rene energi og perfekt kjærlighet?»

Det er ikke uvanlig å få mange svar når du går opp og forbinder deg med Skaperen.

Når du går opp til Skaperen, spør om å få den høyeste sannhet som ditt opplyste høyere selv ville fått når det snakker med Skaperen. Å gå opp og be om den høyeste sannhet vil hjelpe deg så du får bedre svar. Hvis du ikke er sikker på at svaret er riktig, fortsett å spørre om den «høyeste sannhet» inntil du vet at det er det mest intelligente, kjærlige svaret.

Frykt er en ting som kan blokkere deg fra den høyest sannheten. Svarene fra Skaperen er alltid de mest intelligente, kjærlige svarene og inneholder aldri frykt eller egoisme.

## VÆRE BEVISST PÅ SVARENE

Hvis du virkelig ønsker å vite hva som foregår i hodet ditt, vær bevisst på svarene du mottar på spørsmålene dine til Skaperen.

Et godt eksempel på dette er en av studentene mine som mente at jeg ikke likte henne fordi jeg ikke stoppet opp for å gi henne en klem. Fornærmet og såret, skrev hun til meg og sa: «Jeg spurte Skaperen hvorfor du ikke likte meg og ble fortalt: «Det spiller ingen rolle, det er lærerens problem. Alle du stoler på sårer deg uansett.»»

Dette svaret kom tydeligvis ikke fra Skaperen, fordi jeg likte henne svært godt. Så jeg skrev tilbake og ba henne om å gå opp igjen og stille det samme spørsmålet. Da hun gjorde det, svarte hun at hun mottok svaret: «Så lenge jeg holder avstand, vil jeg være trygg. Jeg kan bare stole på meg selv.»

Dette er et klassisk svar fra understrøm-selvet hennes. Så, da jeg skrev til henne: «Hvorfor tror du det? Hva får du ut av å ha det trossystemet? Er det virkelig det du tenker?»

Hun skrev tilbake: «Ja, det er det jeg er overbevist om.»

Brukes kun i kurs undervist av Anett Powell Wang | [www.thetakoden.no](http://www.thetakoden.no) Dette er en norsk oversettelse laget som et supplement til den originale engelske boken av Vianna Stibal. Det anbefales å kjøpe originalversjonen på engelsk for å sikre korrekt og fullstendig forståelse av materialet. Kopiering, distribusjon eller videresalg er ikke tillatt.

Så jeg spurte henne: «Hvorfor føler du på denne måten? Når du vet hvorfor du føler på denne måten, gå opp til Skaperen igjen.»

Hun skrev tilbake og sa: «Jeg er bedre enn deg uansett. Jeg vil skape mine egne ting.»

Det var tydelig at det var egoismen hennes som snakket til henne, og hele seansen fra start til slutt utviklet seg på denne måten:

Først fortalte jeg henne forsiktig at jeg likte henne, og at hun var svært spesiell. Så ba jeg henne om å stille spørsmålene sine til Skaperen:

Spørsmål: «Hvorfor liker ikke læreren min meg?»

Overlevelse-selvet: «Det spiller ingen rolle, det er lærerens problem. Alle jeg stoler på sårer meg uansett.»

Spørsmål: «Hvorfor liker ikke læreren min meg?»

Understrøm-selvet: «Så lenge jeg holder avstand fra vedkommende, vil jeg være trygg. Jeg kan bare stole på meg selv.»

Dette er fordi overlevelse-selvet tror at alle denne personen stoler på, sårer henne.

Spørsmål: «Hvorfor liker ikke læreren meg? Hvordan motiverer dette meg?»

Negativt ego: «Jeg er bedre enn henne uansett. Jeg vil skape mine egne ting.»

Dette svaret fra det negative egoet kommer fordi overlevelse-selvet tror at alle hun stoler på sårer henne, og understrømmen forsøker å løse problemet.

Disse svarene betyr at studenten er i sitt eget rom og ikke snakker med Skaperen. Jeg fant at dette var et ganske vanlig scenario fordi det alltid er noen som har erfart å ha fått følelsene sine såret av en lærer og derfor er livredde for å stole på noen eller noe. Hver gang oppmuntret jeg henne til å spørre igjen om det høyeste svaret.

Spørsmål: «Hvorfor liker ikke læreren meg? Hva skal jeg lære av dette?»

Høyere selv: «Læreren min elsker studentene sine. Skaper, hva er det hun forsøker å læremeg?»

Til slutt fikk hun det virkelige svaret.

Spørsmål: «Hvorfor liker ikke læreren min meg?»

Skaperen vil svare med kjærlighet og sannhet.

Skaperen: «Læreren din er sliten. Hva kan du gjøre for henne? Hva kan du lære av henne? Hun har virkelig velsignet livet ditt.»

Skaperen vil trekke deg ut av rommet der alt handler om deg selv og vise deg svaret fra et sted der det er perfekt kjærlighet. Skaperen svarer alltid fra dette stedet, hvilket betyr at mange av beskjedene som er gitt til utøveren og læreren i ThetaHealing, er påvirket av det indre aspektet istedenfor å være påvirket av Skaperen. En av grunnene til at vi går opp og forbinder oss med Skaperen er for at vi ikke skal bli påvirket av hjernens innflytelse. Hvis det er noen rester av frykt i kommunikasjonen, kommer ikke svaret fra Skaperen.

Når du går opp og snakker med Skaperen, bruk de følgende rådene:

- Fortsett å spørre inntil du får det høyeste svaret.
- Du må navigere deg gjennom sinnet ditt. Det høyeste svaret behøver ikke være det første du får. Det vil imidlertid være det klareste, høyeste, minst egoistiske og snilleste svaret. Det vil varme hjertet ditt. Hva vil den høyeste intelligensen og kjærligheten si til deg?
- Sunn fornuft er viktig. La det bevisste sinnet ta avgjørelsen og spør: «Er det dette Skaperen vil fortelle meg?»
- Stemmen er feil hvis den er negativ. Ikke lytt til den. Hver gang den sier ting som «Du kan ikke utføre healing» eller «Du er ingenting», har den feil energi.
- Underbevisstheten løser problemer fra fortiden sammen med understrømmen. Noen ganger overkorrigerer underbevisstheten og trenger det bevisste sinnet til å styre seg. Du må forstå den virkelige motivasjonen din, da den forholder seg til understrømmen din, eller den kan holde deg fanget.

*Vi trenger alle aspektene, men de må også være i balanse.*

Når du går opp og ser hva som styrer livet ditt, er det jobben din å bevisst balansere tingene i underbevisstheten.

## NEDLASTINGER

De følgende nedlastingene kan hjelpe deg med å forstå ditt underbevisste selv bedre.

«Jeg vet hvordan jeg skal forstå meg selv.»

«Jeg er klar for å forstå mitt underbevisste sinn.»

«Jeg vet hvordan jeg skal la mitt bevisste sinn styre underbevisstheten min.»

«Jeg vet hvordan jeg skal forstå overlevelse-selvet mitt.»

«Jeg vet hvordan jeg skal forstå understrøm-selvet mitt.»

«Jeg vet hvordan jeg skal forstå ego-selvet mitt.»

«Jeg vet hvordan jeg skal forstå mitt høyere selv.»

«Jeg vet hvordan det føles for aspektene mine å arbeide sammen.»

«Jeg vet hvordan det føles å tillate Skaperen å undervise gjennom meg.»

«Jeg vet hvordan det føles å ha visdom strømmende til meg.»

«Jeg vet hvordan jeg skal gi kjærlighet og oppmerksomhet til andre fordi dette kommer fra Skaperen.»

«Jeg vet hvordan jeg skal stole på Skaperen.»

•••



Kapittel 5  
**FORSTÅ**  
**BESKJEDER FRA**  
**SKAPEREN**

**H**vis du er i harmoni med skaperverket, vil du motta beskjeder fra universet, men bare hvis du er oppmerksom. Som klarsynt, vil du få beskjeder på mange måter. Det kan være gjennom ordene i en sang at du får inspirasjon når du trenger det aller mest. Noen mennesker mottar beskjeder i drømmer, vanligvis i de tidlige morgentimene (Klokken ett til tre om morgenen). Det er ikke uvanlig å våkne opp og tenke: «Jeg kan ikke huske alt jeg drømte, men jeg vet at beskjeden var virkelig viktig. Hva hendte?»

Ikke vær engstelig, du vil fortsette å få drømmen inntil du husker den. Dette er normalt. Hvis du legger deg til å sove og føler at mennesker arbeider med deg, så er det også normalt. Alt du behøver å gjøre i forhold til nattens arbeid, er å vite at du er ok. Imidlertid, hvis du er våken og det er TV-en din som snakker til deg og forteller deg at du må vaske kjøkkengulvet, da bør du være bekymret og stille spørsmål ved tilregneligheten din.

Vi mottar alle guddommelig inspirasjon, hvis vi er åpne for å høre det. En av beskjedene noen mennesker får er at vi alle er en del av Skaperen. Selv om denne beskjeden er en god sådanne, avhenger det av hvordan det blir tolket. Hvis noen er i overlevelsesmodus, kan det være at dette vil utløse overlevelses-trossystemer på et genetisk nivå. Noen av disse trossystemene kan være «Det er galt å tenke at vi er en del av Skaperen» eller «Jeg kan bli drept» fra det historiske nivået. Understrømm-selvets trossystem kan være: «Jeg er ikke god nok til å være en del av Skaperen.» Egoismen ville si «Skaperen er meg; jeg er Skaperen, jeg er den viktigste, tilbe meg. Jeg er bedre enn alle andre. Jeg vil bevise at jeg er bedre enn alle andre. Jeg vil vise dem!» Men beskjeden burde virkelig være «Vi er alle en del av energien som beveger alle ting. Du er en del av helheten.»

**Eksempel på beskjeder:** «Du er en del av Skaperen.»

**Overlevelse:** «Det er galt å tenke at jeg er en del av Skaperen. Jeg kan bli drept.»

**Understrøm:** «Jeg er ikke god nok til å være en del av Skaperens superbevissthet. Jeg må bli fryktet, eller jeg må gjemme meg så ingen kan se den virkelige meg.»

**Egoisme:** «Skaperen er meg; jeg er Skaperen. Jeg er den viktigste, tilbe meg. Jeg kan være bedre enn alle andre. Jeg skal bevise at jeg er bedre. Jeg skal vise dem, jeg vil skape noe. Jeg er like god som dem.»

**Høyere selv:** Sjelen sier: «Jeg kan gjøre forskjellen. Jeg kan lære, jeg kan vokse og hjelpe alle jeg kan. Vi er alle en del av Skaperen.»

Skaperen vil svare med kjærlighet og sannhet, som: «Vi er alle forbundet med Alt Som Ers energi. Vi er alle atomer; vi er alle en del av livsenergien. Vi er alle elsket og tillatt å forbinde oss med denne energien.» Skaperen vil trekke deg ut av et rom som omhandler deg selv og vise deg svaret med kjærlighet.

Du kan få en beskjed om at du kommer til å arbeide med en berømt filmstjerne, men egoet ditt sier: «Nei, det er bare for innbilsk – å tenke at jeg skulle arbeide med noen så viktig.» Åpenbart, så mangler egoet ditt selvtillit, og du så bort fra beskjeden fordi du tenkte du ikke var verdig nok. Du kan ha stoppet en mulighet til å hjelpe noen som trenger det. Tross alt, filmstjerner har også noen spesielle utfordringer å arbeide seg gjennom, akkurat som alle andre.

Akkurat som dette forholder seg til ego-selvet, er det en forskjell mellom å være selvsikker og å være selvsentrert. Men det er en forskjell mellom å være sentrert i seg selv, og bare tenke på seg selv. Vi er ment å skulle elske oss selv uten å være selvsentrert, elske andre, elske en kjæreste, og elske Skaperen. For å være i balanse, bør du elske deg selv 40 prosent og alle andre 60 prosent. Denne fordelingen av kjærlighet er vanskelig men nødvendig for å få klare svar.

Hvilket selv er du knyttet til når du får en beskjed i sinnet ditt? For eksempel, hvis du foretar en reise for å undervise i ThetaHealing og beskjeden som kommer er «Noe er galt med flyet», så er det sannsynlig overlevelse-selvet ditt, fordi beskjeden inneholder frykt.

Understrømmen din vil få deg vekk fra å foreta en reise på en annen måte. Understrømmen din vil begynne å spørre hvorfor du i utgangspunktet skal på denne reisen, og forsøker å finne en unnskyldning så du ikke behøver å reise.

Fordi understrømmen din vet, at måten du har unngått å reise noen steder, var å bli syk, kan du finne på å bli syk rett før du går om bord i flyet. Det negative egoet ditt vil fortelle deg ting som: «Jeg kommer til å være fantastisk; jeg kommer til å bli tilbudt av klassen jeg skal undervise i.» Det høyere selvet vil si: «Du vil være trygg på reisen, og dette er en del av din guddommelige tid.» Hvis beskjeden kom fra Skaperen, ville beskjeden vært uten frykt eller ego. Beskjeden ville være noe slikt som «Slapp av. Alt kommer til å være ok.»

Det høyere selvet ditt er svært kunnskapsrikt fordi det er forbundet med sjelen din. Sjelen din er en del av Skaperen, men ingenting er som å gå direkte til den universelle ånden som gir liv til og binder sammen alle ting som eksisterer.

Jeg hadde en gang en klient med et problem. Hun kunne ikke forstå hvorfor hun alltid svidde maten når hun lagde den. I fem år forsto hun ikke hvorfor hun svidde ektemannens middagsmat, inntil hun gikk opp og koblet seg til Skaperen og spurte: «Når startet dette? Hvorfor svir jeg middagsmaten hans? Er jeg fortsatt sint på ham?»

Skaperen fortalte henne: «Det startet da han såret følelsene dine. Han kommer til å spise svidd middagsmat inntil du tilgir ham. Du er fortsatt sint på ham. Når du har kvittet deg med sinnet ditt, kan du gå videre.»

En del av hjernen hennes forsøkte fremdeles å løse problemet ved å svi maten hans. Hun tenkte for seg selv: «Det ville være fint å ikke spise svidd middagsmat. Kanskje jeg skulle tilgi ham.»

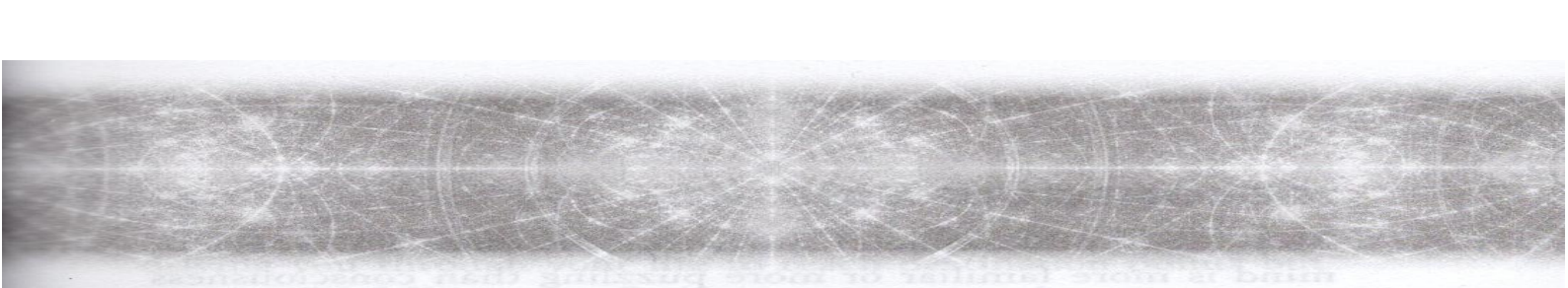
Det gikk aldri opp for denne kvinnen at hun sved ektemannens middagsmat fordi underbevisstheten hennes ikke hadde klart å tilgi.

•••



Kapittel 6

**INTUITIVE  
BESKJEDER FRA  
SKAPEREN**



**D**et kreves god dømmekraft for å motta ren informasjon fra Skaperen. Dømmekraften er forståelsen av hvordan du skal lytte og bruke informasjonen når du har fått beskjeden. Dette krever at du har tillit til beskjeden fra Skaperen. Når du vet hvordan du skal bruke informasjonen, er det viktig å følge den, som den følgende historien fra tidligere i livet mitt illustrerer.

## **CHARLIE'S RESTAURANT**

Like etter at jeg hadde startet forretningen min, hadde jeg en opplevelse som lærte meg å lytte når jeg fikk en beskjed fra Skaperen. En kveld arbeidet jeg i den lille butikken min, og var klar til å gå hjem. Jeg slo av alle lysene og da hørte jeg Skaperen si: «Du kan ikke gå nå. Sitt ned og vær stille.»

Jeg svarte: «Å nei, jeg er ok.»

Men Skaperen svarte: «Sitt ned. Det er fare utenfor.»

Jeg satte meg ned og ventet i en time.

Så hørte jeg: «Alt er i orden. Gå hjem.»

Beskjeden hadde en så sterk energi, at det ikke var noen tvil i sinnet mitt at jeg måtte lytte til den.

Neste dag var jeg på kontoret mitt og utførte en massasje, da brannvesenet plutselig kom og banket på døren min, og brannmannen sa: «Vi må evakuere bygningen nå! Det er en bombe!»

Den gangen tenkte jeg at dette var latterlig fordi ingen lager bomber i Idaho, spesielt ikke i den konservative byen Idaho Falls. Uansett, jeg fikk klienten min ned fra benken, og vi gikk ut for å finne ut hva som var på ferde.

I denne bygningen var det en restaurant, en skjønnhetssalong, en alternativ butikk og mitt kontor bak butikken. Restauranten het Charlie's Restaurant. Den dagen hadde de som drev skjønnhetssalongen kjent lukten av bensin og ringt brannvesenet, som fant at det hadde blitt plassert en bombe på taket. De uskadeliggjorde bomben og ringte politiet som undersøkte og arresterte Charlie, som etter hvert ble fengslet.

Tydeligvis tapte Charlie penger og ville ha forsikringspengene som følge av brannen. Så natten før, da han trodde at alle hadde gått hjem, heiste Charlie store tønner med bensin opp på hustaket og forbant dem med en provisorisk tenner og timer for å antenne det hele neste natt når alle hadde gått hjem. Hvis jeg hadde gått ut den kvelden, ville jeg ha kommet rett inn i hans mislykkede bombeforsøk. Det som var viktig var at jeg lyttet til stemmen og dette var en god lærdom for meg.

## INTUITIV ANATOMI-KURS I NEW ZEALAND

En gang holdt jeg et kurs i intuitiv anatomi i Rotorua, New Zealand, for noen innfødte maorier og andre New Zealandere. Vi hadde et hotellrom i første etasje med skyvedører mot utsiden.

En kveld ble jeg fortalt at jeg måtte flytte til et annet rom i hotellet. Beskjeden var klar: «Flytt, ellers kommer du til å bli ranet.»

Jeg fortalte Guy at vi måtte flytte til et annet rom. Irritert sa han at han ikke ville flytte. Den dagen røk et vannrør i rommet vårt, og hotellet flyttet oss en etasje opp til et annet rom.

Guy lo og sa: «Du fikk viljen din likevel!»

Den neste kvelden ble alle i første etasje ranet mens de spiste middag. Verten vår var en av disse, hvilket gjorde meg svært trist.

## ORKANEN SANDY

Da jeg holdt et seminar i den nordlige delen av staten New York, hørte jeg om en orkan kalt Sandy som hadde utviklet seg i Atlanteren og beveget seg mot kysten. Jeg hadde akkurat avsluttet seminaret og kjørte tilbake til New York City for å fly hjem. Jeg ville utsette flyturen et par dager og vise datteren min Brandy byen New York. Da fortalte Skaperen meg at jeg skulle fly med en gang for å unngå stormen, og nå hadde jeg lært å lytte.

Til seminaret hadde mange av samarbeidspartnerne mine kommet fra andre land. Jeg ba dem alle om å fly derfra tidlig, og til deres ros, de hørte på meg. Men en av vennene mine som bodde i New York City kranget med meg og sa: «Disse stormene truer New York City regelmessig, men de har aldri truffet byen og det vil ikke denne heller.» Han fortalte alle at dette skyldtes frykt og at de ikke skulle lytte til meg, men de andre samarbeidspartnerne mine visste bedre.

Vi fikk alle tidlige fly og kom oss ut før stormen traff land. En time etter at den siste samarbeidspartneren hadde flydd derfra, stengte flyplassen ned på grunn av stormen, og ingen kunne forlate byen.

For første gang i manns minne ble Manhattan truffet av en orkan, som forårsaket en hel del skade. Hadde jeg blitt værende, ville jeg ha blitt forsinket i mange dager. Orkanen Sandy førte til kansellering av 9 250 flyavganger, hvilket gjorde at 810 000 passasjerer ble værfaste, og forårsaket skader for over 50 milliarder dollar i 24 stater. Det hardest rammede området var kystområdene i New Jersey og på Long Island. I New York City stengte stormen undergrunnsstasjoner, forårsaket branner og stengte New York-børsen. Sandy stengte mange flyplasser og togstasjoner over hele den nordøstre delen av USA. Regnet, snøen og vinder fra Sandy etterlot seg over åtte millioner mennesker uten strøm, fra Atlanterhavskysten og opp til de store sjøene, og noen hjem i New York og New Jersey var uten strøm i flere uker etter stormen. Orkanen Sandy kostet livet til 147 mennesker.

Moralen i disse historiene? Du må være i stand til å lytte til Skaperen og ta den riktige avgjørelsen.

## FORBEDRE KOMMUNIKASJONEN MED SKAPEREN

De følgende fremgangsmåtene hjelper med å åpne kronechakraet og forbedre kommunikasjonen med Skaperen:

- Du bør ha energi som kommer inn i kronechakraet hele tiden, så det er en konstant kommunikasjon med Skaperen.
- Samle energi i kroppen din og skyv den forsiktig opp mot issen. Hvis nødvendig, start hele prosessen om igjen. Dette har lite å gjøre med å rulle med øynene eller anstrenge seg. Dette er ikke samme slags trykk som når du går på toalettet. Bare se for deg en lett oppadgående dytt.
- Behandling med fiolett lys kan hjelpe til med å åpne kronechakraet og skape kommunikasjon. Hvis du ligger under fiolett lys, vil det øke fokuset ditt under avlesninger over telefon.
- Infrarød behandling brukes for å avgifte kroppen og fokusere sinnet. Det hjelper med å få oksygen til cellene og balansere hormonene dine.
- Hvis svaret fra Skaperen har et negativt eller angstfylt innhold, forkast det og gå høyere opp. Skaperens energi er den perfekte og rene energien til kjærlighet og intelligens. Hvis du går opp og får et svar som ikke føles som om det er fra dette stedet av renhet, da må du se for deg at du går høyere opp og spør: «Hva er det høyeste svaret?» Når du begynner å gjøre dette, vil du innse at du går opp gjennom eksistensplanenes nivåer til det Syvende Eksistensplanet.
- Hvis du vil ha klare beskjeder fra Skaperen, må du stille deg noen spørsmål for å lære å kjenne deg selv. Det neste steget er å gjøre egenarbeid sammen med Skaperen. Den beste måten å gjøre arbeid på deg selv, er å gå opp til Skaperen og spørre: «Når startet problemet? Hva får jeg ut av det? Hva lærer jeg av det?»
- Hvis beskjeden ikke har den mest kjærlig utviklede energien, da er det sannsynligvis ikke fra Skaperen.
- Klarheten i beskjedene du mottar, avhenger av hvor mye du praktiserer å gå opp og forbinde deg med Skaperen.

### ASPEKT TROSARBEID MED EN ANNEN PERSON

Det er viktig å utvikle evnen til å utføre trosarbeid med Skaperen. Men det er også nyttig å hjelpe noen andre med å utføre trosarbeid med Skaperen. Denne øvelsen er til for å gjøre noen vant til å arbeide med Skaperen og krever to personer: En person er klienten og den andre er utøveren. Det er viktig å merke seg det følgende:

1. Utøveren lærer klienten å forbinde seg med Skaperen for å arbeide med alle aspektene.
2. Utøveren får klienten til å stille Skaperen spørsmål om trosarbeid som angår dem selv.
3. Utøveren ber så klienten å gå opp til det Syvende Eksistensplanet hver gang de stiller et spørsmål til Skaperen.
4. Gjennom hele øvelsen bevitner utøveren mentalt det klienten gjør.

Brukes kun i kurs undervist av Anett Powell Wang | [www.thetakoden.no](http://www.thetakoden.no) Dette er en norsk oversettelse laget som et supplement til den originale engelske boken av Vianna Stibal. Det anbefales å kjøpe originalversjonen på engelsk for å sikre korrekt og fullstendig forståelse av materialet. **Kopiering, distribusjon eller videresalg er ikke tillatt.**

Her er et eksempel på en samtale for å utføre arbeid med aspekt trossystemer med en annen person:

Utøver: «Hvilket problem opplever du nå?»

*Klient: «Jeg ødelegger alltid forholdet til mennesker jeg elsker.»*

Nå som utøveren har identifisert hva klienten ønsker å arbeide med, ber utøveren klienten om å gå opp til det Syvende Eksistensplanet for å stille Skaperen dette spørsmålet:

Utøver: «Jeg vil at du skal gå opp til Skaperen og finne ut når dette begynte.»

Klienten går selv opp til det Syvende Eksistensplanet og spør Skaperen om å få et svar. «Det begynte da jeg var barn.»

Når klienten har svaret, spør utøveren klienten: «Hva er det neste du vil gjøre? Hva er det neste steget?»

Utøver: «Gå opp og spør Skaperen om hva du får ut av det. Hvordan tjener det deg?»

*Klient: «Skaperen fortalte meg at hvis jeg ødelegger forholdene mine, vil jeg aldri bli såret av noen jeg elsker.»*

Utøver: «Spør Skaperen om hva du lærer fra dette.»

*Klient: «Skaperen forteller meg at jeg lærer at jeg kan elske andre, og at de kan elske meg.»*

Utøveren ber klienten om å spørre Skaperen om å gi vedkommende de nødvendige nedlastingene, eller å endre de trossystemene som er nødvendig.

Som du har lagt merke til, er det viktig at du øver deg selv i å lytte. Å gå direkte opp til Skaperen kan halvere gravetiden.

...



Kapittel 7  
**FÅ KLARHET I TING**

dette kapitlet skal vi utforske hvilke ting som kan BLOKKERE oss fra å motta klare beskjeder fra Skaperen.

## EGOISME

Vi har allerede diskutert egoismens fallgruver, men her vil jeg utforske emnet mer i dybden og hvorfor det er så viktig for leseren å holde egoet utenfor under en behandling.

Jeg lærte dette tidlig da jeg lot noen få mennesker utføre avlesninger på kontoret min. Jeg kunne se at de hadde klarsynte evner, men av en eller annen grunn kunne de ikke holde egoismen sin utenfor det hele. Problemet var at de overførte deres egne problemer til klientene.

En klarsynt fortalte alle klientene at de var homofile, men at de bare ikke visste det ennå. Så hvem var homofil? Utøveren selv var homofil!

Jeg hadde en annen klarsynt som utførte avlesninger og som fortalte alle at de var på vei mot et samlivsbrudd. Denne personen trodde faktisk på det vedkommende sa, men hvem var på vei til et samlivsbrudd? Avleseren!

Hvis du forteller fem eller seks personer om dagen at de er homofile eller at ektefellene deres kommer til å forlate dem, så har du et problem. Jeg måtte si opp utøverne, fordi de ikke kunne se forskjellen mellom sitt eget egos sannhet, og guddommelig sannhet.

## HERSKE ELLER LEDE

En av de tingene som hindrer oss fra å utvikle oss så vi kan få klare svar fra Skaperen, er at egoet ønsker å herske over andre istedenfor å ønske å veilede. Å herske og å veilede er to forskjellige ting.

Egoet til en som hersker, roper: «Jeg vet hva som er best for dem. Jeg vil herske!» Herskeren ønsker å bli tilbedt, mens veilederen ønsker å veilede med inspirasjon og kjærlighet for å skape en bedre verden. En veileder får alle til å arbeide sammen og en hersker ønsker at alle gjør akkurat det de sier.

Forskjellen mellom det å herske og det å veilede er lett å se hos verdens politikere. Noen embetsmenn blir besatt av behovet for å herske med jernhånd og å bli tilbedt– «Makt gir rett»-mentaliteten.

Ønsket om å herske over andre hindrer alle i å få klare svar fra Skaperen, fordi det er imot Loven om Fri Vilje. Det som er sannhet i politikk, er også sannhet i undervisning eller i avlesninger. Avleseren eller læreren må veilede andre, ikke forsøke å herske over eller kontrollere dem. Du kan ikke få noen til å elske eller tilbe deg. Kjærlighet skjer naturlig. Hvis du ønsker å arbeide sammen med andre mennesker, med verden, og arbeide med Skaperen, da må du forbinde deg med Skaperen. Men hvis du vil at mennesker skal tilbe deg, så er det feil væremåte. Å være en hersker og forsøke å kontrollere alle vil stoppe deg fra å få klare beskjeder.

## KRAFT

Når du healer andre, får du energi fra Skaperen, som er kraftfull. Så, hvis du er redd for din egen kraft, må du huske på at det faktisk er *Skaperens livskraft* som er kraften. Enhver kraft må bli brukt med klokskap. Frykten for makt kan stoppe klare svar akkurat som begjæret etter makt.

## MEDFØDTE INSTINKTER

Instinkter er ansett å være atferdsbaserte genetiske faktorer som ikke skyldes læring eller erfaring. Som mennesker har vi utviklet medfødte instinkter, og et godt eksempel på dette, er når en person er seksuelt tiltrukket av en annen person. Alle instinktene hans eller hennes reagerer og forteller dem at den andre personen kan være en god partner og på grunn av dette er det sannsynlig at man blir enige om å møtes, på grunn av optimismen i hennes eller hans instinkter, selv om man ikke kjenner den andre personen. De møtes, snakker sammen og kan så innse at den andre personen ikke er den hun eller han forventet.

Dette er en måte feromoner<sup>10</sup> kan skape tiltrekning ene og alene gjennom medfødte instinkter. Kroppen tenker at noen er fysisk akseptabel, men sinnet må være tiltrukket også. Medfødte instinkter må være dempet av klokskap.

## PROBLEMER MED DE FIRE R-ENE

De fire følelsesmessige reaksjonene som blokkerer oss fra å motta klare beskjeder er anger, avvisning, bitterhet og hevn<sup>11</sup>. De tar alle opp mye mental plass og arbeider, i noen tilfeller, innenfor understrømmen. Understrømmen din kan sette seg fast i disse programmene og kan ha vanskeligheter med å komme seg videre.

Jo flere av disse negative programmene som blir fjernet, desto mer kan understrømmen bli omdirigert til å arbeide på noens vegne. Husk, understrømmen er ikke fienden, bare en del av hvem vi er. Du kan ha mye moro ved bare å forstå deg selv. Når noe er lært fra anger eller bitterhet, da går lærdommen til det høyere selvet som er forbundet med sjelen.

Den iboende faren for å falle inn i disse fire følelsene – anger, avvisning, bitterhet og hevn – er illustrert gjennom den følgende anekdoten om dvergen Tommy.

For mange år siden åpnet jeg kontoret mitt i Idaho Falls, Idaho, der jeg utførte avlesninger, massasje og naturmedisinske konsultasjoner. Jeg ville at kontoret mitt skulle være et sted der mennesker kunne komme for å sitte ned og hvile seg, så jeg satte ut te, som alle som ønsket det kunne forsyne seg av, mens jeg utførte konsultasjoner. Det tok ikke lang tid før alle menneskene i nabolaget kom inn, satte seg ned og hjalp seg til en kopp med te. Så, når jeg kom ut fra en konsultasjon, var det alltid noen som drakk te. Det skulle være unødvendig å si at det gikk med en god del te.

Noen av disse folkene som kom for å ta seg en kopp te, var hjemløse vindusvaskere. De gjorde en god jobb med å vaske mine vinduer og en middelmådig jobb med naboenes. De sa til meg: «Du har ikke

---

<sup>10</sup> Kroppens kjemiske duft- og signalstoffer.

<sup>11</sup> På engelsk: Regret, Rejection, Resentment og Revenge

noe. Du er som oss. Vi vil vaske vinduene dine fordi du er snill.» Dvergen Tommy<sup>12</sup> var en av disse omstreiferne og kom til Idaho Falls i de varme månedene.

Så en dag fortalte en av klientene mine at Tommy var i byen og jeg spurte om de kunne introdusere meg for ham. Tommy var en av disse magiske skikkelsene du møter kun en gang i livet ditt og han så akkurat ut som en dverg.

Han var bare en liten fyr, som alltid hadde på seg grønne klær og hadde disse store uttrykksfulle øynene, akkurat som et rådyr. Han ga deg et visittkort som sa: «Et ønske: Dvergen Tommy» og knyttet ballonger. Han pleide å synge og spille gitar og folk pleide å gi ham penger. (Han så virkelig ut som en dverg.)

Etter som jeg ble kjent med ham, fortalte han meg historier om at han hadde vært tunnelrotte under Vietnamkrigen, fordi han var så liten. Han hadde bare fire fingre på grunn av en bombe som eksploderte under en av tunnel-inspeksjonene. Krigen hadde gjort ham så bitter på regjeringen, at han ble en omstreifer. Han tjente nok hver dag til å få seg et måltid om kvelden. Han fikk nye klær av Frelsesarmeen hver tredje dag, alltid grønne. Han kom til kontoret mitt med en gitar for å synge sanger og vi ble fort venner. Jeg ble glad i Tommy.

En kveld vi snakket sammen, begynte det å regne, så jeg lot ham overnatte på kontoret. Da jeg kom på arbeid neste morgen, hadde han stjålet vindusvaskeren min. Da jeg traff ham senere den dagen, sa jeg: «Tommy, du stjal vindusvaskeren min!» Han smilte til meg og sa: «Jeg visste du ikke ville ha noe imot det.»

Vi møttes ofte, men han spurte meg aldri om penger (trolig fordi han visste at jeg ikke hadde noen på den tiden). Jeg fikk vite at han hadde emfysem<sup>13</sup>, så jeg ga urteteer for dette. Vennskapet vårt varte i to somre. Han reise nemlig alltid sydover før vinteren satte inn.

Så møtte jeg Blake, som skulle bli min tredje ektemann. Utseendet var svært viktig for ham, så da jeg gikk inn i en butikk sammen med ham og så Tommy, gikk jeg for å snakke med ham, men Blake stoppet meg og sa: «Du kan ikke snakke med den personen offentlig! Han er en omstreifer!» Han grep meg i armen og trakk meg bort. Men Tommy så at jeg gikk min vei og jeg vil aldri glemme smerten i øynene hans fordi han ble avvist av meg.

Det gikk noen få dager, så møtte jeg Tommy på gaten og jeg stoppet for å snakke med ham. Han fortalte at skulle forlate byen og jeg ga ham skyss til busstoppet. Følelsene mellom oss var forandret og jeg visste at jeg hadde ødelagt vennskapet vårt. Jeg hadde avvist en venn. Jeg ba om unnskyldning og han sa han forsto, men det fikk meg bare til å føle meg enda verre.

Følelsene hans var for dypt såret og uansett hva slags misbruk jeg har opplevd, smerten fra det øyeblikket var så sterk, at det var en av de verste jeg har opplevd. Jeg hadde snudd ryggen til og såret denne uskyldige, perfekte sjelen. Jeg så aldri Tommy igjen.

---

<sup>12</sup> I boken sin bruker Vianna uttrykket *Leprechaun*. Det nærmeste man kan komme med en norsk oversettelse er dverg eller nisse. En leprechaun (av irsk gælisk «leipreachán») er en menneskelignende skapning fra irsk folklore. I fortellinger og sagn blir leprechauner gjerne beskrevet som et slags underjordisk huldrefolk, i slekt med tusser og nisser, bare rundt 75 cm høye og iført grønne, gammeldagse klær. Leprechauner blir gjerne framstilt som menn, men kan også være kvinner. Leprechauner er verken gode eller onde. De er «tricksters», skøyere som like gjerne kan lure mennesker som å hjelpe dem.

*Wikipedia.*

<sup>13</sup> Forstørrede og delvis ødelagte lungeblærer (alveoler) som gir nedsatt opptak av oksygen.

Jeg holdt på denne angeren i mange år og jeg lovet meg selv at det aldri skulle skje igjen. Jeg har aldri glemt den totale smerten fra angeren. Jeg har gjort mitt beste for å aldri få noen til å føle seg mindre enn andre. En natt noen få år senere, drømte jeg at Tommy kikket inn i kjøleskapet mitt for å finne noe å spise.

Det jeg lærte av Tommy var at alle betyr noe. Alle er viktige, uansett hva andre tenker. Jeg måtte tilgi meg selv i forholdet til Tommy, men bare da jeg var sikker på at det ikke ville skje igjen.

Hva er det du kan ha gjort for å såre noens følelser for lenge siden? Hva har du gjort i livet ditt som du angrer på? Hvis du har tatt en vanskelig avgjørelse og fremdeles angrer på den, går understrømmen din i ring på grunn av det. For eksempel, understrømmen din vil gå i ring hvis du gikk glipp av sjansen til å forelske deg og du tror kanskje at du aldri får sjansen igjen. Takk og pris for at jeg er gift med Guy!

## Fjerne anger

Når du når 50-års alderen, gjør hjernen din noe virkelig fantastisk – den virker! Så når du ser tilbake på livet ditt, er halvparten av alt du har angret på borte fordi du innser at: «Åh, jeg var et barn da jeg gjorde det» eller «Åh, jeg var bare tretti da det skjedde.» Det neste steget er å innse at i løpet livet ditt har du lyttet mer til det høyere selvet, enn du er klar over. Du kan ha tatt mange flere riktige enn gale avgjørelser.

Alle bør være stolte av det de har oppnådd, og tilgi seg selv for det de ikke har oppnådd. Å rense ut hevn, bitterhet, avvisning og anger hjelper oss med å forstå forskjellen mellom eksistensplanene og forbindelsen vår med Skaperen. Hvis du kunne se de tidligere avgjørelsene dine fra Skaperens perspektiv, så har du kanskje ikke så mye å angre på som du tror.

Av alle skapningene i universet (som vi vet om), er det bare mennesker som ser tilbake og gjenopplever fortiden. Hvis du angrer på noe, finn ut hva du kan lære av det. Hvis du kan lære noe av det, vil du stoppe å oppleve angeren om og om igjen. Å gjenoppleve tidligere anger hindrer deg i å utvikle deg videre. Når du finner ut hva du har lært av det, vil du begynne å like deg selv. For hver gang du angrer på en ting, vil understrømmen din prøve å rette det opp idet du sier til deg selv: «Jeg vil aldri gjøre det igjen», sånn at du aldri gjør det igjen!

Hvis du vil holde mennesker unna deg, virker bitterhet utmerket, mens avvisning kan få deg til å gå i ring i stedet. Hvis du ble hardhendt avvist som barn, vil understrømmen din forsøke å rette på dette når du er voksen. Hvis, for eksempel, moren din avviste deg, vil du kanskje bruke hele livet ditt på å jage etter henne for å få den kjærligheten. En annen løsning fra understrømmen kan være å avvise henne fullstendig.

## Anger og depresjon

Alle aspektene til trosnivåene må arbeide sammen i balanse og harmoni. For eksempel, er overlevelseselvet klar over at det er bestemte matvarer kroppen trenger for å overleve. Det sender beskjeder til kroppen ved at denne får lyst på mat som har de nødvendige vitaminene, aminosyrene og mineralene.

Hvis overlevelseselvet er i god balanse, vil det forsikre seg om at kroppen har alt den trenger. Men det kan være ubalanse hvis de andre aspektene ikke sender de riktige signalene til hverandre. Hvis understrømmen går i ring, kan det påvirke funksjonene til overlevelseselvet.

Et godt eksempel på dette er når understrøm-selvet går i ring, ute av stand til å slippe taket på grunn av anger. En av de tingene som kan forårsake depresjon, er når understrømmen hele tiden lever med anger og ikke kan finne løsningen på et problem. Når dette skjer, går sinnet hele tiden i ring og får ikke hvile, hvilket kan føre til at overlevelse-selvet går i krisemodus. Denne konstante krisemodusen kan blokkere overlevelse-selvet fra å skille ut serotonin<sup>14</sup> og andre livsnødvendige stoffer som hjernen og kroppen trenger for å opprettholde balanse, og resultatet blir depresjon. Det er derfor understrømmen trenger å finne ut hva man har lært av angeren og så slippe taket i det.

Sinnet vårt må praktisere dyder for å være i balanse. Hvis noen har et balansert ego, har de et positivt selvbilde og utvikler generelt ikke depresjoner fordi de ikke lever med anger. Uten anger kan vi få et balansert ego og aspektene holder seg balanserte også. Husk at et balansert ego og høy selvtilitt hjelper kroppen med å fungere som den skal. Hvis du fjerner problemer med anger ved hjelp av trosarbeid, vil du få det jeg kaller et «godt ego.»

Jo mer noen bevisst vet hva de ønsker å oppnå, desto mer har de en forbindelse med det høyere selvet. Jo bedre forbindelse de har med det høyere selvet, desto mer balanse er det på alle de forskjellige trosnivåene og desto sterkere og sunnere blir de. Alle aspektene må være i balanse for å oppnå et sunt, klart sinn.

## Hevn

Når du har fullført arbeidet med anger, bitterhet og avvisning, kan du arbeide med hevn. Hele nasjoner er mot hverandre på grunn av behovet for hevn. Vi tenker på hevn og bitterhet, ikke bare for å holde oss trygge, men for å holde oss på det Tredje Eksistensplanet.

Hvis vi blir så opplyste at vi har dydige følelser, utvikler vi oss og forlater dette eksistensplanet. Når vi har noen vi elsker på dette eksistensplanet, vil vi ikke forlate det uten dem, så blir vi bitre, hvilket øyeblikkelig bringer oss tilbake til det Tredje Eksistensplanet. Hvor mange av oss vet at vi ubevisst har en tendens til å være bitre og hevngjerrige mennesker? Overlatt til seg selv er understrømmen vår virkelig god til å gjengjelde.

Hvis noen ondskapsfullt avviser deg, vil understrømmen din lete etter måter å løse problemet på. Når du utfører trosarbeid, kan du finne at understrømmen din forsøker å få hevn. Hevn kan noen ganger være en sterk motivator, som også følelsen av anger kan være, og begge kan forsinke opplystheten.

Et godt eksempel på dette var da jeg fikk mitt tredje barn, Brandy. Jeg hadde lagt på meg i løpet av svangerskapet og jeg var så sint på meg selv at jeg begynte å kritisere meg selv. På toppen av det hadde mannen min en kvinnelig sjef, som satte ham til å arbeide doble skift når han ikke behøvde. Selv som ung mor, visste jeg at hun likte ham (på en seksuell måte). Jeg tenkte: *En dag skal jeg gi henne en på «trynet». Jeg må bare få en sjanse.*

Dette var løsningen til min 20 år gamle hjerne. Så jeg begynte å løfte vekter, mens jeg så for meg at jeg ga henne en på nesen. Jeg trente så mye at jeg gikk ned i vekt, og så så godt ut at jeg ikke brød meg om hun tok ektemannen min, hun kunne bare få ham. Jeg trente meg tilbake til god helse, inntil jeg frigjorde de riktige hormonene. Motivasjonen for å oppnå hevn arbeidet til min fordel, så de negative følelsene kan arbeide for oss på en god måte, men jeg kastet bort mye tid og energi og jeg burde ha hatt en annen motivasjon.

---

<sup>14</sup> Nevrotransmitter. Overfører signaler fra en nerveende til den neste.

Hevn er en energi som får deg til å gå i sirkler istedenfor å gå fremover. Du kan bruke hele livet ditt med å lete etter en eller annen form for rettferdighet for noe galt som ble gjort mot deg. Men er det virkelig rettferdighet du ønsker, og vil du tilbringe en stor del av livet ditt i denne bestrebelsen?

Det er to typer hevn: direkte og utspekulert. For alle som har såret deg på en eller annen måte i livet ditt, kan understrømmen din arbeide for hevn på en svært underfundig måte. Understrømmen din vil søke etter hevn i noen situasjoner og den største hevnen er suksess. Men kan du ha suksess uten denne formen for motivasjon? Understrømmen din kan være tilfreds, hvis alle disse personene som avviste deg, ser suksessen din. Men det er bedre å bli motivert gjennom det høyere selvet. Ellers vil du aldri føle deg suksessrik nok. Hvis du utfører healing fordi du elsker mennesker, da vil det i seg selv være mer enn nok. Nøkkelen er å forstå alle aspektene til sinnet ditt.

Når hevn, anger, bitterhet og avvisning er fjernet, vil evnen din til å forbinde deg med Skaperen bli forsterket.

### TROSARBEID FOR DE TRE R-ENE

Bruk den følgende øvelsen til å hjelpe deg med problemer i forbindelse med å ha blitt avvist, og sorgen som er forbundet med det. Først, finn ut hva du angrer på, hva du lærte av det og om du er ferdig med å lære av det. Etter at du har gjort dette, kan du bruke tilgivelsesøvelsen til å tilgi personen som forårsaket angeren eller arbeide med å tilgi deg selv, så du kan fjerne behovet for hevn.

For deg selv eller sammen med noen andre, arbeid med én bitterhet av gangen, ett tilfelle av avvisning og én anger i 30 minutter per person. Å fjerne hevn skal det arbeides med til slutt i en omgang med trosarbeid, hvis det er nødvendig.

For å fjerne disse problemene må avleseren eller utøveren bruke Skaperen gjennom hele øvelsen, med spørsmål som:

1. «Skaper, hvorfor har jeg denne angeren?»
2. «Skaper, hva har jeg lært av dette?»
3. «Har jeg lært alt jeg trenger av denne situasjonen? Må jeg fortsette med det?»

**Anmerkning:** Hvis overlevelse-selvet, understrøm-selvet og ego-selvet forsøker å holde på et trosprogram forbundet med anger, bitterhet, eller avvisning, vil klienten (eller du selv) kunne svare på spørsmålene om bitterhet eller anger, ved hjelp av en samtale tilsvarende den nedenfor:

Utøver: «Hvilket problem plager deg?»

Klient: «Nei, jeg har ingen problemer.»

Utøver: «Hva har du lært av eventuell bitterhet eller anger?»

Klient: «Jeg har ikke lært noe av dem.»

Når du arbeider med deg selv eller noen andre, gå alltid opp til Skaperen av Alt Som Er for å få svar og de vil være mindre stridslystne.

### Eksempel på trosarbeid som angår bitterhet

Spørsmål: «Hvem er du bitter på? Hvem såret følelsene dine for lenge siden? Hva får du ut av bitterheten mot denne personen?»

For mer informasjon, se i boken *Digging for Beliefs*.

### Eksempel på trosarbeid som angår avvisning

Spørsmål: «Hvem avviste deg? Hva føler du om det? Når følte du deg avvist og hva lærte du av det? Hvordan motiverte det deg? Når avviste du en annen person?»

### Understrømmen

Spørsmål: «Har du gjort opp med denne personen eller har det ordnet seg? Hva fikk du ut av å være avvist? Hvordan motiverte det deg?»

### Eksempel på trosarbeid som angår anger

Når du er ung, tar du mange beslutninger, og denne angeren kan holde deg i fortiden; det bør energitestes for de følgende trosprogrammene:

- «Jeg angrer på at jeg ikke benyttet sjansen.»
- «Jeg angrer på at jeg såret den personen.»
- «Jeg angrer på at jeg var så vill da jeg var yngre.»

Når du blir eldre og mer erfaren, forsvinner mye av angeren din. Du innser at du var en ung og uerfaren person og ubehagelige minner blekner etter hvert.

**Anmerkning:** Klienten bør fortelle hvorfor de har angeren og hva de har lært av den.

### ØVELSE I TILGIVELSE

Mangel på tilgivelse vil blokkere forbindelsen til Skaperen, så bruk øvelsen i tilgivelse for å fullføre den forrige øvelsen i hevn, bitterhet og avvisning for alle som noen gang har såret følelsene dine. Dette kan frigjøre energien din fra alle som misliker eller hater deg, alle som sender deg negative tanker, alle du hater eller misliker, eller alle som noen gang har gjort deg noen galt.

1. Gå opp til det Syvende Eksistensplanet og forbind deg med Skaperen ved å bruke Veikartmeditasjonen (*Se Introduksjon, side 11*).
2. Sentrer deg selv.
3. Begynn med å sende bevisstheten din inn i sentrum av Moder Jord., inn i energien til Alt Som Er.
4. Trekk energien opp gjennom føttene dine, inn i kroppen og opp gjennom alle chakraene.
5. Gå opp gjennom kronechakraet ditt og send bevisstheten din forbi stjernene og ut i universet.

6. Gå bortenfor universet, gjennom lagene av lys, gjennom et gyllent lys, forbi den geleignende substansen som er Lovene, inn i et perlemorskimrende hvitt lys på det Syvende Eksistensplanet.
7. Gi befalingen eller anmodningen: «Skaper av Alt Som Er, det er befalt/anmodet at jeg tilgir (personens navn).
8. Forestill deg at personen som såret deg står foran deg.
9. Forestill deg at du forteller denne personen hvordan vedkommende har såret deg og hva han/hun har gjort mot deg.
10. Forestill deg at du forteller personen at du tilgir vedkommende at han/hun såret deg. Mens du forteller denne personen at du tilgir han/henne, iaktta vedkommendes reaksjon.
11. Hvis du fortsatt ser at personen står foran deg og sier at han/hun er lei seg, betyr det at vedkommende på et eller annet nivå føler at han/hun har dårlig samvittighet for det vedkommende har gjort.
12. Hvis du forstår at vedkommende føler at han/hun har dårlig samvittighet for det vedkommende har gjort, da vil tilgivelsens energi beskytte deg mot sinte tanker han/hun sender deg. Dette tillater deg også å ha medfølelse for vedkommende.
13. Hvis du ser at vedkommende blir til aske, betyr det at han/hun ikke har dårlig samvittighet og dette tar vekk alle negative tanker hos deg.
14. Dette betyr at den hatefulle personen må takle sine egne negative tanker og kan ikke påvirke deg lenger.
15. Det du skulle lære fra denne personen er fullført, og du er beskyttet mot vedkommende.
16. Hvis du fremdeles ser at vedkommende står foran deg uten å si noe og ikke blir mindre, er det du skal lære fra denne personen ikke fullført.
17. Dette betyr at du må utføre trosarbeid i forbindelse med situasjonen. Mens du befrir deg fra forpliktelsen om hva vedkommende skal lære deg, vil du se at han/hun begynne å bli mindre og mindre.
18. Når du har avsluttet, rens deg selv med det Syvende Eksistensplanets energi og forbli forbundet med det.

---

Tilgivelse er den sterkeste beskyttelsen, fordi når du sier «Jeg tilgir deg» til noen, betyr det at du ikke lenger vil ta imot negative energier fra dem. I noen tilfeller vil personen be deg om unnskyldning og det kan være at du kan gjøre det godt igjen. Du må forestille deg at du kun gjør dette med én person av gangen. Du kan gjøre dette med flere personer samtidig, etter hvert som ferdighetene dine blir bedre, og til og med, med deg selv.

## SITTE FAST I FORTIDEN

En ting som anger og avvisning kan gjøre, er å holde oss fast i fortiden så vi ikke kan gå videre inn i fremtiden, fordi vi gjentar anger og avvisning om og om igjen i sinnet.

I en av klassene mine, iakttok jeg mentalt studentene gå opp til Skaperen for å huske fremtiden. De gikk ikke fremover i tid, slik det var ment at de skulle gjøre. De gikk frem og tilbake i nåtiden for å huske hva som hadde hendt med dem. De innså ikke at fremtiden ligger foran dem.

Da innså jeg at når de gikk opp for å se deres guddommelige tid, satt de ubevegelig uten noen oppfattelse av hvor og hva det var, uten å tenke at de måtte se *fremover* inn i fremtiden eller *tilbake* til fortiden. Din guddommelige tid kan ha startet for fem år siden da du begynte med healinger, eller den ligger fortsatt i fremtiden.

## NULLSTILLE FORTIDEN, NÅTIDEN OG FREMTIDEN

Noen mennesker sitter fast i fortiden og har vanskelig for å ta beslutninger. De vet ikke hvilke handlinger som vil skape fremtiden. De kommer for å få healing, og alt de kan snakke om er fortiden. En kan si: «Jeg gikk glipp av sjansen min, jeg var *quarteback*<sup>15</sup>, men jeg ødela kneet, livet mitt er ødelagt.» Eller: «Jeg gikk glipp av sjansen min. Jeg startet et firma, men det mislyktes og livet mitt er over.» Disse menneskene lever i fortiden. For å kunne hjelpe dem, ikke bli for komplisert, bare endre oppmerksomheten deres, ved å plassere minnene om fortiden og fremtiden deres i riktig sammenheng. Dette kan hjelpe noen til å bevege seg fremover. Jo mer forbundet vi er med det høyere selvet, desto lettere er det å bevege seg fremover uten belastningen fra fortidens negative erfaringer.

Hvis du utfører trosarbeid med en annen person (eller deg selv) og du hører vedkommende si: «Jeg sitter fast», bør du svare med: «Men, hvis du ikke sitter fast, hvor ville du være?» Dette vil hjelpe til med å finne ut hvor trossystemet kommer fra.

Noen mennesker går opp til de Akasiske arkiver og ser «verdens undergang». Det de ser er en av mange fremtider som kan bli endret, fordi de er basert på valgene vi foretar. Vår sivilisasjon kan fortsette i 10 000 år til eller i tre dager til, fordi vi alle har innflytelse på fremtiden.

### Nedlastinger

De følgende nedlastingene kan hjelpe til å nullstille sinnet:

«Jeg vet på hvert nivå at det er trygt å justere fortiden, nåtiden og fremtiden min, og jeg er klar til å bevege meg fremover.»

«Jeg vet hvordan jeg skal bevege meg fremover i livet mitt.»

«Jeg kan alltid lære av fortiden min mens jeg beveger meg inn i fremtiden.»

«Det er lett å huske fremtiden.»

«Det er lett å huske fortiden min.»

For å sette sinnet inn i den rette sammenhengen, gjør vi en «nullstilling» av fortid, nåtid og fremtid. I øvelsen nedenfor, blir erfaringer og opplevelser fra fortiden organisert i filer, som arkiver som kan bli åpnet av det bevisste sinnet, men sinnet oppfatter dem som hendelser som ligger bak deg selv, og at fremtidige hendelsene ligger foran deg. Dette rydder opp i sinnet så det kan bevege seg fremover, inn i fremtiden.

Hvis jeg skulle se på hjernen min og jeg ønsket å gå tilbake og se på fortiden min, ville jeg se for meg arkivene over fortiden rett bak hodet mitt og videre bakover, og arkivene over fremtiden foran pannen min og videre fremover.

---

<sup>15</sup> Angrepsleder i amerikansk fotball.

Hvis jeg går tre år inn i fremtiden, vil det være vanskeligere å oppfatte ting enn om det er tre dager fremover. Dette fordi andre menneskers beslutninger påvirker resultatet av fremtiden gjennom deres daglige samspill. Det er imidlertid noen ting i fremtiden som ikke vil endre seg.

## NULLSTILLE SINNET

Denne øvelsen hjelper til med å bevare og organisere fortidens informasjon. Jeg ville ha brukt den på tenåringer som leser til en prøve, for å hjelpe dem å gå inn i fremtiden så de kan se testen bak seg, i fortiden. Da vil de kunne huske den, istedenfor å lete gjennom hele sinnet etter svarene. Du kan bruke denne øvelsen på deg selv eller på en annen person.

1. Sentrer deg selv.
2. Begynn med å sende bevisstheten din ned til Moder Jords senter, inn i energien til Alt Som Er.
3. Trekk energien opp gjennom føttene, inn i kroppen din, og opp gjennom alle chakraene.
4. Gå opp gjennom kronechakraet ditt og send bevisstheten din forbi stjernene og ut til universet.
5. Gå bortenfor universet, gjennom lagene av lys, gjennom et gyllent lys, forbi den geleignende substansen, som er Lovene, inn i et perlemorskimrende hvitt lys til det Syvende Eksistensplanet.
6. Gi befalingen eller anmodningen: «Skaper av Alt Som Er, det er befalt/anmodet om at en nullstilling av alle minnene mine blir plassert bak meg i filer, arkiver, eller filmstriper som erfaringer som kan bli åpnet når nødvendig, og at fremtiden er foran meg som hukommelsesfiler som leder inn i fremtiden og er lette for meg å åpne. Takk! Det er gjort, det er gjort, det er gjort!» Bevitne at alle minner fra fortiden plasseres riktig som arkiver bak deg, og at alle fremtidige minner plasseres foran deg.
7. Når du har avsluttet, gå tilbake til det perlemorskimrende hvite lyset og si: «Det er gjort, det er gjort, det er gjort», og åpne øynene dine.

Når du har gjort denne øvelsen, kan du bli i stand til å se de tidligere livene dine i form av arkiver. Dette fordi filene går hele veien tilbake til dine tidligere genetiske minner og inn i fremtiden. Dette betyr at arkivene om fremtiden kan bli åpnet ved å huske fremtiden og spørre om hva som skjedde den forrige gangen dette hendte.

## KROPPEN SNAKKER

Når du blir mer mentalt oppmerksom, kan du høre beskjedene som kroppens organer sender frem og tilbake mellom seg. Når et organ er i ubalanse, kan beskjedene som sendes ut fra det bli misforstått.

### Beskjeder fra mikrobene

Noen av beskjedene som gjør deg forvirret, kan komme fra mikrober i kroppen din. Det er viktig å forstå hva som er beskjeder fra Skaperen og hva som er tankeformer fra den mikroskopiske verden som er skapt på grunn av overlevelselses-modus. Mikrober blokkerer deg bare hvis du ikke innser at de påvirker deg.

## Beskjeder fra candida

Litt candida forekommer naturlig i kroppen, men når det er en ubalanse, kan den begynne å komme ut av kontroll. Hvis du går på en alkalisk diett for å bli kvitt overskuddet av candida, higer kroppen etter sukker. Dette suget kommer fra candida som sender beskjeder til kroppen for at den skal spise sukker. På samme måte, hvis du går på en diett som ikke inneholder sukker og hvitt mel, vil candida begynne å skrike etter sukker.

Det vil foregå en samtale i hjernen din som forteller deg: «Jeg fortjener det», «Jeg kan få det hvis jeg ønsker det», «Jeg kan ikke tro at jeg nekter meg selv den søtsaken, for jeg vil ha den». «Jeg elsker meg selv nok til å spise den søtsaken». Dette er hvorfor det er viktig å spørre deg selv hvor dette suget kommer fra. Jeg tror at det er mulig å rense candida ut av kroppen ved å løse ut bitterhet og skyld (siden de går hånd i hånd). Husk at noen lyster på mat betyr at du trenger næringsstoffene den inneholder, så det er alltid lurt å spørre Skaperen hvorfor du har disse lystene.

## Beskjeder fra bakterier

Hvis en som er intuitiv begynner å ta antibiotika mot en bakteriell infeksjon, kan vedkommende høre beskjeden «Denne antibiotikaen dreper meg. Jeg må slutte å ta den». Dette er ikke vedkommendes egne tanker, men heller bakteriene, som blir drept av antibiotikaen, som sender dem til verten.

Noen bakterier er nyttige for kroppen, så det er bare de negative bakteriene som bør bli fjernet. Jeg tror at det er mulig å rense ut dårlige bakterier fra kroppen ved å løse ut skyld.

## Beskjeder fra parasitter

Parasitter sender samme slags beskjeder til verten som bakterier, når de er truet. For eksempel, hvis noen bruker medisiner for å drepe bendelorm, sier de alle det samme to dager inn i behandlingen: «Denne medisinen dreper meg». Denne tankeformen blir sendt av parasittene.

## Beskjeder fra virus

En av studentene mine kom til meg og sa at klienten hennes var besatt, og uansett hva hun gjorde for å løse det ut, så kom det tilbake. Antakelig var vedkommende besatt av en villfarene sjel. Hun ville si ting som: «De er besatt av vesener».

Siden jeg visste at mennesker vanligvis ikke blir besatt av villfarne sjeler, spurte jeg Skaperen om hva hun så, og jeg ble fortalt at det hun var i kontakt med var virus. Jeg forsto at avleseren var intuitiv nok og at virusene hadde tankeformer og utstrålte intelligens (av et eller annet slag), som kunne bli misoppfattet som vesener. Så da utøveren forsøkte å sende virusene til lyset, så hørte de ikke etter.

Det som må gjøres med virus, er trosarbeid for å endre dem til en harmløs tilstand. Det var ikke det at denne Thetahealeren var altfor overtroisk. Jeg visste hvordan virus så ut og følte etter tusenvis av avlesninger. Men hvordan lærer man noen andre å vite forskjellen når man skal identifisere dem?

Enkelt, du går opp til Skaperen og spør: «Skaper, hva er dette? Er det et virus?»

Brukes kun i kurs undervist av Anett Powell Wang | [www.thetakoden.no](http://www.thetakoden.no) Dette er en norsk oversettelse laget som et supplement til den originale engelske boken av Vianna Stibal. Det anbefales å kjøpe originalversjonen på engelsk for å sikre korrekt og fullstendig forståelse av materialet. **Kopiering, distribusjon eller videresalg er ikke tillatt.**

Noen ganger, når du arbeider med klienter, snakker du med sykdommen istedenfor personen. Når du forstår forskjellen mellom å snakke med klienten og sykdommen deres, vil de være mye mer fornøyde med behandlingen.

Hvis du begynner å arbeide med mennesker som har virus som HIV, må du vite at viruset kan fortelle verten ting som: «Du trenger meg», «Jeg kan hjelpe deg med å endre livet ditt», «Uten meg vil du gå tilbake til det du var tidligere», eller «Jeg hjelper deg». Dette er tanker som viruset sender til verten.

Hvis du har et virus som gjør deg syk, kan tankene som blir sendt være: «Jeg er en healer. Jeg kan ikke bli syk. Jeg er en elendig healer, jeg bør bare slutte».

## Giftstoffer

Eksponering for giftstoffer som petroleumbaserte produkter, kjemikalier, tungmetaller som arsen<sup>16</sup>, kvikksølv, bly, kadmium, krom, nikkel og mangan kan gjøre det vanskelig å forstå de høyeste svarene, fordi de skaper negative følelser. Når disse giftstoffene er fjernet fra kroppen, vil det bli mye lettere å forbinde seg med den høyeste sannheten.

## Andres tanker

Noen mennesker er svært intuitive og vet noen ganger ikke forskjellen mellom deres egne og andres tanker. Å lære å kjenne skaperens rene essens vil få dem til å forstå forskjellen mellom deres egne og andres tanker. Når du er et barn, er det lett å vite forskjellen mellom disse energiene fordi du er forbundet med Skaperen.

Vi oppfatter tankeformer fra alle slags ting: livløse objekter vi berører, andre menneskers tanker, spesielt de fra mennesker som står oss nær, og vi blir oversvømmet av radiobølger fra mobiltelefoner.

## DNAS KAMP FOR OVERHERREDØMME

DNA-et vårt er så programmert til å overleve at vi må kjempe mot det genetiske egoet som forteller oss: «Vi er bedre enn andre». Det er sannsynlig at det er noen i den genetiske linjen din som trodde at deres folk er de eneste «utvalgte». Denne tankeformen blokkerer deg fra å få klare svar, hvis disse trossystemene ikke blir endret. For Skaperen er vi alle «utvalgte».

Du kan høre beskjeder som forteller deg at «Det er bare en som deg», «Du er den ene», «Du er bedre» og så videre, men disse beskjedene kommer *ikke* fra Skaperen. Hvis du hører denne slags beskjeder, er det viktig å utforske om du har noen trossystemer om overlegenhet eller fordommer mot andre.

Det er verdt å merke seg at de fleste av DNA-programmene dine er positive av natur. Forfedrene våre lærte seg mange dyder og fordelaktige overlevelsesinstinkter, som de har gitt videre til oss. Noen ganger behøver vi bare å forstå de genetiske trossystemene våre, og ikke endre dem alle sammen.

---

<sup>16</sup> I form av arsenikk.

## UTSLITTE HEALERE

De fleste healere har en tendens til å være arbeidsnarkomane og må ofte ha to jobber for å kunne drive healing-virksomheten sin, eller de bare har en healing-virksomhet og arbeider til de sliter ut binyrene.

Når du har et trosprogram om at du ikke kan stoppe å arbeide, blir binyrene dine stresset, og du blir lett amper. Mange healere forteller meg at de trenger å få bedre kontroll på temperamentet sitt, men det er mer sannsynlig at de bruker det bare for å komme seg gjennom livet. De er allerede utmattede når de står opp om morgenen, og for å holde det gående, øker de kortisolnivåene så mye at de blir aggressive. Å være overtreffet fører til aggressivitet, som igjen fører til frykt, og det igjen blokkerer for klare beskjeder. Det behøver ikke ha noe med hvor «åndelig» man er, det skyldes utmattelse. Og jeg må fortelle deg, healere stopper ikke før de ikke klarer å stå opp om morgenen lenger. Det er som om det er «fastprogrammert» i dem, så å vite når man skal hvile og ta hånd om vår sjels lille hus, er superviktig. Kroppen din er huset ditt på dette eksistensplanet, og uten det fungerer vi ikke!

## UTMATTELSE

Noen healere har type-A personaliteter og tenderer til å ta så mange klienter de kan klare. Dette kan utmatte noen ganske raskt. Skaperen kan gi deg energi, men ikke hvis den eneste måten du kan hvile på, er at du arbeider til utmattelse er en unnskyldning for å hvile. Understrømmen elsker å bruke utmattelse som en unnskyldning til å hvile, så det er viktig å utføre trosarbeid. Å fortelle deg selv at du vil hvile betyr ikke at du virkelig vil gjøre det. Og hva betyr hvile for deg? Betyr hvile å besøke severdigheter på fridagen din? Det kan være at du trenger en ferie fra fridagene dine! Å lære hvordan du skal hvile og virkelig gjøre det, er svært viktig.

Utmattelse kan blokkere deg fra å få alle de riktige svarene, men ikke helt. Det kan være at du må gå opp til Skaperen og hver gang si «min høyeste sannhet», og du vil fri deg selv fra sinnets lenker. Hvis du er utmattet, og du går opp og spør: «Hva er galt med meg?» vil svaret være «Du er utmattet».

## FRYKT

Frykt er en naturlig overlevelsesreaksjon. Men feil type frykt blokkerer klare meldinger. Dette kan skje når en klient har en helsemessig utfordring og spør om råd. Når en klient forteller deg noe som «Du må hjelpe meg, du er mitt siste håp», må utøveren sette sin egen frykt for å mislykkes til side. Husk at klienten bare trenger 30 sekunder uten frykt for at healingen skal skje. Hvis du er redd for å spørre om en klar beskjed fra Skaperen, eller hvis du har svært engstelig for å utføre en avlesning, så trenger dette å bli fjernet for å oppnå god kommunikasjon.

## SINNE

Å lære å heale uten sinne er svært viktig. La oss si at du utfører healing på en klient, og at det ikke virker. Du ser at klienten lider og blir sint på Skaperen. Dette er et genetisk trossystem, men det kan også være en vane.

I dette tilfellet, reager som når du utfører trosarbeid – som om du er en privatdetektiv som skal løse saken. Eller reager som om du er en vitenskapelig forsker. Du utførte en healing, men det fungerte

ikke, så prøv en ny formel. Hvis du bruker disse tilnæringsmåtene, vil du ikke bli sint på Skaperen. Skaperen gjør ikke mennesker syke fordi, i de fleste tilfellene, tar det en stund før noen blir syke.

Sinne kan blokkere oss fra den høyeste sannhet. Hvis du får et svar når du er sint, er sunn fornuft viktig. Det behøver ikke være den høyeste sannheten. Hvis du er sint og beslutter å utføre en avlesning og går opp for å få det høyeste svaret, legg sinnet bak deg, fordi det gjør tankene dine tunge.

Noen mennesker forstår ikke, dypt nede, at de er sinte, kanskje fordi de aldri fikk lov til å være sinte. Men underbevisstheten vet når du er sint. Hvis du er midt oppe i en krangel med ektefellen din og du vil gå opp til Skaperen og be om råd, må du innse at du ikke kan være sint når du går opp til Skaperen. Krangelen vil være over, og du vil glemme hvorfor du var sint. Hvis du vil fortsette å være sint, vil du ikke lenger være forbundet med Skaperen.

Hvis du har en sint, opphetet samtale med deg selv mens du kjører og du forteller deg selv: «Jeg burde bare flytte hjemmefra», og du går opp til Skaperen og spør om du burde flytte, vil du glemme hvorfor du ønsket å flytte hjemmefra. Skaperen vil si ting som «Pust, bare pust. Det er OK».

## MEG, MEG, MEG – GI MEG, MITT, JEG VIL ...

Dette er noen av de egenskapene du må passe deg for hos deg selv og hos andre fordi de kan blokkere klar kommunikasjon med Skaperen:

- En overdreven følelse av egen betydningsfullhet.
- Opptatt av fantasier om ubegrenset suksess, makt, begavelse, skjønnhet eller perfekt kjærlighet.
- Tro på at man er «spesiell» og bare forstått av, eller skal være assosiert med, mennesker (eller institusjoner) som også er «spesielle» eller har høy status.
- Krever overdreven beundring.
- Mener at man er privilegert.
- Er generelt utnyttende.
- Mangel på medfølelse.
- Er ofte *misunnelig* på andre eller tror andre er *misunnelige* på han eller henne.
- Har arrogant, hovmodig oppførsel eller holdning.

Er du oppmerksom på andres følelser, eller er du sløv? Tvinger du deg på andre uansett hva slags følelser de har? For å være en god healer, må vi vite hva som foregår i noen andres paradigmer. Av samme årsak trenger vi å holde vårt rom rent. Vi trenger å leve våre egne liv og ikke gjøre noe som med hensikt sårer noen. Men vi trenger også å forstå at vi kan forsvare vår rett til å leve, og å være i stand til å holde orden på ting i livene våre. Vi skal også ha et moralsk kompass, som viser hva som er rett og galt.

Hvis du har viklet deg inn i mitt, mitt, mitt, gi meg, gi meg, gi meg, jeg vil ... er det vanskelig å nå Skaperen eller å være en god healer. Å manifestere gode ting inn i livet ditt er ikke å være egoistisk. Ikke forstå meg feil, du kan manifestere hva som helst for deg selv, men hvis det eneste du tenker på eller bryr deg om, er deg selv, vil det blokkere deg fra å få klare beskjeder. Det er derfor healere har kjæledyr, kjæresten, klienter, brødre, søstre, mødre og fedre som de bruker mye tid på å hjelpe, så de ikke blir fullstendig selvopptatte.

## Å SKYLDE PÅ SKAPEREN

Hvis du skylder på Skaperen for noe vanskelig som skjer i livet ditt, vil det blokkere deg fra å nå det Syvende Eksistensplanet. Dette kommer som regel fra et genetisk program som sier at Skaperen gjør noe mot oss, og er sentrert rundt smerte og frykt for døden. Det er viktig å innse hvor latterlig det er å skyldes på Skaperen for livets gave.

## Å GI SKAPEREN ULTIMATUM

Ultimatum til Skaperen befinner seg kun i sinnet. Hvis du er besatt av tanker som: «Skaper, hvis du gir meg en ny bil, vil jeg heale mennesker», eller «Hvis du ikke healer denne personen vil jeg ikke tro på deg mer», betyr det at du snakker til underbevisstheten din og ikke når opp til Skaperen. Skapelsesenergien behøver ikke å bevise noe for noen. Å gi ultimatum til Skaperen gjør det umulig å nå Skaperen, fordi det er så tunge tankeformer. Ultimatum er skapt av en av de tre første aspektene, og du sitter ganske enkelt fast i sinnet ditt.

Du kan si ting som: «Skaper, jeg vil følge livsoppgaven min, vær snill og beskytt barna mine mens jeg arbeider». Dette er ikke et ultimatum.

Mennesker kommer til meg og sier: «Hvis du healer meg, vil jeg tilegne livet mitt til Skaperen». Vel, det er Skaperen som healer dem! De behøver ikke å forhandle med Skaperen, eller meg.

I tidligere tider var det vanlig for mennesker å forhandle med Skaperen. De gikk opp til det Femte Eksistensplanet og sa: «Skaper, hvis du healer denne personen, vil jeg gi den høyre armen min for dem. Hvis du ikke healer denne personen, vil jeg ikke tro på deg mer. Hvis du ikke viser meg et tegn i morgen, er jeg ferdig med deg».

Denne slags scenarier fungerer ikke fordi skapelsesenergien er en levende kraft, og du er i live på grunn av den. Den behøver ikke å bevise for deg at den eksisterer, når den er grunnlaget for alt. Tilsvarende, jeg har hatt studenter som har sagt: «Hvis denne blyanten beveger seg, vet jeg at ThetaHealing er virkelig», og blyanten beveget seg!

Ultimatum er hjernens måte å ikke behøve å endre på noe. Du skal ikke gå opp til Skaperen og si: «Skaper, jeg vil ikke fullføre livsoppgaven min, med mindre du gjør dette for meg».

## PRESS FRA LIKESINNEDE

Noen ganger kan vi gjøre ting for å tilfredsstille andre, ikke fordi vi vil, men på grunn av press fra likesinnede. Hver gang vi er på denne måten, vil det blokkere oss fra å få beskjeder. Det er viktig å oppdage når dette skjer.

Når jeg forteller personer om noen av healingene mine, sier de noen ganger: «Bevis det». Når jeg underviser i DNA 3, får jeg personer til å bevege en blyant eller et stykke papir ved hjelp av sinnet deres. Når noen utfordrer deg og sier: «Gjør det du», kan hjernen gå i lås. Dette er sterkt press fra likesinnede. Men hvis du går bort til noen og sier: «La meg hjelpe deg med å gjøre det», så virker det. Det tar presset vekk fra deg.

Selvsagt, når mennesker sier «Du er en healer, heal det», så er også det et sterkt press fra likesinnede. Uansett så er det Skaperen som er healeren. Tingen er at hvis noen utfordrer deg til å «prøve det», vil

de ikke tro deg hvis du beviser det for dem. Rens trossystemene dine, og stopp å bekymre deg om hva andre tenker om deg.

Jeg har hatt mange ThetaHealere som prøver å bevise at de er rike. De vil be om alle slags ting, så de andre utøverne og lærerne skal tro at de er rike. Men de blir faktisk bare neddyngnet i gjeld.

## Nedlastinger

Bruk de følgende nedlastingene til å hjelpe deg med å holde åpne kommunikasjonskanaler til Skaperen.

- «Jeg vet hvordan det føles for familien min å vite at jeg følger hjertet mitt».
- «Jeg vet hvordan det føles å være en vellykket healer».
- «Jeg vet hvordan jeg skal arbeide sammen med andre som venner».

## HJERNESPINN

Når du begynner å gå opp til Skaperen, åpner hjernen din seg på bestemte måter, og du kan få en hel del oversanselig informasjon fra mange kilder, som jeg kaller hjernespin. Ikke misforstå meg, jeg liker enkelte former for hjernespin, så som infrarød badstue og terapi med farget lys som er styrt av Universets lover. Men du kan bli fanget opp i informasjon som holder sinnet ditt fullt opptatt med hele tiden å lete etter flere teorier og sammensvergelses. Dette kan være hva som helst som ikke er Skaperens rene kunnskap. Hjernespin kan også være alle de små sannhetene som er sanne (eller ikke fullt så sanne) og som tvangsmessig kan oppta sinnet i lange perioder, så mye at det forstyrrer forbindelsen vår med Skaperen.

Hvordan kommer du deg ut av hjernespinnet når hjernen din er konstruert for å utforske nye ting? Du kan ikke komme vekk fra det, ikke fullstendig, men du kan minimalisere energier som ikke tjener deg. Den menneskelige hjernen drives av næringsstoffer og nevrotransmittere<sup>17</sup> som må være i balanse. Hjernen blir balansert når du går opp til Skaperen. Jo flere ganger du går opp til Skaperen, desto mer ser du livet ditt ut fra Skaperens perspektiv. Sett fra Skaperens perspektiv er alt lett. Når jeg stopper og ser på hver beslutning jeg tar, innses jeg at det er en hensikt med alt, og jeg har endelig fred.

Jo mer du åpner opp, desto mer innsikt vil du oppnå. Du kan finne ut at religionen din er fantastisk eller ikke så fantastisk. Du kan få informasjon fra universets ytterste grenser om mengden av raser som lever i andre stjernesystemer. Du kan høre at du er et stjernefrø fra en galakse langt borte.

Det spiller ingen rolle om du er et stjernefrø og har forbindelse med en eller annen bevissthet fra Pleiadene, Arcturus eller Orion. Sjansen for at vår planet har blitt befruktet av påvirkninger utenfra er svært sannsynlig, men ikke bli fanget i dette hjernespinnet.

Du kan få så mye informasjon når du er åpen i theta, at du glemmer hva som er viktig: En forbindelse til *én energi*. Det som er viktig, er å huske evnene dine, endre begrensende trossystemer, og hjelpe slekten din, både de som er på det Fjerde Eksistensplanet, og de som er her.

Vi bør være oppmerksomme på alle eksistensplanene, uten å være fanget i hjernespinnet som kan være forbundet med dem. Hjernespin er ofte godt, men vi må aldri glemme sannheten: Vi er først og fremst forbundet med Skaperen.

•••

---

<sup>17</sup> Stoffer som overfører nerver signaler fra en nerveende til den neste.



Kapittel 8

**PRINSIPPER FOR  
KLARE BESKJEDER**

I det foregående kapittelet dekket vi noen emner som blokkerer oss fra å forbinde oss med den høyeste energien. I dette kapitlet forklares prinsippene som gjør det mye lettere å forbinde seg med Skaperen.

## ÅNDELIG SUNN FORNUFT

Skaperens energi vil ikke akseptere negative forespørslar. For eksempel, på grunn av Loven om Fri Vilje, vil ikke Skaperen gi sjefen din et hjerteinfarkt fordi du ikke liker han eller henne.

Hva er Skaperen for deg, og hva slags beskjeder ville du ønske å få fra denne rene energien? Ville Skaperen være negativ eller tvetydig? Aldri! Ville Skaperen be deg hoppe utfor en klippe? Aldri! Du må spørre: «Er dette det høyeste svaret?» Bruk alltid logikk sammen med mental intuisjon og spør om den høyeste sannhet og fortsett å spørre inntil du *vet* at du har fått den.

Når du får råd fra Skaperen, må du følge opp og utførte det. Sinnet kan skape alle slags grunner til å ikke følge opp den rene beskjeden. Husk å ha tro på det intelligente, og kjenne Skaperens kjærlighet.

## TOLKNING

Når du kanaliserer ren informasjon, må beskjedene du får fra Skaperen bli tolket korrekt. Selv informasjon fra en ren kanalisering kan bli mistolket av egoet eller understrømmen. Hvis du ikke forstår en beskjed, be om mer informasjon inntil du *gjør* det.

Du skal ikke tro på en kanalisert bok før du har spurt Skaperen om innholdet i den. Det samme gjelder for historiebøker. Kunnskapen om historien er filtrert gjennom mange forskjellige påvirkninger og er ikke nødvendigvis det som virkelig skjedde. Dette gjelder også det som er lagt ut på internett og på en del offentlige medier. Disse informasjonsstrømmene er bare så gode som det som motiverer menneskene bak dem. De har ofte en merkelig mangel på moralsk kompass. Når du leser noe, spør: «Skaper, hva er den virkelige motivasjonen bak denne informasjonen?» Be alltid om ren informasjon.

## OPPNÅELSE

En ting som kan hjelpe til med å skape en bedre forbindelse, er å ha en ide om hva du kan oppnå. Gå opp til Skaperen og spør om å bli vist tre ting du kan oppnå, og du vil bli overrasket.

Skaperen kan gjøre hva som helst. Ingenting er mer kraftfullt enn Skaperen, men mens du arbeider med trossystemene dine, kan nivåene dine av bevitelse endre seg. Jo mer du trener opp evnene dine og jo mer du stoler på dem, desto mer informasjon får du, og desto mer du lærer, desto mer kan du gjøre. Ikke blokker alt du kan oppnå.

Faktum er at de fleste Thetahealere prøver hardere, og de gir ikke opp før de er forbundet med Skaperen. Dette er formelen for suksess.

## MOTIVASJON

En av fryktene som Thetahealere ofte uttrykker, er å ikke være i stand til å hjelpe noen og at healingen ikke virker. Men når de rydder frykten ut av veien i bare noen sekunder, så kan healingen skje. Healeren må imidlertid ha nok innsikt til å vite om frykten er deres egen eller klientens. Når en healer forbinder seg med en klient, forbinder de seg også til dennes ektefelles eller families frykter. Gå alltid opp og spør: «Skaper, hvor kommer disse følelsene fra?»

Hvis motivasjonen din er å elske og hjelpe andre, vil du ha overskudd til å gjøre det mye bedre. Hvis motivasjonen kommer fra frykt, vil du ikke gjøre det like godt. Måten dette arbeider på er som følger: Ditt høyere selv kjenner din guddommelige tid, at din livsoppgave er å være healer. Du vet på en eller annen måte at du skal være healer. Skaperen vil sørge for at du har regninger å betale, så du må gå på jobb for å kunne betale regningene dine, så du kan fortsette å jobbe som healer. Du må gå på jobb på fredag fordi du må betale strømrregningen din. Du må gå på jobb på torsdag fordi du må betale legeregningen din.

Disse er alle gode motivasjonsgrunner, men penger er bare papir. Så, du kan enten betale en regning på 500 kroner eller en regning på 50 000 kroner, og du vil fortsatt være i stand til å gjøre det så lenge du fortsetter å være healer. Ville det ikke være bra hvis du programmerte deg selv til at du gjør det ut fra kjærlighet istedenfor bare for å kunne betale strømrregningen?

Jeg sier ikke at økonomi er folks eneste motivasjon, men hvis du forplikter deg til å hjelpe andre, vil pengeproblemene bli færre.

## UTVIKLE DYDER

Sjelen arbeider for å utvikle dyder, og det er hovedmålet dens. Den skaper situasjoner i forskjellige menneskers liv for å utvikle dem. Jo mer du arbeider med, og oppnår dyder, desto klarere blir svarene du får. Stå opp hver morgen, takknemlig for at du er i live og at kroppen din gjør en god jobb. Takk Skaperen for alt i livet ditt. Gå opp til Skaperen og spør om hvilke dyder du trenger å mestre.

## DET RIKTIGE SPØRSMÅLET

For en del år siden fikk jeg en telefon fra en student, som gråtende fortalte meg at passet hans hadde gått ut og de ville ikke la ham komme på flyet. Han fortalte meg ikke hvor han skulle, så jeg gikk opp

**Brukes kun i kurs undervist av Anett Powell Wang | [www.thetakoden.no](http://www.thetakoden.no)** Dette er en norsk oversettelse laget som et supplement til den originale engelske boken av Vianna Stibal. Det anbefales å kjøpe originalversjonen på engelsk for å sikre korrekt og fullstendig forståelse av materialet. **Kopiering, distribusjon eller videresalg er ikke tillatt.**

og så på fremtiden og fortalte ham: «Du vet, du skal ikke å dra til Bali akkurat nå». Han roet seg litt ned og reiste hjem fra flyplassen.

Den kvelden utførte terrorister et bombeangrep på Bali. Studenten ringte til meg neste morgen og sa: «Hvordan visste du det? Hvordan visste du at jeg skulle til Bali?».

Jeg fortalte ham det. «Fordi jeg gikk opp og *spurte det rette spørsmålet*: «Skaper, er det en grunn til at denne personen ikke kan reise?»»

Skaperen fortalte meg: «Unngå å reise til Bali. Så lenge han ikke kan reise, er han trygg».

## LIVSKRAFTEN

Vi lærer mennesker å gå opp og forbinde seg med Skaperen. Men vi må få folk til å forstå at de allerede er forbundet med livskraften. Vi lever på grunn av livskraften. Når vi endrer trossystemer, vil vi etter hvert kjenne livskraftens prikkende energi.

## USYNLIGE ENERGIER

En ting som hjelper til med å forbinde deg med Skaperen, og å bruke livskraften, er å innse og akseptere at det er usynlige krefter rundt deg. Hvis du aksepterer at de er rundt deg, er ting mye lettere. Et viktig spørsmål i ThetaHealing er: «Er jeg gal?»

Vent til det høyere selvet ditt sier: «Du er ok». Fortell alltid deg selv at du er ok.

Bli vant til de usynlige kreftene. Hvis du møter en uberegnelig ånd som plager deg, send den til lyset. Dører vil åpne seg av seg selv, og mirakler vil skje. Bare slapp av, du har *fått* denne evnen!

## TAPPERHET

Det er vanskelig å unngå frykt hvis du fortsetter å be Skaperen om mot. Hvis du spør om mot, vil du også få frykten som følger med det. Mot er å se frykten i øynene, å overkomme den er tapperhet. Man må være modig for å innrømme at man har frykt. Endre forespørselen til Skaperen og be om tapperhet. Tapperhet er å ikke ha frykt og å vedkjenne deg alle gangene du har hatt mot.

Innse at en god del ting ikke har noe med uro eller frykt å gjøre. De bare er det de er. Hvis du blir nervøs i enkelte situasjoner, så er det normalt. Den dagen du ikke har noen følelser, er tiden inne for å slutte å være en avleser eller healer. Husk hvor fantastisk du er. Du må ha mot og tapperhet for å være annerledes enn andre.

## EKTE DØMMEKRAFT

Ekte dømmekraft om hva som er riktig og hva som er galt kommer med tid og erfaring. Du må vite hvordan du skal ta de riktige moralske valgene. Hvis du får en beskjed og den ikke høres moralsk riktig ut, da er den ikke det.

## SAMLE TANKER

Hvis tankene dine begynner å vandre og du blir ufokusert, kan du miste forbindelsen din med det Syvende Eksistensplanet. Samle tankene dine. Hvis dette skjer og du får en beskjed, spør deg selv, er dette en beskjed som kommer fra Skaperen?

En ting som hjelper, er å skrive ned det du ønsker å utrette og manifestere, men tillat deg selv å fokusere og samle tankene dine som fremtidige endringer. Når fremtid blir nåtid, kan ting ha endret seg eller vokst på en annen måte enn du hadde tenkt. Det er da du må samle tankene dine rundt denne endringen i manifestasjonen din.

## HJELPE ANDRE

Hvis du er plaget av hva andre mennesker tenker om deg, er det en hemmelighet du bør vite om. Når du hjelper andre, vokser selvtilliten din på den riktige måten, og det er virkelig lett å forbinde seg med Skaperen.

## STOL PÅ BESLUTNINGENE DINE

Et annet viktig punkt er å stole på beslutningene dine. Si til deg selv: «Jeg tok denne beslutningen. Hva godt skjedde på grunn av den?»

En av de viktigste tingene du kan gjøre, er å se tilbake på alle beslutningene dine og spørre Skaperen hvorfor du tok dem. Du vil oppdage at du tok beslutninger som har bragt deg dit du er nå, av de mest forbausende grunner. Se på hver beslutning du tar, og du vil oppdage hvordan ditt indre aspekt arbeider for deg og mot deg. Når du ser hvordan de arbeider for deg, vil evnen din til å manifestere bli bedre.

## STOL PÅ SKAPEREN

Livet tar mange rare vendinger. Mens jeg tok utdanning som sikkerhetsvakt på et atomkraftverk, forstod jeg ikke at det ville forberede meg til det jeg er i dag. Det ga meg en sjanse til å gjøre notater og avlesninger i pausene. Det viste meg også at verden kunne være både god og ond. Det ga meg det rette utgangspunktet så jeg kunne lære om naturmedisin, men det var ikke min første beslutning. Det første jeg ville var å bli geolog og studere vulkaner, men isteden tok jeg en annen beslutning basert på tilliten til Skaperen. Denne tilliten hjalp meg til å bli forberedt på å lære om omgivelsene mine, til å reise, og til å forstå mennesker.

For at en healer skal være dyktigst mulig, må vedkommende ha et godt forhold til Skaperen. Den beste måten å ha dette på, er å stole på Skaperen.

## GUDDOMMELIG TIMING

Husk at guddommelig timing er veien din, formålet ditt, og når universet er der for å støtte deg, er tiden riktig. Med hjelp av vår frie vilje satte vi opp en plan, så vi kom til dette eksistensplanet med et formål.

En ting som kan stoppe deg fra å være i stand til å se din guddommelige timing, er overlevelsesdelen av hjernen din. Dette fordi overlevelsesdelen din er redd for at du skal forlate familien din. Guddommelige timing er en interessant ting. Vet du at du kan ta med deg familien din på den guddommelige timing-veien din, så de også kan bli opplyste?

Hvis du kan se din guddommelige timing, kan du gjøre noen svært interessante ting. Istedenfor å overleve, kan du begynne å leve og bli lykkelig. Hvis du er på den guddommelige veien din, kan du bli fysisk sterk. Hvis du vet hva den guddommelige veien din er, kan du skape den virkeligheten du ønsker deg. Du kan oppdage at du prøver å reparere noe fra fortiden.

## GUDDOMMELIG INNGRIPEN

Guddommelig inngripen er når den guddommelige timingen begynner å arbeide og fører deg i riktig retning og fortsetter å føre deg fremover. Du har en guddommelig vei, og du kom hit av en grunn, noen ganger med to eller tre veier å fullføre. Jeg husker at jeg så på min guddommelige timing da jeg var i 30-årene, og så meg selv stå foran store grupper og snakke. Jeg huske at jeg tenkte: «Det er ikke typisk meg, hvordan kan det bli sånn?» Men da jeg begynte å utføre avlesninger og undervise i små grupper, var det lett og naturlig.

### MEDITASJON

Du blokkerer kanskje den guddommelige timingen din, så det er nyttig å vite at guddommelig inngripen arbeider i livet ditt. Denne øvelsen vil vise deg alle de forskjellige gangene som guddommelig inngripen har skjedd i livet ditt. Tillat denne kunnskapen å nullstille sinnet ditt på samme måte som om du hadde omorganisert fortiden, nåtiden og fremtiden.

1. Pust dypt inn og lukk øynene.
2. Forestill deg energi som kommer opp gjennom fotsålene dine, beveger seg opp til toppen av hodet ditt og danner en vakker ball av lys.
3. Forestill deg at du er inne i denne ballen.
4. Jeg vil at du forestiller deg at du går opp og bortenfor universet, gjennom lag på lag av lys, gjennom et gyllent lys, gjennom en tykk gelelignende substans, inn i et skimrende hvitt lys som er det Syvende Eksistensplanet.
5. Gi befalingen/anmodningen: «Skaper av Alt Som Er, det er befalt/anmodet å vise meg min neste guddommelige inngripen nå. Takk. Det er gjort, det er gjort, det er gjort».
6. Gå inn i fremtiden for å se den neste guddommelige inngripen.
7. Når du har avsluttet, kom tilbake til denne tiden gjennom det skimrende hvite lyset og trekk pusten dypt inn.

Hvis du ikke så den guddommelige timingen din, så kan det skyldes en av fem ting:

1. Gå opp til Skaperen og spør om det er noe som blokkerer deg fra å oppleve den guddommelige timingen din.
2. Gå opp til Skaperen og spør: «Hva er det jeg ikke ser?» Hvis du ikke får svar umiddelbart, spør om igjen.
3. Du kan være redd for den guddommelige timingen din.
4. Du så den guddommelige timingen din, men forsto den ikke.

5. Du utfører allerede den guddommelige timingen din.

---

## BRING FAMILIEN DIN TIL OPPLYSTHET

Alle sjeler vet at hvis du får en for rask oppvåkning til opplysthet, kan du kjede deg og ikke ønske å bli på Jorden. Svært mange av oss lengter etter det Femte Eksistensplanets sterke energi. Det er derfor det er viktig hente kjærlighetsenergien fra det Femte Eksistensplanet ned til Jorden og la den spre seg til familien.

Mange mennesker er redde for å bli opplyste eller oppstegne fordi de ikke vil forlate familien. Denne frykten kommer fra understrømsdelen av oss. Men hva hvis familien din blir opplyst sammen med deg? Det behøver ikke å være bare du som beveger deg mot opplysthet, hele familien din kan det også. Å endre til de rette trossystemene kan positivt påvirke familien din og hjelpe dem med å utvikle seg.

Mange healere har trossystemet om at de ikke kan lære familiemedlemmene deres å bli opplyste, men det er ikke sant. De sitter fast i ideen om at barna deres alltid vil være barn eller at tenåringer deres alltid vil være tenåringer. Men barn vokser opp og utvikler seg. Når de blir eldre, endrer oppfatningene deres seg. Familien trenger å vite at trossystemene dine om åndelighet ikke er en trussel for dem.

## Å LEVE

Send kjærlighet til verden og fokuser på å leve et liv som sjelen din er stolt av. Jo mer du lever livet ditt på denne måten, desto klarere vil svarene du får fra Skaperen bli. Ikke vent til neste måned eller neste år med å innse at du er lykkelig i dag.

## KAMPEN MED OVERLEVELSE-SELVET

Å være bevisst på overlevelse-selvet vil hjelpe til med å få opplysthet, fordi du vil innse at du gjør noe ut fra et overlevelsesinstinkt. Å forstå unødvendige reaksjoner fra overlevelse-selvet vil hjelpe deg å leve livet fullt ut.

Det er svært viktig å være snill mot kroppen din i tankene dine. Hvis du står opp om morgenen og sier: «Kroppen min er ikke bra», «Jeg er for tykk», eller «Jeg er for tynn», vil kroppen kanskje godta disse tankene som en realitet. Noen positive trosprogrammer som tjener meg godt er: «Jeg har en sterk kropp» og «Å undervise i ThetaHealing, og forbinde meg med Skaperen gir meg fysisk styrke».

En ting man må unngå er å tillate oversanselige evner å utvikle seg før sinn og kropp har nok dømmekraft til å håndtere dem. Hvis den menneskelige kroppen ikke kan holde følge med veksten i de oversanselige evnene, kan det oppstå en kollisjon, så det er best å ta ting et steg av gangen. Den eneste måten å unngå dette på, er å starte med å sortere tankene dine. Jo flere dydige tanker, desto sterkere kropp. På en måte er fysisk trening bra, men å trene på dyder er bedre. Jo flere dydige tanker, desto mer vil kroppen endre seg med sjelens vekst. Jo flere negative tanker vi har, desto mere stillestående og bundet til jorden blir vi. På grunn av for mange negative tanker, begynner det en kamp inne i oss.

Kampen står mellom det gamle selvet, og det nye selvet som blir formet av de dydige tankene. Etter som du blir mer opplyst, desto mer kan du bli redd for å miste din gamle identitet. Alle disse fryktene

kommer fra overlevelse-selvet, som forsøker å holde oss i kroppen vår på det Tredje Eksistensplanet. Dette kommer fra et eldgammelt trossystem som ligger instinktivt i mange av oss.

Enkelt sagt, dette trossystemet er som følger: Hvis du oppnår og vedlikeholder vibrasjonene i en høyere tankeform, ville du ønske å gå til en annen dimensjon og forlate den dødelige kroppen din. Hvis du kunne være på et annet sted med ren kjærlighet, der alle behandlet hverandre med kjærlighet og respekt, ville du ønske å fortsette å være på denne jorden? Det er derfor studentene mine sier ting som: «Jeg vet at jeg ikke har kommet dit jeg ønsker å være». De er Oppstegne Mestere som våkner opp, og instinktivt vet at det finnes så mye mer i tilværelsen deres. Disse nye følelsene kan bli oppfattet av overlevelse-selvet som en trussel mot den fysiske kroppen.

Skaperen forteller meg at denne kampen er bortkastet tid. Hvis vi kunne ha mer dydige tanker, ville kroppen vår være sunn, og overlevelse-selvet ville ikke føle seg truet. Dermed er det mulig å være oppstegne i en menneskelig kropp og hjelpe verden å stige opp. Alle går gjennom kampen mellom overlevelse-selvet og det høyere selvet. Hvis de ikke allerede har gått gjennom den, vil de komme til å gjøre det. Det er derfor det er viktig å bevisst sortere ut hva hjernen og overlevelse-selvet gjør, sånn at det er det høyere selvet som styrer livet vårt ut fra all den erfaringen det opplever. Sorter tankene dine og omprogrammer overlevelse-selvet ditt, sånn at det kan være sunt og bevege seg fremover.

## **SYKDOM**

Sykdom kan gjøre det vanskelig for enkelte å få klare svar fra Skaperen fordi overlevelse-selvet er i høy beredskap. Men så lenge man kan forestille seg at man går opp til det Syvende Eksistensplanet, kan healing fremdeles skje hvis man er standhaftig nok.

Noen healere ville helst være sammen med syke mennesker, fordi de, for det meste, er høflige og snille. Healeren trenger å forstå at når noen blir friske, kan personligheten deres kanskje endre seg. Jeg vet ikke hvor mange mennesker jeg har møtt som var fantastiske mens de var syke og ble vanskelige da de ble friske, men noen ganger virker dette motsatt vei.

## **AVGIFTNING – TANKER OG DEN FYSISKE KROPPEN**

En ting som kan hjelpe på evnen til å meditere for å få klare svar, er å avgifte kroppen din. Jeg sier ikke at du ikke kan få det høyeste svaret hvis kroppen din er forgiftet, og du ikke føler deg vel. Jeg har kjent mennesker som har vært nær ved å dø, som har fått klare svar. Men hvis kroppen din er forgiftet, kan det være distraherende nok til å gjøre det vanskelig å komme seg opp til issen og opprettholde den rette konsentrasjonen.

Det er derfor det kan være fordelaktig å avgifte kroppen med skånsomme rensninger, jevnlig øvelser, og et godt kosthold. Imidlertid er avgiftning ved hjelp av rensninger ikke for alle og enhver. Å utføre en fysisk avgiftning, krever mye fysisk styrke. Mange mennesker tar alle slags avgiftningsmidler for å rense organene, men å avgifte tankene dine er den beste måten å avgifte kroppen din på.

## AVLESNINGER GJØR DEG VENNLIGERE

Du er mye vennligere de dagene du utfører avlesninger, fordi når du hjelper mennesker skiller hjernen ut stoffet serotonin. Når jeg kan, utfører jeg en avlesning om morgenen for å sette meg i den rette sinnstemningen for dagen. Hvis du går to eller tre dager uten å forbinde deg med det Syvende Eksistensplanet, vil den høyeste sannheten bli mer ubestemmelig. Men hvis du går opp hver morgen og forbinder deg med det Syvende Eksistensplanet, er det mye lettere å få klare svar.

## LEGG SMERTE BAK DEG

En ting som hjelper til med å få klare svar, er å være i stand til å leve uten smerte. Å leve med smerte kan være en god lærer, men å leve uten smerte er mye bedre. Hvis du lever med konstante smerter, er det fortsatt mulig å forbinde seg med Skaperen, og det hindrer deg ikke i å få klare svar, men det kan være en utfordring. Det er mye lettere å være klarsynt når du legger smerten bak deg. Tenk på hvor klar du kan være *uten* smerte.

Mange healere ser ut til å ha vanskelig for å akseptere hjelp fra andre, så det er nyttig å utforske dette ved hjelp av trosarbeid. De er svært flinke til å lindre andres smerte, men ikke sin egen. Jeg kjenner healere som arbeider med tallrike klienter og underviser klasser, som ganske enkelt lever med smerten sin, og likevel utvikler seg videre.

Jeg tror smerte er det som holder dem på denne planeten. Så lenge de har smerter, kan de fortsatt forbinde seg med det samme nivået som alle andre. Hvis de var uten smerte, ville evnene deres forsterke seg fortere, og de kan kanskje blir redde for at det neste steget, kan har noe med understrømmen deres å gjøre. Hvis de tok det neste steget, ville de ikke ha smerte.

Jeg har en teori om smerte. Jeg tror at hvis vi arbeider på understrømmen vår, vil vi finne ut hva vi får ut av smerten, og da kan vi leve uten den.

### SPØR SKAPEREN OM PROBLEMET OG HVA SOM BLOKKERER DEG

Gå opp til Skaperen for å be om svarene på hva som motiverer overlevelse-selvet, egoet og understrømmen. Spør Skaperen: «Er det overlevelse-selvet, egoet, understrømmen, det høyere selvet, eller Skaperen?» Hva gjør understrøm-selvet? Hvor begynte det? Er det ego-selvet? Hva lærer det høyere selvet?

**Valgfritt:** Gå opp til Skaperen for å finne det grunnleggende trossystemet og understrømmens motiv, alene eller med en partner.

## Nedlastinger

Bruk de følgende nedlastingene for å få hjelp til å fjerne problemer:

«Jeg vet hvordan det føles å løse problemer i løpet av minutter».

«Jeg vet hvordan det føles å vite at jeg er viktig og at jeg er en gnist fra Skaperen».

«Jeg vet hvordan det føles å leve livet mitt uten å alltid ha smerter».

«Jeg vet hvordan det føles å fjerne nok trossystemer, sånn at jeg kan fortsette å bruke evnene mine».

«Jeg vet hvordan det føles å gjøre en forskjell».

## BESKJEDER FRA EKSISTENSPLANENE

Hvert av de **Syv Eksistensplanene** har en energetisk signatur, en egen følelse. Derfor er det viktig å stille disse spørsmålene for hvert eksistensplan:

- «Hvordan lyder en beskjed fra eksistensplanet?»
- «Hvordan føles den?»
- «Hvor kommer den fra?»
- «Hvem eller hva er det som gir beskjedene?»
- «Hva sier den til deg?»
- «Hva er eksistensplanets iboende energi?»

På, for eksempel, det Femte Eksistensplanet, er det mestere som Kristus, englene, din himmelske far og mor, som alle har hver sin spesielle energi. Når du blir mer erfaren, vil du bli i stand til å kjenne forskjellen mellom energien til «Alt Som Er» og det Femte Eksistensplanets mestere.

Noen mennesker vil bare akseptere en healing fra en energi fra et bestemt eksistensplan, og for å bevitne healingen, må du kjenne energien til dette eksistensplanet. Det kan være ganger der du går opp til Skaperen og befaler en healing, og du kan få beskjeden: «På grunn av trossystemet deres, vil denne personen bare akseptere en healing fra det Femte Eksistensplanet». Når dette skjer, er det ikke uvanlig å se en engel fra det Femte Eksistensplanet mens healingen pågår.

Hvis du stiller spørsmål til Lovene på det Sjette Eksistensplanet, som: «Hva trenger jeg for at kroppen min skal føle seg bedre?» Svaret kan være: «Du trenger å ligge under grønt lys», eller «Spis bedre, få mer søvn, og hold opp å rote rundt sent på kvelden». Denne typen beskjeder kommer sannsynligvis fra en Lov. Men hvis du går opp og spør Skaperen, kan det være at du hører: «Å, du har en fantastisk kropp. Den prøver så hardt. Bare elsk kroppen din».

For å kunne tøyne energiene til det Sjette Eksistensplanets Lover, må du mestre nok dyder. Dette fordi dyder er lette tankeformer, som er så sterke at de kan bevege seg gjennom universet fortere enn lysets hastighet. Negative tankeformer er tunge og forlater aldri Jorden. Med den rette kombinasjonen av dyder, kan noen Lover bli tøyd for å skape endringer, og som et høyt Femte Eksistensplans vesen, kan det være at du husker hvordan du skal arbeide med dem.

Et godt eksempel på hvordan disse beskjedene fra eksistensplanene er forskjellige, kommer fra den gang en mann kom bort til meg i klasserommet og sa: «Vianna, den damen der borte ga meg en avlesning og fortalte meg at jeg bedrar min kone».

Vel, jeg kunne se at det var sant. Han *bedro* sin kone. Hvis jeg skulle gå opp og gi ham et svar fra det Femte Eksistensplanet, ville det ha blitt om offer, lidelse, dobbelthet, eller en initiering av et eller annet slag. For eksempel: «Du bedrar din kone. Du burde skamme deg. Det er mange mennesker du sårer. Du må arbeide meget hardt med å gjøre dette godt igjen».

Brukes kun i kurs undervist av Anett Powell Wang | [www.thetakoden.no](http://www.thetakoden.no) Dette er en norsk oversettelse laget som et supplement til den originale engelske boken av Vianna Stibal. Det anbefales å kjøpe originalversjonen på engelsk for å sikre korrekt og fullstendig forståelse av materialet. **Kopiering, distribusjon eller videresalg er ikke tillatt.**

Hvis jeg skulle ha gått opp og gi ham et svar fra det Femte Eksistensplanet, ville det vært dobbeltsidig: «Hvorfor bedrar du din kone?»

Det Sjette Eksistensplanets svar ville vært: «Det er sant».

Men hvis du går opp og spør Skaperen, så er det Syvende Eksistensplanets svar mye mer dempet og ville vært: «Det må være slitsomt å elske to personer». Denne beskjeden støtter ikke utroskap, det betyr bare at skapelsesenergien kjenner denne mannen. Den vet hva som er i hjertet hans og at alle er forskjellige. Han ønsker kanskje å utforske om det er en mulighet for at han er redd for å elske noen fullt og helt.

Du kan bare arbeide med Lovene hvis du har mestret nok dyder. Fordi dyder er tanker som er lette, og tanker som bitterhet er tunge. Tankeformene til dyder er sterke. De kan bevege seg tvers over universet fortere enn lysets hastighet. Med den rette kombinasjonen av dyder, kan du huske hvordan du kan tøyne noen av Lovene for å skape endring.

## FØLELSEN AV DE SYV EKSISTENSPLANENE

De følgende øvelsene vil hjelpe deg til å vite forskjellene mellom eksistensplanene. Under en behandling med trosarbeid, er det viktig å være i stand til å skjelne mellom hvor beskjeden kommer fra. Det gjør deg også bevisst på deg selv og hvor beskjedene du får kommer fra, og å vite hvordan du skal nå den høyeste sannheten.

Spør deg selv: «Hvordan ville det føles hvis du var i energien til ren kjærlighet og snakket med den høyeste intelligensen?» Noen ganger går vi kanskje opp til det Syvende Eksistensplanet og ender opp med å svare på et spørsmål fra det Sjette Eksistensplanet. Det viktige er å vite *hva* du gjør, og *hva* du forbinder deg med.

Hvis du arbeider med en annen person, få vedkommende til å ta deg opp til det Syvende Eksistensplan, gi befalingen/forespørselen om å få svar på spørsmålet fra det Fjerde, Femte, Sjette og Syvende Eksistensplanets. Hvis du arbeider med deg selv, gå opp til det Syvende Eksistensplanet og gi befalingen/forespørselen om å få svar på spørsmålet, gå så til det valgte eksistensplanet.

Personen som mottar avlesningen, tenker ut et spørsmål som de vil stille avleseren. Spørsmålet bør være et viktig spørsmål og er det samme spørsmålet for hvert av eksistensplanene.

I denne øvelsen går vi ikke til det Første eller Andre Eksistensplanet. Dette fordi et svar fra det Første Eksistensplanets krystaller vil komme utrolig sakte. Hvis du spurte trærne på det Andre Eksistensplanet om du burde skille deg, ville de spørre deg: «Hva er en skilsmisse?» Svaret fra det Andre Eksistensplanets alvekongedømme kan være «Ja! Åh ja! Hva er en skilsmisse?»

## FØLE EKSISTENSPLANENE

I denne øvelsen, gå opp til det Syvende Eksistensplanet og derfra til et av eksistensplanene.

#### **GÅ TIL DET SYVENDE EKSISTENSPLANET OG DERFRA TIL DET FJERDE EKSISTENSPLANET**

---

1. Pust dypt inn. Sentrer deg selv.
2. Forestill deg energi som kommer opp gjennom fotsålene dine, opp gjennom toppen på hodet ditt og inn i en ball av lys. Se for deg at du er inne i denne ballen av lys og går opp utenfor universet, gjennom lag av lys, gjennom et gyllent lys, gjennom en tykk geleaktig substans og inn i et skimrende strålende hvitt lys.
3. Gi befalingen/forespørselen: «Skaper av Alt Som Er, det er befalt/forespurt om svar fra det Fjerde Eksistensplanet på denne personens spørsmål. Takk. Det er gjort, det er gjort, det er gjort».
4. Forestill deg at du går til det Fjerde Eksistensplanet for å motta svaret.
5. Avleseren går til det Fjerde Eksistensplanet for å be om et svar på klientens spørsmål.
6. Avleseren vil gi beskjed til klienten at man er klar til å svare på spørsmålene ut fra det Fjerde Eksistensplanets perspektiv. Svaret fra dette eksistensplanet kan ha noe med offer eller initiering å gjøre.
7. Forsikre deg om at man går opp til det skimrende strålende hvite lyset når man er ferdig.

#### **GÅ TIL DET SYVENDE EKSISTENSPLANET OG DERFRA TIL DET FEMTE EKSISTENSPLANET**

---

1. Pust dypt inn. Sentrer deg selv.
2. Forestill deg energi som kommer opp gjennom fotsålene dine, opp gjennom toppen på hodet ditt og inn i en ball av lys. Se for deg at du er inne i denne ballen av lys og går opp utenfor universet, gjennom lag av lys, gjennom et gyllent lys, gjennom en tykk geleaktig substans og inn i et skimrende strålende hvitt lys.
3. Gi befalingen/forespørselen: «Skaper av Alt Som Er, det er befalt/forespurt om svar fra det Femte Eksistensplanet på denne personens spørsmål. Takk. Det er gjort, det er gjort, det er gjort».
4. Forestill deg at du går til det Femte Eksistensplanet for å motta svaret.
5. Avleseren vil gå til det Femte Eksistensplanet for å be om et svar på klientens spørsmål.
6. Avleseren vil gi beskjed til klienten at man er klar til å besvare spørsmål. Svaret fra dette eksistensplanet kan være litt tvetydig.
7. Forsikre deg om at man går opp til det skimrende strålende hvite lyset når man er ferdige.

#### **GÅ TIL DET SYVENDE EKSISTENSPLANET OG DERFRA TIL DET SJETTE EKSISTENSPLANET**

---

1. Pust dypt inn. Sentrer deg selv.
2. Forestill deg energi som kommer opp gjennom fotsålene dine, opp gjennom toppen på hodet ditt og inn i en ball av lys. Se for deg at du er inne i denne ballen av lys og går opp utenfor universet, gjennom lag av lys, gjennom et gyllent lys, gjennom en tykk geleaktig substans og inn i et skimrende strålende hvitt lys.

3. Gi befalingen/forespørselen: «Skaper av Alt Som Er, det er befalt/forespurt om svar fra det Sjette Eksistensplanet på denne personens spørsmål. Takk. Det er gjort, det er gjort, det er gjort».
4. Forestill deg at du går til det Sjette Eksistensplanet for å motta svaret.
5. Avleseren vil gå til det Sjette Eksistensplanet for å be om et svar på klientens spørsmål.
6. Avleseren vil gi beskjed til klienten at man er klar ut fra det Sjette Eksistensplanets perspektiv. Svaret fra dette eksistensplanet kan være en usminket sannhet.
7. Forsikre deg om at man går opp til det skimrende strålende hvite lyset når man er ferdig.

#### GUIDE TIL DET SYVENDE EKSISTENSPLANET

---

1. Pust dypt inn. Sentrer deg selv.
  2. Forestill deg at energi kommer opp gjennom fotsålene dine, og går opp gjennom toppen på hodet ditt og inn i en ball av lys. Se for deg at du er inne i denne ballen av lys og går opp utenfor universet, gjennom lag av lys, gjennom et gyllent lys, gjennom en tykk geleaktig substans og inn i et skimrende strålende hvitt lys.
  3. Gi befalingen/forespørselen: «Skaper av Alt Som Er, det er befalt/forespurt om et svar fra det Syvende Eksistensplanet på denne personens spørsmål. Takk. Det er gjort, det er gjort, det er gjort».
  4. Forestill deg at du går til det Syvende Eksistensplanet for å motta svaret.
  5. Avleseren vil gå til det Syvende Eksistensplanet og be om et svar.
  6. Avleseren vil gi beskjed til klienten at man er klar til å besvare spørsmålet ut fra det Syvende Eksistensplanets perspektiv. Svaret på dette eksistensplanet vil komme fra den mest intelligente, kjærlighetsfulle energien som noen gang har blitt skapt.
  7. Forsikre deg om at man går opp til det skimrende strålende hvite lyset når man er ferdige.
- 

#### UTVIKLING AV SLEKTLINJEN

DNA-et til en slektslinje er utrolig sterkt. Instinktet som sikrer at slektslinjen fortsetter, kan være så distraherende at det kan hindre deg i å få klare svar fra Skaperen. Thetahealere ser ut til å ta dette ansvaret på seg selv, fordi det alltid er en person i familien som har flere negative genetiske trossystemer som trenger å bli endret. Personen som har de fleste genetiske trossystemene som må endres, er den mest «rotete» i familien. De er ofte samlere og har mange ting. Hvis noen har mange genetiske trossystemer som trenger å bli endret, kan det være at de legger på seg uten grunn. Hvis dette hender med deg og huset ditt er rotete, rydd unna rotet, og iaktta trossystemene som kommer opp. Det samme vil skje hvis du legger på deg og så begynner å gå ned igjen i vekt.

Noen mennesker har 30 år gamle barn som fortsatt ikke har blitt voksne, mens andre tar hånd om sine gamle foreldre.

Når menneskene i familielinjen din utvikler seg, kan du bli så fokusert på disse familiemedlemmene at du glemmer alt annet. Du kan til og med ha å gjøre med beskjeder fra ditt eget DNA som forteller deg ting som: «Alle i familien har feilet, men jeg vil lykkes». Nå som menneskene i den genetiske linjen din

Brukes kun i kurs undervist av Anett Powell Wang | [www.thetakoden.no](http://www.thetakoden.no) Dette er en norsk oversettelse laget som et supplement til den originale engelske boken av Vianna Stibal. Det anbefales å kjøpe originalversjonen på engelsk for å sikre korrekt og fullstendig forståelse av materialet. **Kopiering, distribusjon eller videresalg er ikke tillatt.**

vet at du endrer de genetiske trossystemene dine, så har de sannsynligvis sin egen liste, men det er best å gå opp til Skaperen og spørre om hva som trenger å bli endret.

Så nå, med evnen til å identifisere tankene dine på et aspektnivå, kan du forstå deg selv bedre. Det å kjenne forskjellen mellom aspektene – overlevelse, understrøm, ego og høyere selv – tillater deg å være bevisst oppmerksom og fokusert på målet ditt. Nå vet du hvordan du skal avgjøre om svarene dine kommer fra den mest intelligente, kjærlige sannhet.

•••

MÅ IKKE KOPIERES



# AVSLUTTENDE BESKJEDER FRA VIANNA

**S**nakk med Skaperen hver dag; takk Skaperen hver dag og respekter livet i alle dets former. Ro deg ned og legg merke til luften og lyset. Verdsett livet.

Gå opp og spør Skaperen, så du kan unngå å måtte lære den harde veien.

Tanker beveger seg raskere enn lyset; de beveger seg og har essens, så vær forsiktig med hva du tenker.

Så mye av tiden vår er bortkastet på ubrukelige tankeformer. Vi må lære å fokusere og rette tankeenergien vår til den guddommelige bevisstheten.

Gjør noe du kan være stolt av hver dag.

Handling er svært viktig. Du kan meditere på manifestasjoner hele dagen, men det kreves handling for å få dem til å skje.

Healere går gjennom en prosess. Først, tror vi, så vet vi, så gjør vi. Det er lett som bare det.

Så sant det er mulig, ikke sår noen eller noe.

Se sannheten i mennesker, men elsk dem likevel. Du kan elske alle mennesker – inkludert de slemme – så lenge du er forbundet med Skaperen.

Hver person er viktig. Hver person er en gnist fra Skaperen, og de bør bli verdsatt som sådan. Ta deg tid til å ære Skaperens gnist. Jeg blir hele tiden minnet på at vi alle er en del av Alt Som Er. Alle hjerter er viktige.

Du må le! Den beste måten å håndtere livets utfordringer på er med humoristisk sans. Tross alt, livet bare er.

Det bare er.

Hver erfaring betyr noe. Hver beslutning har bragt deg til dette punktet i livet. Du kan endre, du kan legge til selv, du kan endre deg selv, men bare *du* kan bestemme hvem du er og hva du kan skape og manifestere. Å kjenne deg selv, er å skape deg selv. Til syvende og sist er det vi som skaper vår egen virkelighet.

Bare de døde fiskene flyter med strømmen. Du må gå fremover mot sannheten, selv om det er motstrøms.

Ikke alle vil være enige med deg eller like deg. Dette er fri vilje, en av de viktigste Lovene i universet.

Brukes kun i kurs undervist av Anett Powell Wang | [www.thetakoden.no](http://www.thetakoden.no) Dette er en norsk oversettelse laget som et supplement til den originale engelske boken av Vianna Stibal. Det anbefales å kjøpe originalversjonen på engelsk for å sikre korrekt og fullstendig forståelse av materialet. **Kopiering, distribusjon eller videresalg er ikke tillatt.**

Lev livet ditt som om det ikke finnes noen hemmeligheter. Lev som en åpen bok, som om du kunne fortelle alle hva du gjør hver dag. Noen ganger er de største hemmelighetene best skjult, ved at man deler dem med verden.

Mennesker sier at tiden begynner å gå fortere jo eldre man blir, men jeg har aldri funnet at det er sånn. For meg går tiden på samme måte som da jeg var barn. Det jeg har lært om velsignelsen ved tidens gang, er at uansett hvilke hindringer det er i livet ditt, så vil de passere – alt endrer seg med tiden. Det er imidlertid tider da jeg vil stå stille, så jeg kan nyte øyeblikket.

Husk, dette er bare et øyeblikk i tiden.

Vil du leke?

...

MÅ IKKE KOPIERES

# ORDLISTE

## **Bevissthet**

Å være fullt bevisst på handlinger og selvet. Det er en teori som sier at det **bevisste** sinnet bare bruker 10 prosent av hjernen og det **ubevisste** sinnet de resterende 90 prosent.

## **De tolv råd**

Høyere vesener som kan bli påkalt for upartiske råd, assistanse og bedømmelse.

## **Energitest**

En prosess i ThetaHealing for å teste for **trossystemer**.

## **Fire aspekter**

Hver av de **fire trosnivåene** har fire aspekter: Overlevelse, understrøm, ego, og høyere selv og sjelen.

## **Fire nivåer av trossystemer**

Det er fire forskjellige trosnivåer: Grunnleggende trossystemer, genetiske trossystemer, historiske trossystemer og sjelens trossystemer:

- **Grunnleggende trossystemer:** Det første av de **fire trosnivåene**. Handlingsmønstre i det **ubevisste** sinnet fra dette livet – for det meste stammer fra barndommen – som har blitt en del av **trossystemene** våre. Ofte er dette et forsøk fra det ubevisste på å beskytte oss og å holde oss trygge. Når man arbeider på dette nivået, vil utøveren være vitne til endringer i hjernens frontallapp.
- **Genetiske trossystemer:** På det andre av de **fire trossystemene** arver vi genetiske trossystemer fra forfedrene våre, opptil syv generasjoner bakover og syv generasjoner fremover.
- **Historiske trossystemer:** Det tredje av de **fire trossystemene**. Disse trossystemene kommer fra tidligere livs minner, og de kan bestå av:
  - Handlingsmønstre fra mer enn syv generasjoner tilbake.
  - Minner fra de Akasiske arkiver.
  - Minner i den kollektive bevisstheten fra personlige tidligere livs erfaringer.

Brukes kun i kurs undervist av Anett Powell Wang | [www.thetakoden.no](http://www.thetakoden.no) Dette er en norsk oversettelse laget som et supplement til den originale engelske boken av Vianna Stibal. Det anbefales å kjøpe originalversjonen på engelsk for å sikre korrekt og fullstendig forståelse av materialet. **Kopiering, distribusjon eller videresalg er ikke tillatt.**

- Andre individers gamle energier, etterlatt som avtrykk i livløse gjenstander. I hvert sandkorn er det minner om alt som en gang har levd på Jorden – erfaringer som vi bærer med oss inn i nåtiden.
- **Sjelens trossystemer:** det siste av de **fire trossystemene**. Disse er de dypeste og mest gjennomgripende av alle trosprogrammene. Hvis et trossystem blir gjentatt på mer enn ett trosnivå, kan det gå hele veien opp til sjelenivået. Selv om sjelen din kommer fra Skaperen.

### **Gravearbeid**

En prosess for å finne en kjede av trossystemer som er stablet oppå hverandre, og for å finne det grunnleggende trossystemet.

### **Grunnleggende trossystemer**

*Se fire nivåer av trossystemer.*

### **Guddommelig timing**

Å kjenne skjebnen din og å tillate universet å komme inn og hjelpe deg.

### **Healingsystem**

En prosess for samskaping der man bruker en Theta-tilstand for å bevitne at **Skaperen av Alt Som Er** utfører healingen. Hjelper kroppen til å heales og komme seg.

### **Historiske trossystemer**

*Se fire nivåer av trossystemer.*

### **Nedlastinger**

En prosess med bevitnelse av positive bekreftelser som kommer ned fra **Skaperen av Alt Som Er** og inn i sinnet, som om det var en datamaskin.

### **Sjelens trossystemer**

*Se fire nivåer av trossystemer.*

### **Skaperen av Alt Som Er**

Den mest intelligente, perfekte kjærlighetsenergi hvor alt som eksisterer er skapt.

## Syv Eksistensplan

I ThetaHealing blir begrepet brukt til å beskrive de syv forskjellige områder som er atskilt på grunn av atomenes bevegelser.

- **Første Eksistensplan:** Atomer samler seg og beveger seg langsomt for å danne faste stoffer, for eksempel mineraler.
- **Andre Eksistensplan:** Atomer begynner å bevege seg fortere for å danne planter.
- **Tredje Eksistensplan:** Området til dyr, mennesker og proteiner.
- **Fjerde Eksistensplan:** Åndenes område.
- **Femte Eksistensplan:** Området til de oppstegne mestrene.
- **Sjette Eksistensplan:** Universets Lover.
- **Syvende Eksistensplan:** Skapelsens rene energi, som er en del av universet vårt og skaper kvarker, som skaper protoner, nøytroner og elektroner; som skaper atomer, som skaper molekyler.

## Søvnnsyklus

En tidsperiode, vanligvis på åtte timer, der søvnens dype theta- og deltatilstander forankrer ny kunnskap i hjernen.

## Theta-tilstand

En meget dyp tilstand av avslapning, en drømmetilstand med fire til syv svingninger per sekund. En kreativ, inspirerende tilstand karakterisert av åndelige følelser. *Se også **healing-system** ovenfor.*

## Trosarbeid

En prosess der man trekker ut og erstatter **trossystemer**.

## Trosprogrammer

Dette er atferdsmessige mønstre som har blitt skapt av sinnets trossystemer.

## Trossystem

Et individs eller en sosial gruppes livssyn om hva som er rett og galt. Livssyn som er stablet oppå hverandre utgjør et trossystem eller livssynsrekke.

Brukes kun i kurs undervist av Anett Powell Wang | [www.thetakoden.no](http://www.thetakoden.no) Dette er en norsk oversettelse laget som et supplement til den originale engelske boken av Vianna Stibal. Det anbefales å kjøpe originalversjonen på engelsk for å sikre korrekt og fullstendig forståelse av materialet. **Kopiering, distribusjon eller videresalg er ikke tillatt.**

### **Underbevisstheten**

Den delen av sinnet som styrer kroppens autonome systemer<sup>18</sup>, og også noen følelser og minner. Dens hovedoppgave er å holde oss trygge og i live. Den mentale aktiviteten like under terskelen til bevissthet.

MÅ IKKE KOPIERES

---

<sup>18</sup> Systemer som ikke styres av viljen.



# THETAHEALING®

## KURS OG BØKER

ThetaHealing er en energi-healing-metode grunnlagt av Vianna Stibal, med autoriserte instruktører over hele verden. Kursene og bøkene om ThetaHealing er lagt opp som en terapeutisk veileder for hjelp til egenutvikling av sinnets evner til å heale.

For oversikt over ThetaHealing bøker, kursmanualer, og kurs, se Viannas hjemmeside:

[www.thetahealing.com](http://www.thetahealing.com)

I Norge: Søk på ThetaHealere eller ThetaHealing kurs på nettet.

Bøker oversatt til norsk:

Instruktørene kan opplyse om hvilke bøker som er oversatt til norsk.

De kan bestilles gjennom instruktørene.

## OM FORFATTEREN



**Vianna Stibal** er skaperen og grunnleggeren av den åndelige filosofien, meditasjonen og healingteknikken kjent som ThetaHealing®. En kjent healer, forfatter og motiverende foredragsholder. Vianna holder kurs sammen med ektemannen, Guy, over hele verden for mennesker av alle raser, trossystemer og religioner. Per 2019, hadde hun trent opp tusenvis av instruktører og anslagsvis 600 000 utøvere som arbeider i mer enn 180 land.

Viannas teknikk tar sinnet inn i en dyp Theta-tilstand (drømmetilstand). Ved å bruke denne tilstanden lærer hun studentene å gjenopprette deres bevisste forbindelse med Skaperen av Alt Som Er, for å legge til rette for åndelige, mentale og fysiske endringer.

Etter å ha opplevd sin egen helbredelse, oppdaget Vianna hvordan følelser og trossystemer påvirker oss på grunnleggende, genetiske, historiske og sjelelige nivåer. Fra dette gjennombruddet ble trosarbeidet som hjertet og sjelen i ThetaHealing.

Trosarbeid er en veileder for å finne hva vi tror, hvorfor vi tror, og hvordan vi kan endre trossystemer, endre sykdommer, forstå Skaperens virkelige plan og skape den virkeligheten vi ønsker oss.

Vianna lærer at vi er gnister fra Skaperen som skaper vår egen virkelighet, og at alt i livet vårt tjener en hensikt. Hun har viet seg til å dele kjærligheten sin til Skaperen av Alt Som Er med et åpent og ærlig sinn og en ekte vennlighet. Hennes kurs og bøker er livsendrende og fortsetter å hjelpe mennesker over hele verden.


[www.thetahealing.com](http://www.thetahealing.com)




# HAY HOUSE

Kom innom

Bli med på samtalene om de nyeste produktene,  
arrangementene, spesielle tilbud og mer.

 Hay House

 @HayHouseUK

 @hayhouseuk

Vi vil gjerne høre fra deg!